

あるある座談会

すこやか栄養相談番外編

今回は1～2歳児対象で座談会を開催しました。

「むら食い」「同じものしか食べない」「丸飲みしてしまう」などの悩みをみんなで語り合い、気持ちを共感できた時間となりました。

「おいしそうな野菜」がたくさん出てくる絵本の読み聞かせをしました。

今回は、ママたちにも「呼び名」のネームをつけていただき、楽しく自己紹介をしました。



「新しいものを食べてくれない」「うどんを丸飲みしちゃう、みんなはどう？」そんな日頃の悩みを楽しくおしゃべりしてみんなで共有しました。

最後にわらべ館栄養士が「1～2歳児はどんな時期？」についてのお話をしました。「好き嫌い」や「遊び食べ」も心身の発達の一つなんです♪

