

はじめよう、離乳食！初期の頃の食べさせ方

1 姿勢をチェック

- ・背中を起こした姿勢で、ぐらつかないのがポイントです。
- ・バウンサーなどに寝かせる姿勢は**NG**。



★腰や背中が安定していないとき
→タオルをはさみ、安定させる。

★足がブラブラしているとき
→足を安定させる。(タオルや台などで高さを調整)



2 食べる準備

- ・お皿の中身をよく見せましょう。
- ・手を合わせて「いただきます」のあいさつをしましょう。
- ・スプーンに盛る量は1/3から半分程度にしましょう。



〇〇食べようね

おいしそうだね

スプーンの形や大きさの目安



・スプーンの幅は、赤ちゃんの口の2/3程度



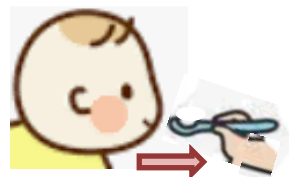
・スプーンのくぼみが浅い

3 下唇にスプーンを当てて、口が開くのを待つ



★そっと下唇に当てましょう。

4 スプーンを水平に抜く

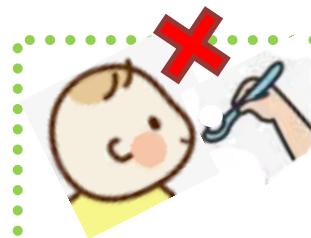


上手だね

★スプーンは傾けないでね。



お子さんのペースに合わせて、ゆっくり進めましょう。



★上あごや上唇になすりつけないでね。(あごが上を向くと、むせちゃうよ。)