

Ⅲ 給食の提供と留意点

学校給食は児童生徒等の望ましい食習慣の形成や食に関する理解を促すために重要であり、また成長期にある児童生徒等の心身の健康の保持増進を図ることも大きな目的としています。

特別支援学校に在籍する、特に肢体不自由のある児童生徒等の、食べる機能の発達段階はさまざまであり、必要とされる食形態も幅が広く、個々のニーズに対応するために、個別対応食を提供することを前提として食材を選定しています。

1 食材の選び方と注意が必要な食材

基本的には食べてはいけない食材はありませんが、誤嚥を起こす危険がある食材があります。また、食材によってはミキサーや調理バサミを使用しても、嚥下しやすい食形態になりにくいものがあります。

普通食の児童生徒等のメニューの幅が狭まってしまう可能性がある場合は、ゆでる時間を変える、水分を飛ばさないようにラップで包み、電子レンジで熱処理し、硬さを調整するなどの工夫をし、それぞれの施設設備に合わせた対応を行う必要があります。また、「トロミ」を活用することも大事です。ソースやマヨネーズといった調味料を活用することで、初期・中期の発達段階においても食べられることがあります。

なお、「トロミ調整食品」については、児童生徒等の食べる機能に合わせて適切に使用することが重要です。

【表3】個別対応食において注意が必要な食材

食品群別	食品及びその注意点	備考
野菜類	・ たけのこ、れんこん、ごぼう、きのこ類などの繊維質が多いものや、きゅうりなどの硬いものは、ミキサーにかけてもペースト状にしにくい ・ 葉ものの生野菜やトマト、とうもろこしなどの皮の硬いものは刻むとパラパラして食べにくい	
海藻類	・ 口の中やのどに張り付いて残ってしまうことがある ・ ミキサーにかけると、よいトロミになるが、はさみで刻んだだけでは、のどに引っかかりやすくなる	
肉類	・ 脂肪分の少ないもの、ハム、ソーセージが挙げられる ・ タンパク質は加熱すると硬くなるため、口の中でばらつく	
魚介類	・ イカ、タコ、エビなど弾力のあるものは、刻むとまとまりにくく、口の中で残りやすい	・ 普通食の魚介類をミキサーにかけると臭みが出る（特に貝類）

麺類	・スパゲティのように腰の強い麺は、団子状になりやすく、ペーストを作るのに、水分量の調節やミキサーのかけ方等、難しい場合がある	
パン類	・水分の少ないパンは、自立期でも口に詰め込みすぎて窒息するなどの危険性がある ・牛乳に浸しただけでは、上あごに張り付いてしまうこともある	
米飯	・少ない水分で長くミキサーにかけると、団子状になるが、時間が経つと離水してくるので、不必要な水分を除くようにする	
果物類	・りんご、柿などの果物は、刻むと口の中に張り付く等して残り、飲み込みにくい場合があるので、おろし金、ミキサー等を活用する	・柿は熱を加えると渋みが出る場合がある
その他	・こんにゃく、しらたき、かまぼこ等の弾力のあるものは、刻むとまとまりにくく、口の中で残りやすい	

○トロミやつなぎに活用できる食材

茹でた芋類（じゃがいも・さといも・さつまいも等）、すりおろした長いも、すりおろしたれんこん、絹ごし豆腐、マヨネーズ、トマトケチャップ、ソース、オリーブオイル、ごまペースト等

2 発達段階別個別対応食の例

ご飯	説明
	<p>初期 ご飯粒は口の中でばらけやすいです。また、まとまらないため飲み込みにくく、誤嚥を起こしやすくなります。普通食のご飯に少量の湯を入れ、粒が残らないようにミキサーにかけます。粒が残る場合はこします。</p>
	<p>中期（お粥） 普通食のご飯に少量の湯を入れ、粒が残るくらいにミキサーやすり鉢ですります。 お粥は温度によって粘り方が変化します。</p>
	<p>後期（軟飯） 普通食のご飯に少量の湯を入れ、粒が残るくらいにミキサーやすり鉢ですったものと、普通食のご飯を混ぜて硬さを調整します。</p>
	<p>自立期</p>
<p>●調理のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・初期においては、普通に炊いたご飯に、ご飯の量の2分の1から3分の1程度の湯をいれます。（ご飯の硬さにより、水加減は調整が必要です。） ・また、ご飯と、湯の温度によって粘り方が変わってくるので注意します。 ・ミキサーにかけた時の粘りを防ぐための粥酵素（でんぷんを分解するアミラーゼ酵素）も市販されています。 ・スプーンについた液の影響により、徐々に粘りは無くなっていくことがあります。 	

揚げ物（トンカツ）	説 明
	<p>初期 水分の少ないものは口の中でパサパサし、まとまりにくいです。そして、飲み込みにくいため、誤嚥を起こしやすくなります。すり鉢やミキサーにかけ、粒のないペーストにします。粒が残る場合はこします。</p>
	<p>中期～後期 軟らかい肉が適しています。塊肉の場合は形が残る程度にミキサーをかけます。 児童生徒等の摂食機能の状況に合わせ、粘度のあるソースやトロミ調整食品を活用して嚥下しやすい形状に調整し、口の中でばらけないように、まとまりをもたせませず。</p>
	<p>自立期 肉が硬い場合は必要に応じて隠し包丁（切れ目）を入れます。 ソースをかけてしっとりさせ、カットします。</p>
	<p>自立期</p>
<p>●調理のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> 自立期における一口大食～普通食でも、軟らかい肉が適していますが、噛み切ることが難しい場合があるので、小さくカットし、さらに噛み切りやすいように数ヶ所切れ目を入れます。 	

汁物（みそ汁）	説 明
	<p>初期 水分はサラサラとした状態なので、口の中でコントロールできず、むせやすいです。そこで、具はミキサー等で粒が残らないようにし、汁と合わせ、トロミ調整食品を使用して硬さを調節し、飲みやすくします。</p>
	<p>中期 汁と具に分けて、具の大きさと硬さ、食べにくいものに注意して、カットもしくは、すり鉢ですります。 食べにくいもの（こんにやく・油揚げ・きのこ類）について、児童生徒等の摂食機能の状況によっては、はずします。 ※児童生徒等の実態に応じて、つゆや汁にトロミ調整食品を使用します。</p>
	
	<p>後期 必要に応じて、汁から具を取り出しカットします。</p>
	<p>自立期</p>
<p>●調理のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・みそ汁は上澄みを使用するとむせにくくなります。 ・場合によって、汁を他の食材を調理する際の水分補充に使用します。 	