

## 十一カ月すぎ (移行期)

離乳食から幼児食へ移行する時期です。全粥から軟飯へ、油も含んだものも消化できるようになります。母乳やミルクに頼らず、食事が中心になります。



(自分で食べたい気持ちを大切に)

つかまり立ち、つたい歩きと行動範囲が広がります。椅子・テーブルで食べます。落ち着かない時は保母の膝の上で食べることもありませんが、気分が変わると再び座って食べれるようになります。

自分で持って食べられる物も増え、おじや・うどんのおやつの中には、自分で持って食べられる物を加えています。イヤな物はポイポイ投げたりする事も出てきますが、「ホーラ、おいしいよ」等、他の子の食べている様子を知らせる言葉がけをしたり、好きな物を食べてからだといやがっている物も案外食べてくれます。つめ込みすぎないように見てあげましょう。

## 一歳すぎたら (完了期)

前歯でかみとることができるようになり、手で持って一口量をかんで食べます。スプーンを使って食べることを見守りながら食品の幅を広げていきましょう。好きな人と一緒においしく楽しく食事をすることで、苦手な物も食べられるようになるでしょう。

離乳食はほぼ一歳一カ月をめどに、一歳三カ月か、遅くても一歳三カ月〜一歳半頃に完了させます。



4カ月すぎ コップ飲みをさせると、手をそえて飲もうとします (手を出さない子もいますが)



(お友達とたべるのがうれしい)

自分でカップを持って汁物を飲んだり、スプーンに興味を持ち始めます。食べさせることも同時にしながら気持ちよく取りながら進めます。果物や葉類を嫌がったりその時、その日によってムラが出てきます。友達が進むのに誘われたり、時には口に入れてもらったりしながらの食事になります。

「オイチーイ」「ギューギュー」「マンマ・マンマ」と言葉も加わって食事が楽しくなってきました。ミルク・母乳は日中は飲まなくなりお家でも夜一回だけとなり、断乳へと進み、ほとんどの幼児食が食べられるようになります。

