

BFH(Baby Friendly Hospital)
赤ちゃんにやさしい病院

岩手県立磐井病院
母乳育児推進委員会
委員長 天沼 史孝

～離乳食の進め方のポイント～

	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
	5, 6ヶ月頃	7, 8ヶ月頃	9～11ヶ月頃	12～18ヶ月頃
食べ方の 目安	子どもの様子を見ながら、1日1回1さじずつ始める。母乳やミルクは飲みたいだけ与える。	1日2回食で食事のリズムをつけていく。	食事のリズムを大切に、1日3回食に進めていく。	1日3回の食事リズムを大切に生活リズムを整える。手づかみ食べにより自分で食べる楽しみを増やす。
調理形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	歯ぐきで噛める固さ

厚生労働省 授乳・離乳の支援ガイドより

あくまで目安であり、子どもの食欲や成長・発達状況に応じて調整しましょう

誤嚥について

誤嚥とは、食べ物が食道に送り込まれず、誤って気管から肺に入ることです。その途中で気管にモノが詰まり窒息事故になることがあります。

食事介助の際の注意事項

- こどもの口にあった量で与える（1回で多くの量を詰めすぎない）
- 食べ物を飲み込んだことを確認する
- 正しく座っているか注意する など

江崎グロコ株式会社 INFORMATIONより

