



岐阜本巣特別支援学校地域支援センターでは、地域の方々や教育や療育に関係するの方々に対して、相談対応や情報提供を行っています。コロナ禍ではありますが、感染防止に留意しつつ、来校相談、訪問支援や支援具・教材の貸出をしています。お気軽にご相談ください。

今号は、楽しく安全に食べる力をはぐくむために「摂食指導」①についてご紹介します

## スプーンや箸をうまく使えないときは、どうしたら？

スプーンや箸の持ち方は発達状態に合わせて変化させていくことが大切です。スプーンが正しく持てないうちに箸の練習を初めても、握り箸やクロス箸になり、食べたい食材をおいしく食べられずに苦痛な時間になってしまいます。焦らずゆっくり進めましょう。

### ○スプーン上握り期

上からスプーンをわしづかみする持ち方です。初めてスプーンを持つと上からスプーンを握り、ひじや腕全体を使ってスプーンを使い、上手には食べられません。こぼすことも多いですが、たくさんほめて自信をつけていきましょう。最初は、食材をスプーンに乗せたり、一緒にすくったりしながら少しずつ介助を減らしていきましょう。

### ○スプーン下握り期

スプーンを持つことに慣れたら、上から握っている手を返して、下から握れるようにしてください。手首を内側から外側に反す動作ができるようになってきます。

### ○鉛筆持ち期

上握りにしたスプーンを人差し指、親指、中指を使い、手首を動かして食べられるようになったら、鉛筆持ち（スプーンを下から持つ）に変えてみましょう。この持ち方は箸の持ち方から鉛筆の持ち方につながっていくので、正しく持つようにしましょう。



箸を正しく持つためには、以下の3つの動作ができるか確認しておくといいです。

- ① 鉛筆やスプーンを「鉛筆持ち（3点持ち）」で持てるか。
- ② 親指と人差し指で丸が作れるか。
- ③ チョキができるか。



スプーンに自由樹脂をつけて鉛筆持ちができるようにしました。（次ページスプーン⑧参照）

## ○箸の持ち方

最初に箸を使い始めるときは、小さめのトングやピンセットなど軽い力でも閉じて、手を離すと開くような道具で練習をしましょう。箸の持ち方につながるように、鉛筆持ち（3点持ち）ができるとういです。間違った持ち方を続けてしまうと、修正することが難しくなってしまいます。介助箸を使って挟む練習を食事以外の時間にもしましょう。



1本の箸で刺して食べる、少し硬いものをつまむ、開閉する必要がない麺を食べる、ホットケーキを少量ずつつまんで食べるなど練習方法があります。

## 「いろいろなスプーン&箸！」

児童生徒の摂食機能にあった摂食用具を準備しましょう。

スプーンについては、口の大きさより小さいもの（口の幅2/3程度）を選びましょう。児童生徒の機能に合わせて、曲がりや底の深さ、幅、形状、柄の長さを考えるとよいです。

- ① 柄を太くした→指先に力が入りにくいときは、握りやすいように太くする
- ② 手首の回旋がうまくいかない→曲がりスプーン（右曲がり、左曲がり）
- ③ スプーンを握り続けられない→握り手の形に合わせた自由樹脂のスプーン
- ④ 噛む力が強い場合（TPE樹脂で制作）、持ち手がざらざらしてすべりにくい→でんでんスプーン
- ⑤ 指の力の弱い場合→ばね箸（ピンセット付き）
- ⑥ 開閉やしやすく、鉛筆持ちにつながるができる→箸ぞうくん
- ⑦ ⑧自由油脂をつけたことで持ち手が広くなり、3本の指で握りやすくなった。



① 柄を太くした



② 首と柄が曲がる



③ 自由樹脂を使用



④ でんでんスプーン



⑤ ばね箸（ピンセット付き）



⑥ 箸ぞうくん



⑦ 自由樹脂をつけた箸



⑧ 自由樹脂をつけたスプーン

※



書籍・教材貸出ご希望の方、興味のある方は、まずはお電話をください。  
地域支援センター 特別支援教育コーディネーター：高田

岐阜本巣特別支援学校 TEL 058-239-9712

E-MAIL c27398@gifu-net.ed.jp

センター直通携帯電話 090-6806-3774