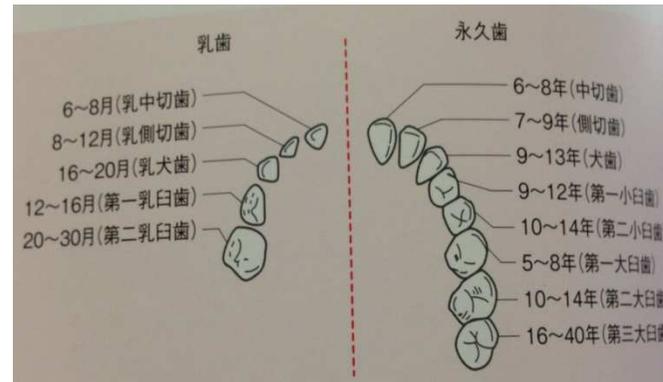


安全に・楽しく・おいしく
食べようね



歯の生える時期



1歳から1歳6か月頃

奥歯が生え始める



かみ合っていない
歯ぐきでつぶす動き、
細かい刻みは難しい

口の中は広い



まとまりやすい形状

3歳ごろ

乳歯が生えそろう



奥歯でつぶせる硬さ

すりつぶす力は不十分



繊維質は苦手

すべりの良いものは丸のみ



麺類やキノコ類

リハビリテーションの目的

- リハビリテーションは機能障害を治すことが目的ではありません
- リハビリテーションは今持っている機能のすべてを引き出し、原則的で正しい理学的機能を学習させるためにあります
- 摂食・嚥下機能は脳が感覚を学習することで獲得されます。リハビリテーションはその感覚刺激を与えることが目的です。

味覚刺激しながら言葉の芽を育てる



ASDの食べにくさ

- ①社会性の質の障害
- ②コミュニケーションの質の障害
- ③イマジネーションの質の障害

ウイングの三つ組み

その他

感覚の統合の苦手さ 感覚の偏り

不器用さなど

⇒ 偏食 立ち歩く 道具を使うのが苦手

むらぐい

ASDによくみられる偏食

- 味覚の偏り: 人気な味だけど嫌い
- 食感(口の中の圧感覚)の偏り:
 - * 揚げ物の衣など「トゲトゲ」が嫌い
 - * イモなどの「モソモソ」が嫌い
 - * ブロッコリーなどの「ツブツブ」が嫌い
 - * 混ぜご飯のように、いくつかの違う舌触りのものが混じっているのが嫌い
- 嗅覚や視覚(見た目)の偏りが原因のこともある

感触で選ぶ場合

- 柔らかい煮物は苦手だが、同じ食材でも揚げてであると食べられるなど、口の中の過敏や感触のこだわりにより、食べるか食べないか決めてしまう
- 好みの食感・触感・味・温度・色・臭いに代えてみる

カリカリが好き 揚げてみる



形態・見た目で判断

食材が同じでも、切り方・調理方法・盛り付け方が変わると、同じものというイメージができず食べるのが難しくなる。

- 切り方を工夫する
- 食べることができるものと認識できるようにする。
- 食べられない食材に好きな調味料をかける。

色にこだわり
ちよつとずつ色を変えていく
味もおんなじ
ちよつとずつ味を変えていく



縦切りが好き



慣れたもの・限られたものを食べる場合
家では食べるのに、お弁当や給食では食べない、ご飯ばかり食べてしまうなど慣れたもの
限られたものを口にする傾向がある

- 何の材料かわかりやすくする
- 手出したものを継続して出す
- 食べられるものをはげみに、苦手なものを進める

スパゲッティーサラダ



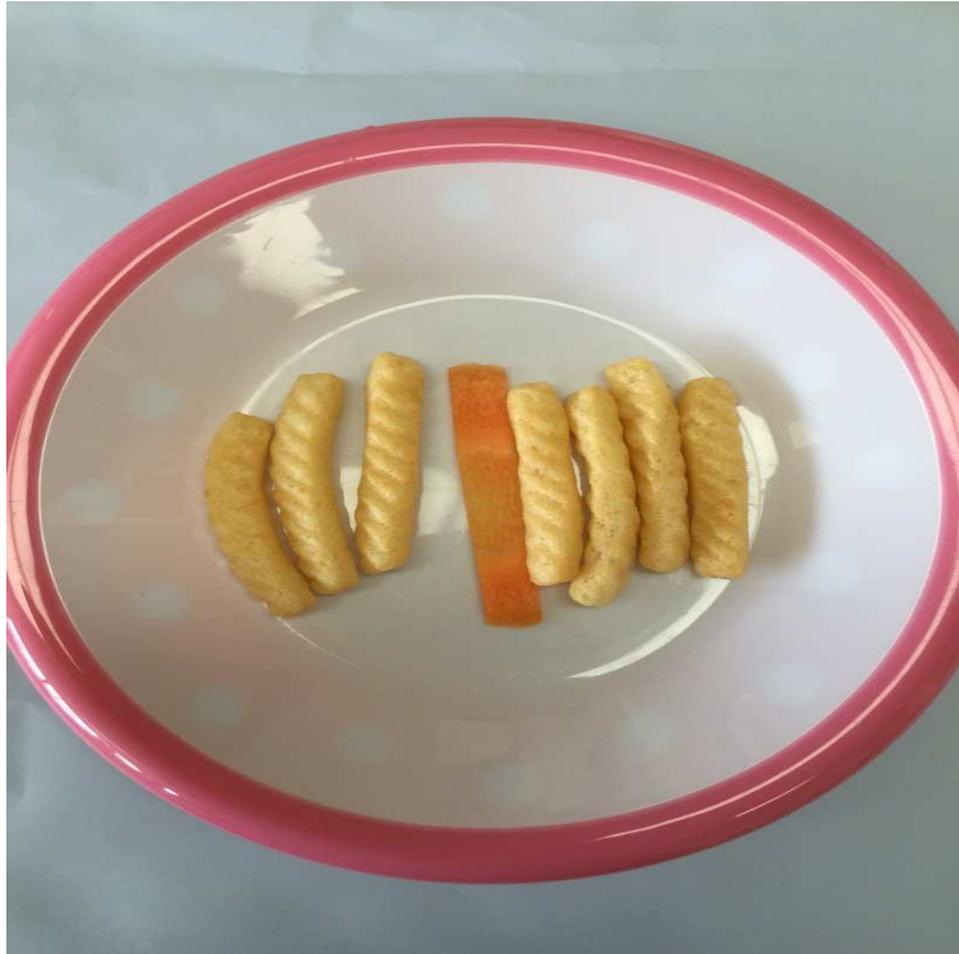
食材を分かりやすくする



弁当をばらしてみる



嫌いなものは目に慣れよう
でも、にんじん食べようなんて言っちゃダメ



- 子どもの嫌いな味

苦み→毒

酸味→腐敗

- 本能的なもので成長していくうちに味覚は変化していく
- 発達障害のお子さんは「嫌いなものを食べる」ことの強要よりは、生活の安定を図ったほうがいい。

騒然とした給食画面・強制への嫌悪感

- 食事場面への混乱や拒否
給食用ついたりイヤマフの使用
- 本当に、いま食事指導としての「偏食」に取り
組むべきかを判断する。順調に体重が増えて
いるなら、優先順位として高い課題ではない。
- デザートは最後に見せる

ついたてをして食べてみる



食べない原因を見極める

- 拒否している食物がアレルギーの場合もある。
食べて口の中がかゆくなった
頭が痛くなった
- 伝えることが苦手で拒否として出てくる
- 胃腸症状による拒否もある

- ASDのちびっこたちは、様々な要因で食べることができなかったり、食べることがすきになれなかったりします。
- こだわりだけでなく、感覚、とくに聴覚過敏や消化器症状いろいろで、必ず彼らなりの理由があります。
- いつも通りに支えられながら、変更を納得して受け入れられることが大切です。
- 食べるときは、できれば静かな環境で。
- みんなの食べるところを見ながら、楽しい一口は大切な食事です。
- ペーストやスープで味覚の幅を広げてください。

子供の行動には理由があり
それを理解してあげることが大切。

「好き嫌いをなくそう」

「全部食べましょう」

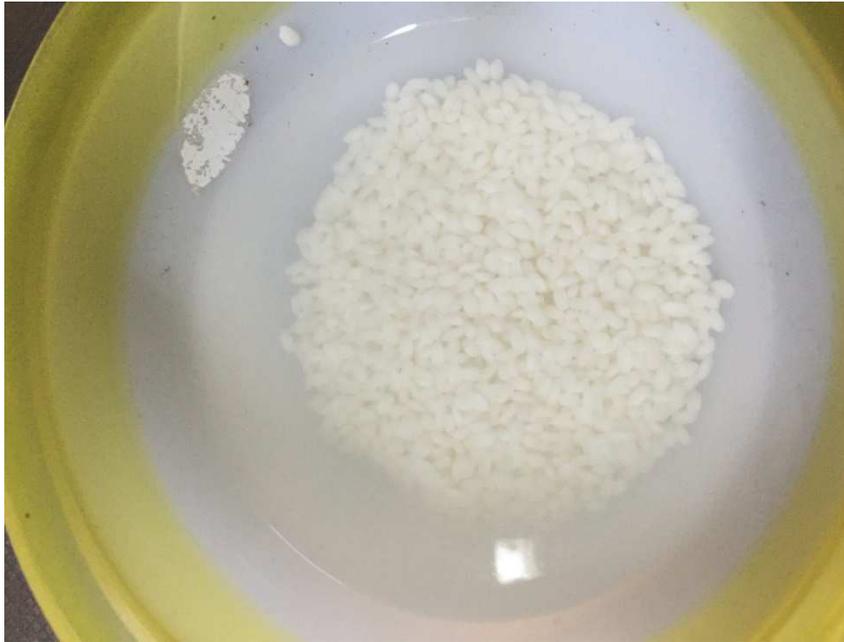
「よく噛みなさい」

言う前になぜ嫌がるのか、なぜ残すのか
なぜ噛んでいないのか

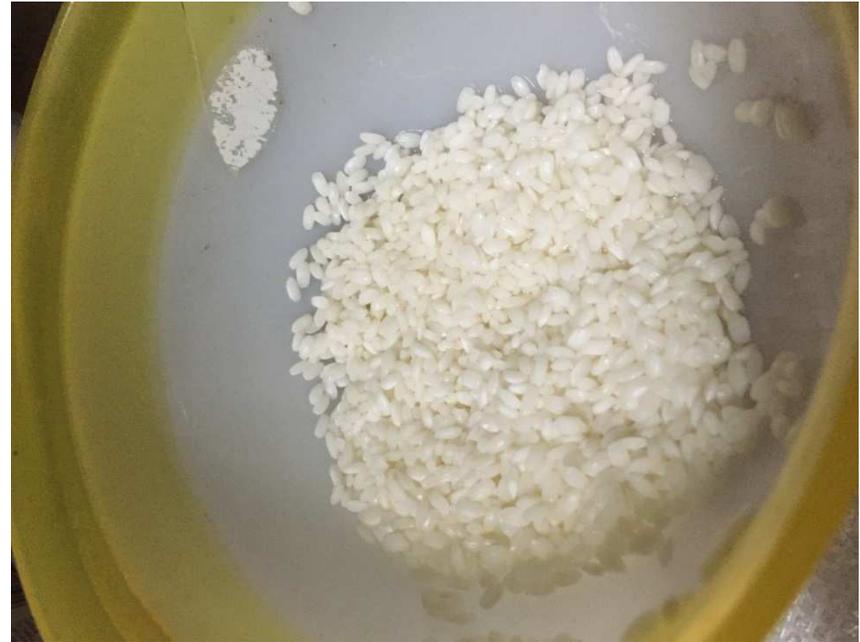
理由を分かった上で考えることが大事

おかゆの工夫

お米を水に1時間ぐらい浸し



水を切ります



ミルミキサーで碎いて



水を足して火にかけます



おかゆの出来上がり



とてもなめらかなおかゆになり、
時間もかかりません



いまがたとえ流動食や
ペーストであっても
食べることが嫌いでも



あせらずその子の一口を大切に
おいしい・楽しい・嬉しいと思っの一口が
たとえ一口であっても
価値ある食事です
そこから広げましょう



待合室茶話会



「ダウン症の摂食指導実習」と 「ダウン症候群の特性を考慮した療育と教育～ダウン 症児の子育てのヒント～」についての勉強会



- 地域の開業医は高度な医療としてのリハビリテーションはできないかもしれませんが、食べる練習で親子の絆を作り、子育てのお手伝いをさせていただくことはできます。
- 福祉的な訓練も必要な訓練と感じます。
- そして、地方の町では摂食・嚥下の専門家がないことを考えると、勉強会の開催を含めて、歯科医院での指導は有意義と考えています。

安全に美味しく楽しく食べるために

- ・ 子どもを中心に考え、子どもや母親の困り感に寄り添った支援を目指したいと思います。
- ・ そのためには、医療関係や保育など関連機関の連携と情報交換がとても大切で、可能な限りおこなっています。