

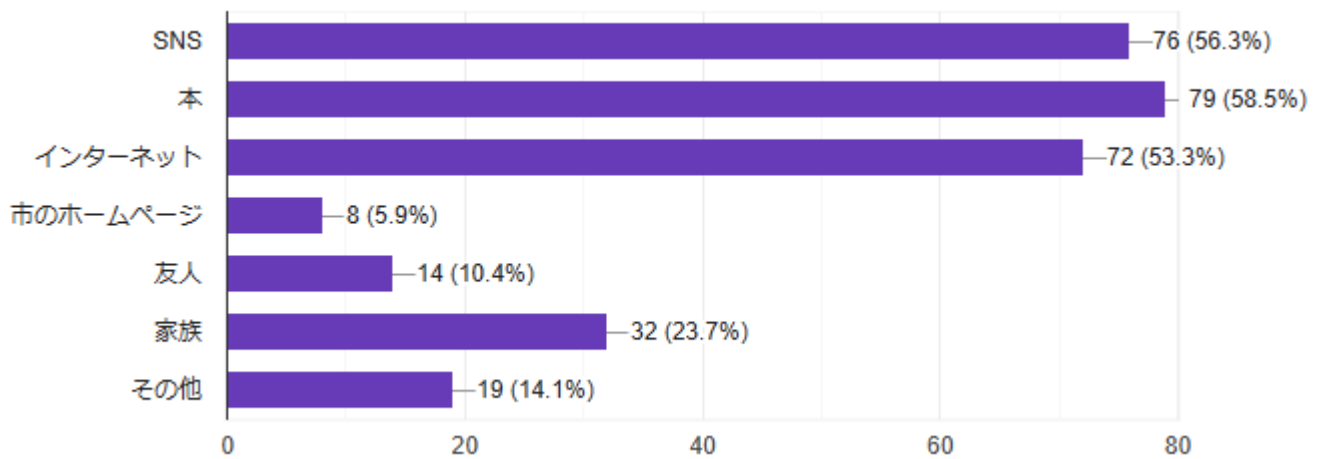
離乳食のアンケート

回答数 137

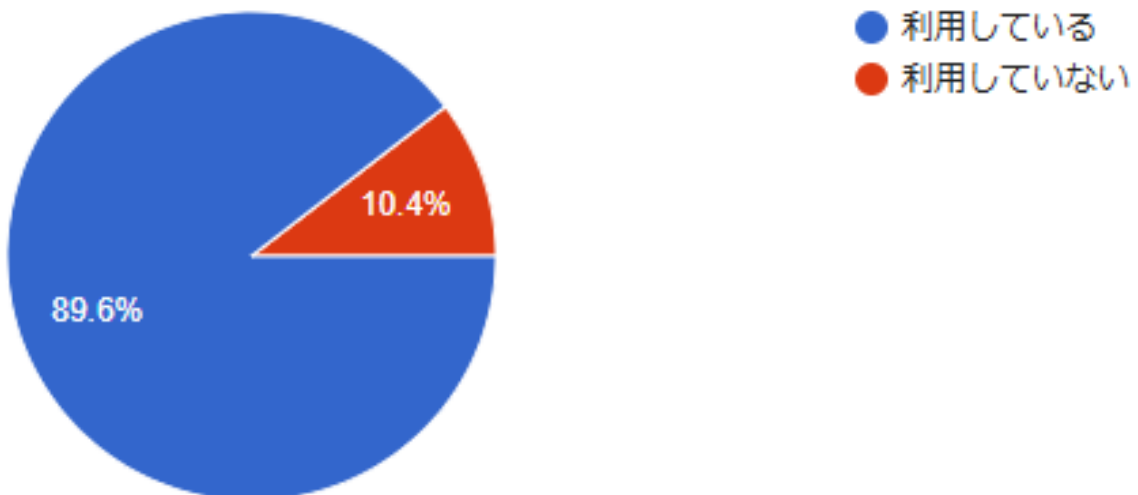
設問1 離乳食の開始時期はいつですか

- ・3か月
- ・4か月
- ・5か月
- ・6か月
- ・7か月
- ・9か月
- ・1歳

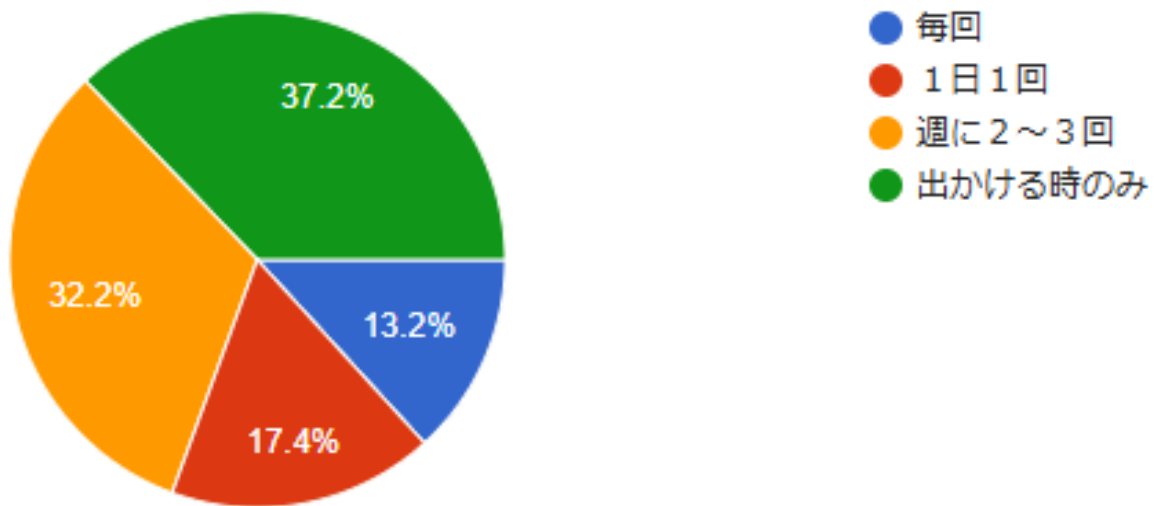
設問2 離乳食の硬さ、量、味の目安は何を参考にしていますか



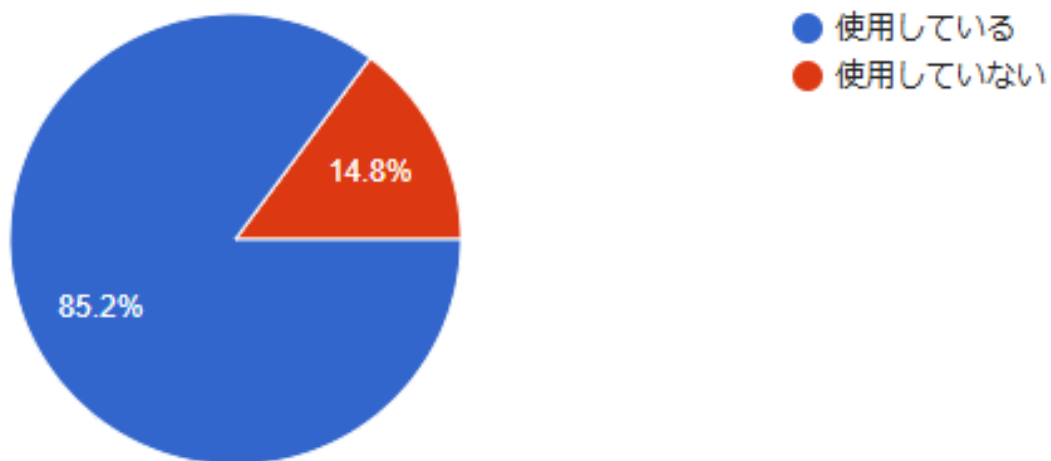
設問3 ベビーフードを利用していますか



設問4 問3で「利用している」と回答した方に伺います。どのくらいの頻度で利用していますか。



設問5 離乳食を凍らせて保存して使用していますか



設問6 離乳食を作る上でどんなことに気を付けていますか

味付け

栄養バランス

食べやすさ

衛生面

固さや大きさ

食べ物の固さ大きさとアレルギーを起こさないか

喉につまらないような硬さ大きさにすること

栄養バランスが取れて、冷凍保存できるもの

アレルギーがあるので、原材料を確認しながら使うものを選んでいきます

味付けは薄くできるだけ早めに食べることに

美味しさ

保存料や添加物のない食品で作るようにしています。

衛生面、物性、味付け

食べやすい大きさ、固さ

月齢に応じて、食べてもいい食材を調べながら、様々な食材を使うようにしている。子どもが食べやすい大きさにしている。

食べやすさ、バリエーション

月齢に合った固さや大きさ

味が濃くなりすぎないように、その時期にあった硬さで

掴みやすいもの、自分で食べられるもの

野菜、炭水化物、たんぱく質をバランスよくとれるように

安全に時期に合わせた物を作る

栄養面、美味しい見た目

作りやすさ

薄めの味付け、好みの硬さ

味付け、固さ

食材のバランスと硬さや形状

月齢に合わせてカット

とろみ

色んな食材を使った

味付け、硬さ、旬な食材を入れる

硬さや大きさ

段階を踏んだ形や柔らかさ

アレンジしやすさ

野菜の固さや大きさ、味付けが濃くないかを気をつけていた

ベビーフードなのできをつけてない

添加物

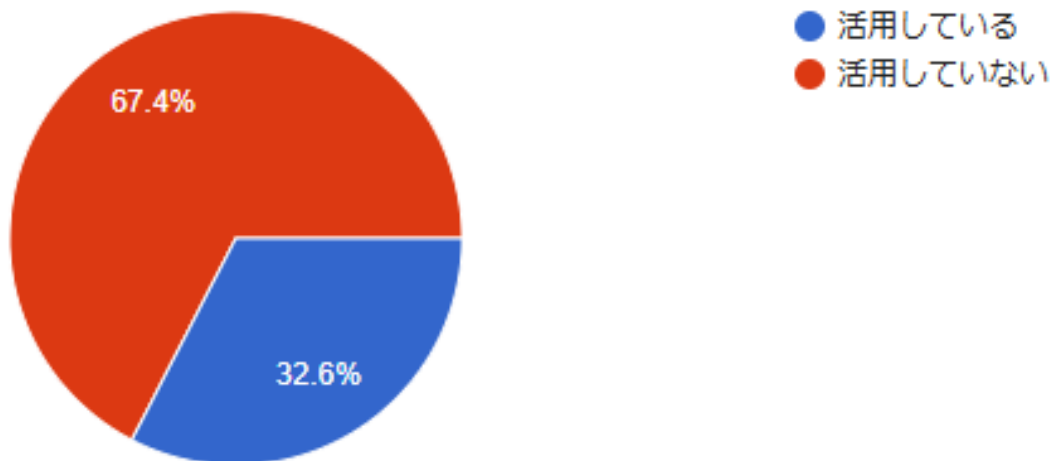
食べやすさ、とろみをつける等

咀嚼や喉につまらせないように

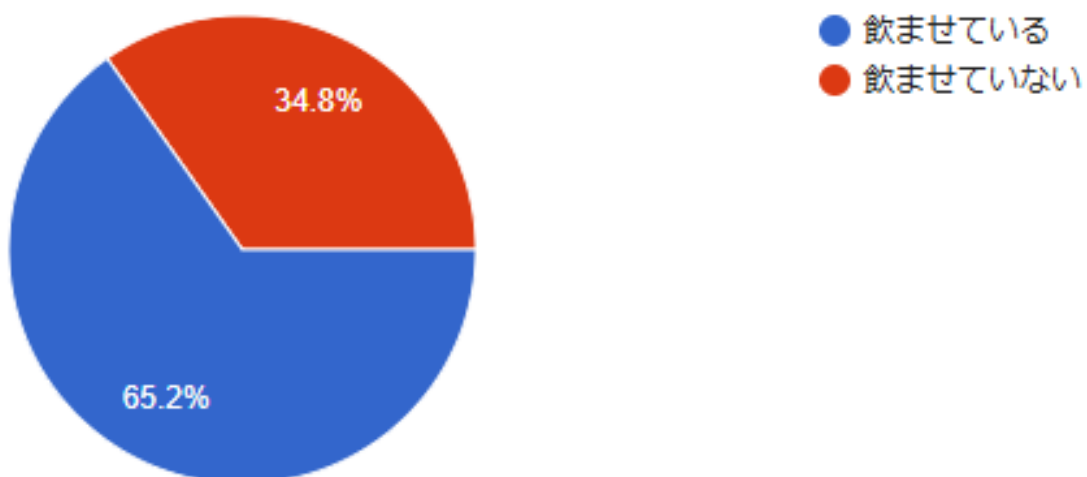
野菜多め

野菜や食材そのままの味を生かして、食べてくれるように気をつけました
衛生面、誤嚥の心配がないか、栄養バランス、味の濃さ
月齢ではなくその子の成長スピード
アレルギー反応が出ないか
野菜と肉両方入れる
食材の大きさ、固さ
よく潰したり細かくして食べやすくした
野菜やご飯の硬さ
進み具合に合わせた大きさ
新鮮なものを使う、清潔に作る
栄養面、衛生面
咀嚼しやすい大きさ、柔らかさ
鮮度、タンパク質、色んな栄養素
かたさや、味の濃さ、期限より早めに食べられるか。
いろんな食材を試すようにしていた
味付け、月齢に合った硬さや具材の大きさ、アレルギー食材の進め方
喉に詰まらせないような大きさや固さ
子供の食べやすさ

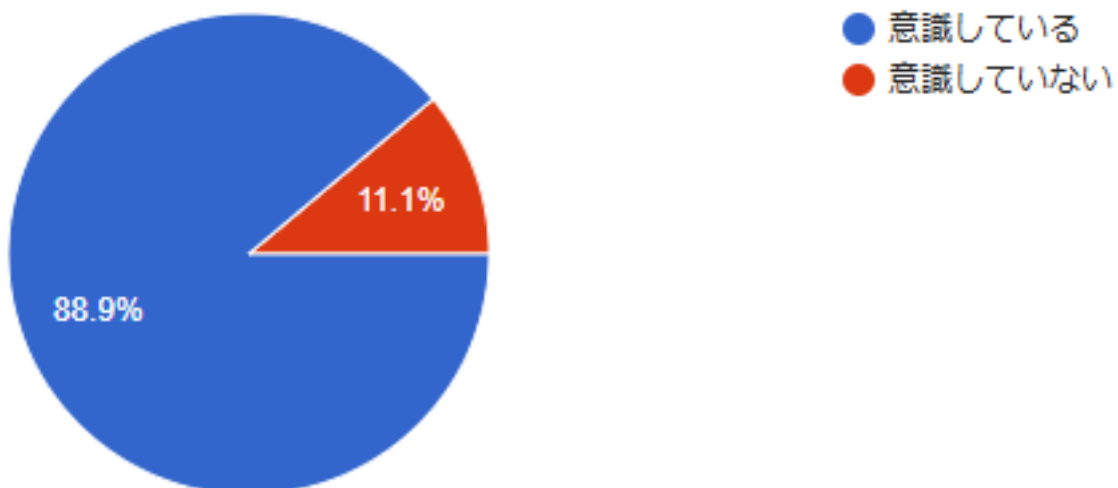
設問7 市町村や病院で行う離乳食教室は活用していますか



設問8 果汁等の味のついた飲料水を飲ませていますか



設問9 離乳食を作るうえで薄味や素材の味を意識していますか



設問10 問9で「意識している」と答えた方に伺います。具体的にどのようなことを意識していますか

濃くならないように

素材の味で食べれないなら少し醤油などで味付けしている

濃くなりすぎないようにしていた

最初のうちはほとんど調味料は使わなかった。

塩分や糖분을摂りすぎないようにする

完了食に上がるまでは調味料はほとんど使わず、素材の味を楽しめるようにしていました。

自然そのままの味や調味料はひとつまみ程度など

出汁を使う

添加物をできるだけ使わない。

薄味にしている

ベビー用の調味料で少し味付けをするようにしていた。

野菜は甘くなるように蒸したり、味付けは最小限にしている

なるべく味付けしない

あまり調味料を使わない

調味料は少しだけ入れる

塩分は本当に少しにしている。野菜を煮込んだだし汁を使うようにしている。原材料をよく見るようにしている。

なるべく素材の味で塩味を控える(少なめ)

徐々に味をつける

調味料は使わない

なるべく味付けをせず、素材の味を活かす料理をつくる

減塩

なるべく出汁をとって煮て、あまり調味料を使わないようにしていた

素材の味を大切にしている

子ども用の食品を購入するようにしていた

赤ちゃん用のを使っている

大人の味付けの三分の一を目安にしている

子供用の調味料を使う

ごく少量から調味料を使用し、増やす場合は都度味見をした上で、親の感覚から物足りない程度に調整する。

塩少なめ

本を見ながら味付けを参考にする、新鮮なものを使う

赤ちゃん用の調味料などを利用した

調味料の量を控えている。

子ども用の調味料や減塩のものなど

食塩不使用の出汁を使う

薄味にするようにしている。減塩醤油やなるべく添加物の少ないものを選ぶようにしてる

塩分糖分

できる限り調味料を使わずに素材を食べれるようにする。味付けはシンプル、少なめ。

塩などを入れすぎないようにしている

旬の野菜を使ったり、出汁と野菜の甘みを利用して離乳食を作っている

1歳になるまでは、だしの味のみにしていました。

濃い味にならない様。

調味料をあまり使わない

大人の半分くらいの味付け

味わいや歯触りを意識しています

調味料はあまり使わない

無農薬野菜

野菜は茹でたそのままの味であげたりしています

食材の味がわかるように

濃い味付けにならないようにしました

なるべく添加物は使わない

月齢に合った味の濃さか(今は1歳4か月なので大人の3分1~半分くらいの濃さ)

薄味にする

出汁を使用する

使う調味料の量を少なくする

出来るだけ、味付けを薄味にしていた

味は薄く素材は柔らかく

出汁のみ、食べなければ少し醤油

あまり味付けをしなくて、出汁で煮る

昆布や鰹節以外の味付けをほとんどしていない

味付けはだしなどシンプルなものにして

薄味になるよう調味料の量に気をつける

塩分を入れすぎないこと

味付けを薄くする

なるべく薄味で

少し調味料を加えています

あまり味付けをしなくて

レシピ通り忠実に

調味料を使わずにだしなどで味をつける

まだ味付けをしていません

調味料はほとんど使わずにした

ベビー用のお出汁を使ったり、離乳食の本にあった調味料の分量を徹底した

大人より薄味で味付けする

濃い味付けにならないように

最初の頃は味付けしなくて

塩分、野菜で出汁を取って活用

調味料をあまり使わない大人と同じ味付けにならないよう薄くしている

食べてくれる間は味付けなしで出すようにし、食べが悪くなってきたら出汁で煮るなど、味や風味を付けるようにする

濃い味付けにならないようにしている

素材そのまま食べれるようにしたり薄味を心掛けている

まだ味付けが好きじゃないためほとんど味付けしてない

あまり早いうちから味に慣れさせないように徐々に濃くしている

味をつける前か少しつけた状態で先に取り分けている
だしをとる
出汁で野菜を煮るなどして、素材の味から始めるようにした
だしパックでのみ味付けか、数滴醤油など
調味料を減らしてる
濃い味にならないように、調味料の量を少なく。

設問 1 1 噛みちぎる事、咀嚼を意識して離乳食をつくっていますか

