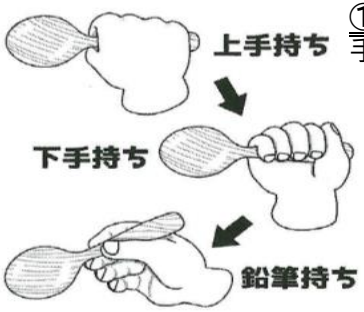
子育て支援通信

げんき

12月号

2026年11月20日発行
中札内村子育て支援センター
TEL/fax　67－2397

＊やってみよう！　～食具の持ち方～＊



①上手持ち＜1歳～1歳6ヶ月頃＞
手のひらで握り込みます。

②下手持ち＜1歳6ヶ月頃～2歳頃＞
下から握ります。手のひらを開いて上にスプーンを乗せます。

③鉛筆(三点)持ち＜2歳後半頃～＞
鉛筆の持ち方で持ちます。はじめは、ぎこちなさもありますが、成長とともに正しい持ち方になっていきます。

「鉛筆(三点)持ちが、いつもできる！」･･･というようになるまでは、お箸は持たずに、スプーンやフォークを正しく持つことに目を向けましょう。

① 9か月頃から、手づかみで食べることをたくさん経験することで、やがてスプーン握りにつながります。
② 下手持ちや鉛筆持ちができるようになるには、手首の回旋が必要です。
「スコップで砂場の砂をひっくり返す」「ボールをつかんで投げる」など遊びの中でも回旋運動を促す経験ができます。
③ 鉛筆持ち(三点持ち)ができると、やがてお箸や鉛筆を正しく持つことにつながります。
お子さんのスプーンの持ち方を見てさりげなく、教えてあげましょう。
楽しく食べることも大切にするため、厳しく注意しすぎず、程よく伝えましょう。

12月 おやつ試食会

保育園の手作りおやつを食べてみませんか？
レシピもありますよ！
予約制で先着3組の親子。11月27日(金)まで、子育て支援センターへご連絡ください。

12月4日(金)15:30～
1食 70円

～メニュー～
＊きなこ甘納豆ケーキ
＊牛乳

※持ち物などの詳細については、参加される方に後日お知らせ致します。

＊お知らせ・お願い＊

●感染症が流行しやすい季節となりました。**事業をご利用の際は、健康観察をしていただき、特に発熱・下痢・嘔吐等がある場合は利用をお控えください。**
前日まで発熱があった場合は『解熱後12時間以上経過後』、下痢・嘔吐は『完全に治まってから24時間経過して食欲や機嫌が戻ってから』のご利用をお願いします。その他、気にかかることがありましたら職員へご相談ください。

●支援センターの玄関付近の扉に「お知らせボード」を設置し、利用者の皆様へお知らせしたいことを掲示しています。これからの時期は、特に感染症の流行状況や感染症の症状等のお知らせなども掲示することが多くなりますので、必ずご覧いただき、事業利用等の参考にしてください。

★絵本紹介★

※支援センターでは絵本の貸し出しをしています。お気軽にご利用ください！

＊キヨノ サチコ作＊
「ノンタン！サンタクロースだよ」



冬を感じる絵本のご紹介です。この他もにもいろいろな絵本がありますよ！

＊ひらぎ みつえ作＊
「ねんねしたらサンタさん」
★人気のしかけ絵本です★



＊ひろかわ さえこ作＊
「ふわふわのおはなし」
★かわいい冬のお話です★

