



もみじ

くれよん



入園して1ヶ月が過ぎました。少しずつ保育園での環境やクラスの職員にも慣れてきて、笑顔を見せてくれるようになりました。園での生活は遊び、食事、睡眠、おやつ、遊びの流れです。

その中でも、今月は“離乳食”に関してお話したいと思います。普段、保育園ではどんな離乳食をどのように食べているか様子をお伝えしていきます。

食事形態

園で提供している食事形態には、『初期食』『中期前半食』『中期後半食』『後期食』『完了食』『移行食』があります。

◎初期食（1日1回 朝）

食材は、ヨーグルトぐらいのペースト状です。おかゆは、10倍つぶしがゆを園では食べています。母乳やミルク以外のものを飲み込めるようになります。口を閉じて食材をとらえ、口に取り込めるようになります。

◆食具

介助スプーンは平スプーンを使います。食材を取り込みの練習をします。大きいスプーンは、汁物をすする練習をする時に使用します。



↑ 平スプーン



↑ 汁用スプーン

◎中期前半・後半食（1日2回 朝、昼）

食材は、舌と上あごでつぶせる固さです。大きさは3~4mm角です。おかゆは、7倍粥を食べています。この頃には口を左右に動かし、もぐもぐゴックン出来るようになります。

◆食具

介助スプーンは、少しくぼみのあるものを使います。この頃には、食材の取り込みが上手になってきます。

◎後期食（1日3回 朝、昼、夕）

食材は、歯茎で潰せるようなバナナぐらいの固さ、5~7mmぐらいの大きさです。かみかみごっくん出来る大きさと固さです。おかゆは、5倍粥を食べています。この頃には、食材を触ってみたいと興味を持ち始め手を伸ばすようになってきます。

◆食具

介助スプーンは、くぼみが深めのものを使います。



中期前半



中期後半

くぼみスプーン



深くくぼみスプーン



子どもたち1人1人の食事の様子、家での食事の様子をお聞きして無理なくゆっくと、食事の形態を進めていきたいと思っています。何より、食事の時間を楽しく過ごせるよう心掛けていきたいです。