

離乳食を始めるタイミング

① 頬や口角を触ると顔を向けて口を開かないようにする

② 唇に刺激を与えると口を丸めて突き出さないようになる

③ 唇に触れて口に入れた指をチューチュー吸わなくなる

④ 口角から指を入れると顎を閉じ固形物が侵入するのを防ぐことがなくなる

⑤ 唇に触れて入ってきたスプーンなどを舌で押し出すことがなくなる

離乳食はあくまで赤ちゃんの機能的準備が整ってから始めましょう

早すぎても遅すぎても食べ物をつまぐ噛めずお口の成長に悪影響が出る場合があります

なるほど練習というのは分かったでござる……が

指しゃぶりは赤ちゃんが本能的におっぱいを「飲む」反応（原始反射）を消して固形物を食べる準備運動のようなもの

唇や指先からの刺激で知覚の発達を促したりするものだから

離乳食が終わるころまでは無理にやめさせないことも大切なこと

えむぞうは食べ物でもおもちゃでもないでござるよ

えむぞうくんは噛み心地が いいのかな？

なんか痛いケド噛まれてる

健康サポーター
えむぞうくん
— 口育編 —

これは指しゃぶりではありません！

離乳食を始めよう！ だぞう！

母乳やミルクの飲み方（乳児嚥下）と固形の食べ物の飲み込み方（成人嚥下）は違います。乳児嚥下の仕方が離乳食後まで残っていると、歯並びが悪くなったり口呼吸になったり睡眠時無呼吸症候群になったりします。離乳食は乳児嚥下からシフトする大切なポイントになります。

作・画/あさみさとる
監 修/鈴木丈夫(歯学博士)

これは味わっているわけじゃなくて練習をしているのよ

食べ物を食べる練習をしているのよ

そんなにおいしいものではないでござるが

赤ちゃん殿また指をしゃぶってるでござる！

離乳食を始めるのはアレルギーや内臓の発達を考えると5カ月から6カ月

首が座って大人が食べているものに興味が出てきたら少しずつ始めるの！

赤ちゃんは生まれてからお母さんのおっぱいやミルクだけで成長しているでしょ

指やおもちゃをしゃぶったり離乳食を始めることで

徐々に大人と同じものを食べられるようになるの！

ミルク
離乳食
固形食