



スプーンの持ち方の変化



1 歳～1 歳半ごろ	1 歳半～2 歳ごろ	2 歳後半ごろ	3～5 歳
上手持ち	下手持ち	三指持ち	箸の練習へ
			
・スプーンに興味を持ち始めたら、スプーンの練習を開始する ・上から持ち手を握る	・下から持ち手を握る	・親指、人差し指、中指を使って握る	・3～4 歳ごろに箸を持ちたがるようになる ・じょうずに持てるまで見守る

スプーン・フォークの選び方



- ☑ 持ち手は太めが握りやすい
- ☑ 持ち手の長さは握った時に手から少しはみ出るくらいの長さ
- ☑ さじ部分が小さめ
- ☑ フォークは先端が丸いもの

食器の選び方



- ☑ 底面が広く、立ち上がりのあるもの

↓
スプーンですくいやすい

箸の選び方



- ☑ 長さは手の大きさ + 3 c m くらいのも

箸の長さ（目安）

- 3 歳児・・・約 14 c m
- 4 歳児・・・約 15 c m
- 5 歳児・・・約 16 c m