

今回は健康維持と子どもの発達には欠かせない「食事」に関する支援から見える成長をお伝えします。

## 「食事」の大切さ

一言で「食事」と言ってもその中には、健康維持・管理はもちろん、食事を通しての他者とのコミュニケーション・マナー・感謝の心・道具を的確に使う力・選択する力、などなど成長への幾つもの鍵が隠されています。

## 取り組み

### 食事に関する記録

利用者の方の食事に関する記録（食事量・箸の持ち方・好き嫌いの状態・食事中の行動など）を取り、個人の成長に合わせた支援を行っています。

### Kさんの事例

Kさんは好き嫌いが激しく、落ち着いて食事を取ることができなかつた方で、すべての面に対して支援を拒み、イライラから他人に当たってしまうよ

うな行動が目立っていました。

そこで、好き嫌いを克服し空腹からのイライラを無くそうと考えました。食事時間は職員が隣に座り、マンツーマンで食事の介助を行い、Kさんの好きなメニュー

# 成長は光

## ～食事支援の取り組みから～

を励みに苦  
手なメニュー  
を少しずつ  
つ食べても  
らうように  
しました。  
取り組み  
始めたころ  
は、苦手な  
ものが口の  
近くに來る  
と顔を背け  
「ワー」と泣  
くこともあ  
りました。

苦手なものを細かく刻み、少しでも早く飲み込めるようにしました。苦手なものを食べる  
ことができたなら、大いに褒めました。使いつらい箸を、しつけ箸（※1）にしました。

長期の支援の結果、次第に食事の量も増え、それに伴い栄養のバランスも取れるようになりました。また、食事量が増えたことで、空腹によるイライラが減り、落ち着いた生活が送れ



しつけ箸を使い、苦手なものを食べるKさん。

「選択食」(※2)  
足羽学園・足羽更生園では週  
に一回の選択食を行っています。  
普段は出された食事を食べ  
たいものを選択するという  
行為は、思いのほ  
か難しく、支援を  
始めた当初は、選  
択することの意味  
を理解することが  
困難な様子でした。  
約十年間継続し  
ている現在では、  
三種類のメニュー  
から自分の希望の  
物を選ぶことでそ  
れが出てくること  
を理解し、スムー  
ズな選択ができて  
います。

るようになりました。  
情緒的に落ち着きがでてきたことにより、職員の声かけにも応じることが増え、食事以外の生活面にも成長が見られるようになりました。

用者の方が自分の気持ちを相手に伝え、理解してもらうための「自己決定」に大きく役立っています。また、食事をするのが楽しい、待ち遠しいという感じがうかがえています。

食事場面に限らず、様々な場面  
で選択するという行為は成長  
や生活の幅を広げることにつ  
ながっているのです。

食事  
中の利用者の  
表情は、本  
当に幸せそ  
うで、満面  
の笑みを浮  
かべていま  
す。その様  
子を見てい  
るだけで、  
こちらまで  
幸せな気分  
になるくら  
いです。

私たち職員は「食事」の大切さを忘れず、食事を通して利用者の方の大きな成長につなげたいと思います。一人ひとりが輝きながら生活できるように。

(※1) しつけ箸は、箸が苦手な子どもも使いやすく、正しい持ち方に矯正してくれる道具（市販のもの）

(※2) 選択食は、主食やデザート  
を三種類用意し、会話のみでの  
選択・写真での視覚情報からの  
選択・実物を見ながらの選択と個々の利用者の方の能力に合わせた方法で希望の食事を選んでもらいます。