



VOL.37 手づかみ食べをする頃になると

12～24ヶ月頃になると、手づかみでものを食べるようになります。この頃になると、遊び食べ、偏食(食べものの好き嫌いが激しく、決まったものしか食べないこと)、むら食い、噛まないなど、困ったことが多くなります。この時期は、食欲や食べものの好みにも偏りが出てくる時です。遊び食べが続くなら、時間で区切るなどの工夫をしましょう。お食事の一番の目的は、体と心に栄養を与えることです。お母さんやお父さんに叱られてばかりではストレスになってしまいます。あぶない行動でないなら、長い目で見守ってあげてください。お食事に関するお悩みは、発達が進むにつれて落ち着いてきます。手づかみをしているのだから、食べこぼしはあたりまえ。服やテーブルが汚れても大丈夫なようにしておきましょう。



お口の相談室

渡辺ゆうぞう歯科クリニック

会津若松市石堂町3-49 tel.0242-37-2232 <http://w-yuzodent.com>



文責／院長 渡辺雄三

新潟大学歯学部予防歯科卒業後、新潟県の無歯科医村へき地事業に11年間携わる。歯周病治療を中心として口腔の改善に努める。2005年5月、故郷・会津若松市石堂町に開業。

