



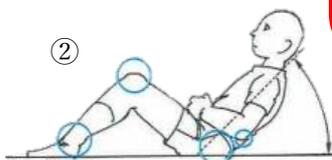
## 摂食指導研修がありました

8月7日（水）に、旭川荘療育・医療センターの歯科医師 村田麻美先生 に、「摂食・嚥下リハビリテーション～美味しく・楽しく・安全に食べるために～」という表題で講義をしていただきました。基礎基本の知識を学びながら、楽に食べられる姿勢をとったり、口の動きをお互いに見合いながら食べ物を食べたり、とろみ剤を使って水分にとろみをつけて飲んだりといったような実習も行いました。今回の「ハッピー☆通信」では、村田先生から教えていただいたことをいくつかご紹介します。

### ★食べる時の基本姿勢



クッションを挟んだり介助者が支えたりして空間を埋めると、子どもが安心して安定した姿勢を取ることができます。

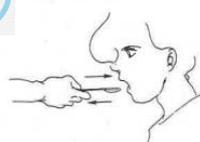


食事の際の食べやすい姿勢は、①のように首をやや前傾にして上体を起こした姿勢です。なぜなら、上体を起こすことで食事の時に使う筋肉がうまく動かせるからです。また、足首、膝、股関節を曲げると力が抜けやすく、リラックスして食事を摂ることができます。首に関しては、②の姿勢のようにリクライニングした方が嚥下しやすい場合もあります。ただし、首が後ろに反りかえるとむせや誤嚥の原因となるので注意が必要です。

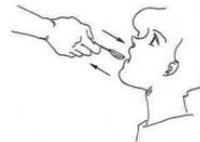
車いすや椅子での座位姿勢の時は腕を U 字クッションや机などで支えると腕の重みが取れて楽な姿勢で食事ができます。また、足裏を床につけて体を支えるようにすることもポイントです。

介助者の目線もポイントの一つです。

上からの介助では、介助者を見ようとして顎が上がり、誤嚥しやすい姿勢になってしまいます。介助者の目線は下からが望ましいです。また、スプーンは目よりも下から持っていくよう心がけましょう。



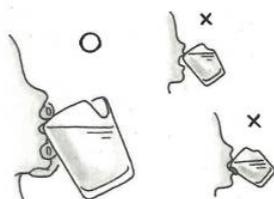
a 正しいスプーンの運び方



b 誤ったやり方

参考資料：尾本和彦：食べる機能の障害（金子芳洋 編）医歯薬出版 1997

### ★コップから上手に飲むコツ



大切なのは「上唇」と「下あごの固定」です。

上唇が水面に触れることで、口に入る水分量を調整しています。また下あごが固定されることで、安定して水分が摂れます。飲むときに下あごが動いてしまう場合には、介助者が手を添えて動かないようにサポートしてあげるとよいです。

この他にも、児童生徒の摂食・嚥下機能に合った食形態の選択が重要であることや、自分で食べるためには手で食べ物を持てるような機能が必要で、その発達の仕方を知っておく必要があることなどの助言をいただきました。2学期からの実践に活かしていきたいと思えます。