



食事のマナー改善 どうすれば

3歳になる息子が、フォークやスプーンを使いたがらず、皿に直接口を付けて、犬のように食べるときがあります。手づかみで食べることもありますが、手が汚れるのは嫌なようで、「食べさせて」とアピールします。「フォークを使おうね」と促すと「嫌だ」と暴れるので、結局親が食べさせています。

食事中に歩き回り、なかなか座って食べることもできません。このままではくせがついて、1人で食べる事ができなくなるのではないかと心配です。

この春に、幼稚園年少組に入園しました。家庭でできることがあれば、教えてください。

先生、教えて!

子育て・教育相談コーナー



仙台市若林区
30代・会社員

からの質問

●回答してくれた人

高野 幸子さん

たかの・さちこ 宮城県亘理町出身。仙台市宮城野区の福室希望園園長を経て、2022年4月から社会福祉法人希望園の3保育園の統括責任者。宮城県保育協議会副会長も務める。



フォークやスプーンを使いたがらないのですね。でもまずは、自分で食べる意欲を引き出すことが大切です。親御さんが食べさせるのはやめましょう。

最初は嫌がって暴れるかもしれませんが、食べないのなら「いいよ。食べなくて」と、いったん片付ける。その代わり「おなかすいた」と言ったときは、すぐに出してあげてください。子どもは素直ですから、おなかがすいたら食べます。

そして、食べている間は手や口を出さずに、見守ります。うちの園では、どんな方法で食べていても何も言いません。せっかくおいしく食べているのに、いろいろ言われたら、嫌になってしまいますからね。手づかみ

食べ方より意欲を尊重

でも何でもいいです。自分で食べられたら、褒めましょう。

フォークや箸の使い方は、遊びの中で身に付けさせたいですね。おままごとで木のお茶わんを持ったり、箸を使ったりするのもいいです。箸を持つ経験は将来、鉛筆を持つことにつながりますから、大事にしたいです。

幼稚園に入園したことは、いい刺激になると思いますよ。先生が食べさせることはありませんし、周りのお友達の食べる様子を見てまねするかもしれません。先生にきちんと相談して、見守ってもらえるようにしましょう。

急に直すのは難しいです。長い目で見てあげてください。

このコーナーは保護者からの子育てや教育についての相談を募集しています。メール、郵送のほかQRコードから応募できます。

▷記入事項 氏名、年齢、職業、住所、家族構成、電話番号、メールアドレス

▷宛先 〒980-8660 河北新報社
こども新聞係。メールアドレス
kyo pro@po.kahoku.co.jp

