〈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、口に入ってきたものに対してチュチュと吸う。

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“ドロドロ状”（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。
- 舌でつぶせる硬さ（豆腐ぐらいの硬さが目安）。
- 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。

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硬さ（指でつぶせるバナナぐらいの硬さが目安）。

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硬さ（肉だんごぐらいの硬さが目安）。

乳歯が生え始める

（萌出時期の平均）
上：男子８か月±１か月
　　女子９か月±１か月
下：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

＊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

奥歯（第一臼歯）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.