



Social Welfare Corporation

KUJIRA

『鼻をかむ』って、いつから？

上ノ丸くじら保育園

鼻水が出る季節になりました。保育士は日々ティッシュをもって歩き回っています。

さて、鼻をかむというのはいつからできるようになるのでしょうか？保育園では発達の時期に合わせて自分で鼻をかむことができるように援助しています。

★鼻をかめるようになる目安は、1歳児クラス（2歳ごろから）です★



1歳後半（0～1歳児クラス）



まだ鼻をかむのは難しいが、鼻水が出たら知らせに来ることがある。

- ①一緒に鏡を見て『鼻水出てるよ、ティッシュで拭こうね』と状態を言葉にしながらかしきかけながらか拭いてあげましょう。
- ②『拭いたら気持ちよくなったね、すっきりしたね』などキレイにすると気持ちが良いことを言葉にして話しかけましょう。
- ③『鼻水出てるよ、ティッシュで拭いてみて』と促すと自分で拭こうとするようになります。

2歳（1～2歳児クラス）

『鼻水フーンしてね』と鼻をかむ練習をしていく

- ・片方ずつ鼻の穴を押さえて鼻をかむことを、手を添えて知らせていきましょう。
- ・鼻水が出たらすぐにふき取り、清潔にする習慣を付けましょう。

鼻をかむ感覚が分かりにくい時は？

- フーンと息を吐く感覚が掴める遊びをしてみましょう。
- ・ティッシュや薄いハンカチなどを顔にあてて、口から『フー』っと息を吹きかけて遊ぶ。
 - ・慣れてきたら『口をつむって鼻でフーン』してみたと声をかけてみましょう。
 - ・2歳の誕生日ケーキにロウソクを立てて、ふーっと吹き消す経験をするのも良いかもしれません。

4歳（3～4歳児クラス）

自分で鼻をかめるようになる。

I trust myself. We all trust you.