本校の食物形態

★メニュー★

★ごはん
★とんかつ
★ごぼうサラダ
★かきたま汁
★牛乳

普通食です。
ごぼうサラダはごぼうの食感がしっかりと出ていて、さっぱりした仕上がりになっています。

なめらか食です。
ザラザラ感が消えてしまうまで、丁寧にミキサーにかけています。
ザラザラ感をなくすためには、ある程度の水分を入れますので、見た目よりカロリーは少ないです。
しっかり口を閉じることが課題になる子どもたちなので、介助スプーンは右の様な形で、あえて小さく平たくなっています。
左下のお椀が牛乳ゼリーです。

普通ご飯とフードプロセッサーと包丁を使った刻み食です。
刻み食には口の中でバラバラになって飲み込みにくくならないようにするために、まとめ剤を入れています。むせやすい子どもや、口腔機能の発達段階として押しつぶし食べの練習をする時にこのような食物形態を提供します。普通食ではとんかつが一番固くて食べにくいというイメージがあると思いますが、実はごぼうサラダも普通食ではパラパラしてまとまりにくく固いため、口腔機能に課題のある子どもにはハードルの高い料理となります。再調理することでおいしく食べることができます。(牛乳撮影省略)

○ご飯・・・軟飯
○とんかつ・・圧力調理
○ごぼうサラダ
・・・フードプロセッサーきざみ食
○かきたま汁・・・具包丁極刻み＋汁のみ
○牛乳・・・普通食
圧力調理をすることで、咀嚼(＊解説参照)を促して食べることができるようにします。汁物は具と汁を別々に提供します。一緒に食べると飲み込みに課題のある場合はむせやすかったり、口腔処理に課題のある子どもはしっかり口を動かさず流し込み飲みの癖がついたりします。
この右の写真は量を幾分減らしています。子どもにあわせて、量の調整もしています。(牛乳撮影省略)

○ご飯・・・つぶしご飯（普通ごはん）
とんかつ・・あらきざみ（一口大）
○ごぼうサラダ
・・・フードプロセッサーきざみ食
○かきたま汁・・・普通食
○牛乳・・・普通食
口の発達の力によって再調理の種類を組み合わせます。この場合は、口の中で食物がバラバラにならないように配慮します。棒状にラップで包んだご飯は粒を少しつぶしたお団子状なので、唾液により口の中でバラバラになることがなく、咀嚼しやすくなります。支援する教員が棒から一口大に切って提供します。

ご飯・・・普通食
とんかつ・・・あらきざみ（一口大）
ごぼうサラダ・・・普通食
かきたま汁・・・普通食
噛みとりが難しい場合に一口大に切ります。（牛乳撮影省略）

食具の紹介

滑り止めシート
特食器（小）
左手用スプーン（グリップ大）

色つき特食器（小）
（色がついているとごはんが見えやすい）
子どもスプーン（グリップ太い）
カットコップ（上を向かなくても飲めて、見やすい）

色つき特食器（大）
（さらに特殊な物です。片側の縁がほとんどなく、スプーンを持った手が当たりません）

解説【給食で提供している食物形態とその意味】

●主食（ご飯）

★普通のご飯

★つぶしご飯
＊咀嚼の力が十分でない場合に、ご飯を棒状にラップで握ります。
＊口の中でご飯がばらばらにならないようにするためです。食塊形成（＊後述）することを少し手助けすることができます。一口量にあわせて食べます。

★軟飯
＊水を多めにして炊くことで軟らかくしています。
＊ご飯の粒同士がくっつくために、口の中で食塊形成しやすくなっています。押しつぶし食べ（＊後述）や、口を閉じての飲み込みを促します。

★なめらかご飯
＊ミキサーで完全に粒をなくしたご飯です。
＊でんぷん分解酵素を含むタイプのまとめ剤（＊後述）を混ぜています。口の中でべたつくことなく、安全に食べることができるようになっています。押しつぶし食べや、口を閉じての飲み込みを促します。

●主菜・副菜

★普通食

★あらきざみ
＊前歯での噛みとりが難しい場合に、一口大に切ります。
＊落ち着いて一口ずつ食べることができます。しっかりした咀嚼（＊後述）や自分での食塊形成の力が必要です。

★圧力調理したもの
＊肉料理を圧力鍋で再調理することによって、軟らかくします。
＊自分で咀嚼し、食塊形成をすることを促します。

★フードプロセッサーで刻んだもの
＊フードプロセッサーを使って、細かくきざみます。まとめ剤を加えて食材をまとめます。ゆるく作った物は舌の上下運動や押しつぶし食べを促します。硬い目に仕上げた物は、圧力調理ものと同様に咀嚼や自分で食塊形成することを促します。まとめ剤が入っているので、食塊形成しやすくなります。

★きざみ食
＊包丁で細かく刻んだり、魚を手でほぐしたりします。きざんだ食材はパラパラと口の中で広がってしまって食塊形成が難しいため、まとめ剤を加えてまとめます。食塊形成を助け、飲み込みやすくしています。

★なめらか食
＊食材のつぶつぶ、ザラザラがなくなるまで、しっかりとミキサーにかけ、まとめ剤を入れます。適切なまとまりがあり、口の中や喉をゆっくりと通り安全に飲み込むことができます。また、押しつぶし食べや口を閉じて食べることを促すことができます。

●牛乳

★普通食
＊液体の牛乳です。

★ゼリー
＊牛乳をまとめ剤で固めてゼリー状にしています。

ことばの解説

『食塊形成』　飲み込みやすくするために、口の中に入った食べ物を、**かみ砕き舌で唾液を混ぜあわせ**どろどろのまとまりにすること。

『咀嚼』　食物を**かみ砕き唾液を混ぜ合わせて飲み込みやすいまとまりに**すること。

『押しつぶし食べ』　舌の上下の動きによって、口の中の上あご（口蓋）に舌を押しつけることで、食べ物をつぶして、飲み込むこと。離乳食中期の動き。歯を使わないでプリンや卵豆腐などを食べる時の動き。

『まとめ剤』　口の中でバラバラになった食べ物（例、きざんだだけの食物、かみ砕いただけの食物）を咀嚼によりまとめることができないと、飲み込みにくいため、まとまりをつくるために入れます。

また、口の発達の初期段階では、ミキサーをかけた食物に入れてムース状、ゼリー状にします。状況にあわせて使います。

ワンポイントアドバイス！！

☆口が動きにくくて食べにくい
舌やほほを使ってしっかり咀嚼することが発達の途中であったり、難しい場合です。
段階に応じた食物形態のものを食べることで、発達が促されます。

☆飲み込みにくい
「ゴックン」という嚥下には、喉を緊張をさせないことが大切です。顎が上がって喉の筋肉が引っ張られると、ゴックンと飲み込むときに舌の奥が上がりにくいため、飲み込みが悪くなります。気をつけましょう。（背中が極端に丸くなると、どうしても顎が上がって食べることになってしまいます。）