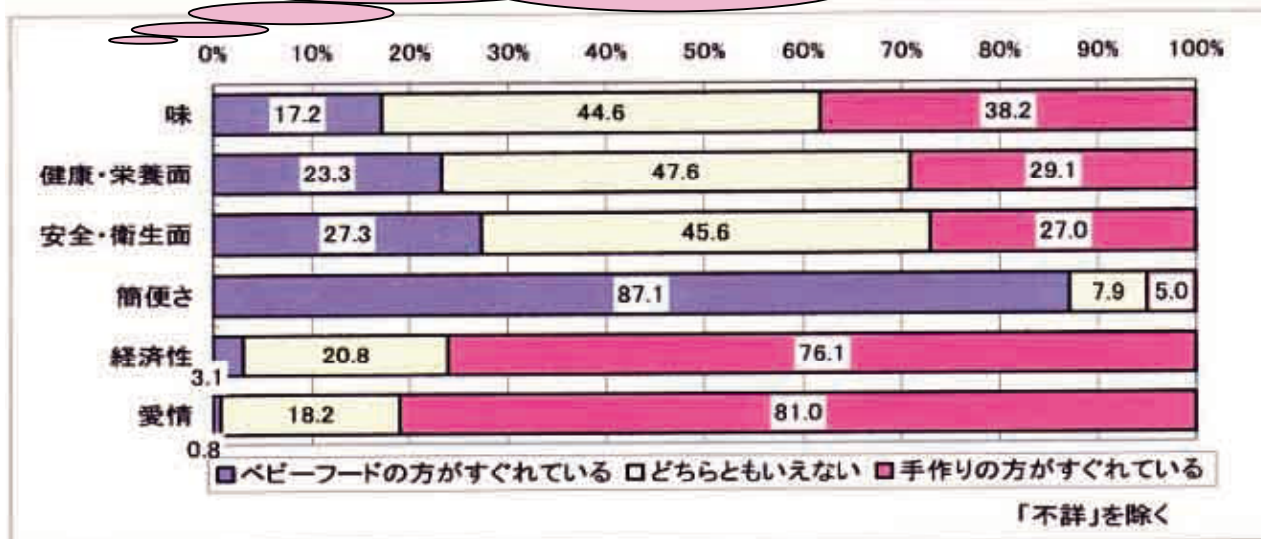


食育体験プログラム実践マニュアル（Ⅲ－４）

プログラム名	離乳期食育教室 「離乳は咀嚼のトレーニング！」		所要時間	50分（打合せ等を除く）
目的	離乳期の母親支援～「難しい離乳食」から「らくらく離乳食」へ			
対象	0～1歳児をもつ保護者及び その家族，その他希望者	場所	地域の公民館等	
参加人数	20～30名	教材等	レジュメ	
スタッフ	歯科医師1または食育担当者1 保育士1		参考資料 「乳幼児栄養調査報告より」	
事前準備	救急体制の確認・参加者確認			
時間配分 (時刻(参考))	実施内容	担当	指導上の留意点等	
打合せ等 15分 (13:30～13:45) 15分 (13:45～14:00)	○打合せ ○参加者受付	歯科医師 または 食育担当者	・ 食生活状況の聞き取り	
プログラム 5分 (14:00～14:05) 10分 (14:05～14:15) 15分 (14:15～14:30) 10分 (14:30～14:40) 10分 (14:40～14:50) (14:50)	○開会のあいさつ 講師等の紹介 ○離乳の目的について ○離乳食に対する母親の考え方 について ○離乳食のポイント ○口の機能を育てる食生活 ・ 歯がための重要性 ・ 食事の飲み物 ・ 育児グッズについて ○閉会のあいさつ	歯科医師 または 食育担当者 歯科医師 または 食育担当者 歯科医師 または 食育担当者 歯科医師 または 食育担当者	・ 離乳の目的は「離乳食を食べさせる こと」ではなく「食べる事のトレーニ ング」ととらえる。 ・ 日本（かごしま）古来の離乳のあり 方からのヒント ・ 現代っ子である母親の離乳食に対す る不安やプレッシャーを軽減する。 ・ 参考資料「乳幼児栄養調査報告より」 ・ 離乳食におけるベビーフードと手作り に対する考え ・ ベビーフードの使用状況別 離乳食で困ったこと，現在食事で困っ ていること ・ 煮物，具沢山の味噌汁，焼（煮）魚， おひたし等の単純なものでよいので， 使う食材を旬の物を中心にどんどん 増やしていく。 ・ 赤ちゃんの発達の度合いを見ながら 食べさせ方を工夫していく。 ・ 歯がための重要性 「食べ物をしゃぶる」 ・ 食事の飲み物は不要 ・ 育児グッズの落とし穴（おしゃぶり， マグマグの使いすぎ）	

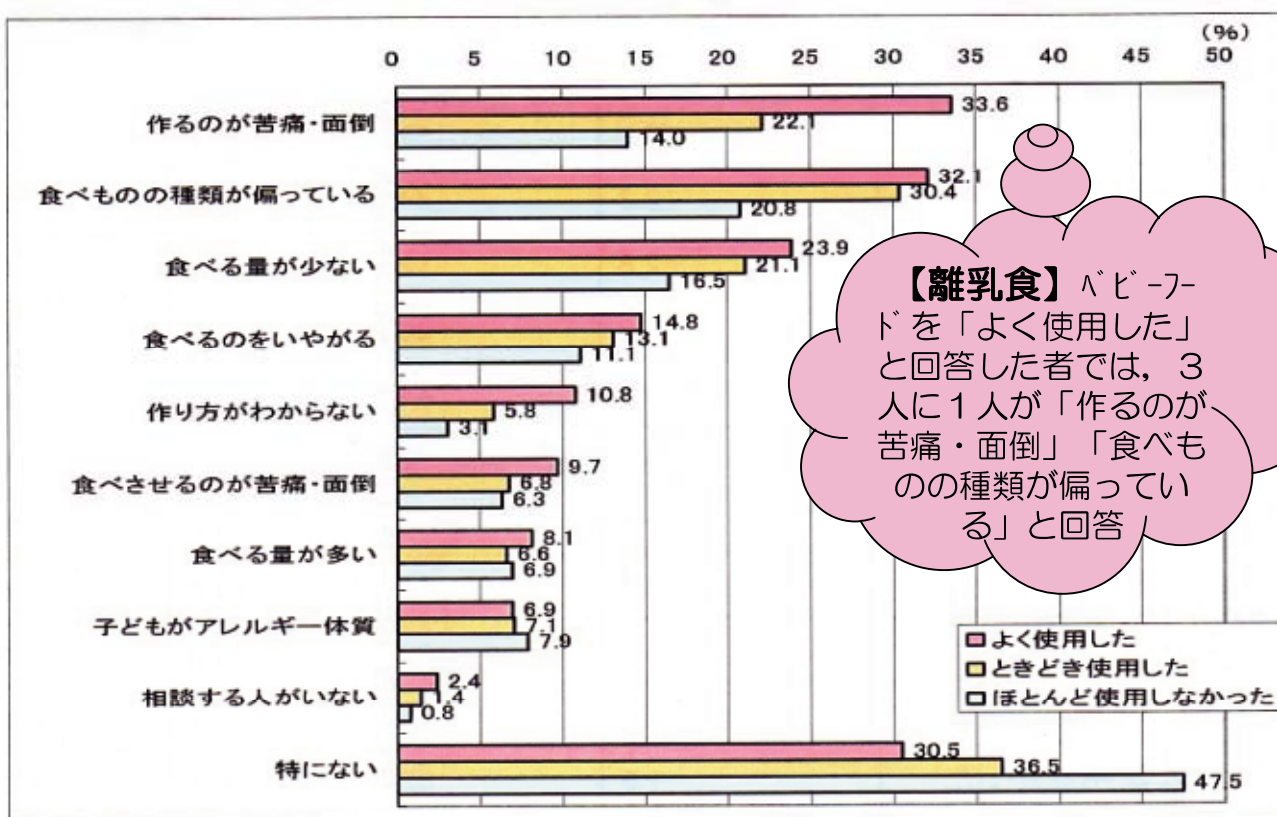
離乳食におけるベビーフード・手作りに対する考え

簡便さ：ベビーフード＞手作り
愛情、経済性：ベビーフード＜手作り



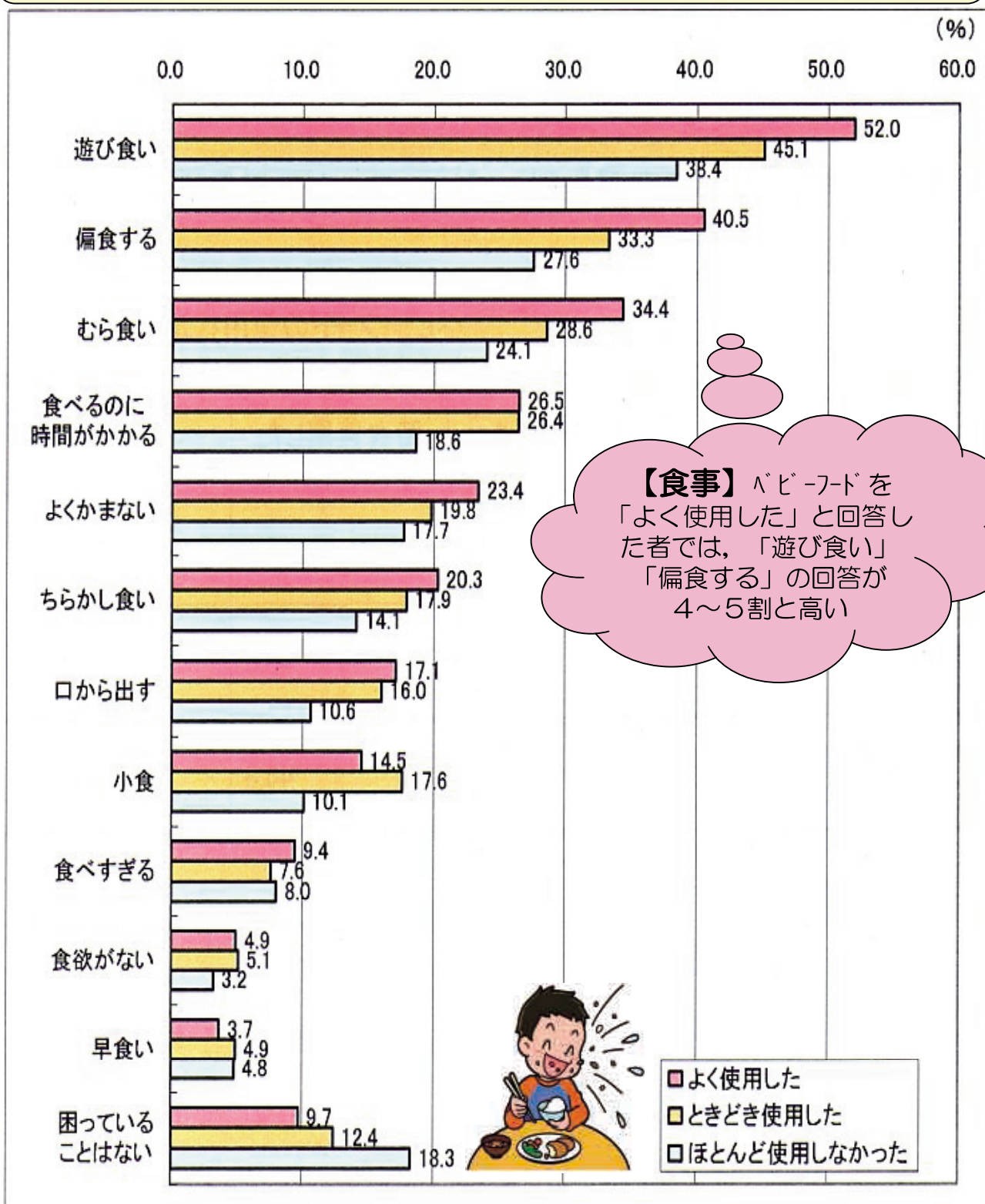
Ⅲ

ベビーフード使用状況別 離乳食で困ったこと



平成17年度乳幼児栄養調査報告より（厚生労働省）

ベビーフード 使用状況別 現在食事で困っていること



平成17年度乳幼児栄養調査報告より（厚生労働省）