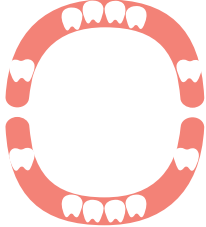




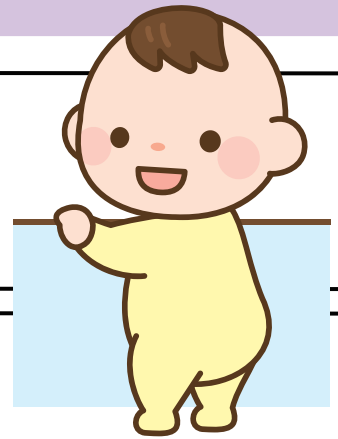
手づかみ食べ期

12~24ヶ月頃

お口の中



- 上下の前歯が生えそろう。
- 上下の奥歯が1本ずつ生える。
今まで歯ぐきでつぶせなかったものが食べられるようになります。



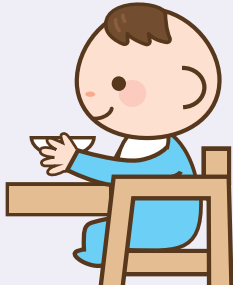
体の発達

- 1才を過ぎる頃には
歩き始めるようになる。
- 運動機能 UP

MEMO

だんだんと乳歯が生えそろい、咀嚼、嚥下、消化、吸収の機能も高まります。スプーンを自分で持てるようになり、口の中に入れようとします。このような発達が自分で食べようとする意欲につながり、食べさせられるのを嫌がったり、食べ物をつかんだりする事につながります。食材はやわらかく煮たものを前歯で噛みとれる大きさにしましょう。手づかみで食べれる大きさに出来るものは（おにぎりなど）積極的にしてあげましょう。

食べさせる姿勢



- 足の裏が床やいすの補助板に
ぴったりつく姿勢で垂直に座らせましょう。
- ひじが机につく程度の高さが丁度良いです。
※食べこぼしが更に増えますのでいすの下に新聞紙や
レジャーシートなどを敷いておくとう安心です。

食べさせ方



- 手づかみ食べを十分にさせてあげましょう。
- 手づかみしたものを前歯でかじりとらせて、歯を使う
感覚を覚えさせてあげましょう。

手づかみ食べの大切さ

- ① 自分で食べる意欲を育てる。
- ② 前歯で噛み取り、一口量を覚える。
- ③ 手づかみ食べがスプーンやはしなどを使った
食事動作を学ぶ基本になる。
※フォークで一口量を刺して与えることは前歯での
一口量のかじりとりを学習することができません。

POINT

上下の奥歯が生えそろう前に、固いものを与えると上手く噛めません。固いものが嫌になったり、偏食をしたり、いつまでも口の中に貯めてしまいます。お口の中も確認しながら進めていきましょう。