

## スプーンについて

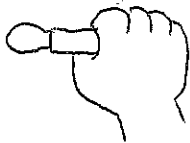
1歳を過ぎた離乳の完了期(1歳～1歳半頃)を迎えたお友達が自分で食べたいという意欲から、スプーンを使い始める子が増えてきました。今月はスプーンについてスポットをあててみました。

## 《スプーンの使い始めの目安》

- ◆ 歩行が出来て椅子に座ることが出来る。
- ◆ 手つまみ食べを充分に行い慣れてきた。
- ◆ ひじを肩くらいまで上げて、腕を動かせるようになってきた。

## 《スプーンの持ち方の変化》

① 上握り



スプーンに興味をもち始めた頃

② 指握り



手首が返せるようになった頃

③ 鉛筆握り(ペングリップ)



親指・人差し指、中指の3本を使って食べられるようになる頃(3歳頃)

## 《スプーンを入れる向きの変化》

① 口角から



上腕が体に接触している。

② 斜めから



肩が開き、肘が外に出ている。

③ 正面から



肩が前にまわるようになる。

スプーンの持ち方・動かし方は肩から腕の発達と共に上手になります。

## 《スプーンを使えるようになるまでのステップ》

- ① まずはスプーンで大人が食べさせてあげる。
- ② 上握りで持たせ、大人が手を添えて口に運んであげる。
- ③ スプーンに一口だけのせてあげて、ひとりで食べられるようにする。
- ④ ココット皿のように立ち上がりがしっかりあるものや、縁のある皿ですくう経験が出来るようにする。

◎ 口元までうまく運べずに遊んでしまったり、ひっくり返してしまう時には、無理に取り入れずに手つまみ食べの経験を重ねましょう。