




ご入園・ご進級おめでとうございます。初めての保育園生活・初めてのクラスに子どもも大人も楽しみの中に不安もみられるのではないのでしょうか？給食では、食を通して子ども達とさまざまな発見をしていきたいと思ひます。給食での印象に残ったエピソードなど給食だよりを通して発信していきたいと思ひます。

今年度もご理解・ご協力をよろしくお願ひします。

**今回の給食だよりは、1年の初めに確認してほしいことをのせました。必ず目を通していただきたいと思ひます。**

## ◎体調の悪い時の食事対応の仕方

<p><b>発熱編</b></p> <p>《ポイント》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食べられる分にして無理に食べさせない</li> <li>○ 水分補給はこまめに</li> </ul>  <p>《食事例》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・煮込みうどん</li> <li>・茶碗蒸し</li> <li>・豆腐(スープ・湯豆腐)</li> <li>・ヨーグルト(糖分控えめ・フルーツを混ぜる)</li> <li>・りんご(すりおろすと食べやすい)</li> <li>・煮魚(脂身が少ない白身魚)</li> <li>・柔らかくした野菜(スープなど)</li> </ul>	<p><b>口内炎編</b></p> <p>《ポイント》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 味付けは薄く、塩味や酸味の強いものはしみて痛いので避ける</li> <li>○ 舌触りがよく、なめらかな飲みこみやすいものにする</li> <li>○ 人肌くらいの温かさのものにする</li> </ul> <p>《食事例》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨーグルト</li> <li>・熱すぎないスープ</li> <li>・具たくさんそうめん</li> <li>・煮魚(白身魚)</li> <li>・かぼちゃ</li> <li>・卵料理</li> </ul> 
<p><b>下痢・嘔吐編</b></p> <p>《食事を提供する時のポイント》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 胃腸に負担をかけないよう、唐揚げやカレー等油脂分が多い物、香辛料・炭酸飲料など腸に刺激が強い物は避ける</li> <li>○ 吐き気が強い時は、水分を無理に飲ませず様子を見る</li> <li>○ 柑橘系のジュースや牛乳は避ける             <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 白湯や温めた麦茶・薄めた経口補水液(イオン飲料)を少しずつ飲む</li> <li>➢ 冷たい飲み物は一気に飲まない</li> </ul> </li> <li>○ 症状が落ち着いたら、消化に良い物を選びながら、2~3日かけて徐々に普通の食事に戻す</li> </ul> <p>《食事例》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ(おもゆ)</li> <li>・よく煮たうどん</li> <li>・柔らかくした野菜(野菜スープ)</li> <li>・豆腐(スープ・湯豆腐)</li> <li>・煮魚(脂身の少ない白身魚)</li> </ul> 	<p><b>【給食での食事対応について】</b></p> <p>給食では、<u>回復期の食事の対応</u>をしています</p> <p><u>回復期とは…</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・症状が落ち着き、食欲が出ている</li> <li>・普通食が摂れるようになっている</li> </ul> <p><u>対応の仕方…</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳をやめ、豆乳やお茶に変更</li> <li>・揚げ物を控える</li> <li>・フルーツを控える など</li> </ul> <p>※口内炎や口腔内の怪我等での対応も相談によって対応しています</p> <p>※扁桃腺手術などで食事対応が必要な場合は医師からの診断の下で対応します</p> <p><u>依頼の仕方…</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝、給食職員に直接お知らせください</li> <li>※出勤していない場合は早番職員に伝えてください</li> <li>・8:45までには必ずお知らせください</li> <li>・当日の食材を見て内容を決めるため、代替え食品が用意できない場合があります</li> </ul>

教育・保育施設等における誤嚥事故防止のための食材整理表

令和6年度子ども子育て支援調査研究事業「教育・保育施設等における食事の誤嚥事故防止対策に関する調査研究」において、使用を避ける食材や調理を工夫する食材について「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」を基に整理しましたので、ご活用ください。なお、本整理表に掲載した食材以外でも、誤嚥事故が発生する可能性があることを念頭に置いて、食事の見守りを行いましょ。

**使用を避ける食材**

粘着性が高く、飲み込みにくい  
 もち、白玉団子

球形や大きさから、気道に入りやすく、つまりやすい  
 乾いたナッツ・豆類、ミニトマト、ぶどう、さくらんぼ、個包装チーズ、うずらの卵、アメ類・ラムネ

弾力性があり、噛み切りにくい  
 いか、こんにやく

やむを得ず使用する場合の留意点→

- もち、白玉団子：4等分して形や大きさを変える
- ミニトマト、ぶどう、さくらんぼ：4等分して形や大きさを変えて、口内に残る皮も取り除く
- 個包装チーズ、うずらの卵、アメ類・ラムネ：加熱して形や大きさを変える
- こんにやく：「糸こんにやく」で代用する

**調理を工夫する食材**

●「年齢等」はあくまで目安です。こどもの口腔機能（咀嚼・嚥下）の発達状況や、当日の体調等に応じて調理を工夫しましょう。  
 ●離乳期においては、家庭で喫食経験がない食材の提供は避けましょう。

食材	年齢等	離乳期				1歳6か月～3歳頃	
		<離乳初期> (5～6か月頃)	<離乳中期> (7～8か月頃)	<離乳後期> (9～11か月頃)	<離乳完了期> (12～18か月頃)	2歳頃	3歳～3歳6か月頃
弾力性がある又は繊維が残るため、飲み込みにくいもの 葉野菜、きのこ類、わかめ、ソーセージ、薄切り肉		歯はまだ生えていない子が多い。	前歯が生え始める。	徐々に前歯が生えそろうっていく。	前歯が生えそろう。	前歯(20本)が生えそろう。	
唾液を吸収して、飲み込みにくいもの ゆでたまご、ひき肉		なめらかにすりつぶした状態にする	舌でつぶせる固さにする	歯ぐきでつぶせる固さにする	歯ぐきで噛める固さにする	●大人よりはやわらかめの固さ ●大きさは1cm程度から、口腔機能の発達状況に応じて段階的に調整していく	
食境の固さや切り方によってつまりやすいもの りんご、なし		やわらかくなるまで加熱する ●生の状態、すりおろしただけの状態では与えない。				●ソーセージ：縦半分切る(太さや長さも調整する) ●ひき肉：とろみをつける	
固くて噛み切れない又は噛みちぎりにくいもの えび、貝類、おにぎりのり		離乳期に提供することは避ける ●「おにぎりのり」は、「さざみのり」で代用する。					

●近年の誤嚥に関する重大事故は、離乳期のこどもが「りんご」、「パン」を食べた時に多く発生していますので、食材の調理や提供方法等に十分注意してください。

MS&AD MS&ADインターリスク協研

①給食・行事で提供しない食材

乾いたナッツ・ミニトマト・さくらんぼ・個包装チーズ・うずらの卵・アメ類・ラムネ

②給食で提供する食材と注意点

☆注意食材が含まれていることを前日昼礼で職員へ周知する

◎ 喫食中の注意点

- ・提供時は、喫食している子どものそばについて様子をしっかりと見守る
- ・食べる前の子ども達に注意点を伝える
- ・必ず座った状態で食べるようにする
- ・見守る職員がいない場合は、途中でやめる

**お弁当を作る時の注意！**  
 ミニトマト・ぶどう・うずらの卵などを入れる時は、必ず1/2に切ってから入れてください。

<特に注意が必要な食材>

食材名	白玉団子(※)	ぶどう	乾いた豆類(※) (揚げ大豆)	いか (するめ)	こんにやく
提供年齢 (学年)	幼児クラス	幼児クラス	幼児クラス	11か月以上	全クラス
加工方法	・球形でなく、へそ団子に成型 ・白玉粉だけでなく上新粉を加え噛みきりやすくする	・形状はそのまま提供	・形状はそのまま提供	・するめのみを使用し生を加工したものは提供しない ・持ちやすい長さに加工し提供(2歳まで)	・全体に提供する場合、糸こんにやくを使用 ・献立により通常のこんにやくを幼児クラスに提供することがある
備考		・提供時は職員と皮をむいてしっかりと噛んで食べることを確認する	・子どもの咀嚼状況や環境を加味し、年度初めは提供しない		

※幼児提供食材(※)は、次年度幼児に上がる前、咀嚼の状況を確認のため、年度終わりに2歳児へ提供する

③行事で提供する食材 : もち

◎ 以下、食材を与える際の注意点

- ・もちつき会(保護者会行事)で餅を提供する際には、注意喚起を行い保護者見守りの元喫食してもらう
- ・餅が食べられない年齢の子ども(0.1歳児)に対しては、炊いたもち米を提供できるよう用意する