



お弁当について

お弁当を導入するに際してのお知らせをいたします。目的は、「**自立して食事を行うこと(またはその練習)**」「**完食する達成感を味わい習慣化することで食の大切さを知る**」ですので、この日はおなか一杯になる量ではなく流れに沿える量や内容にしていだきたいと思っております。帰宅後に補っていただくこともあると思いますが、目的を踏まえたくうでご理解とご協力をお願いいたします。

お弁当の中身	● 最初：おにぎりのみ（フォークで刺してもくずれないように少し硬めに握ってください） ● 慣れてくると（ご相談しながら）：おかずを1品ずつ増やしていきます。 ➢ デザートは入れないようにお願いします。 ➢ 色合いを考えて入れてください。 ➢ 不用にピック等で飾らないようにお願いします。 ➢ キャラ弁にしないでください。 ➢ ふりかけやOKですが、海苔はひえると食べにくさがあるのでNGです。 ➢ まずは嫌いなものではなく好きなおかずにしてあげてください。 ➢ ひえると食べにくくなるものスパゲティやあぶらもの（フライなど）はお控えください。 ➢ 市販の冷凍食品ではなく おうちの方の手作りのものをお願いします。
ご飯の形状	※ラップ包みは 不可です。→手で食べる方法はしません。 ● 最初の段階 ➢ 肉団子程度の一口で食べられるおにぎり ➢ フォークでさしても崩れない硬さに握ってください。レンジであつためるとほぐれやすくなるので結構硬めに握って丁度いいくらいになります。 ● 慣れてくると→大きめに切って食べるようにします。
カラトリー	● フォークからスタート ➢ 右写真のような 先の形状をしているものにしてください。 ➢ 一般に売られている子供用は外側が大きく太くなっています。 ➢ おにぎりやおかずを刺すと崩れてしまいます。 ➢ なければ、デザート用フォークで構いません。 ※先がとがっていて子どもは喉を突いたりしません。 ● お箸は…フォークがしっかり持て（お仕事の様子からも準備を進めていった適時で）お箸に移行していただいてもかまいませんが、エジソンなどの輪がついている補助のものは控えていただいています。 
カラトリーケース	● ビニールに入れて くるくる巻いて 入れておいてください。 ● 扱えるのであれば、ケースに入れてきてくださって構いませんが、3点セットを使用する場合は 使用するもの以外は抜いておいてください。
量	15分～20分以内に食べ終わることのできる量
お弁当箱	● 自分で開閉が可能なもの（練習をしておいてください） ※湯気で吸着のないよう湯気抜きして蓋を締めてください ● お家にある小さなタッパでもOKです。
お弁当袋 その他	・ お子さまが扱える形状・大きさで お願いします。 （できる場合は お弁当風呂敷も可です） ・ コップは うがい用コップを使いますので お弁当袋に入れないようにしてください。 ・ 慣れてくると うがい用コップとは別に 陶器のコップを用意していただきます。 ・ お茶は こちらで用意します（麦茶）

☆すべてに名前の記入をお願いします。

☆アレルギーなど留意点がございましたら事前にお知らせください。不定期でおかずや汁物を1品出すときがあります。

☆ご都合で 昼食を食べずにお帰りになりたい方は、事前からお子さまに納得できるようお話をいただき、朝送っていただいた時に口頭とメモ(両方)でお知らせをお願いいたします。

☆そのほかご質問がある方は、いつでもお尋ねください。

