永原学園地域子育て支援センター
さんこう・ぽぽらだより
令和８年 11 月発行・第 234 号
認定こども園西九州大学附属　三光保育園
TEL：0952-31-6877

芋ほりを楽しみました！

今夏の佐賀県は雨量が少なく、園の畑やプランターで育てた野菜は、途中で枯れたり腐ったりと、あまりうまくいきませんでした。10 月に入り、子ども達が毎年楽しみにしている芋ほりが近づくに従い、芋の成長がとても気になっていました。初日は３歳児が出かけましたが、阪東さんが大切にしている畑には大きな、大きな芋が育っていて、子ども達からは大きな歓声が聞こえてきました。夢中でショベルを動かす子、途中からは手で掘り出し、やっとの思いで掘り起こした大きな芋を手に歓声を上げ、満面の笑みで輝いていました。小さな芋も忘れず自分の袋いっぱいになる迄詰め込み、畑を後にした次第です。

今週は、お芋を使った料理の話で盛り上がりました。芋ご飯が一番多かったようですが、子ども達は、芋のてんぷらがたくさん食べたかったと呟いているところが可愛かったです。

晩秋に入り、ススキや落ち葉の季節になりました。遊びにも焼きいもごっこや落ち葉のシャワーごっこが始まり、外遊びを満喫している園の子ども達です。

佐賀平野には色とりどりのバルーンが飛んでいます。空を眺めながら、秋の自然を満喫しましょう！



親子でお芋堀り体験！！楽しみました！



お芋堀体験者さんの感想

・大きいお芋でびっくりしました。

・土が柔らかく、子どもと一緒に掘れました。

11 月・12 月の「子育て支援事業」のお知らせ

①　実施日

・11 月４日（水）2・3 歳の日「秋の自然で遊ぼう」
・11 月６日（金）1 歳の日「絵の具遊び」
・11 月 10 日（火）12 日（木）
　赤ちゃんの日「クリスマスカード制作」先着８組
・11 月 18 日（水）パパ・ママ講座「ストレッチ」先着５組
・11 月 20 日（金）25 日（水）26 日（木）フリーディ
・12 月２日（水）東与賀よかよかサークル（東与賀保健福祉センター）
・12 月８日（火）環境講座「SDGsについての学び」
　（佐賀市エコプラザ 10 時 30 分）先着５組
・12 月 10 日（木）防災講座「防災についての学び」
　（佐賀市広域消防局９時 30 分）先着３組
・12 月 16 日（水）2・3 歳の日「クリスマス会」
・12 月 17 日（木）1 歳の日「クリスマス会」
・12 月 21 日（月）22 日（火）赤ちゃんの日「クリスマス会」先着８組
・12 月 23 日（水）フリーディ

②　時間：10 時～12時

③駐車場：三光保育園駐車場
※三光幼稚園の駐車場と間違われないようお願いします。

④申し込み方法：「さんこう・ぽぽら」HP　1 日 10 時から
※赤ちゃんの日は兄姉児の参加はご遠慮下さい。
※2・3 歳の日、1 歳の日、フリーディは予約なしで参加できますが、駐車場台数に限りがあります。
※諸処の事情で計画の変更や中止が予想されます。お出かけの前に必ず、「さんこう・ぽぽら」HP をご確認ください。

♪育児相談・食育相談をしています♪

三光保育園及び三光幼稚園では、育児・食育相談を受け付けています。お気軽にお申し込み下さい。
※毎月第３火曜日の 14 時～16 時までは、西九州大学短期大学部教員による、食育相談を行っています。事前にお電話でお申し込みの上、ご利用下さい。
（受付時間：平日の 9：30～17：00 まで）

さんこう・ぽぽら（園庭を含む）開放の時間帯について

【開園日】〇月～金（祝祭日・お盆・年末年始を除く）
【時間】　〇9：00～12：30、13：30～16：00
　　※12：30～13：30　昼休み・準備の為閉園
【お知らせ】
※園行事の為、ご利用できない場合があります。
※出前支援の場合は、担当職員が不在になります。
※ご希望の場合は電話でお問い合わせください。

「シニアサロンぽぽら」

子育て支援センター「さんこうぽぽら」では、月に１回地域の方におこし頂き楽しいひと時を過ごしています。お茶とお菓子を頂きながら、おしゃべりや物づくりを楽しみませんか？　　日時：11/30（月）お店屋さんごっこ
12/18（金）クリスマス会

寄稿：西九州大学・西九州大学短期大学部の窓から

子育て便り

お子さんの「食べる力」の発育にも注目しましょう

リハビリテーション学部・学科　理学療法専攻　みやもとあきら

「どうして、うちの子は食べないのかな？」と思ったことはありませんか。毎日の食事は、子どもの成長を知る大切な時間です。園児期は、「野菜を嫌がる」「同じものばかり食べる」「食事に集中しない」「時間がかかる」など、食事について気になることが多い時期ですね。特に、1 歳半～2 歳ごろは、今まで食べていたものを急に嫌がったりすることがあります。しかし、これらは単なる「好き嫌い」でもなければ、お子さんのわがままでもなく、「摂食機能の発達」に関係しているかもしれません。子どもは大人のように理屈で食べ物を考えて食べることができないため、食べ物のにおいや食感が苦手だったり、食べることへの不安が強かったりして、食べられる種類や量が少なくなる場合があります。このような状態の一つに『回避・制限性食物摂取症（ARFID）』となる場合もあります。

「食べる力」の発達には、口や歯、舌の働きは大切です。食べ物を口に取り込み、舌で運び、歯と歯茎で噛みながら唾液と混ぜて飲み込みやすい形にしていきます。口腔機能の発達が十分でないと、硬いものを嫌がったり、食べるのが遅かったり、飲み込まずにずっと噛んだり、舌で食べ物を上顎に押しつけるような食べ方が見かけられます。これらには、口の中から覗き込める上顎が通常より深い『高口蓋』など、口の形の特徴が、舌の動きや食べ物の処理に影響することもあります。

そして、もう一つ大切なのが「からだの使い方」です。スプーンを持つ、食べ物をつまむ、口まで運ぶ―これらには手や上腕の働きが必要です。手を自由に動かすためには、身体の中心となる体幹が安定していることも大切です。頭を支える頸部、骨盤や体幹、足の安定性がなければ、口の動きと手の使いに悪い影響が出やすいです。例えば、椅子に座ったとき、足がぶらぶらしていませんか？　食事中に体が左右に傾く、足がぶらぶらする、重たい頭が支えきれず姿勢が崩れるなどの様子があると、食べることに余分な力を使ってしまいます。この際には、足台などを使って足を安定させることも、食べる姿勢を支える一つの工夫です。

また、食事中は、食べ物の飲み込みと呼吸を上手に切り替える必要があります。そのため、そのため、鼻づまりがあると、食べながら息をすることが苦しくなり、食事に疲れやすくなることがあります。

摂食機能を含む発育上の問題を早期発見するための 5 歳児健診」を 2028 年度までに全国すべての自治体で実施するという目標を掲げ、こども家庭庁を中心に国を挙げた取り組みが急速に進められています。「噛みにくそう」「飲み込みにくそう」「食事にとても時間がかかる」「手づかみやスプーンがなかなか上手にならない」など、気になることがあれば、早めに専門家に相談してみましょう。