



# 離乳食を始めよう！ 「スプーンの選び方」



## 【スプーンの選び方】

お子さんの成長に合わせて、その時期に使いやすい仕様や、サイズのものを選びましょう。

離乳食〈初期〉  
5～6か月



大人が持ちやすく、お子さんが少量を食べやすい形状が適しています。



持ち手が長いほうが食べさせやすい

お子さんの口にあわせて先端の幅がせまいものを選ぶとよい



すくう部分に食べ物が残りやすいので、浅いものを選ぶとよい

離乳食〈中期〉  
7～8か月



一口量が増えてきたら少しサイズの大きいスプーンに変えていきます。



離乳食〈後期以降〉  
9か月～



だんだんと自分で食べたいという気持ちが出てきます。



自分で握りやすいよう太さのある持ち手のものを選ぶとよい

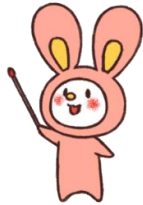


カップの底など、角度があるところにフィットしてお子さんにもすくいやすい形状になったスプーンもある

## 【素材別の特徴】

いろいろな素材のスプーンがあります。

使いやすいスプーンを選びましょう。



### ＜プラスチック＞

- 軽くて扱いやすい
- 種類が多い
- 食材の色が移りやすい



### ＜木製＞

- 口当たりが優しい
- 耐久性が低め
- 水に弱いため劣化しやすい
- 塗料が落ちやすい



### ＜シリコン＞

- 先端が柔らかく、きれいにすくえる
- 初期の赤ちゃんは、口にフィットする
- 食材の色が移りやすい
- 耐久性は低め



### ＜ステンレス＞

- 耐久性がよく、長く使える
- 清潔を保ちやすい
- 熱を伝えやすい材質で、熱い冷たいを感じやすい

