



こどもの歯と身体づくりを考える

6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。いままで歯の健康は「早期発見・早期治療」といわれ、悪いところを治すことが主でした。しかし近年は、良い歯を「予防」して維持することが主となっています。

先日、新城市にある歯科医院長の今枝先生のお話を伺った際、「食べる機能は生後、学習により獲得する機能」だとおっしゃっていました。ですから、良かれと思って一口大にして、食べさせていると、こどもは食べ方が分からないままに育つことになります。

私たちが、国内外問わず異文化の食事を前にした時、どうやって食べれば良いか分からず、戸惑うことがこどもたちには、日常的に起こっているのだと認識する必要があります。

そして、食べるためには、物の大きさを目で見て、手や食具を使って触れて、口に運ぶという一連の動作が伴います。ひよこ組やりす組のこどもたちは、まだ十分に目と手を合わせて使うことが苦手です。口より大きいものを入れたり、汁をすくおうとしてこぼしたりすることは日常です。しかし、そうして食べ物の大きさや、食事の形状を学んでいくのです。

また、集中して食べるためには、イスに座って食べられるだけの体幹が育っていないと食べられません。現代の一般的な年長のこどもたちの身体は、走る、跳ぶ等の項目において、30年前の年少児のこどもと同じ程度の動きだというデータがあるそうです。

理学療法の視点から考えると、姿勢保持にはリズムの金魚（上を向いて背中をつける動き）、重力に逆らう動きではリズムの亀が良いそうです。そして、器具の関係で待つことが多い一斉指導の運動よりも、園庭や公園で、自由に仲間や保育者と、時間を忘れて追いかけてこや鬼ごっこ等、年齢に合わせた遊びを充実することが、こどもの身体づくりを育んでいきます。

今枝先生は、「上手に食べられる」と、「何でもたべられる」は違うとおっしゃっていました。高齢で歯が抜け少なくなっても、好き嫌がなく食べられるけれど、奥歯がないと味わって食べることができません。噛むことによって、深く味を知ることができます。

奥歯で噛むためには、スティックキュウリや棒状に切ったリンゴが良いと言っていました。園では、するこどもも大人も、力を入れる時には、奥歯をぎゅっと噛み締めます。奥歯で意識的に噛むことができないといざとなった時に、力が十分に出せません。日頃から、食べ物を美味しく食べるために、噛む習慣が身につけられるよう食事や身体づくりを意識して関わっていきたいと思います。

園庭で育った梅の実を収穫！梅シロップ作りを行いました。



開園から6年目、今年も園庭の梅の木がたくさんの実をつけました。子どもたちと一緒に収穫をすると4kg程ありました。

梅の実を手にとるとじっくり観察したり、匂いを嗅いでみたりと五感をフル活躍させ楽しむ子ども達でした。幼児の子どもたちで、そよらまで氷砂糖とりんご酢を買いに行き、毎年恒例の梅シロップ作り。

飲める日が今から待ち遠しい子ども達です。

保育参加について

日頃のこどもの姿を見る機会となりますので、ぜひご参加ください。

- ・ 8:45～16:00を基本とします。（お仕事の都合で午前のみや短時間の参加も可能です。）
- ・ 行事等の関係で、参加を遠慮していただく場合がありますので、ご相談ください。
- ・ 8月と3月は、受け入れをしておりません。



6月の目標



- ひ よ こ … 安心できる大人に見守られ、探索あそびを楽しもう
- り す … 自分なりの思いや仕草で気持ちを表現しよう
- う さ ぎ … 保育者や友だちと一緒に感触あそびを楽しもう
- あ お む し … 保育士や友だちに対して自分の思いを仕草や言葉で伝えよう
- さ な ぎ … 友だちと関わり合いながら遊ぶことを楽しもう
- ち ょ う … 仲間と一緒に好きな遊びや活動を楽しむ中で、
安心して思いを言葉で伝え合おう
- 異 年 齢 … チームで交流を深め、縦の繋がりを大切にする

福寿会の方と交流に行ってきました。

さなぎ組・あおむし組とで福寿会の方との交流会に参加してきました。
用意していただいた輪投げのゲームを楽しむ中で優しく声をかけていただき、
緊張していた表情もすっかり笑顔になりました。ウクレレなど普段触れる
機会の少ない楽器での演奏にも興味津々の子ども達でした。花飾りのレイを
首からかけてもらい、ちょっぴり恥ずかしそうにしながらのフラダンスに、
昔ながらの盆踊り、手品ショーに絵本の読み聞かせと楽しんできました。

