

離乳食にあると便利なもの

目安：始めるまでに 少量作るのに便利な器具を用意しましょう。

まな板と包丁

野菜の繊維を切ったり、食べやすい大きさまや形に切るときに使います。



すり鉢

すりこ木

凹凸がしっかりしているものは、すりつぶしやすいのでおすすめです。



小さめのフライパン

少量をゆでたり煮たりします。食べ物にしっかり火を通すため、ふた付きのものを使います。



キッチンばさみ

きざむとき、めん類を短く切るときに使います。



野菜の繊維など、肉の筋を断ち切るようにすると食べやすくなります。

小なべ

少量をゆでたり煮たりします。食べ物にしっかり火を通すため、ふた付きのものを使います。

玉じゃくし

少量をすくうために、小ぶりのものがおすすめです。



裏ごし器

舌触りを滑らかにするときに使います。茶こしなどを利用しても良いでしょう。



すり下ろし器

硬いものをこまかくするときを使用します。



ざる

小なべと同じくらいの大さきさのものが便利です。

その他

※便利なものもありますので、特徴を知りよく考えて使いましょう。

ベビーチェア（座る姿勢が取れるようになったら）

スプーン（最初は介助用をメインにつかいます）

生活の様子や成長に合わせて、使い分けてもよいでしょう。

介助用と子ども用を使い分けましょう。

選ぶポイント（例）

- お座りの体勢が無理なくとれる
- 目線が合う
- 足がぶらぶらしない
- 持ち運びができる
- 安全性が高い
- 掃除のしやすさ 等



介助用

ボウル部分は先が丸く、浅いもの、持ち手は長いものがおすすめです



子ども用

ボウルは子どもの口の幅程度、持ち手はまっすぐで、太いほうが握りやすくおすすめです。



初めは、リクライニングできるものをおすすめです。