



☆スプーンを使い始める時期は？

自分でスプーンを使って食べるとなると難しく、1歳半～2歳で食べられる子がいるという程度。手づかみ食べを十分にさせることが大切ですから、スプーンを持ちたがったら持たせるだけでもいいでしょう。

※フォークはスプーンが上手に使えるようになってから。無理に使わなくてもかまいません。思わぬ事故を防ぐため、座ったときのみ持たせて、立ち上がった持たせない習慣をつけましょう。

手づかみする ➡ スプーンが上からにぎれる ➡ スプーンが下から持てる

☆スプーンが持てるようになるまでに、子どもはそれぞれの段階を経て成長していきます。

手が開いてくると刺激に反応し、力強く器用に働くようになる。

食器を両手でつかみ、自分の方に引き寄せる。

器の中に手を入れ食べものをグチャグチャにする。

☆手づかみ食べ☆

9ヶ月頃から手づかみ食べができるようになります。手づかみ食べは食べる意欲の表れです。指が食べ物に触れることはかたさや温度、指先でつまむ力加減を学ぶため思う存分経験させてあげてください。早くから食具を持つよりも充分に手づかみ食べを経験した方が上手に食具を使えるようになります。



わしづかみで口に入れたりする。

スプーンでお皿をたたいたり、口にくわえる。



コップ(マグ)で飲み始める。



11月離乳食予定献立表



曜 日	月	火	水	木	金	土
					1	1
献立	○3回食：全がゆ～軟飯を提供します。 ○離乳食では、卵を使った食品を使用しません。 ○おやつは1歳の誕生日をむかえてから提供します。 ○お子さんの食材の進み具合によって、献立が変更になることがあります。 食べられる食材が増えましたらルクミーでお知らせください。					焼きうどん わかめスープ
午前おやつ						ビスケット
午後おやつ						せんべい
日	3	4	5	6	7	8
献立	文化の日	鰯のコーン焼き 筑前煮 さつま芋の味噌汁 オレンジ	くずし豆腐あんかけ丼 里芋の味噌汁 バナナ	鶏肉のレモン焼き さつま芋サラダ コーンスープ 柿	赤魚の味噌焼き ブロッコリーの塩昆布和え 白菜の味噌汁 りんご	ちゃんぽんうどん ゼリー
午前おやつ		ビスケット	クッキー	ウエハース	せんべい	ビスケット
午後おやつ		せんべい ミルク	コーンマヨパン 牛乳	せんべい ミルク	ヨーグルト	せんべい
日	10	11	12	13	14	15
献立	鮭の漬け焼き 和風サラダ じゃが芋の味噌汁 バナナ	鶏肉のマーマレード煮 フレンチサラダ ほうれん草の味噌汁 パイ	麻婆春雨丼 中華スープ 柿	豚肉のバイン焼き シーチキン和え コンソメスープ オレンジ	きのこシチュー(カレー) シーザーサラダ グレープフルーツ	ミートスバゲティ オニオンスープ
午前おやつ	せんべい	ビスケット	クッキー	ウエハース	せんべい	ビスケット
午後おやつ	クッキー 牛乳	せんべい ミルク	りんごケーキ 牛乳	せんべい ミルク	ヨーグルト	せんべい
日	17	18	19	20	21	22
献立	酢 鶏 ナムル わかめの味噌汁 グレープフルーツ	鰯のチーズ和え レタスとコーンのサラダ なすの味噌汁 パイ	回鍋肉丼 もやしの味噌汁 みかん	中華そば 海藻サラダ 舞茸の味噌汁 りんご	ハヤシライス シーチキンサラダ バナナ	けんちんうどん みかん
午前おやつ	せんべい	ビスケット	クッキー	ウエハース	せんべい	ビスケット
午後おやつ	クッキー 牛乳	せんべい ミルク	シュガートースト 牛乳	せんべい ミルク	ヨーグルト	せんべい
日	24	25	26	27	28	29
献立	振替休日	鶏肉のパン粉焼き 胡麻和え ベーコンのすまし汁 グレープフルーツ	ポークチャップ丼 白菜とわかめのスープ バナナ	豚肉の青じそ焼き マカロニサラダ お麴の味噌汁 みかん	鯖の生姜煮 野菜炒め なめこの味噌汁 りんご	五目うどん ゼリー
午前おやつ		ビスケット	クッキー	ウエハース	せんべい	ビスケット
午後おやつ		せんべい ミルク	さつま芋スティック 牛乳	せんべい ミルク	ヨーグルト	せんべい