

支援教育部ニュース

偏食指導の原則について その2

前号の「④偏食の原因を推測して、正しく対応すること」について掘り下げます。

発達に課題のある児童・生徒において、偏食の原因となり得るものの例（一部です）と、その対応例を挙げます。

偏食の原因①味覚や触覚、視覚などの感覚的な問題

【とある豆ごはんの日】



→具とスープを分けたり形態を変えたりする他、温度を変えたり、食器を変えたりといった対応をする。

偏食の原因②食に対する嫌な記憶

【ふたたび豆ごはんの日】



→「自ら食べられた」「こう工夫すれば食べられた」という成功体験を増やす。

偏食の原因③食わず嫌い

【初めて見る トウモロコシごはんの日】



→成功体験を重ね、「ちょっと食べてみよう」や「食べてみたらおいしかった」という体験を増やす。

偏食の原因④こだわり

【とっても具たくさん かやくごはんの日】



→本人のこだわりにより寄り添いつつ、食事以外の場面でも少しずつこだわりを減弱させて、思考の柔軟性を高める。前にできたことと関連付けよう!

偏食の強い子も、好きな物を食べている時は、給食が楽しい時間になっていますよね。自分の経験上、信頼できる先生や大好きな友だちがおいしそうに食べているのを見て興味を示し、自ら口にしてくれることができました。どの子にとっても給食が楽しい時間になるようにと思います。

(北野)



★最後に★

偏食は、実は社会性とも関わりがあることが多いですし、将来的な活動の幅にも影響を及ぼし得ます。偏食改善は大切なことですが、それ自体が目的になってしまえば、学校や先生のことがいやになるなど、デメリットのほうが大きくなってしまいかねません。焦らずに保護者と足並みを揃えて、食事の機会を提供し続けることが大切かと思えます。

(吉村)

