

離乳食講習会



生後5ヵ月頃から開始目安の離乳食。

今回は保健センターで行われている離乳食講習会
(生後5ヵ月頃～8ヵ月頃)へ取材に行ってきました

「講習会」って聞くとなんか難しきう…

一体どんなことをしているの？



●受付

●講習会・保育開始



●スライドを見ながら離乳食の基本的な進め方を学ぶ(約20分)



●調理デモンストレーション見学(約60分)参加者のうち3名は調理実習に参加出来ます



●保育の子どものお迎え



●調理した離乳食の試食

管理栄養士さんがスプーンでのおげ方、お子さんの食べ方、食事時の姿勢などを個別に見てくれコツを教えてくださいました★

終了



上手にもぐもぐしてるね～



ママたちが講習会を受けている間

子どもは？

保育士2名・看護師1名・食生活改善推進ボランティア数名(申し込み人数により人数調整)が別室で大切なお子さんを保育してくれるので、講習会に参加しているママも安心して預けられますよ★

保育中の様子

おもちゃで遊んだり、寝ている子などのどかな時間を過ごしていました



取材行っの感想

- 事前に申し込みをすることで、保育者の確保を確実にしてもらえるから、子どもを安心して預けられる！
- 月齢にあわせての離乳食の見本を置いてくれているので、少し成長した時の離乳食の参考に出来る
- 調理している間も、常備野菜の簡単な離乳食作りや季節の旬の食材を使った簡単＆時短調理のコツを教えてくださいましたので、普段の料理にも使える情報が沢山！！
- 実際に調理したり、目の前で見ることで分かりやすい
- 栄養士さんへ質問しやすい！！調理中に不思議に思った事や、家で難しいと思っていることなど気軽に質問できる雰囲気作りをしてくれている
- 調理するのは3ヵ月毎の季節のメニューなので旬の野菜を取り入れたもの♪



- ・本日はご丁寧に教えて頂きありがとうございました。なんとなく作り方しか頭になかったので、とても勉強になりました。また3回食の講習も受けたいです
- ・一人目の時もこの講習を受けましたが毎度勉強になりありがたいです。離乳食だけでなく自分の料理の知識も増えました。
- ・初期の時も受講しました。今7ヵ月で好みも変わったので確認することが出来て良かったです。ありがとうございました。
- ・二人目でしたがいろいろ忘れていたので受講させて頂きました。勉強になりました。
- ・実際に作る場所を見せて頂け息子がパクパク食べる姿を見たりしたことで早く始めたいなと思うことが出来ました。

参加者の声

貝塚子育て情報誌「イキイキ子育てナビゲーション」第49号(2020年4月発行)

発行者: 貝塚市 企画: 貝塚市子育て支援調整委員会(子育て支援課内) 作成編集: 貝塚子育てネットワークの会