

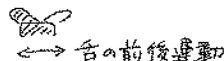
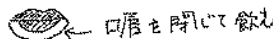
おいしく・たのしく食べる離乳食

～月齢にとらわれず「くち」の動きの変化を見て進めていきましょう

初期食 生後5～6か月頃

調理形態：口に入ったらそのまま飲み込める調理形態
粒上の固形物が混在しない食品が適している

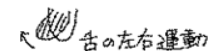
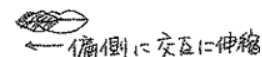
- ・上唇の形変わらず、下唇が内側に入る
- ・口角あまり動かない
- ・唇を閉じて飲み込む
- ・舌が前後に動く



後期食 9～11か月

調理形態：固形で手づかみ食べやすく歯茎でつぶせる

- ・自分で食べたい（自食）が始まる時期
スティック状の野菜はスプーンを握るような太さが適している
- ・上下の唇がねじれながら一緒に動く
- ・食べ物がある方の口角が咀嚼すると縮む
- ・舌が左右に動く



中期食 7～8か月頃

調理形態：舌でつぶせる調理形態
初期食よりも粒があるペースト状

- ・上下唇がしっかり閉じる
- ・左右の口角が同時に伸び縮みしてつぶす
- ・数回モグモグして舌で押しつぶして咀嚼する
- ・舌が上下に動く



完了食 12～18か月頃

調理形態：歯茎で噛める

- ・一口量を口で覚えられるようになる時期
- ・舌が上下・前後・左右に動くようになる
- ・この時期は自由にスプーンを口まで運べないので、大人用のスプーンも用意して食べさせましょう

