

幼児食へ向けて(食具)

• 哺乳瓶からコップへの移行

- *口に入る量の調節が出来るようになってくると、コップが使えます
- *コップが使えるようになったら、哺乳瓶の使用は中止します
(口周りの機能の発達に影響するほか、むし歯の原因になるため)

• スプーンやフォークの練習

- *まずは手づかみ食べの上達が、重要な役割を担っています
- *スプーンやフォークを持ちたがるようになったら、持たせてもOK
- *最初はグーにぎりでも、指の発達に応じて持ち方は変化します
焦らず、食べることを楽しみながら食べる練習をしていきましょう



子どもは大人の食事から多くを学びます。

食べ方や食事マナーは、一緒に食べる大人がお手本です。一緒に食べ、声かけをしながら、食事の楽しさや大切さを伝えていきましょう。