

5 特別支援学校における実践事例

(1) 特別支援学校において食に関する指導を行う際の留意点

特別支援学校における食に関する指導は、小中学校に準じて行うとともに、生命の維持や健康の保持・増進を図り、咀嚼・嚥下などの食べる機能の改善や、情緒・コミュニケーションの発達を促すための教育活動として捉えることが大切です。

特に、重度の障害をもつ幼児、児童、生徒に対する食に関する指導は、見る・聞く・触る・嗅ぐなどの感覚の使用、目と手の協応、道具の使用、姿勢の調整、かわる人とのコミュニケーションなど、発達の基盤となるさまざまな学習を含んだ「総合的な教育活動」です。幼児児童生徒一人一人の障害の状態や発達、生活の状況が多様であることから、食に関する指導に活用するための「個別の指導計画」を作成することが望めます。

(2) 特別支援学校における指導計画作成のポイント

ア 特別支援学校における食に関する指導の目標を設定する。

小中学校の目標に準ずるとともに、自立活動の視点を加味して設定することが必要です。

イ 障害の状態や特性を十分に考慮して作成する。

自立活動等の指導の目標及び内容を踏まえて作成する際、個々の障害の状態や特性に応じて、無理のない指導計画を作成することが大切です。

ウ 個別の指導計画を生かした食に関する指導を推進する。

特別支援学校で食に関する指導を推進するためには、自立活動との関連を十分に図ることが必要です。実際の指導に当たっては、一人一人の食に関する指導の目標や内容を、必要に応じて個別の指導計画に盛り込み、個に応じた指導を展開することが望めます。

特に、食に関する指導に活用するための個別の指導計画を作成する場合には、幼児児童生徒一人一人の

- ・障害の状態　・発達段階（食べる機能の発達の状況を含む）
- ・食行動　・食習慣　・成育歴

などを十分に把握し、「食に関する個別の指導目標」を具体的に設定することが大切になります。

(3) 具体的な指導例

ア 給食時間における指導事例

(ア) 分掌課が中心となって行う事例

● 食に関する本の読み聞かせ

給食時間に図書課の教員が読み聞かせを行います。

● 「食育の日」の活用（毎月19日）

「触る、匂いを嗅ぐ、味を確かめる日」

毎月テーマを設定して、ゲストの先生からお話を聞きます。

テーマ例「パン堆肥の作り方と使い方」

「手洗いの仕方」など

● テイクアウトランチ

生徒指導課と協力して、児童生徒会が主体となって進めます。縦割り班で食堂以外の場所で会食します。

(イ) 学校栄養職員が中心となって行う事例

● 教職員向けの「給食通信」（校内回覧）、家庭向けの「給食だより」の発行

教員あてに「食に関する話題」をメール配信し、給食時間の話題とします。

● お知らせブラックボード

学校栄養職員からのメッセージを書き込みます。（食材の産地や栄養について、メニューの紹介など）

● 学校栄養職員のお話

給食時間に各クラスを訪問し、テーマを決めて話をします。予め、担任からクラスの現状を聞いておき、課題のあるクラスに訪問し、10～15分のお話をします。

1年かけて、全学年を回れるように計画します。話をした後には、児童生徒が気をつけようとする態度や、自分なりに意識したりする姿が見られます。また、その日の指導の内容をプリントにして配布し、家庭との連携も図ります。（表面に児童生徒向け、裏面に保護者向けのプリントを作成。）

（実施したテーマ例）

「好き嫌いをなくすコツ」「カロリーの話」

お知らせ
ブラックボード

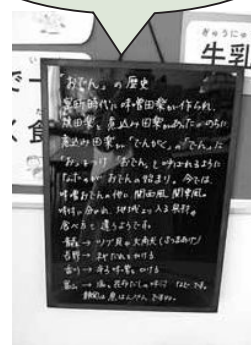


表:児童生徒向け 裏:保護者向け

「良くかんで食べよう～ダイエットの観点から～」
 「ファーストフードばかり食べているとどうなるの？」
 「食事のマナー」「食べ残し…もったいない」
 「バランスの良い食事の大切さ～赤黄緑のパネルを使って～」
 「稲妻食べをしよう」「ダイエットの方法」
 「朝食を食べることの大切さ」

など

● 一人ひとりの希望献立

偏食がとて多い児童がいたことがきっかけで給食を全部食べきれの喜びを体験させようと始めました。本人のメニューのイメージとズレがないように、材料から作り方までを細かく聞き出して献立を作成します。(保護者の協力が重要)

当日の給食時間は、希望をした本人から献立の説明とエピソードを話してもらい、それを聞きながら食事をします。お互いを知り理解し合う良い機会となり、希望献立の前後はその話題でにぎやかになります。その日を励みに頑張る姿も見られ、様々な効果がありました。



保護者と学校栄養職員が話をするきっかけにもなり、家庭での様子や心配事などを話してもらったり、保護者の食への意識を高めたりする良い機会になっています。

● お誕生日給食

学期に1回実施します。食事中に一人一人にインタビューしたり、デザートをつけたりして、誕生日を祝います。

● 給食クイズ

給食クイズは、1週間に1回実施。その日の献立と関連させ、今食べているものに関心を向けさせます。例えば「みそ汁に入っている緑の野菜は何でしょう。」「何種類の食材が使われているでしょうか。」などを問題にします。



さらに、給食クイズを充実させるために、クイズの答えを発表した後、関連した食の情報提供を行います。子どもたちの興味を引くように、グラフで表したり、実物の写真を貼ったりしながら、視覚的にとらえられるようにします。また、クイズの問題は子どもたちから募集し、採用された子どもには「おかわり優先券」を贈呈するという取組も行っています。



クイズに使った画用紙は、クイズの問題とともに食堂に掲示し、いつでも見るようにしています。

イ 授業と関連させた指導事例

(ア) 生活単元

● 自分のお弁当を作ろう

「自分で食べるものは、自分で作る」という意識付けのスタートとしてのお弁当作りの学習です。油ひき→フライパンに食材を入れる→混ぜて炒める→取り出す→盛り付けるといった手順を一人で行い、ウインナー炒めや炒り卵作りを行っています。この学習を通して、自分でお弁当を作ることができるという意識を高めることができます。



真剣！



こぼさないように…

お弁当が完成しました！
おいしそう♪

(イ) 学級活動

● 給食カルタの作成

中学部生徒の単グループが実施。その日の献立について学校栄養職員が作成する「給食メモ」を参考に、「給食カルタ」を作成しました。給食メモの中から、自分の好きな献立や地元の特産物などについて書かれたものを選び、カルタの言葉を考えながら作成します。完成したカルタは、学級活動の時間や学部の集いの時間に使い、皆楽しんで行うことができます。カルタにしたことにより、食について楽しく学ぶことができ、食に対する興味関心が深まります。

● 希望献立を考えよう

希望献立をクラスで考える授業です。学校栄養職員も参画し、栄養バランスの良い献立のポイントを伝えながら、楽しく考えていきました。

予め学級担任から、クラスの子どもたちに人気があるメニューを聞いておき、そのメニューの絵カードを準備しておきます。その中から選んでいく方法をとるので、1時限の授業でも無理なく献立作りができます。授業の中で考えたメニューなので、希望献立の日がより楽しみになっています。



(ウ) 特別活動

● 触ってみよう！

朝のつどいの時間に実施しています。触る食材は、給食で当日使用する野菜や、青果業者や教職員の協力で食材を準備しています。視覚障害のある児童が食材を触る機会を持つことにより、食への関心を高めたり、給食の時間を楽しく過ごしたりすることが目的です。食への姿勢が積極的になったり、偏食が少しずつなくなってきたり、良い表れが見られるようになります。



ウ 校内連携による指導事例

(ア) 個別的な相談指導

● 個別の健康相談

痩身、肥満、高血圧の幼児、児童、生徒に対し、年3回の内科検診時に、学校医の指導を受け、毎月の血圧測定週間、毎日の体重測定により数値を確認します。その上で、検診後及び長期休業前の年間5回、希望者（生徒、保護者等）に対し、学部、養護教諭、保健主事、学校栄養職員等が連携を図り、健康管理の意識を高めるため、栄養・運動・生活管理の面から指導を実施します。

● 自分に合った食事の量について

自分に合った食事の量について家庭科で学んだが、実際に私生活の中で生かすことができず、食べ過ぎたり食べなさ過ぎたりの状態が問題となっている高等部の生徒に、担任と学校栄養職員が協力して指導を行います。一人暮らしのため、自炊をしている視覚障害を持つ生徒に、自分の体にとって適量な食事の準備をどのようにしていったらよいか、実際の分量の食材を触ったり、重さを感じたり、調理したりしながら具体的に体験的な指導を行います。

(イ) 校内組織で取り組む活動

● 自立活動課による「摂食指導学習会」（教職員の校内研修）

～再調理について～（再調理研修会）

自立活動課摂食担当が中心となり、夏休みに教職員を対象に実施します。学校栄養職員を講師に、再調理の方法等について説明をし、試食することによって食べやすさの違いなどについて理解を深めます。日頃の食事介助における疑問点や問題点も話し合い、より安全で食べやすい再調理の食事について、共通理解を図る良い機会となります。

再調理とは？

静岡県の特別支援学校では、摂食に障害をもつ幼児児童生徒に対し、その障害の状態や発達の段階等に合わせた食形態を整えるための配慮や工夫をしています。一人一人の子どもが安全に楽しく食事をすることや、摂食機能の向上を図るために、食形態を変えたり硬さを調整したりするなど、一度作った料理を再度作り直しています。その作業を、「再調理」と呼んでいます。一般に、主食はおかゆ、おかずは刻み食（ひと口大、粗刻み、細かい刻み）、ミキサー食、ペースト食、裏ごし食等の段階があり、個々の状態に応じて対応しています。

さらに必要な場合には、調理室から提供されたものを、キッチンバサミ、すり鉢、すりこぎ等の器具やとろみ（粘度のつくとろみ調整食品、でん粉で作ったとろみ液など）を用いて、担当の教職員がその子どもの食べやすい大きさや硬さに合わせて調整し、介助をしています。

～写真は「鶏の唐揚げ」と「ポテトサラダ」を再調理したものです。～

●刻み食●



刻み食は、フードプロセッサーにかけて、2mm角程度の大きさにしたものです。

●ミキサー食●



ミキサー食は、刻み食をさらにフードプロセッサーにかけて、粒がほとんどなくなる程度にします。刻みよりもやわらかくなります。

●ペースト食●



ペースト食は、ミキサー食をさらにミキサーにかけ、裏ごしをします。粒はなく、なめらかな流動食になります。

※ 学校により再調理の段階の設定が異なる場合があります。

校内食育研修会の実施

学校保健委員会が企画し、養護教諭と学校栄養職員が、バランスのとれた食事と食品の3色の色分け、加工食品と食品添加物、中食と外食、清涼飲料水と砂糖の量、孤食等についての講話を行います。



(ウ) 寄宿舎で行っている食育

卒業後の一人暮らしを想定し、集団生活を通して、望ましい食生活を自己管理する力を身につけさせる活動を、「食育目標」を掲げて実践しています。

集団棟（高等部）の目標

- ・栄養のバランスや量を考えた食事の大切さを理解し、食事を楽しむことができる。
- ・食文化やマナーについて理解を深め、人間関係を形成する力を身につける。

個別棟（小中学部）の目標

- ・食べ物に興味関心を持ち、食べることの大切さを日常生活の中で体験していく。
- ・「どんぐりの会」の活動の中で、食をテーマにした話し合いを設け、マナーや感謝の気持ちを育てる。

※寄宿舎食育目標

学期	1 学期	2 学期	3 学期
目標	・楽しく食べよう (食事の準備・片づけに慣れよう) ・規則正しい生活をしよう (寄宿舎の生活に慣れよう)	・食事が体に及ぼす影響や、バランス・量を考えよう。 (好き嫌いをなくそう) (体を鍛えよう)	・感謝して食べよう (食事のマナーを知ろう) (食品の生産に関わる人々に感謝しよう)
活動	生活体験 どんぐりの会（個別棟） ・入舎式 ・歓迎会 ・春の茶会	・お楽しみ会 ・月見の茶会 ・クリスマス会	・給食ありがとうの会 ・外食会 ・豆まき ・卒業茶話会 ・初釜

食育（個別棟）の様子



包丁使いが美しいですね！



みんな真剣です。

エ 家庭地域との連携による指導事例

(ア) 学校の名物弁当をつくろう！

学校給食週間の一環として行いました。本校の幼児児童生徒・職員の住んでいる地域の特色を活かした名物弁当を作り、全校で地場産物に親しみ、味わい楽しむことを目的としました。

(以下は、実施までの流れ)

- a 児童生徒、保護者、教職員から地場産物を使った弁当メニューを募集します。
- b 弁当メニューの決定と紹介をします。
- c 弁当の試作を行い、弁当の名前を全校児童生徒、保護者、教職員から募集します。
- d 集まった弁当の名前を紹介し、投票を行います。

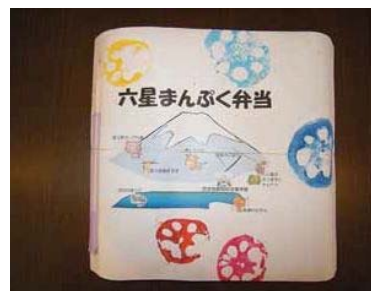
(「六星まんぷく弁当」に決定)

- e 弁当の包み紙の作成。

(幼稚部・小学部の共同制作)

- f 弁当給食の実施。保護者の参観と試食会を同時に開催しました。

実施後、「地場産の食材がたくさん使われていて、地場産品の勉強になった。」「静岡県の素晴らしさを感じた。」「家でも是非作ってみたい。」などの声が多く寄せられました。



みんなでベッタン！
れんこんスタンプ



メニューの紹介

1. あしたか牛の混ぜご飯
2. おじいちゃんの焼きおにぎり (みそ味)
3. 富士宮焼きそば
4. 朝霧ヨーグル豚 (富士宮産) の重ねカツ
5. 桜エビ (由比産) とキャベツ (三島産) の塩炒め
6. パプリカのきんぴら
7. ごぼう (長泉町産) のみそ煮
8. さつま芋 (三島産) のみかん (西浦産) 煮

(イ) 地元の野菜を食べよう！

6月の「ふるさと給食週間」に、地域で作られた野菜や果物を給食でとり入れます。「とうもろこし」「ちんげんさい」「しろうり」「マスクメロン」「小松菜」などです。学級担任が子どもたちの実態に合わせて話しやすいように、生産者の方や畑などの様子を載せたおたよりを作り、クラスへ配布します。

また、「ふるさと給食週間」中に生産者の方を招待して、子どもたちとの交流を深めています。



きゅうしよくほより24日号

なかぜのやさいをたべよう

しろうり

きょうの給食のしろうりを作ってくれた長井菜園さんご夫婦です。しろうりはきょうりの仲間。菜園の高産科地区でよく採れるため、随分方量に出荷されます。

しろうりの苗を植えます

葉が生り始めました

きれいに箱に入れます

大きくなったものから順番にとっていきます

木があと少なくなっていきます

だんだん大きくなっていきます

で出荷されます。苗を植えるのも、収穫するのもすべて手作業です。

きゅうしよくほより24日号

なかぜのやさいをたべよう

ちんげ

きょうの給食のちんげんさいを作ってくれた長井菜園さんです。4メートルのハウスに5500株のちんげんさいが植えられています。肥料にもこだわり、あまくておいしいちんげんさいを作っています。

ちんげんさいの苗

1週間後

2週間後

ここに苗を植えていきます