



# ぴよぴよ

2025年 3月  
たかがみねこども園  
北区鷹峯土天井町53  
TEL: 491-3300

## 3月の予定

### ☆身長・体重をはかろう&園庭で遊ぼう♪

(3/13・木) AM10:00~11:30 場所: 友遊館

今年度最後の『身長・体重をはかろう』です。赤ちゃん用の計測器もご用意しています。身体測定の後、園庭で遊びます。雨天の場合は友遊館で遊びます。

### ☆タッチ ケア サロン!

(3/25・火) AM10:00~11:30 場所: 友遊館

講師の先生をお招きし、親子のふれあい遊びを教えてくださいます。お母さまがお歌をうたいながら赤ちゃんを撫でたりさすったりしながらリラックスさせて、親子の愛情を深めていきます。

※ 5組限定としますので、来園される場合は、必ず事前予約をしてください。

### 《来園の際のお願い》

園へお越しの際には、

- 事前に検温をしてください(保護者・お子さま)
- 発熱(37.5度以上)や風邪の症状(咳・鼻水・下痢など)がある場合、ご利用をご遠慮ください。



ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

## ~おすすめ絵本~

『いろいろいちご』 作: 山岡 ひかる 発行社: くもん出版

イチゴジャム、イチゴムース、しゃりしゃりんのアイスリーム。

リズムカルなことばとおいしそうなお絵で、どんどん変身していくいちごにワクワク! みんなが大好きないちごスイーツが勢ぞろいして、甘〜い香りがしてきそう。

「どれが食べたい?」とお話しながら親子で楽しく「味わって」くださいね。



生後 9～11 ヶ月頃（離乳食後期・カミカミ期）から始まる「手づかみ食べ」。手づかみ食べは赤ちゃんの脳を刺激する大切な行動です。また、「目で見て」「手で持って」「口に運ぶ」という 3 つの動作は、目、手、口が協調するからできることなのです。

### STEP1 見る

食べ物を見た赤ちゃんは五感をフルに活動させます。見た目、におい、手を伸ばしてつかんだ感触、一度食べてみたその味、また作っているときの音なども脳への刺激になり探索心とともに手を伸ばします。

### STEP2 つかむ・つまむ

物を握ることは生後 4 ヶ月頃からできますが、生後 9 ヶ月を過ぎると力を加減し、欲しいものを手全体でつかんだり、親指と人さし指ではさんで持てるようになります。離乳食後期頃には指先で“つまむ”ということも上達するでしょう。

### STEP3 口に運んで食べる

ピンポイントで口に運べるようになるのは生後 9 ヶ月頃から。口に量を入れすぎてオエツとなることもあります。次第に加減できるようになります。最初はコントロールがうまくいかず、手全体で口に押し込むこともあります。1 歳くらい（離乳食完了期）から、前歯でかじりとることができるようになります。

#### ☆食材を赤ちゃんがつかみやすいサイズと形状にする

おにぎりや野菜はスティック状（棒状）にすることで赤ちゃんもつかみやすく、食べやすくなります。最初は少量からスタートし、様子を見て少しずつ増やしていくと良いでしょう。

#### ☆テーブルや椅子などの環境を整える

背もたれがしっかりと背中にフィットし、足がぶらつかず地面や踏み台にちゃんと付くように椅子の高さを調節し、食べ物を置くテーブルは、赤ちゃんが手をのばして口元に運ぶ動作がしやすい高さにしましょう。

また手づかみ食べの練習では、赤ちゃんが食材を落としたりして床が汚れることもあります。後片付けを楽にするため、椅子やテーブルの下には新聞紙や不要な紙類を敷いて、終わったらそのまま丸めて捨てられるようにするのがオススメです。

#### ☆ママ・パパが見本を見せる

ママ・パパが見本となって手づかみ食べをする姿を赤ちゃんに見せてあげましょう。上手にできたときには「上手だね」「よくできたね」とほめてあげることですます意欲的になり、食事を楽しむようになります。

