

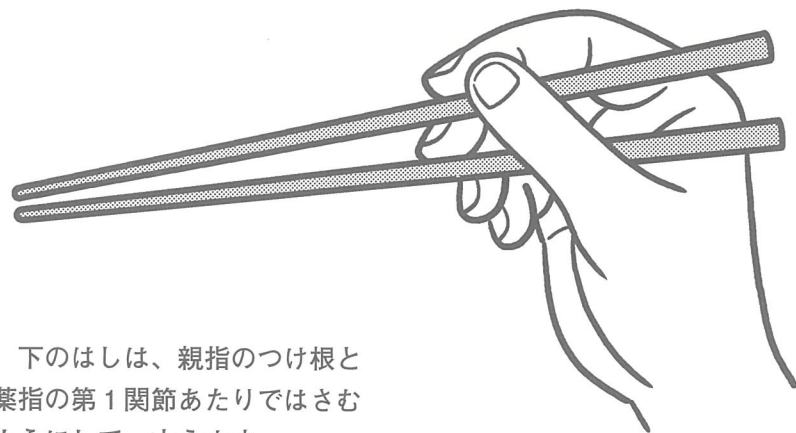
# たのしくたべようニュース

## 幼児期から身につけておきたい はしの持ち方・使い方

はしを使い始める年齢は、3歳頃からが多いようです。はしを正しく使えるようになるためには、正しい持ち方を練習させたり、おとなが手を添えて正しい持ち方に直したりすることが必要です。また、周りのおとなが手本となることが大切です。

### はしの持ち方

絵を見せながら、はしの持ち方をまねさせてみましょう。

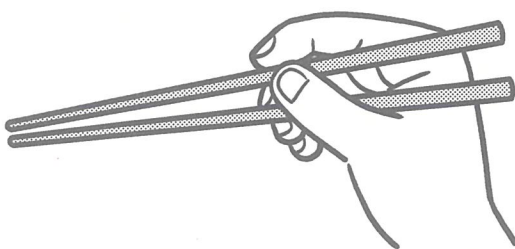


上のはしの持ち方は、鉛筆の持ち方とよく似ています。

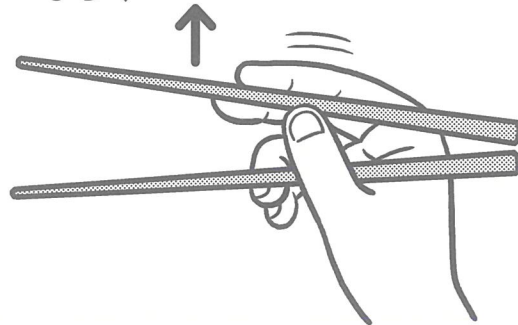
下のはしは、親指のつけ根と薬指の第1関節あたりではさむようにして、支えます。

**ポイント** 上のはしだけを動かします。下のはしは動かしません。

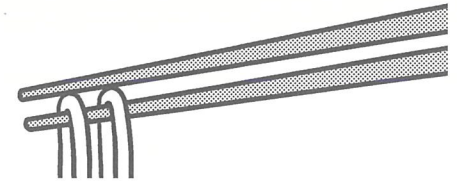
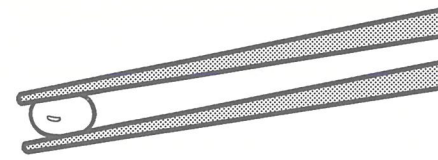
とじる



ひらく



きちんと使えると いろいろな形の食べ物ははしで食べることができます



豆などの丸い形や、うどんやそばといっためん類など、食べ物はいろいろな形をしています。つかみにくい形もありますが、正しい持ち方を身につけ、何度も使ううちに上手に使えるようになります。

## 子どもに伝えたい！ 嫌いばし

はしを使う時には、「やってはいけない」はしの使い方があります。「嫌いばし」といわれ、一緒に食事をする人に不快感を与えるので、子どもたちにもはしのマナーを伝えていきましょう。

### × 刺しばし



おかずにはしを突き刺すこと。

### × 寄せばし



はし先を使って、器を手前に引き寄せること。

### × ねぶりばし



はし先をなめること。

### × 探りばし



はしでかき混ぜて、器の奥の方にある料理を食べること。

### × 迷いばし



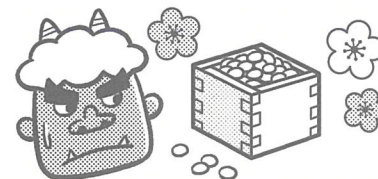
どのおかずを食べようかと、料理の上ではしを行ったり来たりさせること。

### × 涙ばし



はし先から汁などをぼたぼたたらすこと。

## 2月3日は節分



節分とは、もともとは立春、立夏、立秋、立冬の前日のことで季節のかわる節目を指していましたが、次第に立春の前日のことだけをいうようになりました。節分に豆まきをするのは、豆には霊力があると信じられていて、豆をまくことで鬼を追いはらう(病気や災いを追いはらう)意味があります。

参考文献『排せつ・食事・睡眠・着脱・清潔 生活の自立HandBook』谷田貝公昭監修 山口久恵 高橋弥生 今井恵子 上野通子共著 学習研究社刊ほか 監修 目白大学 人間学部 子ども学科 教授 高橋弥生先生