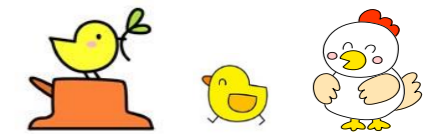


*** 食材&調理の工夫をしましょう。***
 安心・安全・楽しく！ いただきます！ ごちそうさま！



① 0～1歳児クラスは提供を避ける食材(咀嚼が未熟なため)

食品の形態、特性	食材	備考
固く噛み切れない食材	えび、貝類 	除いて別に調理する (例) クラムチャウダーの時は、 0、1歳クラスはツナシチューにする
噛みちぎりにくい食材	おにぎりの焼き海苔	きざみのりをつける

② 給食での使用を避ける食材

食品の形態、特性	食材	備考
球形という形状が危険な食材 (吸い込みにより気道をふさぐことがあるので危険)	プチトマト	四等分すれば摂取可であるが、 保育園では他の物に代替え
	乾いたナッツ、 豆類(節分豆)	
	うずらの卵	
	あめ類、ラムネ	
	球形の個包装のチーズ	加熱し溶けると使用可
	ぶどう、さくらんぼ	球形というだけではなく 皮も口に貼りつき残るので危険
粘着性が高い食材 (含まれるでんぷん質が唾液と混ざることによって粘着性が高まるので危険)	もち	
	白玉団子	つるつるしているため、 噛む前に誤嚥してしまう危険が高い
固すぎる食材 (噛み切れずそのまま気道に入ることがあるので危険)	いか	小さく切って加熱すると 固くなってしまふ

●過去に、誤嚥、窒息などの事故が起きた食材(例:白玉風のだんご、丸のままのミニトマト等)は、誤嚥を引き起こす可能性について保護者に説明し、使用しないことが望ましい。

●大きさとしては、**球形の場合は直径4.5cm以下、球形でない場合は直径3.8cm以下**の食物が危険とされている。しかし大きさが1cm程度のものであっても、臼歯の状態によって、十分に食品をすりつぶすことができない年齢においては危険が大きく、注意が必要である

●乳幼児の気管の径は1cm未満、大人は2cm程度のためこれよりも大きいと気管の入り口を塞ぎ窒息の原因となる

③ 調理や切り方を工夫する食材

食品の形態、特性	食材	備考
弾力性や繊維が固い食材	糸こんにゃく しらたき	1cmに切る (こんにゃくは全て糸こんにゃくにする)
	ソーセージ	縦半分に切って使用
	えのきたけ しめじ、まいたけ	1cmに切る
	エリンギ	繊維に逆らい、1cmに切る
	水菜	1cm～1.5cmに切る
	わかめ	細かく切る
	鶏ひき肉のそぼろ煮	豚肉との合挽きで使用するか、 片栗粉でとろみをつける
唾液を吸収して飲み込みづらい食材	ゆで卵	細かくし、なにかと混ぜて使用する
	煮魚	味をしみこませ柔らかくししっかり煮込む
	のりごはん(刻みのり)	きざみのりを、かける前にもみほぐし 細かくする

④ 食べさせる時に特に配慮が必要な食材

食品の形態、特性	食材	備考
特に配慮が必要な食材 (粘着性が高く唾液を吸収して飲み込みづらい食材)	ごはん パン類 ふかし芋、焼き芋 カステラ	水分を取ってのどを潤してから 食べること つめこみ過ぎないこと よく噛むこと など

食品の形態、特性	食材	備考
咀嚼により細かくなったとしても食塊の固さ、切り方によってはつまりやすい食材	りんご、梨	完了期までは加熱して提供する
	柿	完了期まではりんご(他の果物)で 代用する

食事の際のチェックポイント ☑

【1】環境

- 食器・食具は適切か
- 机・椅子の高さは適切か
- 慌てて配膳していないか
(誤配膳防止を含む)

【2】食品の形態

- 大きさ・形状・温度・量・粘着度等は適切か
- 個々に応じたひと口の量・大きさに調整しているか

【3】食事時間

- ゆったりとした保育の流れとなるよう工夫しているか
- 食事前に水分を摂ったか
- 詰め込まないよう指導できているか
- 食べるスピードが速すぎないか
- よく噛むよう指導できているか
- 「笑う」「泣く」が起きたときには、詰まらないかどうかを観察できているか
- 眠くなっているときに無理に口の中に入れていないか
- 食べ終わりに口の中が空になっていることを確認したか