

園だより 6月号

港区立赤坂保育園
港区赤坂5-5-26-101
03-3583-5107
令和8年6月発行

今月は離乳食の紹介です。
離乳とは、成長に伴い、母乳又は育児用ミルク等では不足してくるエネルギーや栄養素を補うために、乳児食に移行していく過程をいいます。生後5、6か月頃から約1年かけて、食べ方を学びながら食べるための機能を発達させていきます。赤ちゃんの食欲や成長の様子をみながら、食べ物の固さや量、種類を増やしていく時期です。

初期食



固さや味付けのめやす

保育園では以下のことをポイントにして提供しています。

<初期食>

- ・ヨーグルト状やポタージュ程度の固さ。
- ・素材の味を大切にし、だし汁、スープで伸ばす程度にしています。

<中期食>

- ・豆腐くらいの固さで、舌と上あごでつぶせる程度。
- ・味付けはほんの風味づけ程度にしています。

<後期食>

- ・弾力のあるバナナくらいの固さで、歯茎でつぶせる程度。
- ・だし汁を中心に、大人より薄めの味付けにしています。

中期食



後期食



後期食は、手に持って自分で食べることも大切に、切り方を工夫しています。

＊6月24日(水曜日)10時45分から離乳食の試食会を予定しています。
ご興味のある方は、6月15日(月曜日)までにご連絡の上、ご予約ください。
※予約受付時間は平日の9時から17時です。定員になり次第締め切ります。

<保育園であそぼうについて>

日程などの詳細につきましては、赤坂保育園の“保育園であそぼう”のページをご覧ください。

＊利用したい方は事前予約をお願いします。

受付時間9:00～17:00(月～金) 赤坂保育園 03-3583-5107