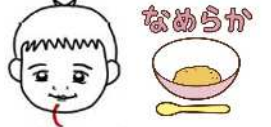



# 宇都宮市立保育所における離乳食の提供内容について

保育所では、「授乳・離乳の支援ガイド」等の国ガイドラインに基づき、一人一人の子どもの咀嚼や発達状況、離乳食の進み具合等に応じて離乳食を提供しています。安全な離乳食の提供のため、ご家庭におけるお子さんの離乳食の進み具合等を確認しながら、各園において提供内容を検討していますので、ご理解・ご協力をお願いします。

【離乳食の進め方の目安】 ※月齢や食材の固さや形状等は、あくまでも目安であり、子どもの食欲や成長・発達の状況に応じて調整します。

	離乳初期 生後5～6か月頃	離乳中期 生後7～8か月頃	離乳後期 生後9～11か月頃	離乳完了期 生後12～18か月頃
食べ方の目安 ポイント	●子どもの様子をみながら1日1回1さじずつ始める。 ●母乳や育児用ミルクは飲みたいただけ与える。	●1日2回食で食事のリズムを付けていく。 ●いろいろな味や舌ざわりを楽しめるように食品の種類を増やしていく。	●食事リズムを大切に、1日3回食に進めていく。 ●共食を通じて食の楽しい体験を積み重ねる。	●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。
食事回数	1日1回 (離乳食+育児用ミルク)	1日2回 (離乳食+育児用ミルク)	1日3回 (離乳食+育児用ミルク)	食事1日3回 +1日1～2回の補食(間食)
育児用ミルク回数	授乳リズムに沿って 子どもの欲するまま	授乳リズムに沿って 1日3回程度	授乳リズムに沿って 1日2回程度	子どもの離乳の進行及び完了の状況に応じて与える
固さの目安	なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルト状)	舌でつぶせる固さ (豆腐くらい)	歯ぐきでつぶせる固さ (バナナくらい)	歯ぐきで噛める固さ (肉団子くらい)
形状の目安	ペースト状	つぶし、きざみ	つぶし、きざみ、スティック状	スティック状等
摂食機能の目安	口を閉じて取り込みや飲み込みが出来るようになる。 	舌と上あごで潰していくことが出来るようになる。 	歯ぐきで潰すことが出来るようになる。 	歯を使うようになる。



## 【保育所における離乳食の提供時期】

◎保育所における離乳食の提供時期は、単に月齢だけではなく、離乳食の進み具合等を踏まえて判断します。  
◎国の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」に基づき、家庭で食べたことがある食材を提供します。

### ◆離乳初期(1日1回食)

色々な食材の味や食感を体験し、ごっくんと飲み込む練習の時期です。離乳食は家庭(朝又は夕食)で提供してください。保育所の昼食は育児用ミルクを提供します。

### ◆離乳中期(1日2回食)以降～

1日2回食になり、舌でつぶせる固さの離乳食が食べられ、保育所で提供する食材が概ね食べられる場合は、保育所の昼食は離乳食を提供します。

※家庭で離乳食を2回(朝・夕食)提供し、保育所の昼食は育児用ミルクを提供することも可能です。



## 【離乳食提供のイメージ】

	離乳食回数	朝	昼	夕
離乳初期	1回	家庭		
離乳中期	2回	家庭	保育所	家庭
		家庭	保育所	
離乳後期	3回	家庭	保育所	家庭

※離乳中期で保育所の昼食で離乳食を提供しない場合は、育児用ミルクを提供します。

## 【保育所における離乳食の調理・提供方法】

- ◆保育所では、幼児食や食物アレルギー対応食等の数種類の給食を調理しています。そのため、調理作業工程上、調理室で作れる離乳食は基本的に1～2種類(中期食又は後期食)です。
- ◆調理室で調理担当者が作った離乳食は、保育室で保育担当者が一人一人の子どもの状況に応じて、すり鉢や調理用ハサミを使用する等して固さや大きさ、形状等を調整して提供しています。

## 【その他】

- ◆国の「授乳・離乳の支援ガイド」に基づき、離乳中期から離乳後期は、「離乳食と育児用ミルク」の提供が基本となります。(乳児期は成長に必要な栄養摂取が重要な時期であることから、離乳食に加え、総合的に栄養を含んでいる育児用ミルク(または母乳)を提供することが望ましいとされているため)
- ※ただし、育児用ミルクを全く飲まない、延長保育利用がある等の事情がある場合は、補食(赤ちゃん用菓子類と麦茶等)の提供も検討しますので、園にご相談ください。
- ◆フォローアップミルクは、母乳や育児用ミルクの代用品ではなく、離乳食が順調に進まず鉄不足のリスクが高い場合に使用するものとされているため、原則、提供しません。
- ◆飲用牛乳は、1歳を経過し、給食で提供する量(1回100ml程度)を家庭で複数回飲用し、アレルギー症状や下痢等が無いことを条件に提供します。

(備考) 保育所では育児用ミルクを提供するため、上記内容については、母乳の記載を省略しています。

令和6年4月宇都宮市作成