

情報ボックス

西淀川支援学校地域支援部 No. 14

情報ボックス NO.14 のテーマは「食べること」についてです。

【食べること】

食べることは、成長に必要な栄養を摂取したり、生活のリズムを整えたりすることなど、日々の生活を豊かにするために大切なことです。

今回は肢体不自由の子どもたちが、安全に楽しく食べるための4つのポイントをご紹介します。

ポイント①【姿勢について】

それぞれの子どもにあった姿勢づくりは、安全に食べるために大切なことです。



(良い例)


- 深く腰がかかる
- ひざは90度に曲げる
- 太ももが浮き上がらないように
- 足は床や台にしっかりつける
- 机の高さはひじに合わせる
- 頸部前屈/リラックスする



頸部や体幹が不安定な場合は、リクライニングを活用。この場合も頭部と体幹の角度は同じにしましょう。




下顎が上がっている



足が床から離れている


手足が伸びている



深く座れていない

(悪い例)

無理な姿勢で食べると、気管に食べ物が入りやすく、**※誤嚥**する危険があるので注意しよう！！



※誤嚥とは・・・
食べ物が食道ではなく、誤って気管に入り、肺にながれこんでしまうことをいいます。
誤嚥性肺炎の原因にもなるので注意が必要です。

ポイント②【あせらず・かくじつに】

楽しい食事の時間にするためには、あせらないことが大切です。
うまいかない時は、一呼吸をとるようにしましょう。子どもの様子をじっくり見て次から次ではなく、かくじつに一ロー口を飲み込めたことを確認すると安全に食事をとることができます。



ポイント③【食具】

食事においては、適切な介助をするうえで、食具の選択が重要です。
ここでは本校で使用されている自助具スプーンについて紹介します。



※情報ボックスNo12に食事に使用する自助具について詳しく載っているのでぜひご覧ください☆

ポイント④【コミュニケーション】

楽しく食事ができるような雰囲気づくりも大切です。「今度は〇〇だよ」「おいしいね」などの声かけを行ったり、食べものが見えるように目の高さに持っていったりすると、子どもも安心して食べることができます。また、食べものの色や匂いなども伝えてあげましょう！

まとめ

このように

- 正しい姿勢で食べること
- 落ち着いて食べること
- 自分にあった自助具を使うこと
- コミュニケーションをとりながら、食事をすること

これらの4つのポイントは、安全に楽しく食べるためにとても大切なことです。
このポイントを意識しながら、子どもたちとの楽しい食事の時間を過ごしましょう♪

