

# 日常生活における支援 (摂食嚥下、口腔ケア)

埼玉医大福祉会 カルガモの家  
医療型障害児入所施設  
リハビリテーション部



清水充子 (言語聴覚士)

# 今日のお話

---

- 食べること について
  - 食べる機能とその発達
  - 食べる機能の障害の状況
- 障害への対応：上手に美味しく食べられるようになるために
  - 食べやすい献立・食べにくいものの発達を促すために大切なこと
  - かみかみ練習の紹介
- いつも気をつけたいこと
  - 栄養支援と口腔ケア



# 食べること

捕食

あっ  
おいしそう！

気づき・認知

感覚・認知

おっ  
おいしいぞ！

口腔内処理

咽頭通過

もぐもぐ

食べる意識・意欲

食べたい！  
もっとちょうだ〜い

嚥下：飲み込み

ゴックン

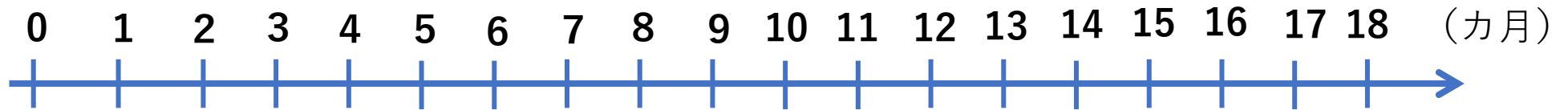
食道の機能

食道蠕動

お口の環境（衛生・歯等）整備・姿勢調整・機能に合った食物提供



# 摂食機能の発達と身体の発達



0-3 months: 手をしゃぶる (Sucking hands)

3-6 months: 物を口に運ぶ (Moving objects to mouth)

成人嚥下・捕食 (Adult swallowing and feeding)

3-4 months: 首のすわり (Head control)

6-7 months: お座り (Sitting)

9-10 months: つかまり立ち (Cruising)

12-13 months: 独り立ち (Walking)



< 離乳期 >



もぐもぐ・押しつぶし・咀嚼 成人嚥下



# いろいろな機能の発達が大切！

口の機能発達  
口を開けて取り込み  
→閉じて飲み込む

認知・認識の機能発達  
見てわかる  
覚える

手の機能発達  
指で持ち  
口へ運ぶ

のどの機能発達  
ごくんと飲み込む力

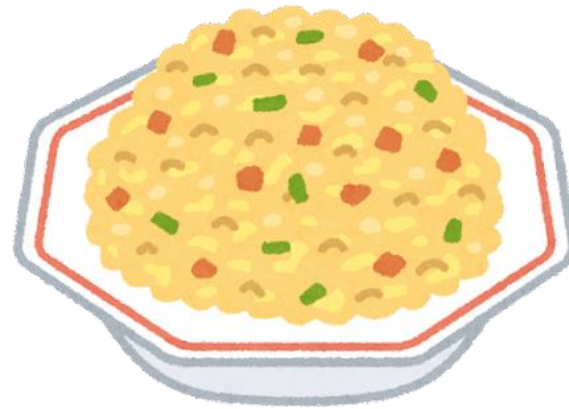
機能に合った食物を使うこと  
噛めるもの  
まとめられるもの



# 食べること……

実はとってもむずかしいこと

まず、食べ物を認識して



食具（道具）を選び……



感覚・味覚・動作・嚥下



手の動作  
姿勢の安定……



口に入ったら・・・ 見えません・・・



アッ さっき見た通りの  
チャーハンだわっ



味覚：おいしい！ まずい！



好き！ 嫌い！！



記憶 → 意欲 楽しみ・・・

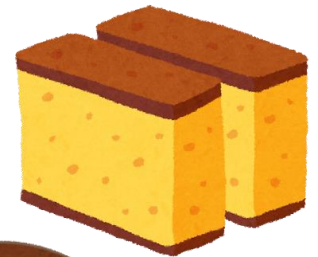
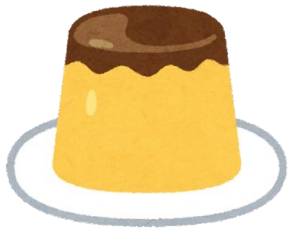


# 食べること……

# 実はとってもむずかしいこと



いろいろな形、硬さ、パサつき……





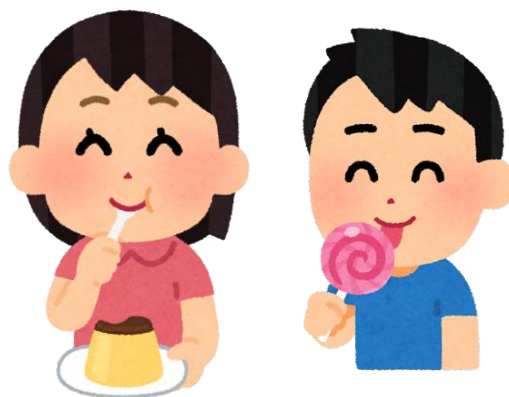
# 食べること……

実はとってもむずかしいこと

手指の操作



姿勢の安定

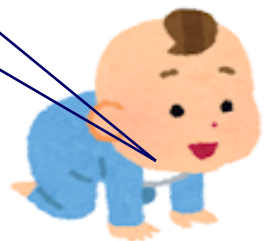


唇や舌の運動、感覚



# 発達が多くのお子さんと同じではない(感じのある) お子さん食べる様子の例

お口の発達が  
ゆっくり・・・  
唇が動きにくい  
舌が動きにくい

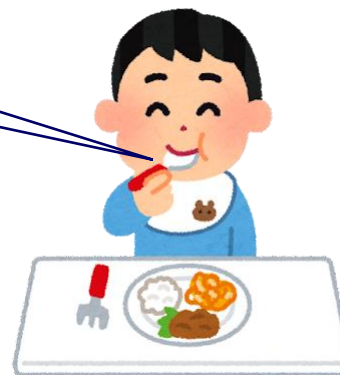


おっぱいは飲めたけれど  
もその先に進めない

口が開きにくい  
舌が出てきてしまう



モグモグ噛めない  
丸のみしてしまう



むせる



姿勢が安定しない  
疲れる

# 上手に美味しく食べられるようになるために・・・

手の機能発達  
指で持ち  
口へ運ぶ

口の機能発達  
口を開けて取り込み  
舌が口の中で運び  
→ 閉じて飲み込む

認知・認識の発達  
見てわかる  
適切な食べ方を選ぶ  
覚える

のどの機能発達  
ごくんと飲み込む力

身体のリハビリ  
首の座り  
体幹の安定

お口やのどの機能に合った献立  
噛めるもの、まとめられるもの



# 食べやすい献立

柔らかい

粘らない

まとまりやすい

噛みやすい

性状が均質



ポテトサラダ、かぼちゃのマッシュサラダ  
ゼリー寄せ、テリーヌ、パテ、ムース、にこごり  
あんかけ（中華風、和風）、とろろかけ  
フランス料理のまろやかなソースかけ  
マグロのたたき、中落ち、鰯・鰯のたたき  
卵豆腐、茶碗蒸し  
ゼラチンゼリー  
洋なし、軟らかい柿、軟らかいバナナ



# 危険・食べにくいもの

- ✓ 硬い
- ✓ ぱさつく
- ✓ 咀嚼しにくい

おから, 油揚げ, ナッツ類, 桜エビ, とうもろこし, 揚げ物(天ぷら, フライ), りんご

- ✓ 食塊形成, 移送がしにくい

のり, 煮豆の皮, 皮付きトマト, 生野菜

- ✓ つるっと滑りやすい(窒息の危険)

こんにゃく, 里芋煮

- ✓ 異なる性状が混在(食塊形成しにくい, 誤嚥の危険が高い)

がんもどき, 高野豆腐

- ✓ 粘膜にくっつきやすく粘る

餅類



# 発達を促すために大事なこと…



認知・認識の発達



手の運動発達



お口の運動発達



姿勢の安定



身体の発達



# 咀嚼運動・かみかみ練習

誤嚥しないように  
咀嚼を誘導できるように

## ガーゼガムで

粒ガムなど

ガーゼ(一重)

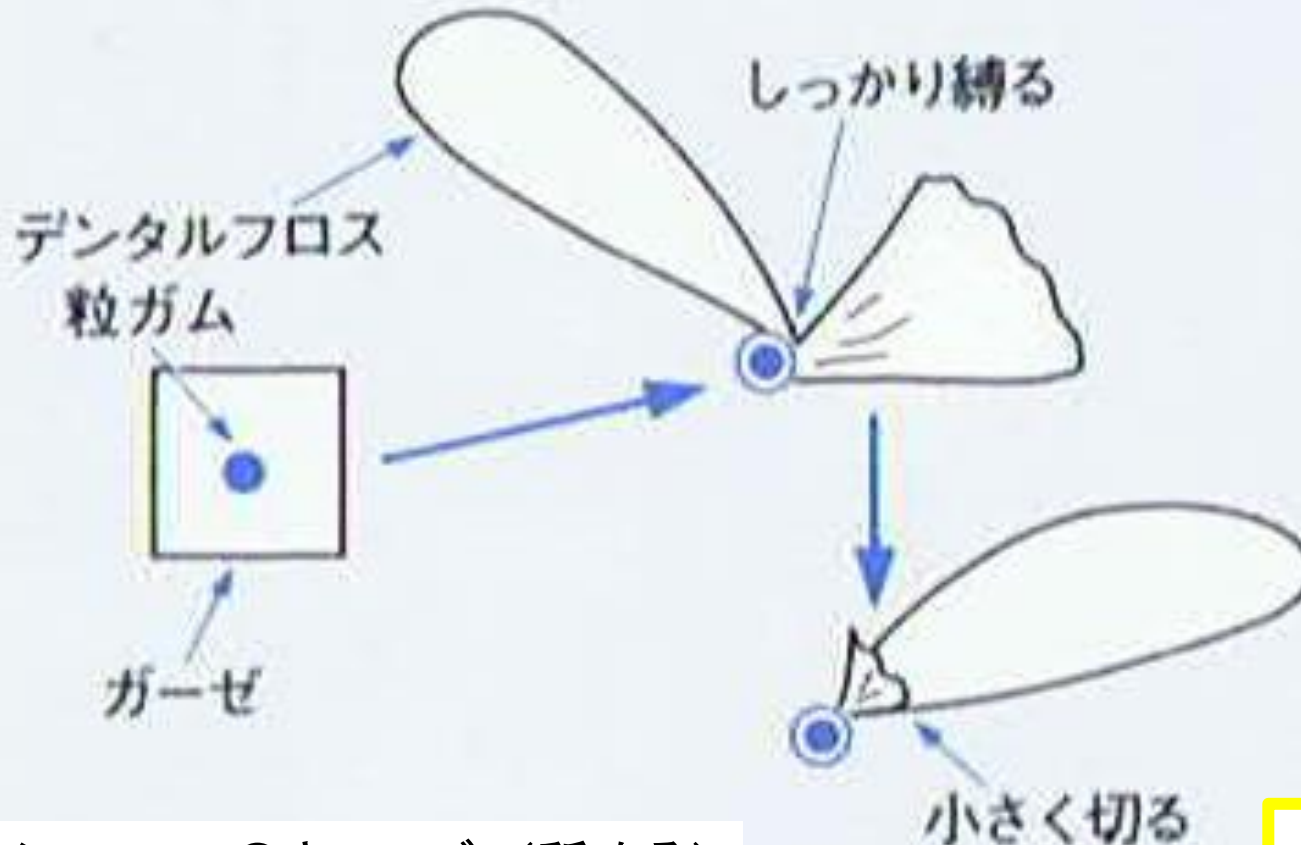
デンタルフロス・ポ  
タン付け糸など

利き手でガーゼガムなどを  
子どもの口の中、歯列の上に入れて  
咀嚼運動を促します



必要な場合は  
子どもの首から顎を支えます

# ガーゼガムの作り方



- マシュマロ
- キャンディ(舐める)
- グミ
- 漬け物, 果物
- 粒ガム
- 板ガム(丸めて使用)
- 風船ガム(弾力あり)

大きさ, 硬さを機能に  
合わせる  
好みのものを用いる

## 材料

- ・ガーゼ
- ・デンタルフロスまたは縫い糸(蠟引き、waxedでないもの)、ボタン付け糸
- ・中身

注意!  
良く観察  
間違って飲み込まないように



# かみかみ訓練用の食材例



スティック  
スナック



ゆっくり少しずつ咬む



ペースト状

# 口を使った遊び



楽器



シャボン玉

吹き戻し

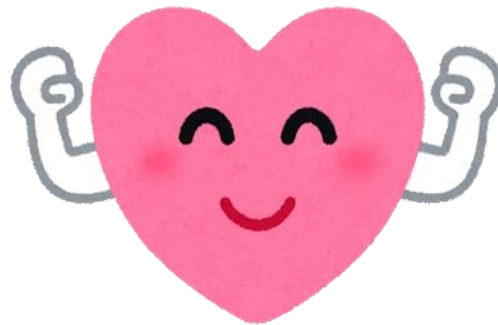


ティッシュ吹き、ストロー吹き、風車・・・



いつも気をつけたいこと…

必要な栄養を十分に摂る  
口腔ケアをしっかりと



元気でいられるために



# 必要な栄養を十分に摂りましょう

- 栄養必要量の推定：個別評価、判断が大事
- 水分バランスの評価：水分摂取量  
尿量、体重  
皮膚の状態、浮腫
- 微量元素などの栄養バランスのチェック  
ビタミン、カルシウム、マグネシウム  
鉄、銅、亜鉛、カリウム、セレン、マンガン  
カルニチン、食物繊維、長鎖不飽和脂肪酸
- 経管栄養法と経腸栄養剤  
方法と栄養剤の選択、必要量の検討



**医師、栄養士、薬剤師に報告、相談を**



# 口腔ケア

お口の発育に応じた口腔ケアが大切！



虫歯  
歯周病



味覚の低下



かみ合わせ不良  
歯並びの変形



摂食機能の  
発達が遅れる



全身状態悪化



# 子どもの生活を支える食べること

