

# 安全に食事をすすめましょう!

離乳期は、奥歯がまだ生えておらず食べ物を噛んですりつぶすことができないため、食べ物をのどに詰まらせてしまうことがあります。食材選びや食事中の子どもの様子に十分気をつける必要があります。

## ◎注意が必要な食べ物

- 球形のもの: プチトマト・乾いた豆類(ナッツなど)・うずらの卵・あめ玉やラムネ・球形の個装チーズ・断面が丸のウインナー・ぶどう・さくらんぼ など
- 粘着性が高い食材: 餅・白玉だんご など
- 固すぎる食材: いか
- なめらかなもの: 一口タイプのミニカップゼリー



いつも食べている食材でも食事中の事故につながる場合があります。  
特に注意が必要な食べ物については、ご家庭でも細かく切るなどご配慮ください。

## ◎注意するポイント

- 子どもが食事に集中できるように、子どもの意志に合ったタイミングで食べさせましょう。
- 子どもの口にあった量で与え、飲み込んだことを確認しましょう。
- 汁物などの水分を適切に摂らせましょう。
- 食事の提供中に驚かせないようにしましょう。
- 食事中に眠くなっていないか注意しましょう。
- 正しく座っているか注意しましょう。



内閣府ホームページより

また、ベビー用のおやつ(「〇ヶ月頃から」など1才未満の子どもを対象と表示されたソフトせんべい、ビスケット、ポーロ、ウエハースなどの乾燥した菓子類)にも注意が必要です。

「〇ヶ月から」という表示があっても、子どもの食べる機能の発達には個人差があるため、子どもの様子を見ながら食べさせましょう。

