



# 口を育む! 食を育む!

～ 施設職員とのハーモニー ～

日本歯科大学 教授  
口腔リハビリテーション多摩クリニック  
口腔リハビリテーション科 科長

田村 文誉 氏

今年度の「歯ミフェスタ・多摩2015」では、日本歯科大学教授 口腔リハビリテーション多摩クリニック 口腔リハビリテーション科科長 田村文誉（たむらぶみよ）氏を講師に招き、『口を育む、食を育む～ 施設職員とのハーモニー ～』と題し、講演していただきました。

田村先生は、昭和大学歯学部を卒業して、アラバマ大学に留学後は、日本歯科大学歯学部講師、准教授を経て、現在は教授として子どもの摂食嚥下分野における第一人者として活躍されています。

講演では初めに、子どもの食べることの問題は幅広い要因を含んだ問題であり、短い時間ですべてを話すことはできないため、本日は、日常よくみるケースである「咀嚼」の問題について話をすると説明がありました。

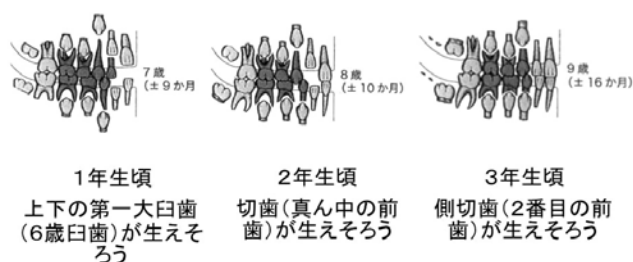
## 上手に食べられない？

- 咀嚼が不十分
- 口にためたまま飲み込まない
- 大きいものを前歯でかじれない
- 手で押し込む
- 食べこぼしがある
- むせる

「咀嚼」には歯並びや噛み合わせが大きく影響し、歯が生えそろっていないと食べられるものは限られること、逆に、歯が生えそろっていてもきちんと口が動かなければ噛んで飲み込むことはできないことを話されました。

また、子どもは成長に伴い乳歯から永久歯に生え変わることから、時期によってはうまく噛めず、食べ方にも影響を与えていることを説明されました。

## 混合歯列(乳歯から永久歯への生え変わり)時期



永久歯の萌出図表: 日本小児歯科学会1994より

そして食べ方に問題がある場合によくみられる「あまり噛まない」「口にためたまま飲み込まない」「食べこぼす」「むせる」といった症状について、その原因と背景にある理由について解説されました。

咀嚼機能を育てるといって、低年齢の子どもの問題のように感じますが、摂食指導に際しては、何歳になっても少しでも発達を促すという視点で行っているとのことでした。

また、食形態を下げると元に戻れないのではないかと聞かれることがよくあるが、元に戻すことは可能であると説明されていました。

## 咀嚼機能を育てるには

- 適切な時期に適切な食物を食べさせる
  - 乳幼児や発達の遅れがある場合
    - 咀嚼の動きがないうちから硬い食品を与えても意味がない
    - 丸のみや溜めこみなどの食べ方の癖がついてしまう
  - 年長児、学童の場合
    - 歯の萌出状態やかみ合わせによって食べられる物、食べ方に影響が出てしまう
- 咀嚼運動ができるようになったら、固い食品をメニューに加えていく
  - 全て固い食品にするのではなく、バラエティーを持たせる