



栄養士 佐藤 正子先生の離乳食講座



離乳食初期、中期の赤ちゃん親子7組が参加しました。試食を食べる様子を見てもらいながら、一人ひとりにアドバイスをして頂きました。



おやさいおいしい♪
おかわりしたよ!



そろそろ味付け
してみようね。



家族が食事をして
いる様子を見せる
ことで、“期待度”
が上がります。



はらばいやハイハイをすると、
腹筋・背筋を使うので、舌の収
まりが良くなったり、歯並びも
良くなります。
1日に何度も
やってあげてね。

《お母さんたちの感想》



“少しづつ、子供のペースで”
離乳食を進めていきたいと思
い、まだ食べない気持ちは(食べた)
を大切にしたいと思
いました。たまごの黄身が5年前の時より
早く食べさせられることに
おどろきました。



腹回し、正しいお座りの方が
お腹を動かして離乳食をすすめる
方がよいと知りました。
月々の成長のペースで参考になり
ました。とても参考にになりました。

一人ひとりの悩みに寄り添って
いただいた丁寧なお話を聞いて
もらえました!
幼児食のお話も機会があったら
お聞きしたいです。

まこ子先生、本日はありがとうございました。
毎日2-7を浮かべながらあげている
離乳食も、娘ちゃんも食べているので
多少自信が持てました。
一緒に参加した皆さんの様子も
見えて、とても参考にになりました。

一人ひとりの悩みに寄り添って
いただいた丁寧なお話を聞いて
もらえました!
幼児食のお話も機会があったら
お聞きしたいです。

実際に、離乳食を
食べさせることができて
とても分かりやすかったです。

腹回し、正しいお座りの方が
お腹を動かして離乳食をすすめる
方がよいと知りました。
月々の成長のペースで参考になり
ました。とても参考にになりました。