

いっぼ保育園
 令和3年6月1日発行
 第 63 号
 作成者 桑江 綾子

季節の変わり目で体力が落ちてくる梅雨に入りました。この時期は食中毒に注意しましょう。菌が増えても、食品の味や風味の変化に気づかずに食べてしまいがちです。①しっかり加熱②できたらすぐに食べる③冷蔵庫で保存するなど、食品管理に気をつけてください。



あかちゃんの食べ方

①4カ月頃

②6～7カ月頃



③8～9カ月頃

手で食べ物の
 大きさや固さを
 認識します



④11カ月頃

手つかみ食べは、手で道具を使う知恵と力を身につけると同時に食べる意欲や五感を育てます。片づけは大変だけれども古新聞などをうまく活用して一緒に食事を楽しんでください♪



手つかみ食べについて

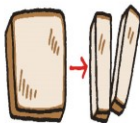
10か月頃になると、多くの赤ちゃんは食べ物を認識して手を出すようになります。自分から食べようとする意欲の表れです。つかんで食べやすいよう調理方法や盛りつけを工夫しましょう。



野菜は柔らかく煮る



麺類は7～8cm
 くらいに切る



トーストをスティック状に切る

スープの具や麺類は、手つかみ食べ用の皿にのせる



楽しく食べる
 環境作り

食事は落ち着いた雰囲気や、安心できる大人といっしょに、焦らずゆったりとした気持ちで進めることが大切です。大人が「食べさせる」のではなく、赤ちゃんが「自分で食べたい」と感じることで、そのとき口に入ったものが、適切な形・硬さ・味・温度であれば、赤ちゃんは自然と口を動かします。やさしいことばかけと、あたたかいまなざしも欠かせません。

