



ひとりひとりに
合わせた離乳食
を作っています

赤ちゃんは、月齢だけでなく個人差も大きいので、
子ども一人一人の発達に合わせて
離乳食を作っています。
保護者と保育士・栄養士が連携して
個別に応じて離乳食を作るには、
どんなことに気をつけているのか紹介します。



家庭での離乳食の状況や、食べている食材の確認 (食事調査)をこまめに行い、個別に進めます。

家庭で食べることができた食材を園の離乳食に使っています。
そのため、食事の内容は一人一人違います。

こまめな食事調査を行うことで、離乳食の進み
具合や形態などを保護者と確認することができます。

提供した離乳食はクラスの入り口にも展示して、
お迎えに来た保護者にも見てもらっています。



食材は一つ一つ小皿に用意します。

ごはん、おかず、野菜、汁物、果物を毎日そろえています。
いわゆる『ねこまんま』のように混ぜたご飯にはしません。
素材そのものの味や形を赤ちゃんに味わい、体験してもらえるよう、小皿
に1品ずつ盛りつけています。
保育士も「じゃがいもだよ～」 「ごはんだよ～」 「お味噌汁おいしいね～！」
などと声をかけながら離乳食を食べさせ、子ども達が今、何を食べてい
るのかを少しずつ感じ取れるよう配慮しています。

例)7~8ヶ月頃の離乳食





作る人（栄養士）と食べさせる人（保育士）が、
子どもの様子を見て話をします。

個別に対応するには、作る側の栄養士も子どもの状態を知っている
必要があります。

毎日給食の時間に子ども達が食べている様子を見て、作った離乳食が
子どもに合っているか、食べ方や口の動きなどを確認しています。

その時に、食べさせている保育士とも話をしながら、

子どもがよく進む食べ物は何か、

子ども達の食べ方など

について共有しています。



自分の手で食べることを大切にしています。

食べることへの興味が広がり、
ご飯を握りつぶしたり、みそ汁
のお椀に手を入れてみたり、お
皿をひっくり返したりすること
もあります。

「目で見て、手で触って、口に運
ぶ」という、大人には簡単に出来
る動作も、赤ちゃんにとっては
とても大切なことです。

自分でやりたいという気持ちを
大切に育てています。





Q&A

保護者からの声

これまで保護者の方から出た質問等に
保育園で行った対応をいくつか紹介します。

Q: 哺乳瓶を使ってミルクが飲めません。(嫌がります)

A: 哺乳瓶に慣れず、泣いて飲めないというお子さんもいます。

保育士が1対1でゆったりと関わりながら、安心して飲めるようになるまでしっかりサポートしていきます。

A: 母乳を飲ませているという家庭の場合、粉ミルクにも慣れていないお子さんもいるので、冷凍母乳を扱うこともあります。哺乳瓶からどうしても飲めないお子さんに対しては、コップとスプーンで飲ませてみるなど、少しでもミルクを口にすることが出来るようにお子さんに合わせて対応しています。

A: ある程度月齢が進んでいけば、家庭での離乳食を早めに進めてみたりしながら、園でも少しでも食べ物を口にできるようにしていきました。

Q: 食べ物に興味がないのか、離乳食が進みません(食べてくれません)

A: 離乳食を始めたばかりの頃は、栄養面というよりも食材やスプーンに慣れることを目的にしています。上手にモグモグできるか、ごっくんできるかを口の動きで見るようにしています。

A: 離乳食をなかなか食べることができない場合は、まずはお腹が空くようなリズムを整えてあげて考えるのも大切ですね。希望園では朝のミルクやご飯は何時にどのくらい食べているかなど聞き、おやつや食事の時間を調整します。

→給食の時間に眠くなってしまうこともあるのですが、その子の睡眠の時間等も配慮しながら、早めに離乳食を出したりすることもあります。

A: 手づかみ食べを十分にさせてあげることで、食べ物(素材)への興味、食べることへの興味も持てるようにしています。