生後5ヶ月からお口を育てる！

食べ方お悩み相談会



食具選び・おやつ・食べ方・姿勢・遊びなど
お子さまの“お口の育ち”と“食べる力”を一緒に考えます。



こんな お悩み ありませんか？

お口にあった食具選び相談



・スプーン/フォーク/マグ/コップチェック
・飲みかたのステップアップ

おやつ（補食）選び相談



・お口を育てるおやつの選び方
・市販のおやつの選び方

姿勢チェック



・イスの高さ
・足がついているか
・テーブルの高さ

食べ方チェック



・一口量
・丸のみ
・かじりとり
・左右でかめる

手づかみ食べ相談



・スタート時期
・調理法
・適した食材
・適した市販品

保育士・栄養士が教える 遊び・声のかけ方



・年齢別遊び
・体幹、姿勢を育てる遊び
・手先を育てる遊び
・食事中の声かけ3選

食育に特化した保育施設「みんなで子育てキッズサロンJoia」の
スタッフが、皆さまのお悩みをサポートいたします。

開催日時

2026年
11/20（金）
10:00〜13:00

開催場所

ららぽーと柏の葉北館 3F
まちの健康研究所
あ・し・た

対象年齢

0歳〜2歳の親子

お子さまと一緒にご参加いただけます。妊娠中の方も大歓迎です！



※予約不要・時間内は自由にご参加いただけます（無料）
※所要時間の目安は5〜10分（内容により前後します）

「はぐはぐひろば」のおとなりで開催します。
スタッフは全員保育士♪安心してお気軽にご参加ください。
皆さまのお越しをお待ちしております！



まちの健康研究所 あ・し・た Kashiwa-no-ha Smart City

株式会社Joia
〒277-0871
千葉県柏市若柴186番地中央146街区1
KOIL LINK GARAGE204

Joia HPはこちら