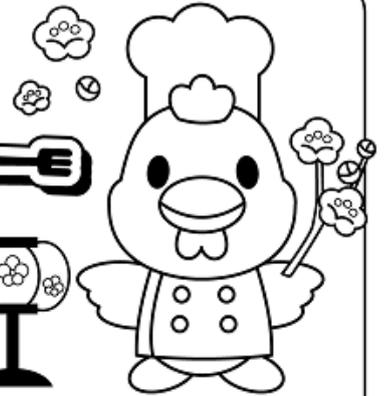




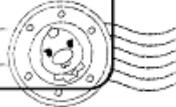
しょくいんしゃー



1年間、子どもの食に関わる情報を発信させていただきました。

日々成長するお子様の姿を見ることで、私たちも元気をもらっていました。

これからも皆様に喜んで頂ける給食の提供に努めて参ります。



「食べる力」は「生きる力」



0歳

●生きるために「飲む」時期

本能的に甘味と苦味が分かります。母乳やミルクを嫌がる赤ちゃんはいません。ミルクを飲んで寝て、また飲んでの繰り返しで成長していきます。



1-2歳

●離乳期

「噛む」「飲み込む」の練習の時期

塩味・油のうまみが分かっていきます。はじめはすりつぶしたりドロドロから始めて、少しずつ噛む・飲み込むの練習をしていきます。

1歳半くらいになると、固いものを歯で噛んで飲み込めるようになります。

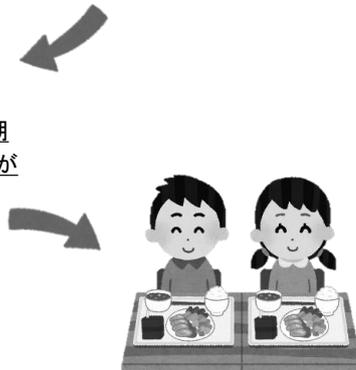


3-5歳

●3歳頃は「味覚の基本」ができる時期

4~5歳は「食べ物」と「味」と「言葉」がつながる時期

いろいろなものを食べていく中で、好き嫌いが出てきます。



小学校

●「味の記憶」が一生の基本になる時期

いろいろな味や食べ物を覚えて、五感がほぼ完成します。挨拶や食べ残しなど、食について自分で考えるようになります。

食べる意欲を育てる

【お腹を空かせる！】

- 食事1日3回+おやつ1回 ……食事のリズムを整える
- たくさん遊ぶ ……楽しく遊ぶことで心地良い空腹感が生まれる
- あいさつ ……「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをすることで食事の時間を意識させる

【食事を楽しい時間にする！】

- 一緒に食べる ……おいしく食べている姿を見せたり、子供の食べる様子や表情を見守る
- 五感にはたらきかける ……見た目や匂い、咀嚼音、食感など感覚的に食事を楽しめるようにする
- 見慣れる
+食べ慣れる ……一度食べなかっただけで嫌いと決め付けず、繰り返し食卓に出してみる
- 無理強いしない ……食事をストレスに感じてしまうことがあるため興味を引くような言葉や励ましの言葉をかけるようにする



当社オリジナルキャラクターの待ち受け画面がダウンロードできます！



YASUDA Co., Ltd

