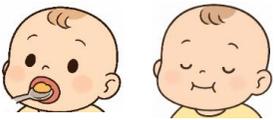


食べ方(そしゃく機能)の発達のためやす

生後5～6か月頃 (離乳開始)	7～8か月頃	9～11か月頃	12～18か月(離乳の完了)
初期	中期	後期	完了期
<p>唇を閉じて口に入った食べものを飲み込むこと(ゴックン)を覚える。</p> <p>【ポイント】 ・初めは抱っこして食べさせる。赤ちゃんの姿勢を少し後ろにかたむけるようにする。</p> 	<p>・上下の唇をとじて、食べ物をはさみとるようにして取り込み、舌と上あごでつぶす動きを覚える。</p> 	<p>・舌と上あごでつぶせないものを歯ぐきの上でつぶす動きを覚える。</p> <p>・舌の左右の動きで、歯ぐきの上に食べ物をのせて、つぶし、飲み込む練習をする。</p> <p>・自分で食べ物を触ることから口に持っていくことを繰り返すことで、自分で食べることを覚える。</p> 	<p>手づかみ食べが上手になるとともに、スプーンを使って食べる動きを覚える。</p> <p>・舌の左右の動きで、歯ぐきの上に食べ物をのせてつぶし、舌でひとまとまりにして飲み込む練習をする。</p> <p>・前歯でかじりとる練習をして1口量を覚えていく。</p> <p>【ポイント】 ・手づかみ食べが多い時期ですが、スプーンやフォークに興味が出てきたら、持たせて経験させていく。</p> 
<p>【スプーンでの食べさせ方】</p> <p>①平らなスプーンを下唇の上に置き、口が開いて取り込むのを待つ。</p> <p>②上唇で挟んで食べ物を取り込むの待つから、スプーンをゆっくり水平にひく。</p> <p>③口にはいつている食べ物を飲み込んでから次のひとさじをあげる。</p>    <p>※口の奥までスプーンを入れたり、上唇にスプーンをおしつけることは避けましょう。</p>			<p>手づかみ食べをして、食べる力を育てよう</p> <p>☆手づかみ食べはなぜ必要？</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食べ物を触ったり、握ったり、その固さや触感を体験することで、食べ物への関心につながり、自分で食べようとする行動につながります。 ・食べ物を目で見て確かめ、手指でつかみ、口まで運ぶ一連の動作が、目・手・口の協調運動であり、発達の上でとても重要です。 ・手づかみ食べが上手にできるようになると、スプーンなどが上手に使えるようになります。 <p>☆食事環境のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手づかみ食べを十分にさせるために、床にビニールシート等を敷くと、後片付けが楽になります。 ・初めは、スティック状のゆで野菜などからスタートし、慣れてきたら、おにぎりやパンなどでも試してみましょう。