



給食の時間も、担当制で食事をおいしくいただく、食べる事ことを楽しみにする…といったことを大切にしています。その上で、食事マナーも一人ひとりの発達段階に見通しを立てて身につくよう、教えています。

そこで、今回はスプーンの持ち方について保護者の方と情報を共有しようと思い号外を出してみました。

## ★スプーンの握り方の名称★

### ・パームグリップ

手のひら全体で握る持ち方



### ・サムグリップ

指5本バラバラに動くようになり  
親指でスプーンの柄を支えて握る



### ・ペンダグリップ

鉛筆を持つように親指・人差し指  
・中指の三点で支える持ち方



ペンダグリップへの移行の際、親指と人差し指を鉄砲に見立て、そこへスプーンをはさみ、握っています。

『バンバン』って出来る？と声をかけています。



「スプーンも持てるようになったし、3歳だし箸を持たせなくちゃ!!」と考えがちですが、3歳では箸がもてるだけの手の発達はまだ完全にできていません。まずはスプーンをしっかりと持って上手に食べる事が大切です。もし発達よりも先に箸を持つ事を強制させると、上手に箸を持ってないので上手に食べる事ができず、誤った持ち方が身についてしまいます。発達のスピードは個人によって違います。でも、発達の段階は同じです。(パームグリップ⇒サムグリップ⇒ペンダグリップ) 急いで発達を追い越してしまうと逆効果とも言われています。これからも、子どもたちの発達に合わせてスプーン・箸の持ち方を援助していきたいです。ご家庭でも、お試しください！！

## ★あそびと食具の関係

あそびと食具にはつながりがあります。遊びの中で手の発達を育てていけたらなと思っています。次回は、それらを育てる『あそび』を紹介していきます！！