



12月

# つぼみぐみだより



2023.12

日に日に空気が冷たくなり、冬の訪れを感じる季節になりました。

寒さの中でも、子どもたちは外へ出ることを楽しみにしています。毎日、散歩へ出て身体をたくさん動かしご飯をお腹いっぱい食べ、お昼寝はぐっすり！気持ちよく目覚めて、また元気にあそぼ！！

“つぼみ組が1年を通して大切にしていることです。”

## ♪食事の様子 第2弾♪

食事の様子を掲載してから3か月たち、子どもたちの成長と共に食事の仕方が変化してきました。ほとんどの子がミルクを卒業し「じぶんで食べる！」の気持ちを持ちながら食事を楽しんでいます。

### 今の子どもたちに合う食具を



立ち上がりのある器だと  
すくいやすいです。



出来ない所を  
さりげなくサポート。  
「じぶんでできた！」

スプーンを下から持つようになったらウェーブスプーンに移行。



### いっしょにたべよう♪



一緒に食べるとおいしさも倍増！

「誰かと一緒に食事をする楽しさ」「自分で食べることの楽しさ」…食事の中には子どもたちの感じる「たのしい」がたくさん詰まっています。

「〇〇ができる」「ぜんぶたべた」と見るのではなく子どもたちがどんな思いで食事と向き合っているのかを大切にしながら食事のお手伝いをしています。

### こんなこともできるよ



椅子を引いて座りエプロンは自分で！

### じぶんで食べる



### 💡つぼみのちょこっと豆知識💡

寒くなってきました。体調管理を維持するためにも「早寝早起き朝ご飯」を心掛けましょう。忙しい朝、野菜やソーセージなどを入れた「具たくさんスープ」はいかがですか？スープとおにぎり、またはパン。簡単に栄養は十分。身体も温まり免疫力を高めてくれますよ。家族みんなでお腹の中からポッカポカ♪

### 「ただいま」

お迎えに行くと子どもたちはどんな表情で出迎えてくれますか？日中は楽しく過ごしている子も、外が暗くなってくると不安になって部屋の出入口を気にしています。お迎えにいらしたら、帰りの準備は後にして「ただいま。待っててくれてありがとう。」としっかり抱きしめてあげてください。抱っこではなく「ギュッ」と抱きしめてあげることが大切です。子どもたちは抱きしめられた温かさと安心感をいつまでも覚えているものです。

“ギュー！”は“だいすき！”の気持ちです。