



令和5年度 1月



離乳食も進み食べられるものが増えてくると、家族一緒に食事よりも一層楽しい時間になります。年末年始と、食卓には普段見慣れないものを目にする機会が増えると思います。この時期は、とくに食物アレルギーや誤嚥による窒息事故に注意が必要です。初めてのものを食べさせることはなるべく控えたり、口にするものの大きさや硬さに気を付けましょう。また、塩分の多いものにも要注意！大人と同じ食べ物は避け、薄味を心掛けながら楽しいお休みをお過ごしください(*^_^*)



○湯ざまし △ジュース □ お茶