

～もっと食べることを促すべきなのか？～



近年、給食指導で「無理して食べなくてもいい」という方針が大切にされています。そんな中「給食がまだ残っているのに、食べようとせずに終了を待つ子がいて対応に困る」という声を先生からよく聞きます。今回はそんな子への対応についての大切なポイントをまとめました。

「SOSサイン」が出ていないか見てみよう

- | | | | |
|---------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 吐き出す | <input type="checkbox"/> 口に溜め込む(ずっとモグモグ) | <input type="checkbox"/> 泣き出す | <input type="checkbox"/> 水をよく飲む |
| <input type="checkbox"/> ゲップをする | <input type="checkbox"/> 口数が減る | <input type="checkbox"/> オナラをする | <input type="checkbox"/> 無表情になる |

食べることに對する不安や緊張感が高いと嚥下機能が低下し、ずっともぐもぐして口に溜め込む様子や水を飲む回数が増えることがあります。またいつもよりも空気を吸い込む量が多くなり、ゲップ・オナラなどを多くすることがあります。

「食べようとしない」と言っても、いろんな理由や状況の違いがあります。まずはSOSサインが出ていないかを確認しましょう。

※詳しくはVol.10『子どもが食事中に出すSOSサインとは?』を参照

A SOSサインが出ている子の場合



「無理しなくてもいいからね」等、安心できる声かけをすることが大切です。食べられていない事への注目が集まると、さらに食べられなくなることがあります。さりげなく確認したり、こっそりと声かけしてあげるなどの配慮をすると、子どもとしては助かります。

B SOSサインが出ていない子の場合



積極的に声かけをしてみましょう。食べていない理由を聞いてみたり、ひと口が難しいようでしたら「においだけ嗅いでみたら?」「ぺろっただけしてみたら?」などスモールステップで勧めてみましょう。

「無理して食べなくてもいい」を強調することで「残せばOK」ということが、子どもの心に残ってしまうのは本意です。給食指導も「難しい」と感じるが多くなると思います。ですから大切なのは「食べることに、その子の特性・ペース・得意不得意などがあり、それぞれが少しずつステップアップしていくことが大切」ということを、普段からお伝えしていくことです。その上で「みんなで食べることは楽しいことだ」と、子どもの心に残るような給食時間を作っていきましょう。

詳しい解説記事はこちら!

