

ちばりは
摂食
パンフレット
2023

発行：小児嚥下カンファレンス



1 離乳初期 パースト食



動画で見れます 

生まれてくれば 誰でも食べられる でしょうか？

哺乳は「反射」・・・徐々にできなくなって当然
食べる機能は「学習」・・・順序に沿って進める
手助けが必要

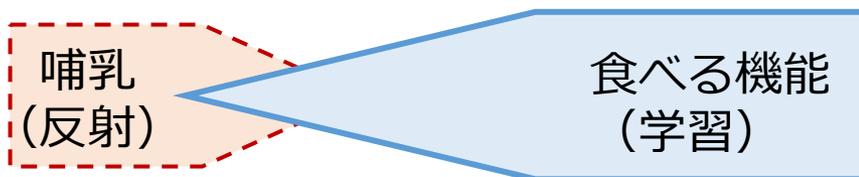
Q：生後ずっと哺乳が下手なので、離乳食を開始できません

哺乳が上手にならなければ、離乳食も上手に進みませんよね？

A：哺乳の動きは、離乳のステップで学習したい口の動きを後戻りさせてしまいます。

無理に哺乳を練習せず、食べる練習に切り替えましょう。

栄養摂取として哺乳が必要な場合には、哺乳も平行しますが、歯並びへの影響からも遅くても3才くらいまでに哺乳を卒業できるようにするとよいでしょう。



*イメージ図



段階	食べる機能の目標	水分摂取方法の目標
離乳初期 (ペースト食・かまずにのめる)	<ul style="list-style-type: none"> ・口を閉じて飲み込む ・飲み込む時に舌が口から出ない ・唇でスプーンをはさむようにして食事をとりこむ 	<ul style="list-style-type: none"> ・哺乳、経管栄養 ・濃い～中間のトロミ ・スプーンで一口ずつ
離乳中期 (ムース食・舌でつぶせる)	<ul style="list-style-type: none"> ・口を閉じ口角を引き、舌を上顎に押し付けて潰す ・口の中に散らばった食物を舌の上にまとめられる ・溶けやすいお菓子を一口分かじりとして舌の上にまとめて飲み込める 	<ul style="list-style-type: none"> ・濃い～中間のトロミ ・スプーンで一口ずつ ・中間のトロミをスプーンからすする
離乳後期 (やわらか食・歯茎でつぶせる)	<ul style="list-style-type: none"> ・舌を左右に動かし奥歯や歯茎ですり潰す ・口の中に散らばった食物を舌の上にまとめられる ・手づかみ食べできる ・一口量を調整できる 	<ul style="list-style-type: none"> ・中間のトロミ～トロミなし ・ストローやコップから飲む ・連続飲みができる
離乳完了 (やわらかめの普通食)	<ul style="list-style-type: none"> ・歯、顎、舌、頬を複雑に動かして咀嚼する ・咀嚼したものを口の中でまとめる ・食具を使い一口量を調整できる 	<ul style="list-style-type: none"> ・薄いトロミ～トロミなし ・ストローやコップから飲む ・連続飲みができる ・ブクブクうがいができる



離乳初期食を開始するポイント

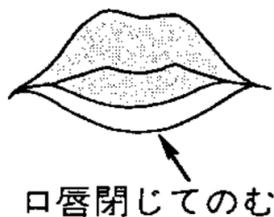
- おもちゃなめ、おもちゃしゃぶり、指しゃぶりがある
- 家族の食事する様子に注目している
- 椅子や抱っこで座った姿勢を保てる
- ゼイヤイや体調不良がない
- 生活リズムが整っていて機嫌のよい時間帯がある
- ミルク前の空腹な時間に食事時間を合わせられる
- . . . など

初期食での注意点

浅くて小さいスプーンを使う
下唇にスプーンを置き、上唇が閉じてくるのを待つ
上唇や上の歯にスプーンをこすり付けて抜かない
唇を閉じにくい場合は、下顎や上唇を支えて閉じる手伝いをする



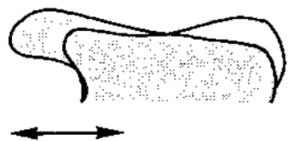
食べる機能の発達と食形態 ～離乳初期～



- 上唇の形変わらず
下唇が内側に入る
- 口角あまり動かない
- 口唇閉じて飲み込む

ペースト状

(なめらかなドロドロしたもの)



舌の前後運動

- 舌の前後運動に顎の連動運動

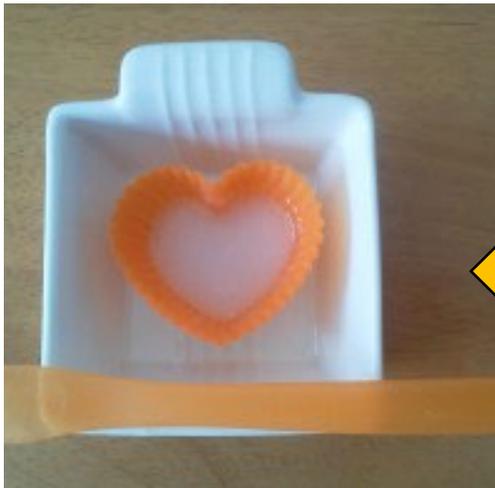
H27年度特別支援学校教職員研修資料より

日本摂食嚥下リハビリテーション学会HP
「発達期摂食嚥下障害児（者）のための嚥下調整食分類2019」より



初期食での注意点

浅くて小さいスプーンを使う
 下唇にスプーンを置き、**上唇がおりてくるのを待つ**
 上唇や上の歯にスプーンをこすり付けて抜かない
 口を閉じにくい場合は、
 下顎や上唇を支えて**口を閉じる**手伝いをする



離乳初期食



離乳食開始



定頸、うつぶせ

