

## 子育てをもっと楽しく！ママのための日本語サロン 活動報告④ 「子どもの健康づくり② ～離乳食と幼児食～」

日時：平成 27 年 11 月 16 日（月）10:00～12:00

場所：刈谷市中央子育て支援センター

外部講師：星野静子氏（刈谷市健康課）

日本語講師：岡部真理子氏

参加者数：【学習者】7名（中国3名、フィリピン2名、インドネシア2名）

【日本語パートナー】7名

【通訳】2名（英語、タガログ語）

託児スタッフ：2名（ママハウス）

### <活動内容>

#### 1. 自己紹介

- 初参加者が自己紹介シートに名前・出身・住所・趣味を記入した後、グループで自己紹介

#### 2. ウォーミングアップ

- 「子どもの好きな食べ物」「子どもの嫌いな食べ物」「離乳食や幼児食について知りたいこと」を各自で付箋紙に書く
- グループで共有
- 「知りたいこと」を全体で共有

#### 【知りたいこと】

- ・離乳食はいつ、どんなものを与えたらよいか
- ・量や食べ方
- ・甲殻類は OK か
- ・お菓子の量
- ・魚・卵アレルギー
- ・適切な水分量

#### 3. 離乳食・幼児食について

- 星野氏より①健康センターについて、②離乳食、③食事のポイントについてのお話
- 世界の赤ちゃんは何から食べ始めるのか
  - ・ジャガイモをすりつぶしたもの（フィリピン）
  - ・おかゆ（中国）
  - ・おかゆ、バナナつぶしたもの（インドネシア）

#### 4. ふりかえりシート、覚えたい言葉シート、ポートフォリオ

- 日本語パートナーとともに本日の活動をふりかえり、それぞれのシート（資料1～3参照）に記入
- 学習者が本日の活動を通して「わかったこと」、「疑問点」を発表
- 外部講師より学習者から出た「疑問点」について回答



<参加者の感想、疑問、わかったこと>

【学習者】

- ・離乳食のステップがわかった
- ・離乳食のレシピが助かります
- ・だしの取り方がわかった
- ・アレルギーが心配、ベビーフードは大丈夫？
- ・虫歯になりにくい食べ物は？
- ・おやつに何をあげたらよいかわかった
- ・牛乳屋小松菜でカルシウムを取る

【日本語パートナー】

- ・グループの中でたくさん話すことができた。外国籍の方に質問されても答えられず、講師に聞くことが出来て良かった。このくらい的人数だと、知りたいことも聞けて良かった。
- ・離乳食のレプリカがあり、実際の量を自分の目で見る事ができた。みなさんからの質問が自分も疑問に思ったことと一緒に共有出来て良かった。
- ・食べ物やおやつについて反省した。いつから食べて良いか知ることができた。
- ・子どもの生活習慣を見直してみようと思った。おやつをあげすぎない。
- ・グループの中で外国籍の方が多く、両方のフォローが難しかった。

