

10月

9月は雨も多くジメジメとした天気が続きましたが、2歳児はきのこの制作やお月見団子作りをしたりとお部屋の中でも季節を感じながら過ごしてきました。10月にはさつまいもやれんこん、ごぼうなど美味しい秋の食材を使った給食で季節を感じてもらえたらと思います。今回は「離乳食の作り方」から1か月がたち子ども達の成長とともに離乳食がどのようにしてきたのかをご紹介します。



離乳食初期から中期へ



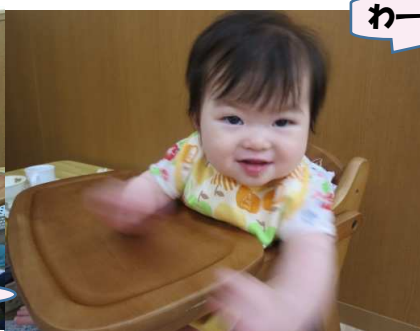
おもゆ、野菜スープ、人参、キャベツ、じゃがいも…などの野菜から始まった離乳食もさつまいもやきゅうり、かぼちゃ、そしてお豆腐やささみなどのタンパク質が増えメニューのバリエーションも多くなりました。



裏ごしをしなければ食べられなかった食材も現在では少しの粒であれば舌を上下に動上あごに押しつぶして食べることができます。お粥の量も30g→50g→70gと徐々に増やしていき、2回食もスタートしました。



座り方もしっかりしています



わーい、ごはんだ



なにかな～？

2人で仲良く食事の
時間です



離乳食中期から後期へ



初期の頃に比べ食事の量もとても多くなってきています。活動範囲も増え大人が思っているよりもたくさんのエネルギーを使っています。
1歳にむけて食べられる食材が多くなりメニューの種類も増えるのでより離乳食作りが楽しくなっていきますね。



形のある食材も口を大きくあけて上手に食べることができます。
下の歯から生え始め、前歯でかじりとって口のなかでつぶす動作ができるようになっていきます。





食べさせてもらっていたごはんも自分で触ってみたりと食事に興味がでてきました。介助スプーンとは別の軽くて持ちやすいスプーンを用意すると、手にとってカンカンと音をならしたり、口のなかにいれてみたりと食具にも興味津々です。

音がするよ！



これ、おいしいかな？



一人で食べられるようになるステップとして積極的に手をだし手づかみ食べをしています。手づかみ口に入れることで自分の口に入る食べ物の大きさや量を確かめています。

手づかみやすいよう野菜スティックを用意しています

落とさず上手にお口に運ぶことができます





もっと食べたいなあ
～!



保育園にきたばかりの頃は泣くことが多かった赤ちゃんも、今では他のお友達と遊んで笑顔で離乳食を食べていて、職員同士「あの子がこんなに食べられるようになるなんて本当に感動するね～」と日々子供の成長を感じています。

これからも日々の子供の成長を楽しみに離乳食作りにはげみたいと思います！

