子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第168回　『お口（くち）の運動発達』

作業療法士　塩津　裕康

作業療法士の塩津です。道具操作の発達について取り上げました。今回は「お口（くち）の運動発達」を取り上げてみます。今年度残り数回の塩津の担当原稿は、特に乳児の運動発達を中心に取り上げていきたいと思っています。

人間の赤ちゃんは、他の動物に比べ１年間早く出産しているといわれています。そのため、乳児の運動発達は１年間で著しく変化します。「食事」に関しては、まずお口の機能が発達し、次いで手の運動機能が発達していきます。そのため、お口の運動発達の知識があることは子育てでも役立つ情報ではないかと思います。

１．哺乳期（誕生～約５ヶ月）

この時期は、食べ物を食べるための準備期でもあります。そのため、いろいろなモノが口や顔に触れることに遊びを通して慣れることが大切です。哺乳は、基本的には「反射運動」であり、自動的に口周りを刺激するとそちらを向き、吸うことによって可能となっています。

２．離乳初期（５～６ヶ月）

この時期は、初めて食べ物（離乳食）を食べ始める時期です。ポイントは、「捕食（唇でムニュっとお口の中に食べ物を取り込む）」と「大人のゴックン（チュパチュパ吸うのではなく、唇を閉じてゴックンする）」ことを獲得していくことです。

３．離乳中期（７～８ヶ月）

この時期は、少し形のある食べ物を食べ始める時期です。ポイントは、「舌で押し潰す」ことができるようになることです。

４．離乳後期（９～11ヶ月）

この時期は、さらに形のある食べ物を食べ始める時期です。ポイントは、「歯茎で咀嚼（噛むこと）・すりつぶし」ができることです。また「コップ飲み」もお口の発達にはとても大切です。近年、ストロー様のマグが沢山販売されており、こぼさず飲めて便利な側面はあります。ただ「お口の発達」という側面においては、なかなかステップアップできていません。コップで飲むということは、唇でお口に入る量やスピードをコントロールしなければいけなく、細かな運動を学習することになります。もちろん四六時中コップで飲みなさいというわけでなく、食事の時はコップにするなど、場面を決めて取り組むことなどの工夫が大切になります。

５．離乳完了期（12～18ヶ月）

この時期は、自分で食べることが増えていく時期であり、そのためには「手づかみ・道具食べ期」でもあります。また、自分で食べるということは、口に詰め込みすぎないために「前歯で噛みとる」ことが上達することも大切になります。

以上で、お口（くち）の運動発達について簡単に説明させていただきました。お示したのはあくまで目安であり、参考程度に思っていただければと思います。

※塩津先生は、あさひ園にて個別療育を行っています。

12月の子育て支援事業

日　程	時　間	事業名	内　容	対　象	場　所	予約	担　当
12/13㈮・17㈫・20㈮・25㈬・27㈮・1/7㈫・10㈮	9:00-12:00	あそび場	スキンシップ・ストレッチなどの遊び	発達がゆっくりの子どもと保護者	ほっとくらぶ	不要	ほっとくらぶ（377-3522）
12/18㈬	10:00-12:00	ほっとする親の会	茶話会				
12/14㈯	15:00-15:30	おはなし会	絵本の読み聞かせなど	お話を聞きたい方はどなたでも	あさひライブラリー	不要	教育文化施設（377-6111）
12/11㈬	10:00-10:20	乳幼児向けおはなし会	絵本の読み聞かせや手遊びなど	乳幼児			

＊最終ページに子育て健康課の子育て事業を掲載していますので、ご覧ください。
＊お問い合わせは、各担当者にご連絡ください。