



らっこだより



「嫌い！」→「嫌い！だけど食べれた！」

今回は園生活での【食事・おやつ】についてのお話です。

人間は大人や子ども、年齢や性別など関係なく、苦手な食べ物があることと思います。しかし、生きていくうえで避けて通ることのできない食べるということ。園でも食事やおやつを摂っている子どもたちですが、子どもたちからよく聞こえてくる声は「これきら〜い！」です！園ではその「キライ」を、「キライと言わずに食べなさい！」とは言いません。好きなものと苦手なものがあることは自然なことです。なので、「そうなんだね、〇〇だもんね」と一度気持ちを受け止めたうえで、「じゃあすご〜く小さくしてあげるから一口だけ頑張ってみる？」と提案しながら保育士が援助をし、「え！食べちゃったの！？先生食べようと思っていたのに〜」と残念がると、不思議とどんどん進む事もしばしば。また、最近では遠足が楽しみになっていることから「遠足に〇〇のお菓子持って行く〇〇ちゃんは、これも食べられるの？！かっこいい〜！」と褒められると、得意げな顔をして食べ進め、ドヤ顔で報告してくれる姿がとてもかわいらしいです！苦手なものに挑戦する量は一口であったり、半分であったり、完食できたり・・・それぞれですが、それぞれの頑張りを認め、褒めることができるよう心掛けています。また、「嫌い」を「好き」にすることは難しいと思いますが、日々の「嫌いだけど食べられた！」の積み重ねが自信となったり、様々な食材の味を知る経験に繋がってくれたらと思っています。



その日のメニューなどに応じて、スプーン、フォーク、箸、どれを使うと食べやすいのか？ということも伝えています。



5月6日生まれ
にいのみおちゃん



すてきな一年になりますように♪