

いすについて

乳児保育所

園でもご家庭でも、毎日の生活の中で使う椅子。
お子さんにとって居心地の良い場所となるためには、どうしたらいいのでしょうか？
実際に保育所で使用している手作りグッズやおすすめの方法を紹介します！

どんな椅子がいいのかな？

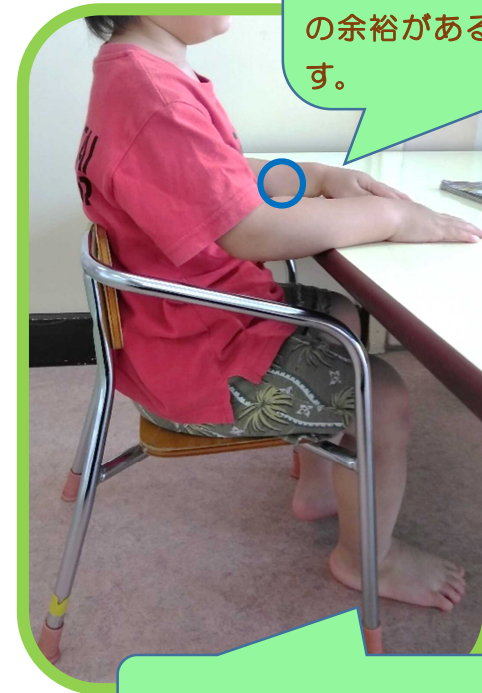
★座卓でもダイニングテーブルでも食事がしやすいようにテーブルと
子ども用の椅子の高さを合わせ、子どもの体にフィットしたものを選び
ましょう。

★足をしっかりと踏ん張らせて姿勢を安定させることで、かむ力
(咀嚼力)へとつながります。座面や足をのせる台の高さを調整で
きる椅子がおすすめです。

「でも我が家の椅子は調節できないタイプだわ…」って
方におすすめの、保育所で実際に使用している手作りグッズを紹介します。

ポイント

手が自由に動かしやすい高さ
おなかの前にこぶし1つ分くらい
の余裕があるとちょうどいいで
す。



ポイント 足が床につくとよいでしょう。

★保育所の手作りグッズ★

椅子と机の高さのバランスがとても大切です！

園では発達や成長に合わせて、机と椅子の高さに変化をつけ、食事や活動がしやすいように配慮をしています。園で行っている、工夫を紹介します！



足の裏が床につかない時は…

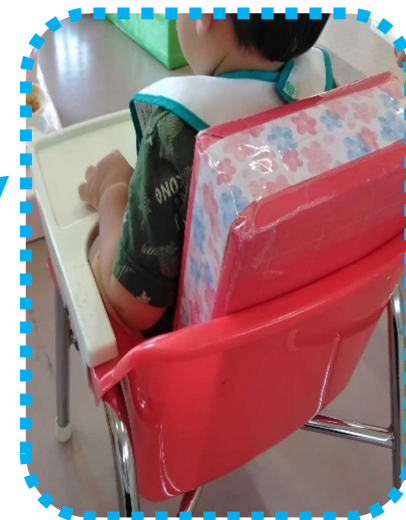
足台を置いて、足で地面を踏ん張れるようにしましょう。ご家庭にある厚めの雑誌や踏み台などを利用していいでしょう。保育所では、牛乳パックを利用して足台を作り、お子さんに合わせて足台の高さを調節しています。

足台の作り方

牛乳パックの中に新聞紙などを詰めて強くしたものを4本用意します。4本をガムテープなどで、しっかりと止めたらできあがりです！高さはお子さんに合わせましょう。

椅子に深く腰掛けると届かない時は…

背中のお尻にクッションやタオルなどを入れて調節しましょう。保育所では、箱やタオルで調整しています。



体がすべって安定しない時は…

- ① 座面に滑り止めシートを利用すると安全に座ることができます。
- ② 座面に傾斜をつけた箱を置き、その上に座ると前傾姿勢になりバランスが安定します。



つくる時のポイント

発泡スチロールを利用して作っています。
高さ2センチ、幅は椅子の幅。