〈参考２〉咀しゃく機能の発達の目安について

新生児期～　哺乳反射*によって、乳汁を摂取する。

＊哺乳反射とは、意思とは関係ない反射的な動きで、口周辺に触れたものに対して口を開き、口に形のある物を入れようとすると舌で押し出し、奥まで入ってきたものに対してはチュチュと吸う動きが表出される。

５～７か月頃　哺乳反射は、生後４～５か月から少しずつ消え始め、生後６～７か月頃には乳汁摂取時の動きもほとんど乳児の意思（随意的）による動きによってなされるようになる。

哺乳反射による動きが少なくなってきたら、離乳食を開始

離乳食の開始

◆ 口に入った食べものをえん下（飲む込む）反射が出る位置まで送ることを覚える

〈支援のポイント〉
- 赤ちゃんの姿勢を少し後ろに傾けるようにする。
- 口に入った食べものが口の前から奥へと少しずつ移動できるなめらかにすりつぶした状態（ポタージュぐらいの状態）

７，８か月頃

◆ 口の前の方を使って食べものを取りこみ、舌と上あごでつぶしていく動きを覚える

〈支援のポイント〉
- 平らなスプーンを下くちびるにのせ、上くちびるが閉じるの待つ。
- 舌でつぶせる固さ（豆腐ぐらいが目安）。
- つぶした食べものをひとまとめにする動きを覚えはじめるので、飲み込みやすいようにとろみをつける工夫も必要。

乳歯が生え始める

（萌出時期の平均）
下：男子８か月±１か月
　　女子９か月±１か月
上：男女 10 か月±１か月

上あごと下あごがあわさるようになる

９～１１か月頃

◆ 舌と上あごでつぶせないものを歯ぐきの上でつぶすことを覚える

〈支援のポイント〉
- 丸み（くぼみ）のあるスプーンを下くちびるの上にのせ、上くちびるが閉じるのを待つ。やわらかめのものを前歯でかじりとらせる。
- 歯ぐきで押しつぶせる固さ（指でつぶせるバナナぐらいが目安）。

＊前歯が生えるにしたがって、前歯でかじりとって１口量を学習していく。

前歯が８本生え揃うのは、１歳前後

１２～１８か月頃

◆ 口へ詰め込みすぎたり、食べこぼしたりしながら、一口量を覚える

◆ 手づかみ食べが上手になるとともに、食具を使った食べる動きを覚える

〈支援のポイント〉
- 手づかみ食べを十分にさせる。
- 歯ぐきでかみつぶせる固さ（肉だんごぐらいが目安）。

奥歯（第一乳臼歯）が生え始める

（萌出時期の平均）
上：男女１歳４か月±２か月
下：男子１歳５か月±２か月
　　女子１歳５か月±１か月

※奥歯が生えてくるが、かむ力はまだ強くない。

奥歯が生え揃うのは２歳６か月～３歳６か月頃

（参考文献）
1）向井美惠編著.乳幼児の摂食指導.医歯薬出版株式会社.2000
2）日本小児歯科学会.日本人小児における乳歯・永久歯の萌出時期に関する調査研究.小児歯科学雑誌 1988;26(1):1-18.