

給食を

おいしく安全に食べる

- 食べる機能を向上させる指導 -

香川県立高松養護学校
自立活動室

給食が始まりました



どこで、
おいしいって
感じるの？

おいしさって
何？

おいしく
食べるためには？

障害のある子の背後には・・・

筋の協調運動が難しい

口唇閉鎖・顎運動不全
・嚥下協調運動障害など

不適切な食事環境

摂食姿勢・食物形態
・介助方法など

過敏がある

感覚運動体験不足

**食べることを
難しくしている
要因**

**形態の異常や
変形**

小顎症・側彎・舌の肥大など

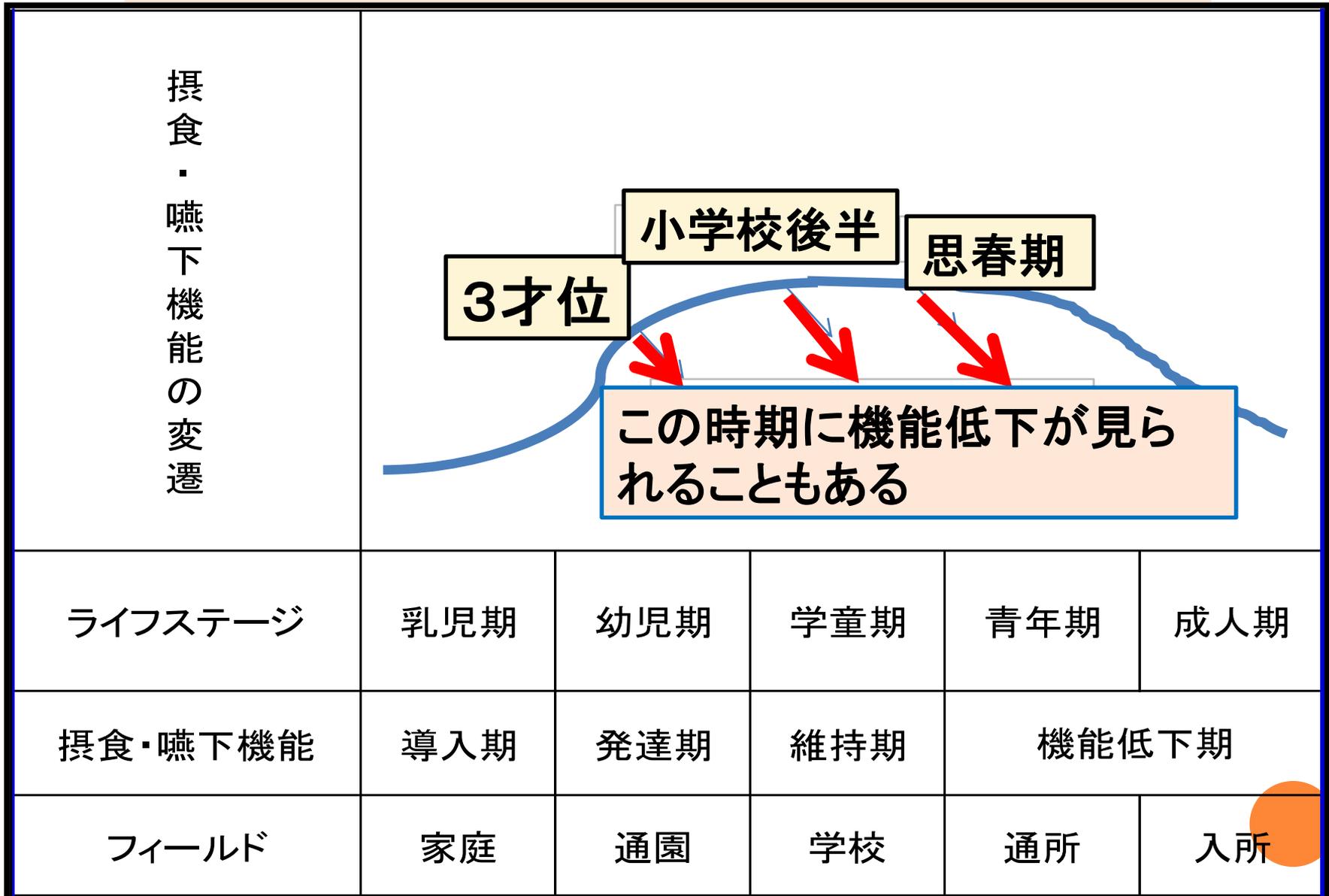
生活リズムの乱れ

便秘・睡眠・食事間隔
・薬の副作用など

全身状態の悪化

胃食道逆流症・呼吸
障害・筋緊張異常など

ライフステージと摂食・嚥下障害



こんな光景、よく見られるが・・・

「自分で食べなさい」

「はやく食べなさい」

「残さず全部食べなさい」



給食は、 食べる機能を学習をする時間です

食べ物は、教材である
教材を使って、
安全に食べる力をつけさせていこう



1) 食べる様子の観察

実態把握とその子にあった食形態



正常発達から

口唇の動きの発達

初期(ごっくん期)

咀しゃく月齢の見方 - 離乳初期
パクパクごっくん口唇食べ期 (5~8ヶ月)



口唇閉じて飲む

- 上唇の形変わらず
下唇が内側に入る
- 口角あまり動かない
- 口唇閉じて飲み込む



舌の前後運動

- 舌の前後運動にあごの連動運動



初期の動き
(下唇のめくりこみ)

中期(もぐもぐ期)

咀しゃく月齢の見方 - 離乳中期
もぐもぐ舌食べ期 (7~8ヶ月)



左右同時に伸縮

- 上下唇がしっかり閉じて薄く見える
- 左右の口角が同時に伸縮する



舌の上下運動

- 数回もぐもぐして舌で押しつぶし咀しゃくする



中期の動き
(舌での押しつぶし時の口唇の動き)

後期(かみかみ期)

咀しゃく月齢の見方 - 離乳後期
かみかみ 曲ぐき食べ期 (9~11ヶ月)



偏側に交互に伸縮

- 上下唇がねじれながら協調する
- 咀しゃく側の口角が縮む(偏側に交互に伸縮)



舌の左右運動

- 舌の左右運動(咀しゃく運動)



後期の動き
(咀嚼運動時の口角の動き)

摂食機能の発達段階と食物形態

<p>発達区分 (練習期)</p>	<p>初期 (口唇摂取 ～嚥下練習期)</p> <p>ごっくん</p>	<p>中期 (押しつぶし嚥 下練習期)</p> <p>もぐもぐ</p>	<p>後期 (咀嚼練習 初期～咀嚼 練習期)</p> <p>かみかみ</p>	<p>完了期 (以後は、咀 しゃくの力をつ ける)</p>
<p>食物形態</p>	<p>半流動食 すりつぶし食</p>	<p>押しつぶし食 粘稠軟固形食</p>	<p>軟固形食 刻み食</p>	<p>一口切り食 普通食</p>
<p>食物の 特徴</p>	<p>ドロドロ～ペースト状 粘り(粘稠性) なめらかさ(粒なし)</p> <p>水分が多い ヨーグルトなど</p>	<p>舌で潰せる程 度の軟らかさ 粘り(粘稠性) 形がある</p> <p>プリン・卵とう ふ・カボチャな ど</p>	<p>歯ぐきで潰せる 程度の軟らかさ、 大きさを配慮 適度の粘り (ソース・とろみ などで配慮) マグロなどの煮 魚</p>	<p>歯で噛み砕き、 すりつぶせる大 きさを配慮</p> <p>噛み切れない 物を除けば、ほ ぼ普通に食べら れる</p>

食形態のポイント

★その子の食べる機能にあった食形態が必要

★主食・副食・水分ともに、同じ食形態を

★大きさではなく、柔らかさで選ぶ

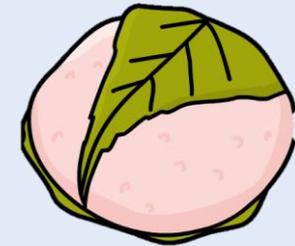
★自分で食べている子どもにも食べにくい
食材がある

→まとめやすさをとろみなどで工夫



こんなものは要注意！！

★きざみの根菜類(ニンジンやゴボウ・レンコン)など
散らばりやすいもの



★ねばりけの強いもの

★白玉・ミニトマト・ウズラ・飴・ブドウ・こんにやくゼリー
など口の中ですべるもの

★わかめ・のりなど張りつくもの

ちよつとでも危険だと思ったら、続けて食べさせない

学校給食の様子



- ① 唇が閉じられていない
- ② 舌が動いていない
- ③ 次々に食べ物を詰め込んでいる



食べる機能を見ると

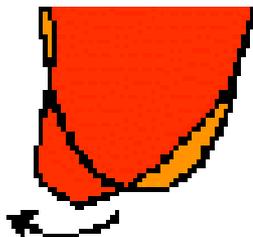
かみかみ期ですが・・・

咀嚼月齢の見方 - 離乳後期
かみかみ 歯ぐき食べ期 (9～11ヶ月)



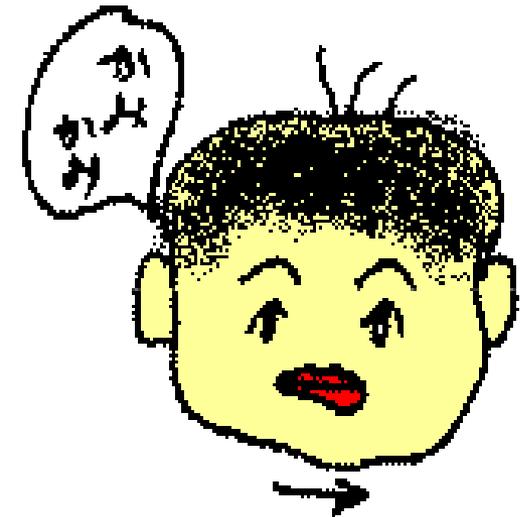
両側に交互に伸縮

- 上下唇がねじれながら協調する
- 咀嚼側の口角が縮む (両側に交互に伸縮)



舌の左右運動

- 舌の左右運動 (咀嚼運動)



Aさんの給食指導



- 食べ物に合わせて**口の大きさ**を調整する
- **唇を使って**食べ物を取り込む
- 次々に食べ物を口に入れず、**一口ずつゆっくり**食べる
- **口を閉じて**かんだり飲み込んだりする

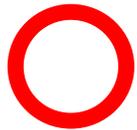
2) 安全に食べるために

- (1) 姿勢
- (2) 援助の仕方

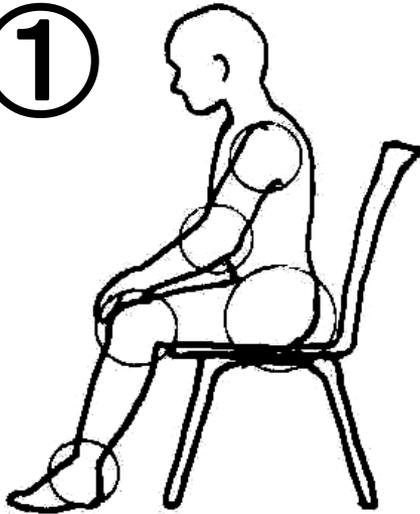


安全に食べる時の姿勢

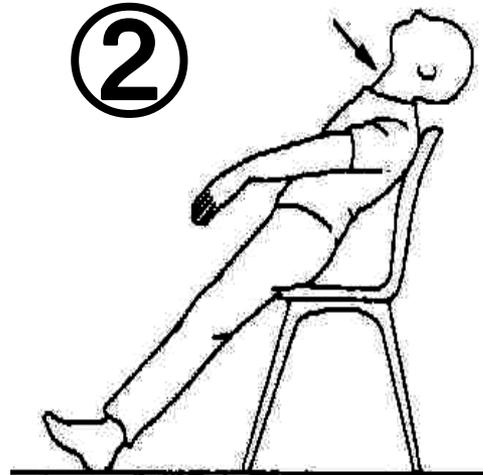
【ポイント】
体幹と首のラインを見よう！！



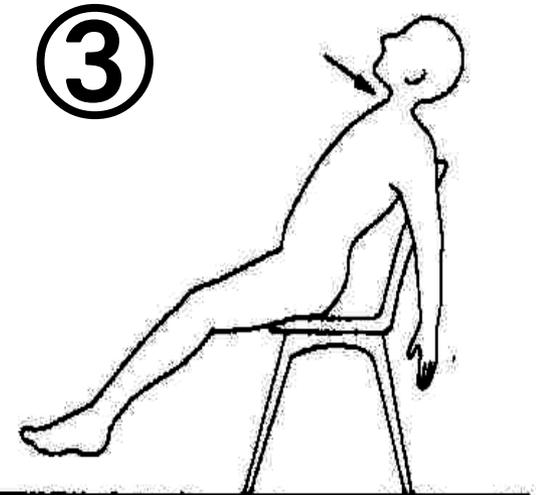
①



②



③

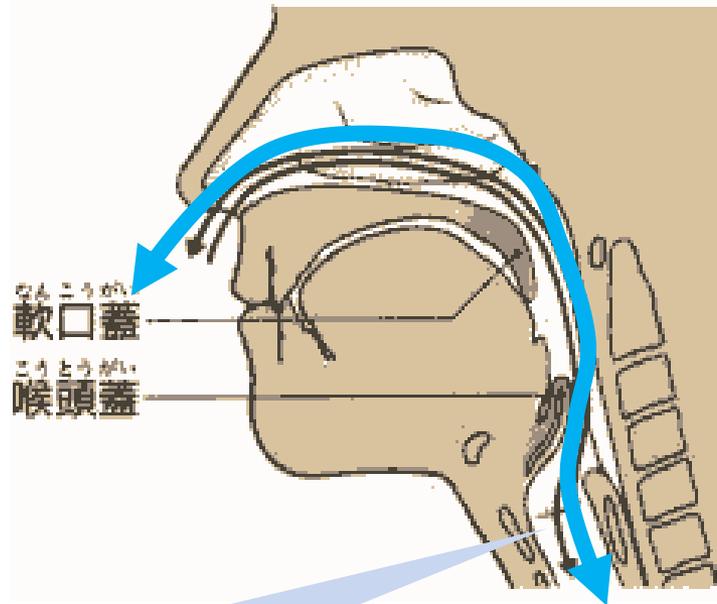


医歯薬出版「食べる機能の障害」P63-66より引用

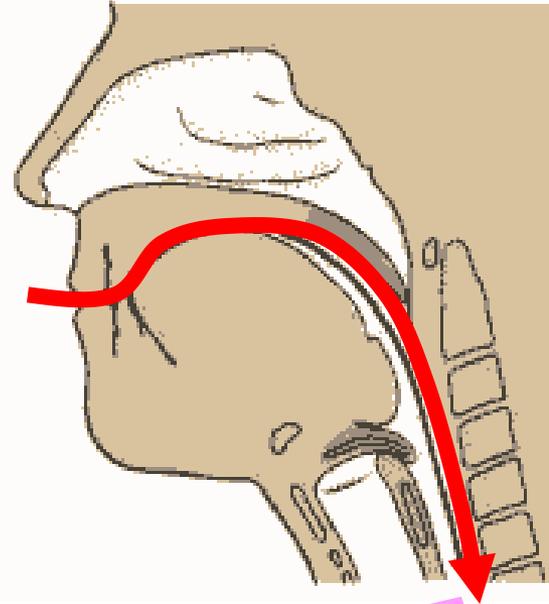
①屈曲位 ②頸部の角度 ③下顎の位置はどうか

息も、食べ物も途中までは同じ道を通り、 「のどの分かれ道」で、行き先が分かれる

1. 呼吸するとき



2. ものを飲み込むとき



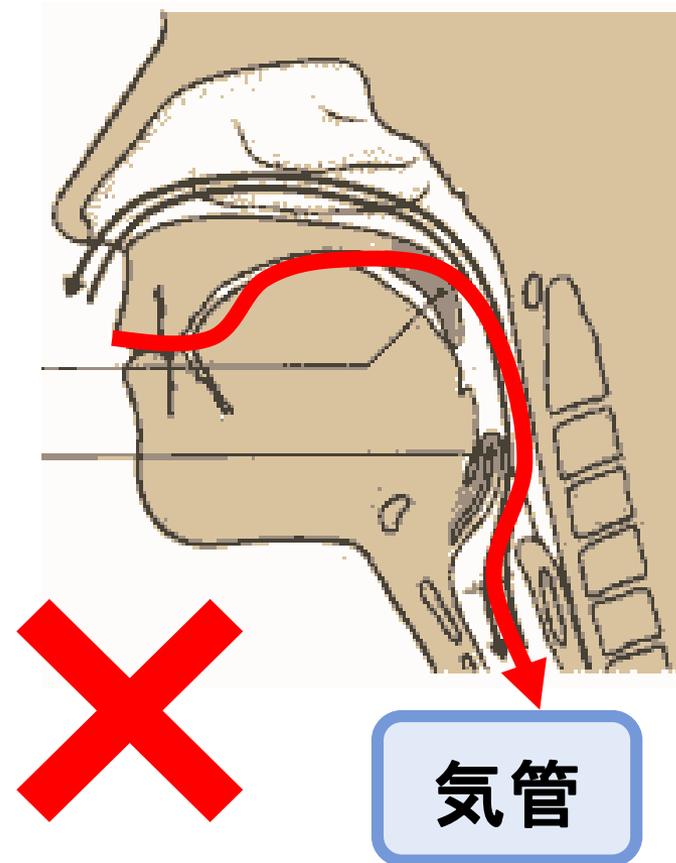
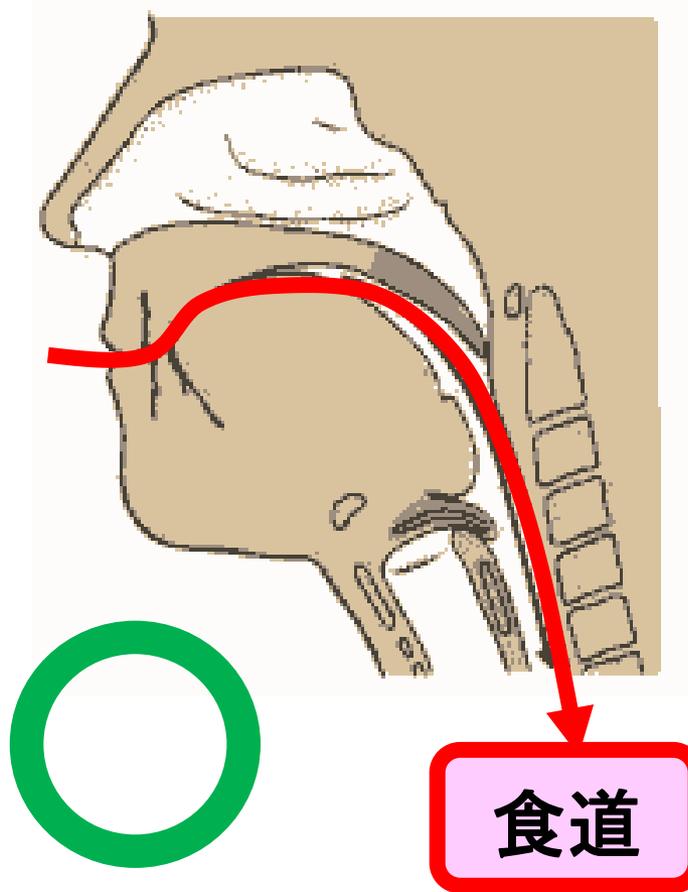
息は、のどの
分かれ道の前側へ

気管

食べ物は、のどの
分かれ道の後ろ側へ

食道

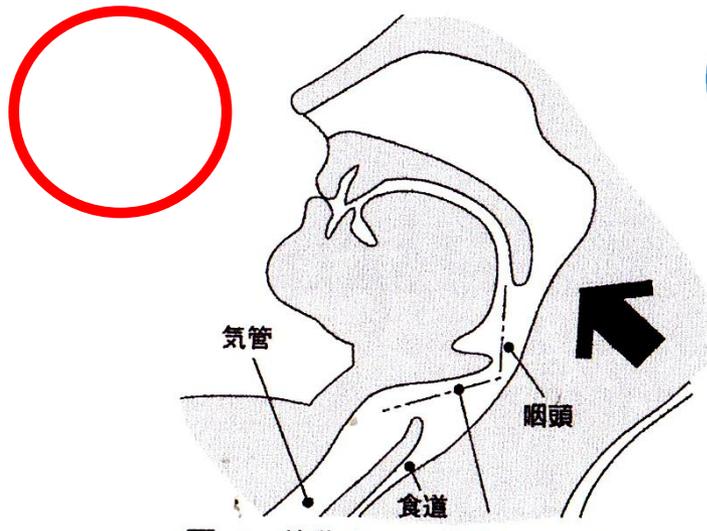
食べ物が、「のどの分かれ道」で、行き先を間違えると・・・誤嚥



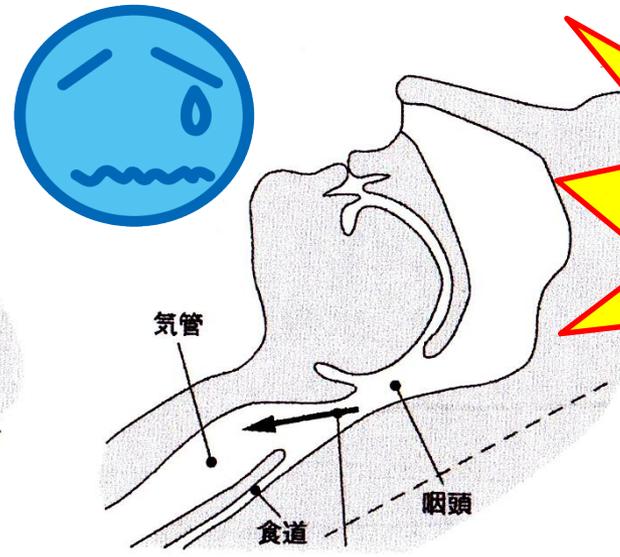
図は「なんでも健康相談室 誤嚥性肺炎と口腔ケア」HP
(北見病院医長 富田薫)より引用、一部改変した
<http://k-mint.okhotsk.or.jp/users/okk/soudannsitu/20050225.htm>

食べ物が、気管から肺へ侵入し、肺炎の原因に

顎が上がると誤嚥しやすい！！ ※実技 お茶



前屈すると誤嚥しにくい

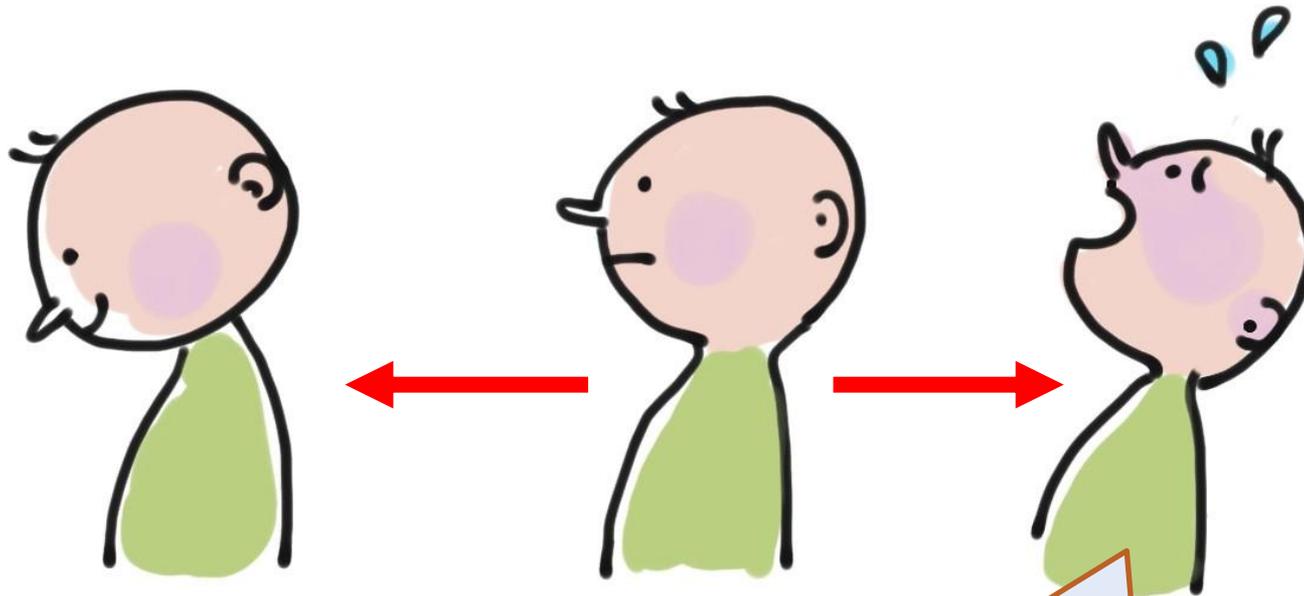


首が反ると誤嚥しやすくなる

図は「藤本メディカルシステム 嚥下障害に対する環境設定」HPより引用、一部改変した

<http://www.fujimoto.or.jp/tip-medicine/lecture-194/index.php>

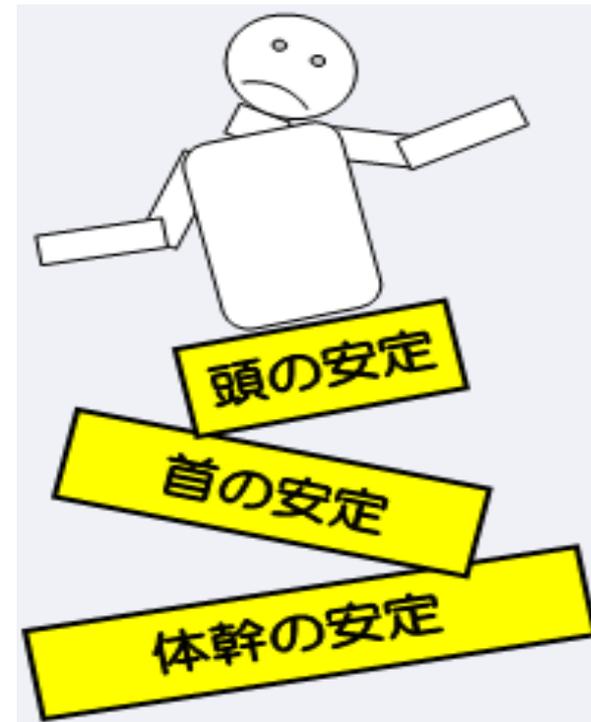
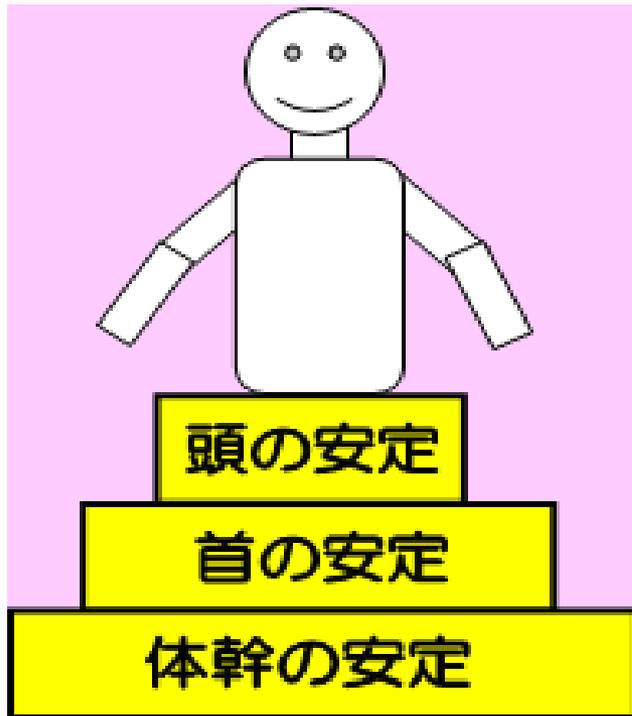
顎が上がると誤嚥しやすい！！



顎が上がると口が閉じにくい。



食べる運動は 全身の姿勢の影響を受ける



食べる練習だけでは十分とは言えない



安全に食べるためには、全身を協調させた動きづくり、体づくりが大切



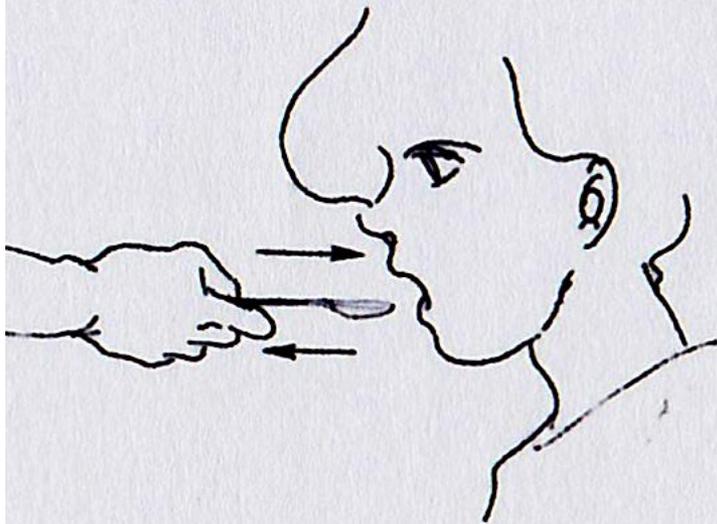
頭部と体幹が関連して 動くための学習



安全に食べるための ② 援助の仕方

スプーンの運び方

基本は
水平に！



a 正しいスプーンの運び方



b 誤ったやり方

固形食用のスプーン

- ・子どもの口の3分の2までの幅
- ・1さじ量は半分までに

摂食機能・年齢・口の大きさに
合わせてサイズを決める



水分用のスプーン

- ・サイズは大きめ、深め
- ・はじめは、その子が1回に嚥下できる量が入るもの

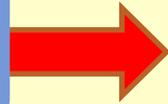
のむ練習のステップ

①

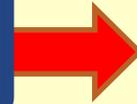
②

③

スプーン



コップ



ストロー



水分の取らせ方(まずはスプーンで)



①スプーンは横向きにして、下唇の上のにのせる

②上唇を下ろして
水面に触れさせる



③嚥下が終わるまで
唇は閉じておく

コップの援助



上下の唇の間にコップの
ふちを入れ、上唇を水面
につけて飲ませる

牛乳のストローの援助



- ・ストローが深く口に入らないように指で止める
- ・唇の中心で吸わせる

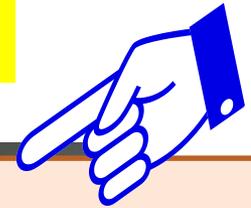
唇を閉じて食べる援助

①
スプーンを止めて、
食べ物を見せる

②
上唇が降りてく
るのを待つ

③
上唇が降りて
こなければ、上唇
を援助する

④
スプーンを抜いた
後も下唇を援助し
口が開かないよう
にしておく



安全のまとめ

【3つのポイント】

機能に
あった
食形態

顎を
上げない

口を
閉じる

できない部分
を
手伝ってください。

