

第4水曜

2022年11月23日号

ビバ!ニュータウン (第4水曜)

(4)

子どものための食育セミナー

神戸市看護大学 (西区学園西町)

10月19日(水) 神戸市看護大学(西区学園西町)で「子どものための食育セミナー」が開かれ、13組25人の親子が参加した。

主催/神戸市看護大学コラボカフェ(神戸市子育て支援事業)

同大学では子育て中の親子が気軽に集い相互交流や相談できる場を提供し、地域で支援することを目的に2012年からコラボカフェを開設。毎回保護者にアンケートを実施して要望に応じたさまざまなテーマで年5回ほどイベントを開催している。この日は「子どものための食育セミナー」をテーマに、離乳食や幼児期の食事について管理栄養士の高松沙緒里さんが講師を務めた。同大学内の体育館が会場で、広々とした空間に子どもが遊べるスペースが用意されていた。保育士が見守る中、子どもは楽しく遊び母親は集中して講習を聞くことができた。

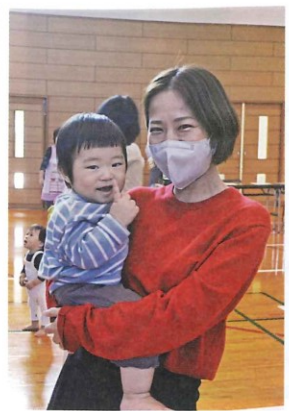


同大学では子育て中の親子が気軽に集い相互交流や相談できる場を提供し、地域で支援することを目的に2012年からコラボカフェを開設。毎回保護者にアンケートを実施して要望に応じたさまざまなテーマで年5回ほどイベントを開催している。この日は「子どものための食育セミナー」をテーマに、離乳食や幼児期の食事について管理栄養士の高松沙緒里さんが講師を務めた。同大学内の体育館が会場で、広々とした空間に子どもが遊べるスペースが用意されていた。保育士が見守る中、子どもは楽しく遊び母親は集中して講習を聞くことができた。

た解説があった。生徒7〜8カ月頃(中期)は「脂身の少ないササミから始めたり、トロミをつける食べやすい」とアドバイス。生後9〜11カ月頃(後期)になると鉄分の摂取が難しいならベビーフードを上手に取り入れるのもOKと説明した。また、楽しく食べるためのポイントも紹介。規則正しい生活リズムを整えることや、大人が好き嫌いをしないで美味しく食べるようにさせるのも効果的と、具体的なアドバイスを母親らは感心しながらメモを取っていた。

西区学園東町の森脇美佐子さんは紆人ちゃん(1歳)と参加。「においや味など五感を使って声掛けをする方法を教えてもらったので早速試したい」と話した。

終了後には質疑応答の時間が設けられ、参加者のほぼ全員から手が挙がり高松さんは1人ずつ丁寧に答えていた。西区学園西町の島名茜さん、総司ちゃん(1歳2カ月)親子



森脇さん親子



島名さん親子

※問い合わせ/神戸市看護大学 TEL(794) 80800 (代表)
<http://www.kobe-cn.ac.jp>

※問い合せ/神戸市看護大学学生会館1階

- ・ 対象: 生後2カ月かつ首がしっかりすわってから3歳児までの未就園児とその保護者
- ・ 場所: 神戸市看護大学学生会館1階
- ・ 時間: ①午前9時45分〜昼12時15分 ②午後1時〜3時半(予約制)
- ・ 日時: 毎週火・木・金曜日