

## お箸はいつから？

いつから持たせよう…育児中の悩みのひとつかと思います。離乳食と同じで、発達に合わせないと、困ったクセがつきやすくなります。まずは現在の子どもの発達段階をチェックしてみましょう。

### スタート 子どもの指の発達段階をチェック

- ◎ 楽々、指できつねが出来る
- ◎ きつねの口をとじたり開いたりできる。
- ◎ 1、2、3…と指を自由に動かせる



#### はい

親指・人差し指・中指を動かす力=箸を正しく持つ力がついています。

#### 箸の練習を開始しましょう

##### おはしの選び方

親指と人差し指を直角に広げ、その両方の指先を結んだ長さ(ひとあた)の1.5倍の長さが、ちょうどよい箸の長さといわれています



#### いいえ

・ 指の発達がまだ不十分。  
箸を正しく使いたくても使えません  
中指で支えて、親指・人差し指で箸を動かすのが難しく、食べものをひっかけて食べたり、かきこみ食べをします。

#### でも持ちたがるし、矯正箸なら箸を使えるでしょ？

箸の練習にはならない

矯正箸は

ちょっと待った!!

#### なぜ…

まだ手指の発達が未熟で、箸を動かさない子どもの、「持ちたい」という意欲に応えてくれる矯正箸。

だけど、手指の発達を促すものではありません。矯正箸の多くは指先ではなく、手のひらを動かすことでも食べ物をつまめるからです。

#### しかも…

違う力を使っているため、普通の箸は持てない手指が発達したとき、変なクセがついてしまっている

#### 箸を持つ近道

手指を使うあそびをたくさんしましょう

スプーンでこぼさず食べる練習しましょう



保育園では、以前はうさぎ後半(3歳位)から持ち始めていましたが、子ども達の手指の発達の学習を続けた結果、今はきりん後半(5歳位)から使い始めています。