

子どもの身体とお口の発達



お母さんのおなかの中ですくすくと育った赤ちゃんは、外の世界に出ても著しい成長を遂げます。身体とお口の面から子どもの生きるための能力をみていきましょう。

身体の発達



首がすわる
足をバタバタ
口でなめる

寝がえりをうつ
うつぶせ姿勢を保つ
おもちゃに手を伸ばす



お座りをする
座ったまま
おもちゃをもって遊ぶ



ハイハイをする
つかまり立ちをする



伝い歩きをする
指先で小さいものを持つ
一語文



一人で歩く
階段の昇り降り
二語文



吸啜窩 (きゅううてつか)

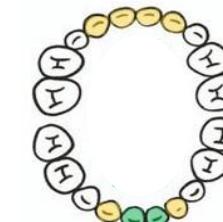
赤ちゃんのお口の上顎にあるおおきなくぼみのことです。

乳歯

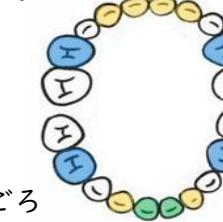
5か月ごろ～



11か月ごろ～



1歳2か月ごろ～



2歳半ごろ

生えそろいます



食べる力 と お口の発達

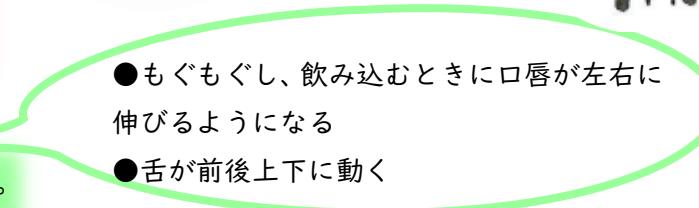
…乳飲み期…

吸啜反射と言われる反射機能を生まれつき持っています。吸啜窩と舌の間に乳首をしっかりとくわえ込み舌を前後させることでおっぱいを飲みます。



…口唇食べ期…

離乳食の始まりです。口唇を閉じて食べ物を取り込み、飲み込みができるようになります。スプーンを下唇にのせ上唇が閉じるのを待ってあげましょう。食べ物を口にためて、舌で食べ物を奥に送り込むことで飲み込めるようになります。



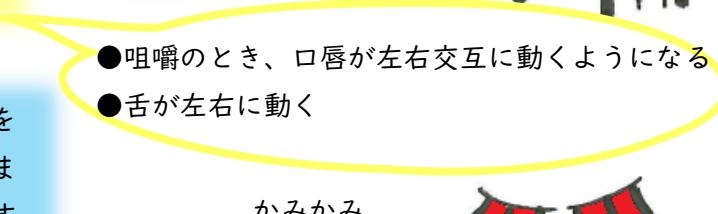
…舌食べ期…

舌を上顎に押し付けて、食べ物をつぶして食べる時期です。



…歯ぐき食べ期…

口唇を閉じたまま上下の歯ぐきで食べ物をすりつぶし、唾液と混ぜ合わせるようになります。口唇が左右に伸びるようになったらカップ飲み練習を始めるのに良い時期です。



…手づかみ食べ期…

歯を使うようになり、前歯でかじりとる時期です。食べ物を手で持ち、前歯を使って自分のひとくち量を覚えていきます。お口周りの筋力が発達し、普段は口を閉じて鼻呼吸をする習慣がついていきます。



…歯食べ期…

歯が生えそろい、本格的な咀嚼（そしゃく）を獲得していきます。前歯で食べ物をかじりとり、奥歯で噛みつぶします。