

食事編⑫

口を開けて噛む子って



どんな時？こんな理由かな？

- 一口量が多い。
- 唇を閉じる力が弱い。
- ▲ 口全体の動きが未熟。
- ★ 鼻で呼吸することが難しい。

こんな支援が助かります！

- 「食事編⑪ 一口量が多い子って」の内容参照。
- ▲スプーンを下唇の中央において、上唇が下りてくるのを待ってからスプーンを水平に抜く。
- ▲口全体の機能が向上するように口を使った遊びをする。
- ★ （鼻詰まりなどがなく、口から呼吸ができるなら）「口を閉じて食べてみよう」「口を閉じて何回かめるかな？」などの声を掛ける。

食事のヒント

唇や舌などを使う動きや遊びをたくさんしましょう。

- ・口の周りにジャムや蜂蜜をつけて舌でなめとる。
- ・ご飯の際に、口の周りについたご飯を舌でなめとる。
- ・サンドイッチ用程度の薄い食パン等を口蓋（口の天井）に指などで押し付けて、それを舌先でとる。
- ・お風呂で、口に水を入れて、ピューっと遠くまで飛ばす。
- ・息をフーッと吹いて風船や裂いたティッシュなどを机から落とす。
- ・ぶくぶくうがいをする。
- ・にらめっこで、あっぷっぷ（ほっぺを膨らませる）やタコの口（唇を突き出す）など唇を使って遊ぶ。

その他

- ・鼻詰まりがある場合は食べる前に鼻をかむ。
- ・食事以外の場面（TV を見ている時など）で、大人がお子さんの下顎を支え、口を閉じる経験をする。
- ・大人が口を閉じて噛む見本を見せ、お子さんができたらたくさんほめる。