

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

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 -

香川県立高松支援学校
自立活動室

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

給食は、
食べる機能の学習をする時間でもあります

食べ物は、教材でもある
教材を使って、
安全に食べる力をつけていこう

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

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

不適切な姿勢や環境
摂食姿勢・食物形態・摂食器
具・介助方法など

過敏がある
感覚運動体験不足

形態の異常や変形
小顎症・側わん・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

食べることを
難しくしている要因

これらの要因を一つでも少なくすることが改善につながる

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

ライフステージと摂食・嚥下障害

摂食・嚥下機能の変遷

3才位

小学校後半

思春期

この時期に機能低下が見られることもある

ライフステージ	乳児期	幼児期	学童期	青年期	成人期
摂食・嚥下機能	導入期	発達期	維持期	機能低下期	
フィールド	家庭	通園	学校	通所	入所

2011.2ボパースフォローアップ研修ST摂食「食事援助の基本原則」高見葉津氏の資料より引用一部改変

1) 口唇の発達と食形態について

正常発達から 口唇の動きの発達

初期 (ごっくん期)	中期 (もぐもぐ期)	後期 (かみかみ期)
咀しゃく月齢の見方 - 離乳初期 バクバクごっくん口唇食べ期 (5~8ヶ月)  ● 上唇の形が変わらず下唇が内側に入る ● 口角あまり動かない ● 口唇閉じて飲む 舌の前後運動	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)  ● 上下唇がしっかりと閉じて動く見える ● 左右の口角が同時に伸縮する 舌の上下運動	咀しゃく月齢の見方 - 離乳後期 かみかみ 歯ぐき食べ期 (9~11ヶ月)  ● 上下唇がねじれながら協調する ● 咀しゃく歯の口角が縮む (唇側に交互に伸縮) 舌の左右運動



初期の動き
(下唇のめくりこみ)



中期の動き
(舌での押しつぶし時の口唇の動き)



後期の動き
(咀嚼運動時の口唇の動き)

H22.摂食コミュニケーション 2級カウンセラー講座資料 中島知夏子 より引用 一部改変

摂食機能の発達段階と食物形態

発達区分 (練習期)	初期 (口唇摂取 ~嚥下練習期)	中期 (押しつぶし嚥下練習期)	後期 (咀しゃく練習 初期~咀しゃく練習期)	完了期 (以後は、咀しゃくの力をつける)
食物形態	半流動食 すりつぶし食	押しつぶし食 粘稠軟固形食	軟固形食 刻み食	一口切り食 普通食
食物の特徴	ドロドロ~ペースト状 粘り(粘稠性) なめらかさ(粒なし) 水分が多い ヨーグルトなど	舌で潰せる程度の軟らかさ 粘り(粘稠性)形がある プリン・卵とうふ・カボチャなど	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	歯で噛み砕き、すりつぶせる大きさを配慮 咬み切れない物を除けば、ほぼ普通に食べられる

H22.摂食コミュニケーション 2級カウンセラー講座資料 (中島知夏子) より引用 一部改変

本校の食形態

ペースト食



飲み込みを覚える段階のもの

押しつぶし食



固さの見極めをすることができ、食べる力を獲得できている段階のもの

普通食



それぞれの適した大きさに切り分けて、食べやすく工夫することもある

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・こんにゃくゼリーなど 口の中ですべるもの

★わかめ・のりなどは はりつくもの

ちょっとでも危険と思ったら、続けて食べさせないで下さい。

2) 安全に食べるために

- (1) 姿勢について
- (2) 援助の仕方

(1) 姿勢について



摂食姿勢のポイント

- ・屈曲位にする
(筋緊張をゆるめるため、肩・肘・腰・膝・足首を曲げる)
- ・頭部の角度
(まっすぐか、やや前屈)

図はsakuta「最新摂食コミュニケーション」より引用

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

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

息は、のどの分かれ道の前側へ

気管

2. ものを飲み込むとき

食べ物は、のどの分かれ道の後ろ側へ

食道

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
<http://k-mint.okhotsk.or.jp/users/okk/soudannsitu/20050225.htm>

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

食べ物が、「のどの分かれ道」で、行き先を間違えると・・・誤嚥

食道

気管

食べ物が、気管から肺へ侵入し、肺炎の原因に

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
<http://k-mint.okhotsk.or.jp/users/okk/soudannsitu/20050225.htm>

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

安全に食べるための姿勢

I-7 嚥下機能障害が重度の場合の頸部と体幹の角度

×: 首の角度が体幹に対して後屈位になる姿勢は誤嚥しやすい。
 ○: 首の角度を中間位～軽度前屈位に保持し、上体を後ろに倒したリクライニング姿勢は誤嚥しにくい。単純な一般化は危険

図はクリエイツかもがわ「新版医療的ケア研修テキスト」より引用

嚥下障害が重度の場合、頸部を中間位から軽い前屈位に保持し、体幹を床面に対して倒した姿勢が、最も誤嚥しにくい。

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

顎が上がると誤嚥しやすい！！

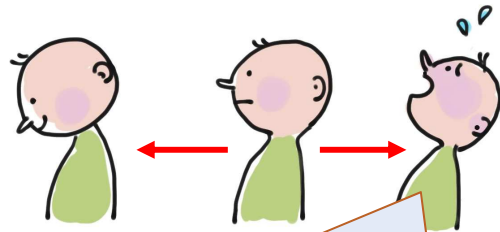
前屈すると誤嚥しにくい

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

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

顎が上がると誤嚥しやすい！！

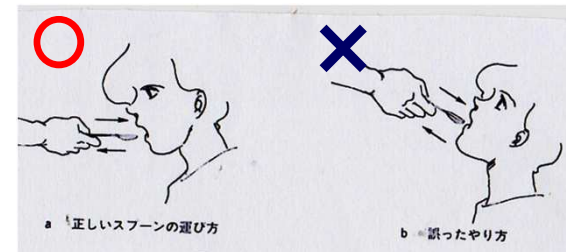


顎が上がると口が閉じにくく、
飲み込みずらくなる。

高松支援学校 肢体不自由教育スタートアップ講座

(2) 援助の仕方 スプーンの運び方

基本は
水平に！



図は、医歯薬出版「食べる機能の障害」P105より引用

唇を閉じて食べられる人は

- ・スプーンの背の腹を舌の先にのせて、
上唇が下りてくるのを待つ
- ・上唇が下りてきたら、スプーンを手前
に真っすぐ、ゆっくりと抜く

注意

- ・スプーンを抜くとき、スプーンの底に残った食べ物を
上唇にこすりつけるようにして上向きに抜くと、上唇を
使って捕食できなくなる。

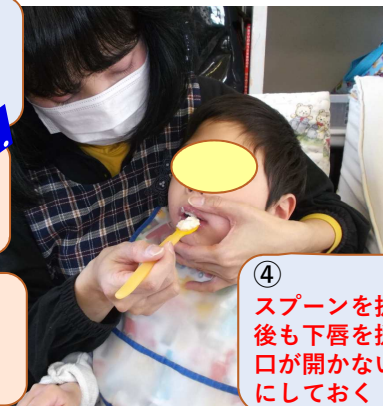
唇を閉じて食べられない人は

- 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



固形食用のスプーン

- ・子どもの口幅の3分の2以下の大きさ
- ・1さじ量は半分までに
- ・底が浅くて柄の部分が長めのものが捕食しやすく、水平に抜きやすい

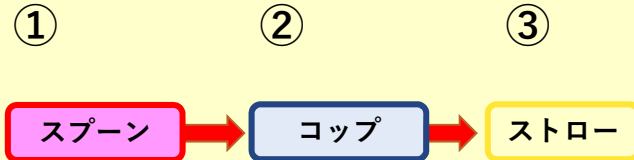
摂食機能・年齢・口の大きさに合わせてサイズを決める



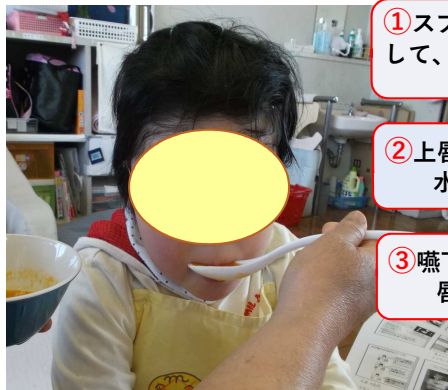
水分用のスプーン

- ・サイズは大きめ、深め（カレー用スプーンなど）
- ・はじめは、その子が1回に嚥下できる量が入るもの

飲む練習のステップ



水分のとらせ方（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



- ・ストローが前歯より奥の口腔内まで入らないように指で止める
- ・唇の中心で吸わせる



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。