

栄養士 佐藤正子先生



幼児食講座



離乳食を完了するかどうかが迷っていたら、これを機に完了食にしてみようと思ひます。他のママさんやリトルお兄ちゃんやお姉ちゃんの様子も見て頂くことで良かったです!



食、睡眠など、いろいろ新しい知識やポイントを教えたばかり、とても心強くなりました。ありがとうございました。

今回、保育所で提供している給食を試食してみなさんに食べてもらいました。これから幼児食に移行する方や、自宅では食べムラあって食べてくれない...などいろいろな悩みがありました。家庭とは違う味や雰囲気につられ、まわりのお友達にも、たくさんほめてもらいながら食えることができました。



今日は貴重なお話をありがとうございました。日頃悩んでいた、たべもの以外の悩みごとにもアドバイスいただき、また育児がんばろうと思ひました! ありがとうございました!



各人食を早く食べることにたのびと、楽しく食べてほしい。このように進めていきたい。このようにお話をありがとうございました。

正子先生が、普段の食事の様子を聞きながら睡眠や排泄、活動量などについてもそれぞれに合ったアドバイスをしてくれました。食事だけではなく、全てが大切でつながっているのよと、お母さんたちにたくさん力になる言葉をかけていただきました。

毎日の食事は大切だと思ひながら今日は、先生の話を聞いてかえだしに、お返事が多く含まれていること。主成分とだしを取る料理を作った方がよいことを知って、おみそ汁を作るときはだしを取って作ってみようと思ひました。



ママたちのお話の間、お料理したり、コイン落としをやったり楽しかったね!

