

**研修名**        **保育実践**

**令和元年9月4日(水) 13:30～16:00**

**講演**        **「咀嚼の力を育てる食事～重要な0～2歳児の食事」**

**講師**        **食育サロン「旬」        佐井 かよ子        氏**

## 1 講演要旨

① 12～18か月ごろの野菜・肉・魚等の調理方法  
茹で方を実演し、わかりやすく説明していただいた。

② 子どもの発達に合ったサポート  
与え方、進め方

「一口量をかじりとり、舌で奥歯ぐきに移動させ、唾液と混ぜ合わせて噛み、  
食べられるようになったら」 離乳食完了 ⇒ 幼児食へ

## 2 感想

午前はグループワークの時間があり、他園の保育士、栄養士、調理師と意見交換、交流が  
でき、伴先生の講演もわかりやすく楽しく学べました。

午後はそのグループでの実習だったので和やかにでき、子どもたちの好きそうなメニューで  
とてもおいしく出来たと思います。

参加させていただき良い研修になりました。

記録 市立有都こども園        川村 友子