

表4-4 食物形態・食べ方・食べさせ方の進め方と食器具の使い方

時期 月齢 項目	離乳準備期		初めごろ			中ごろ			終わりごろ				
	3 ~ 4		5	6	7	8	9	10	11	12	18		
食物形態 の特徴	液体		半流動食→すりつぶし食 ・粒のないなめらかなもの (ポタージュ状→ジャム状) (ドロドロ ベタベタ)			押しつぶし食→粘稠軟固形食 ・舌で押しつぶせる程度の軟らかさ、大きさ、粘稠性(とろみ) ・スプーンの背で簡単につぶれる固さ(みじん切り調理にしない) ・押しつぶし食に少しずつ形のあるものを加えていく			軟固形食 ・歯ぐきでつぶせる程度の軟かさ、大きさ、形、とろみ少々 ・形のあるものに少しずつ固さを加えていく ・指で押しつぶせる固さの軟か煮 ・メニューの中に手でつまんで食べるものを入れる			一口切り食 ・前歯で噛み切れる固さ、大きさ、形 ・乳歯で噛みつぶせる固さのもの ・メニューの中に手で持ち、噛み切って食べるものを入れる ・スプーンですくいやすい調理形態(形、大きさ、濃度)にする	
歯の萌出			下2 (門歯)			上2下2 (ㄅ)			上4下4 (ㄅ)		上6下6 (門歯+第一乳臼歯)		上8下8 (ㄅ +犬歯)
食べ方			・口唇を閉じて舌を前後に動かし、のみこむ			・口唇で食べものを取りこみ、舌、あごの上下運動でモグモグ押しつぶしてのみこむ			・口唇を閉じて舌で食べものを左右に移動し、奥の歯ぐきでつぶして上下唇閉じて、口角をねじりながら食べる ・形のある大きなものを手のひらで握り、一口ずつ食べる 押しこまないようにする			・そしゃく運動の練習期 ・舌、あごが自由に動くようになる ・前歯で噛み切る ・奥歯が生えてくると、噛んですりつぶし、だ液と混ぜて食べるようになる ・自食が始まる	
食べさせ方	<ul style="list-style-type: none"> ◎抱かれてのむ ◎立て抱きにする (横抱きにすると吐) (乳しやすくなる) ◎スプーンになれる ・下唇にのせたまま口の中には入れない 斜めに傾けない ・スプーンを横にして上唇にスプーンのふちが添うようにする 		<ul style="list-style-type: none"> ◎抱かれて食べる ・のみこみやすい角度の立て抱きにする ◎スプーンですすめる ・口を開くまで無理に入れない ・食べものをスプーンの先の方にこんもりとのせる ・一口量に気をつける ・子どもの舌が出た時に床に平行に運ぶ ・下唇の上にスプーンをのせ、パクパクしながら口にとりこむ(入れる)のを待つ ・舌の中央へ食べものをのせたり上あごになすったりしない ◎のみこめる軟らかさにスープでのばしながら与える 			<ul style="list-style-type: none"> ・下唇の上にスプーンをのせ上唇でとりこませる ・押しつぶしてのみこむリズムをつくる 一口量・つぶし方・大きさ・とろみの濃度など子どもの舌の動きを見ながら与える ・指を口に入れる時は固さ、大きさに問題あり ・コップ、茶わんに両手を添えるように誘導しながらすすりのみの練習を促す 			<ul style="list-style-type: none"> ・軟かく煮たものを1~1.5cm角位に切り分けながら与える 子どもによっては角をつぶす ・つまめるものはつまんで口に運ぶように促す (大人の持つスプーンに手を添えたり)指さし要求がみられる ・哺乳ビンからコップへ指を伸ばし、手のひらで持つのむよう促す 			<ul style="list-style-type: none"> ・自分の椅子に座って食べる姿勢に気をつける(テーブル、椅子の高さ) ・少し固さのあるものを一口量ずつつかもとらせる 口唇を閉じ、よく噛んでのみこむように促す ・手づかみ食で手が口の中へ入らなくなったらスプーンを持たせる ・一つの食器から、食べやすいものから自分で食べ始める(食べにくいものを介助する) ・スプーンの握り方、運び方 スプーンにのせる一口量と食べ方に気を配る (一口量が多すぎると丸のみの食べ方)になるので注意する。 ・盛りつけ方、食器のおき方に気をつける 	
食器具	<p>乳首 (固さ、形、孔の大きさ) → スプーン(口の大きさに合わせる) → スプーン(上唇でなめるように) → 平らなもの(固形食用)</p> <p>口角の1/2~2/3先が細くしているもの</p> <p>ウィスキーグラス or バイレックス</p> <p>深さのあるもの(実なしスープ)</p>		<p>バイレックス or 陶器コップ</p> <p>主食+副食</p> <p>スプーン(の大きさを要する(実入りスープへ)捕食が上手になったところから)</p>			<p>陶器コップ</p> <p>子ども用 大人用</p>		<p>パンの時</p> <p>子ども用 大人用</p> <p>ご飯の時</p>					