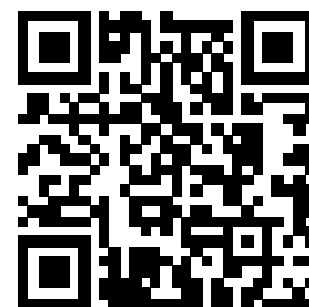


ちばりは
摂食
パンフレット
2023

発行：小児嚥下カンファレンス



2 離乳中期 ムース食



動画で見れます 

離乳中期食に移行するポイント

- 食事とミルクと睡眠のリズムがついている
- 飲み込むとき、口は開かず、舌は出ていない
(どうしても舌が出てしまう場合は、思い切って中期食にすることで舌の上下運動が促されて、舌が出にくくなることもあります)
- 自分の意思で唇を動かしてスプーンをとらえることができる
- スプーンから食事を摂りこんだ後にスプーンに食事が残らない
- 離乳初期食を30分以内でスムーズに摂取できている

中期食での注意点

舌と上あごで押しつぶして食べられるようなメニューを与える
強い力で押しつぶさないで処理できないようなメニューを
徐々に増やす
粒を入れていくのではなく、ペーストを固くしていくイメージ



食べる機能の発達と食形態 ～離乳中期～



左右同時に伸縮

- 上下唇がしっかり閉じて薄くみえる

- 左右の口角が同時に伸縮する

粒の混じらないムース状やマッシュ状

(舌を上あごに押し付けてつぶせる硬さ)



舌の上下運動

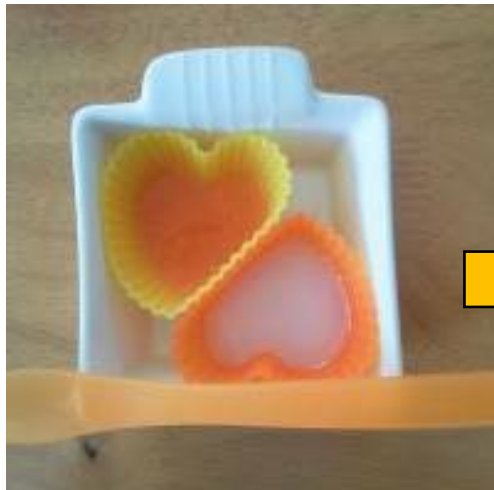
- 数回もぐもぐして舌で押しつぶし咀嚼する



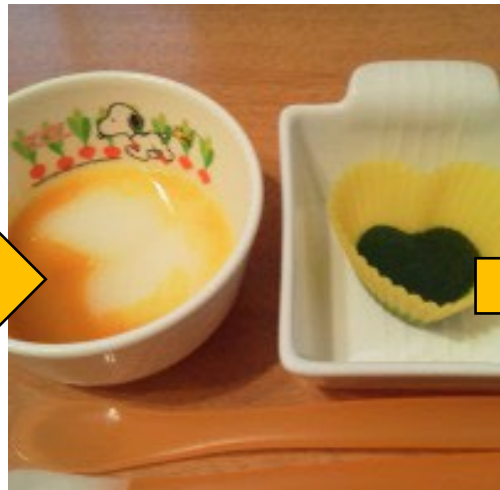
H27年度特別支援学校教職員研修資料より

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2018!」より





品数増える



量も増えていく



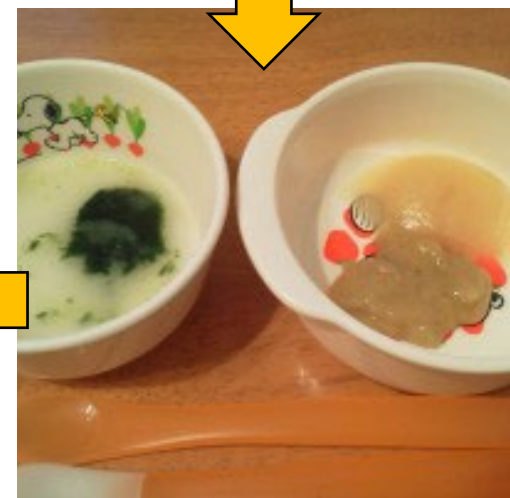
スプーン持ちたい



ひとり座り



哺乳瓶を持てる



中期食



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



Q：ペーストの次は刻んだり
粒を入れていくのでは？

A：刻みや粒ありはNG！！

ここで
刻みや粒ありにすると
左右運動も必要になっ
てしまい混乱！

発達がゆっくりなお子さんでは
おしつぶしの動き（上下運動）を繰り返し
覚えることに重点を置く

例：マッシュポテト、絹ごし豆腐

インターネットで入手できる
様々なムース食が大活躍します！

左右運動ができない時
刻みや粒ありにすると
丸のみするしかない！**窒息**
口の中に散らばる！**誤嚥**

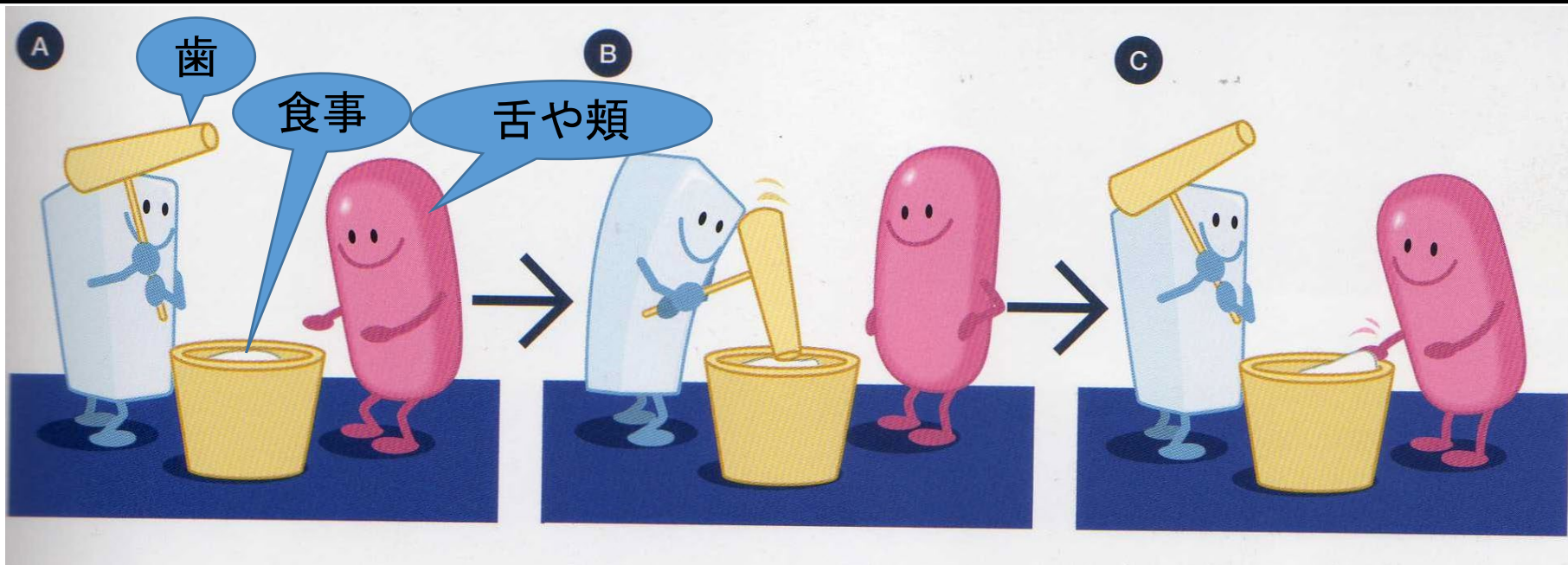
押しつぶしが正しくできるようになったら
押しつぶしきれないものを
奥歯に送りすりつぶす（左右運動）練習

例：もめん豆腐、柔らかく煮た人参（細かく刻まない）



Q：アグアグしていたら、
咀嚼できているんですよね？

A：NO! 咀嚼とは噛み砕くだけでなく、
口の中で飲み込みやすい形にまとめることまで



発達がゆっくりなお子さんが、複雑な協調運動である
「咀嚼」を獲得するためには、焦らず丁寧に進めることが大事

引用)阿部伸一:口が元気なら、若い!ぼけない!口腔からウェルエイジング,クインテッセンス出版株式会社,p15,2013.