



N066
平成27年5月号

氷川保育園・子育て通信



好き嫌いが少なくなるには？

好き嫌いとは、3歳くらいからはっきりしてきます。味覚の幅が広がると、味の好みも変わって食べられるようになる物もあります。栄養のバランスを考えて、色々な味を体験してみましょう。

新生児 有害と思われる味(苦い=毒、酸っぱい=腐ってる)に対し大人以上に敏感。本能的な反射反応。
出生乳期 許容の範囲が広がり、拒絶反応がやや鈍るが、甘味、塩味、うまみ以外の味は受け入れられない。
幼児期 経験によって味覚の幅が広がっていくが、初めての食べ物は本能的に嫌がる傾向がある。

食べ物に興味を持つ工夫



- ① 調理・盛り付け方法を変えたりしながら、嫌いな物を食べられた時は大げな位褒めましょう
- ② フォンターなどを使って、旬の野菜を育てたり、簡単な調理のお手伝いをする機会を作きましょう
- ③ 苦手な物を無理矢理押しつけてはまじまじ嫌になってしまうので、深慮りに考えすぎないようにしましょう(笑)

今の世の中、“何か”食べられなくても、他の物で栄養を補う事は可能な程、色々な物があります。でも外での食事のたび、「あれ嫌い」「これ嫌い」より、食べられる物が多い程、楽しいと思いませんか？



老人ホーム利用者の皆様との交流

【年長児 琴清苑誕生会参加】平成27年5月8日(金)

・老人ホーム琴清苑の誕生会に年長児が参加し、歌やダンスを利用者の皆様に見ていただき、楽しいひと時を過ごしてきました。

ウエルカムランチのお誘い

平成27年5月13日(水) AM11:30~12:30

- ・町内にお住まいで、50歳以上の皆さま、園児と一緒に昼食を食べて見ませんか。
- ・申し込みは、奥多摩町保健福祉課及び氷川保育園までご連絡下さい。



子育て相談の日

5月20日(水) 午前9時30分から午後2時30分まで、専門の先生によります子育て相談を開催しますので、相談を希望される方は氷川保育園までご連絡下さい。

※子育てに関してわからないことや聞いてみたい事がありましたらご連絡下さい。

発行 氷川保育園 0428-83-2266

e-mail: hikawa@futabakai.or.jp