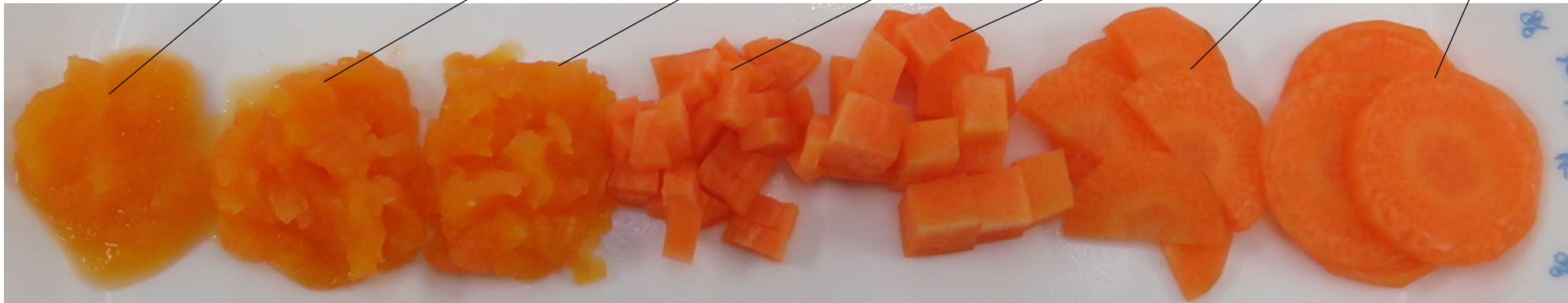


【離乳食の大きさと固さの目安】

* あくまでも目安です

時期	ゴックン期 5～6ヶ月ごろ	モグモグ期 7～8ヶ月ごろ	カミカミ期 9～11ヶ月ごろ	パクパク期 12～18ヶ月ごろ
口の機能	・唇を閉じて、ゴックンと飲み込めるようになることが目的。	・舌を上下に動かして、食べ物を上顎で押しつぶしてモグモグできるようになる。	・舌が自由に動かせるようになり、歯茎で潰して食べるようになる。	・前歯が生えそろってくるため、自分の口のサイズに合わせて、かじりとることができる。
食の形態	・裏ごしやすすり潰しで、なめらかなヨーグルト状が目安。 ・慣れてきたら、少しずつ水分を減らし、ベタベタのケチャップ状に。	・絹ごし豆腐の固さが目安。 ・野菜は指で潰せるくらいやわらかく茹で、すり潰すかみじん切りに。	・固さの目安は、指で潰せる完熟バナナ。 ・やわらかく煮たみじん切りから、5～7mm角の大きさに変えていく。	・つながが多めのやわらかな肉団子が固さの目安。 ・前歯でかじりと、歯茎で潰して食べられる。
	トロトロ	ツブツブ みじん切り	粗みじん切り コロコロ	半月切り 輪切り



スタート



離乳食完了期へ