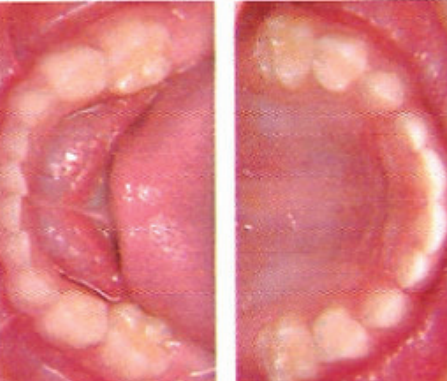
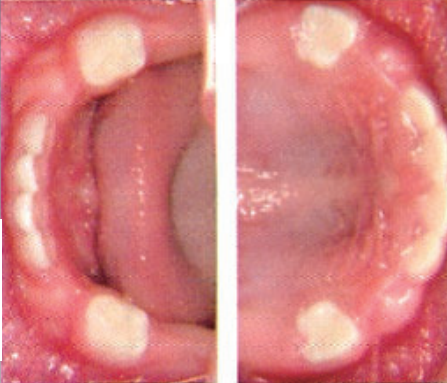
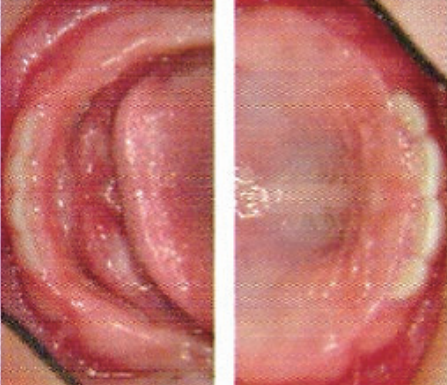
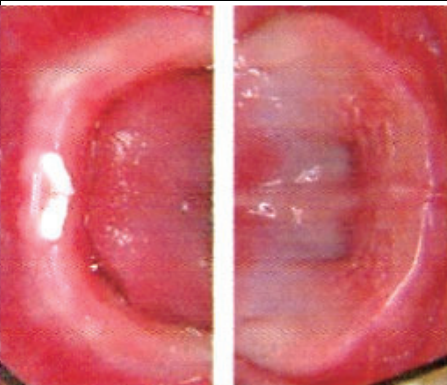
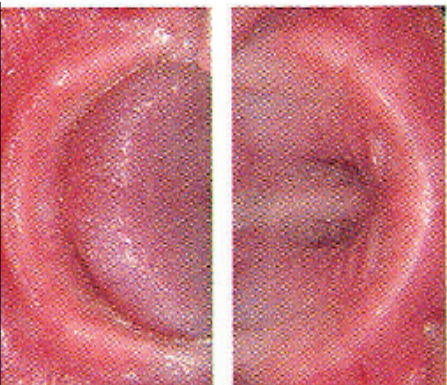


P65		<p>歯 食 べ 期 カチカチ期 (2歳~3歳頃)</p>	
P49		<p>手づかみ食 べ 期 (1~2歳頃)</p>	
P41		<p>歯ぐき食 べ 期 カミカミ期 (9~11ヵ月)</p>	
P33		<p>舌 食 べ 期 モグモグ期 (7~8ヵ月)</p>	
P25		<p>口唇食 べ 期 ゴックン期 (5~6ヵ月)</p>	

インデックス 見本

- 口唇食べ期
ゴックン期
(5~6ヵ月)
- 舌食べ期
モグモグ期
(7~8ヵ月)
- 歯ぐき食べ期
カミカミ期
(9~11ヵ月)
- 手づかみ食べ期
(1~2歳頃)
- 歯食べ期
カチカチ期
(2歳~3歳頃)



- *フリーのラベルシールに印刷をおすすめします。
- *ラベルシールがない場合は、切り取った後のり付けでもかまいません。
- *印刷は1ページを指定してください。(指定しないとこのページも印刷されますのでご注意ください)

5~6ヵ月ごろ **口唇食べ期** (ゴックン期)

【歯と体の発達】

歯ぐきがたかくなる。舌は前後運動が中心。

下の前歯付近の歯ぐきがたかくなる

舌は前後に動く

体の発達は……

- 首のすわりがしっかりしている。
- 支えていると座れる。
- 食べものに興味を示す。
- スプーンなどを口に入れても、舌で押し出すことが少なくなる。

体と口の中の発達がこのようにとどつてきたら、いよいよ離乳食開始のタイミング。食べものを、唇と舌を使って飲みこむ反射の起こる位置まで移動させることを、習得させます。

口唇食べ期のごはん

*つくり方P26

うどんのくたくた煮

うどんは塩分が多いので、ゆでこぼしてから使います。のどごしも消化もよいので、この時期には最適な食材です。

パンと野菜のおかゆ

パンに野菜ペーストを合わせて、のみこみやすくします。

なめらかにすりつぶした食べものを、口を閉じてゴックンと飲みこむ時期

【食べさせ方ポイント】

スプーンの使い方

- スプーンで下唇をやさしくつついて、「ごはんですよ」「おかゆですよ」といいつつ、スプーンを下唇にのせます。
- 唇ではさむまで待ち、スプーンからごくんと飲みこむのを確認してから引きぬきます。

口の動き

口唇を閉じて飲みこむとき、上唇の形は変わらずに、下唇が内側に入ります。

上半身は少し後ろに傾けると飲みこみやすい

ミルクパンがゆ

みみそとりのぞいた食パンかバターロールで、フランスパン、クロワッサン、ブリオッシュなどは、かたさやバターの多さから、向きません。

麩のとろとろ煮

麩は、離乳食期における万能選手。安価で保存もきくので、常備しておく便利です。