

安心・安全な給食指導のための

「摂食指導」改訂版

児童生徒にとって、毎日の食事は栄養を取り込み成長するために欠かすことができません。美味しく楽しみながら食べることは、人とのコミュニケーションを含め、心身ともに健やかな育成を図るためにも重要です。

障がいのある児童生徒の学校給食は、教師が児童生徒に安全で安心して食べるために必要な支援を実施することが重要です。障がいのある児童生徒は、「摂食嚥下機能（食べる、飲み込む機能）」に課題があることがあります。「摂食嚥下障害」は食べることができないという機能の問題にとどまらず、誤嚥性肺炎の原因となるほか、窒息の危険性など、児童生徒の生命に影響を及ぼします。このようなことを起こさないために、環境設定や姿勢、食形態、介助法など実態に合わせた専門的な手立てが必要となります。

これらのことを踏まえて、「北海道肢体不自由教育摂食実技研修会」では、リハビリ小児科医師及び歯科医師等による講義や、言語聴覚士や理学療法士等の摂食に関わる実技指導を通し、給食指導場面での的確な摂食指導を実践するための学びを深めています。

その中から、安心・安全な学校給食のための「摂食指導」に関する基本的な考え方や対応等についての要点を紹介します。日々の給食指導場面で、参考にいただけたら幸いです。

※なお、本リーフレットは北海道真駒内養護学校の皆川悦子自立活動教諭の協力を得て作成しています。

〈参考文献〉

木下憲治:「摂食及び嚥下に課題のある幼児児童生徒の口腔機能や嚥下機能について」特別支援教育摂食実技研修講座特別講義資料. 2019.

續 晶子:「障がいのある幼児児童生徒の安心・安全な摂食指導に係る心身の発達及びリハビリテーションについて」特別支援教育摂食実技研修講座基調講義資料. 2019.

皆川悦子他:特別支援教育摂食実技研修講座実技・講義資料. 2019.

小畑恵子:「写真でわかる重症心身障害児(者)のケアアドバンス」Chapter4. 194-196p. 2018.

北住映二他:「子どもの摂食嚥下障害」2007.

令和2年12月初版
令和6年12月改訂

北海道立特別支援教育センター



給食指導の困りごと



児童生徒の状態

- ・むせる
- ・食形態が合っているか
- ・嚙んでいるか分からない
- ・眠ってしまう
- ・給食中の発作
- ・介助法や食具

内容の
整理

考えられる課題

- 1 児童生徒の課題
身体（姿勢など）、体調、気持ち
- 2 教師の課題
実態把握と摂食に関する基礎知識
- 3 環境
場所、場面、人

<摂食機能に配慮した給食指導のために>

児童生徒の実態把握（摂食嚥下機能、知的面、食に対する意欲等）に基づいて、以下の点で対応します。

- 1 食事姿勢の設定（全身状態、病態像の理解）
- 2 食形態（摂食嚥下機能に基づいての選定）
- 3 食具や介助法（機能を引き出す食具と介助の技術）
- 4 食事におけるコミュニケーションの重要性

1 食事姿勢の設定

反り返る、椅子からお尻がずれる、首が不安定であるなどの坐位姿勢についての課題は、食事姿勢を設定する上でも多くの配慮が必要となります。

身体に合わせた椅子を使用し、「食べやすい姿勢」の設定について配慮を行います。



やや顎を引く姿勢をとります。頭部と頸部の安定性を基盤として口腔の運動性を引き出します。（嚥下しやすいように咽頭スペースを確保します。顎を引く程度は個別によって異なります。）

- 股関節屈曲
- 体幹の保持
- 頭部、頸部の安定
- 適切な筋緊張

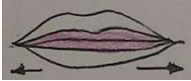
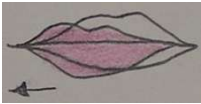
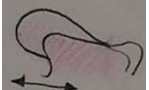


股関節の適度な屈曲により、体幹の安定性を図ります。

姿勢が整うことにより、食べる動き（口腔の動きと嚥下）を引き出します。

2 食形態

道立特別支援学校は、学校給食の段階食（摂食嚥下機能に合わせた食形態）の提供をしていないため、教職員が再調理して安全な食形態に整える必要があります。

摂食嚥下発達段階	初期獲得期（初期）	押しつぶし期（中期）	すりつぶし期（後期）	完了期～
発達区分	嚥下機能獲得	押しつぶし機能獲得	咀嚼機能獲得	摂食機能獲得
摂食機能	口を閉じて飲むことができる。 ・口唇を閉じて飲む。 ・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。 	口を閉じて舌と上顎で押しつぶすことができる。 ・上下唇がしっかりと閉じ薄く見える。 ・左右口角が同時に伸縮する。 	噛むことができる。 ・上下唇がねじれながら協調。 ・咀嚼側の口角が縮む。 	臼磨運動で咀嚼できる。 
舌の前後運動	舌の前後運動 	舌の上下運動（舌で押しつぶす） 	舌の左右運動（咀嚼運動） 	
顎：上下、舌：前後	顎：上下、舌：前後	顎：上下、舌：上下	顎：臼磨、舌：左右	顎：臼磨、舌：左右
食物性状	・ペースト状 ・なめらか、粒無し ・すりつぶし食	・舌でつぶせる固さ ・粒入り、半固形食 ・押しつぶし食	・歯茎でつぶせる固さ ・形のあるもの ・軟固形食、刻み食	・歯茎で噛める固さ ・歯茎と歯で噛み切れるもの ・固形食、一口大食
水分	スプーン一口飲み（乳児嚥下）	大スプーン飲み～コップ飲み（成人嚥下）		

食形態調整や汁物、水分では、むせや誤嚥を防いだり、水分摂取量を確保したりする等の目的で、「とろみ剤」を利用することがあります。とろみ加減は児童生徒の実態に応じて調整します。

※「摂食嚥下障害」のある児童生徒の食形態は、専門の医療機関の指示や医療情報に基づいて学校給食の食形態を整えることが必要です。そのため、医療との連携が重要になります。

3 食具や介助法

食事姿勢を整えたら、給食指導における育てたい力や食形態、自食等に見合った食具を選択します。

▶ スプーンの選択

- 素 材・・・シリコン等は口当たりが優しく、咬み込み時の不快や過敏への配慮となる。
- 大きさ・・・ボール部が大き過ぎるものは避け、口の大きさに合わせる。一口分の量に配慮する。
- 形 状・・・ボール部の深いものよりも平たく浅いものの方が、食べ物を取り込む口の動きを促しやすい。



【様々な種類のスプーン】



【ボール部の形状】

▶ 水分摂取の方法（コップ、ストロー、スプーン、介助法）の選択

- 必要に応じてオーラルコントロールをし、頭部・下顎を保持しながら口腔機能を引き出します。



【カットアウトコップ】



【介助の方法】

4 食事におけるコミュニケーションの重要性

食事場面では、児童生徒が安心して食べることができるような教師との関係が必要です。そのためには、教師がせかすことなく、まず、児童生徒をよく観察し様子を把握することが大切です。それが、「楽しく」、「安心」して食べることができる土台となり、児童生徒の能動的な力を発揮した「食べる場面」へとつながります。

食事とコミュニケーション
「食べること」外界を取り込み、栄養とする。

「食べる側」

安心し、快を感じ、意欲となり、
成長の糧とする

関係性の中で、一緒に食べる

給食指導

支える

「食べさせる側」

食事介助場面では、「食べる側（児童生徒）」と「介助者：食べさせる側（教師）」とが信頼関係を築くことが大切です。その関係性の中で、「安心して」、「一緒に食べる」ことが、健やかな育ちや成長を支えます。

2019 年度特別支援教育摂食実技研修講座「食事場面における視点」（皆川悦子）参照

＜給食場面のリスク管理＞

給食場面では、「誤嚥（食物や唾液が食道ではなく、気道へ流れ込んだ状態）」や「窒息（食べ物が気道に詰まってしまい呼吸が阻害される）」、「食物アレルギー」などへ配慮した給食指導を行うことにより、児童生徒の安全を守る必要があります。その日の児童生徒の体調や給食のメニューの把握も、リスクの軽減のためには必要です。また、万が一事故が起こったときに備えて「緊急時対応訓練」や「救命救急訓練」などを実施し、組織としてリスク管理する必要があります。ヒューマンエラー（人によるミス）は起こるものだとして心得て、組織として「事故防止」をする視点が必要です。ヒヤリハット報告の徹底、教室の環境整備の確認、教員同士のコミュニケーションを図ることにより、相互に注意喚起や危険予知をしていく集団・組織作りが求められます。

＜「早すぎる自食指導」について＞

特別支援学校の小学部では、入学して間もない時期に、給食指導の目標として「自分で食具を使って食べることができる（自食）」と立てることがあります。

咀嚼機能が未発達な児童への「自食指導」は、「丸飲み」、「早食い」という二次障害をつくり、「窒息リスク」を高める可能性があります。「咀嚼しているか（丸飲みしていないか）」をよく観察し、未熟な場合は、自食よりも「咀嚼の向上（摂食機能の向上）」を優先することが大切です。

＜医療機関・保護者等との連携＞

児童生徒は生まれてからの哺乳、離乳食等を経て学校へ入学します。そして食事は一日三回、給食はそのうちの一回に過ぎません。そう考えると「食べること」の育ちには、保護者の育児への思いや考え等をよく理解し、共に協力しながら取り組む教師の姿勢が必要です。

また、誤嚥や呼吸に関しての医療機関からの情報は、児童生徒の命を守るために必須となります。学校、保護者、そして、学童保育やデイサービス等も含め、児童生徒の摂食に関する実態を共有し、育ちを支える関わりや配慮をして実践していくことが肝要です。