

言語聴覚士の 都築昌子さんの話を聞く!!

「食べる」に関する相談を中心に
0歳から概ね2歳くらいまでのお子さんの
サポートのお話を伺います

体験を交えた実習もあります
みんなでしっかり学ぼう!



2025年 **2/11** 祝
10:10 受付
10:15 開始
13:00 終了

基礎編

楽しく食べるを学習するための準備
～コミュニケーション・ことば・口の発達と身体の関係～

2025年 **3/2** 日
10:10 受付
10:15 開始
13:00 終了

応用編

食べてくれない理由はなに?
～心配な場合/大丈夫な場合～

会場：宇治市・平和堂 100BAN 店 2F 詳しい会場の説明は裏をご覧ください。
※会場が店舗の一角にあり、冬場の午前中は暖房が十分効かない日もあるため、念のためにひざ掛けなど
ご持参いただけるとよいと思います。

参加費：3,000円/回
(2回続けてご参加の場合は2回目は2,000円になりお得です)

定員：20名(各回)

対象 子育て支援関係者、保育園関係者、助産師、保健師、産後ケア、他この講座を受けてみ
たい方で、具体的に活かして行く現場のある方。学生も可。

※聴講者の講座ではなく、支援する人向けの講座です。

※興味はあるけれども自分が対象か心配な方はご連絡ください(090-2703-5207 サコまで)

申込：フォームからお申し込みください。

<https://form.os7.biz/f/b0691c2d/>

※保育体制があれば参加できそうな方はご相談ください(1日2000円/1人予定)



主催
お問合せ先

子育ての文化研究所 〒611-0031 京都府宇治市広野町寺山45-5

代表 朱まり子 / 事務局長 迫きよみ

<http://www.kosodate-bunka.jp/> E-mail: info@kosodate-bunka.jp

ホームページ
見てね!



講師 都築 昌子さん

児童相談所勤務後、小児専門の総合医療センター口腔外科勤務。口唇口蓋裂や、先天性
疾患のあるご家族の支援、治療に従事。現在は、身体発達にも、アプローチできて、0歳
から老人まで支援するフリーランス言語聴覚士として、ことばと発達の相談室「はじまり
の家」主宰。保健センター発達相談員、ダウン症専門児童発達支援事業所「はるか」訪問
看護ステーション「みらい」専属言語聴覚士。また、ボディセラピストとして、原始反射の
統合アプローチやブレインジムセミナーを実施している。

○言語聴覚士 ○ブレインジムインストラクター、コンサルタント ○ダウン症専科言語聴
覚士 ○MBLインストラクター、コンサルタント ○嚥下トレーニング協会認定講師 ○偏
食少食ネットワーク認定 子ども摂食エキスパートアドバイザー

ACCESS

宇治市・平和堂 100BAN 店 2F

京都府宇治市広野町西裏100

【駐車場】 平和堂100BAN店契約駐車場(近隣に2軒) お買物で90分無料になります。

【最寄り駅】

JR奈良線 新田駅徒歩2分 近鉄奈良線 大久保駅徒歩4分



講座の内容などについての開催会場へのお問合せはご連絡ください。

講座開催のいきさつ

2024年度になり（特に夏以降）、赤ちゃんや子どもが食事の際に喉を詰めるというニュースや、子育て支援の現場でも「食」に関する相談が増えてきました。

そこで、しっかり親の相談に対応できる力を付けたいと考え、言語聴覚士の都築昌子さんに相談をしたところ、快く講座の講師を受けていただけることになり、ZOOMで現在の支援の現場の様子を伝え、そのリクエストにこたえる講座を組み立てていただきました。

当初、年度末の急なご案内なので、20名ほどご参加があればよいと思いましたが、すぐに定員を超え、概ね30名弱での開催となりました。

皆様の感想を読みながら、子育て支援の参加者にとって、本当に身になるお話を組み立ててくださったこと。そして、仕事が休みの日なのにもかかわらず、「食で困る親子」のことを考え、たくさんの方が学びに来てくださったこと、感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

講座の内容

2月11日の講座のテーマ「離乳食の基本のき」

- 喉の仕組みを理解する
- 離乳食開始までの大切な心の発達
- 食べることができるための学習ステップ

離乳食というと、赤ちゃんの親の方たちは、「いつから」「どれくらいの量？」「食べてくれない」など、親が目安とした（ネット情報や指導者からの情報や本など）を食べてくれるための相談が多い。

しかし、今回の都築さんのお話は、機能、気持ち、発達段階を織り交ぜながら、人と人とのつながりの中で、心豊かに食事の時間を楽しむことを伝えてくださったと思います。

食べさせるのではなく、自分自身で食べる力を育てるためのサポートが大事だと思いました。

特に、目の前にあるものを食べようと思ったとき

「見た目」「様子見」「匂い」「感触」「味」「食べる」

という段階を経て食べているという話をされました。

ともすると、大きなスプーンに食べてほしいものをのせ、赤ちゃんが何かを見て夢中になっている時に、不意に口に入れ、こぼさないように食べてもらっているという姿を見ることがあります。

これでは「食べる力」は育たないということになります。

いろいろな、具体的な実際にありそうな離乳食の場面の事例をもとに、お話していただきました。

皆さんも、「そういうことしてしまっていた」と反省しながらも、次にできるサポートを考えながら、楽しく参加されていました。



参加者の声より

- 食べることはコミュニケーション。それを親御さんにも伝えていきたいと思った。
- 口腔内の発達と嚥下の関係について、分かりやすく話ししてくださって改めて離乳食の与え方が大切なことが分かりました。 食べることが社会性や語 五感 マナーなどの学びの機会である事は常々感じていた事なので、これからもお母さん達に伝えて行ければと思いました。
- 二項関係の時期から食べることに繋がっている、発達の繋がりを感じました。今のママ達が赤ちゃんはどうやって遊ぶのか分からないと話す、玩具やスマホに頼ることが増えていること、生活そのものも食に影響しているのだと再認識できました。今のママ達は傷つきやすいという都築さんのお話、共感でした。親子のそばにいる支援者としてただ寄り添う時間も大切ですが、自分自身もアップデートしながらママ達に届く言葉で今の困りを共に考えられるようになりたいと思える時間でした。
- 食べるということを特別なことにしない、日常の生活をパーティーにしない、と先生がおっしゃっていたことにとても納得しました。褒められることが目的になってしまわないように、でも昨日できなかったことができるようになったことを認めて、見ていたよ。でいいんだなと自分の子育てをふりかえりました。
- 離乳食を始める時期など個人差をどのように説明すべきか 概ね何ヶ月でと説明するより口や首の成長、準備はどうですか？など 参加者さんとお話ししてみようと思いました。
- しゃべる前の関わりが大切 準備が9割と教えていただき 大切な時期に子育て支援に参加されてるお子様と関わらせていただけてるのだと思いました。 離乳食、ストロー飲み、食べさせ方、食事の楽しさ、悩んでおられるママと話す事も多いので、学ばせていただいた事が少しでも自分の中で理解して、お伝えしてあげられたらと思いました。

- 喉の二重構造の複雑さ、噛めていない口では言葉が出てこないなど、食べることがしっかりできる大切さを学んだ。喉のしくみや、咀嚼の発達も詳しく知ることが出来た。刻み食→安全ではあるが、食べやすいはない。舌で押し潰せる硬さが大切。『食べてくれて、ありがとう』ではない話も印象に残った。
- 実ははずかしながら、言語聴覚士の仕事に離乳食や食べることの訓練があるということすら知らない世界でした。咀嚼の発達が言葉の発達に大きく関与することが、今回初めて、よくわかりました。食べること、食べさせること、喉の仕組み、それらが実習でとてもよく理解でき、支援の現場で相談への対応に大きな力になりそうです。
- 口の中の構造が分かることで起こる赤ちゃん(子ども)の辛さや苦手さを実習で体験することができた。発達で今その子がどの段階なのか？その見極めやポイントを知ることが出来て良かった。
- 目線を合わせることで、こちらのスプーンの角度も違うこと。また食べ物の形も何を目的にそのことをしているのか？口腔発達と言う視点で見ると、その子の成長に大きな変化があることが分かった。なので安全に食事をすることも発達の過程を見ながら対応できるように伝えたり、その様子を理解することが大切だと思いました。
- 「赤ちゃんと同じことをやってみる」って大事なことだなと改めて感じました。
- 喉の仕組みが詳しく知れて良かった 咀嚼の発達や離乳食をスタートする時の心から口からだの準備などここまでなかなか市の離乳食教室などではない話なので伝えて行くことはいいと思いました
- 子どもへの声掛けの仕方や、二項関係の欠落について、その通りだと思います。子どもの行動には、ちゃんと根拠と意味があるということをママ達にわかりやすく伝えていきたいと思います。
- 口腔だけでなく、親子関係、コミュニケーションについてもふれた内容が、どこから学んでも「そこに行き着くんだな」と納得でした。
- なぜ食べられないのか、必ず理由があるはずなので子どもの様子を観察し親御さんにアセスメントすることで背景を知り対応ができるようになりたいと思いました。
- 子どもたちの気になる行動は様々な要因があり、適切なアプローチが必要なことが改めて勉強になりました。
- 食事は生活の一部。離乳食もおなじこと。特別ではなく家族と一緒に楽しむ中で、食べるということを赤ちゃんは、学んでいく。それは、言葉の獲得も同じ。発生練習をするとか、教え込むではなく、身近な安心できる人と環境の中で、育まれるもの。大切な視点を学びました。
- 離乳食をイベント化しない、日常であるというお話は、なるほどと思いました。ゼリーの实習で「もぐもぐもぐ、おいしーね、はいごっくん♪」と言われながら食べたとき、全く味わう余裕がありませんでした。たくさんの納得があるお時間でした。言語は親だけでなく、いろんな人との関わりでまとまりとして概念化するお話はとても興味深かったです。

3月2日の講座の内容

「どうして食べてくれないの？」偏食、少食、好き嫌いへの対処方法

- 食べられないには「理由」がある
- 心配な偏食と好き嫌いは区別する
- 食べられない原因
- 今日からできる対策を知る

あまりにも学んだことが多く、短い言葉で表すのがとても難しいのですが、乳幼児が食べない原因を、生理的・心理的に分けて考えたり、赤ちゃんの気持ちを体験するため、目をつぶって、何が口に入るかわからないという気持ちを体験したりなどしました。

でも、「食べない」減少にも、専門家に係るべき症状も含まれているので、それはどのようなケースなのかも学びました。あらゆるケースの細かい内容もいろいろ教えていただき、初めて聞いたという方も多かったと思います。

たくさんのケースを3時間という講座に詰め込んでくださり、感謝とともに、もっと学びたいというお声もたくさんありました。



参加者の声より

- 実習での何か分からない物を口に入れることは興味深かったです。私は直接、口に入れてもらいました。それは、この場が安全な場所で、ひどいものを口に入れられない、という確信があったからです。それでも、口に入れる前に匂いを確認して、知っている、嫌いな匂いではなかったなので口に入れました。どちらかと言うと新しい物に抵抗はないですが、中間というか、割と慎重な部分もあるなあと改めて感じました。
- 食を通して子どもの全面発達、生活習慣、五感、人権感覚、人との信頼感など様々なことが育まれることを改めて整理することができました。初めて聞くワードもありましたが体験も通して楽しく学ぶことができました。
- 普段子育て広場で出会うお母さん達の食の悩みに、さまざまな角度からつながっているなど感じました。都築先生のお母さん達にかける言葉の選び方、タイミングが、母親たちのこと、子どもの姿、発達を理解しているからこそのものであるとがよく分かりました。今後、私も今日教えて頂いたことを自分自身の中にしっかりと落とし込み、広場で出会う親子と今まで以上に丁寧に向き合っていこうと思える時間でした。
- 食べられない原因の聞き取りや家庭での食卓状況から原因を探り、親が原因ではないと言う言葉かけなどの大切さを改めて確認出来ました。食べない原因を生理的、心理的、内容与え方等に分けて考えてみたり親に話す時について、そのうち食べるわみたいな曖昧言葉かけ等していたなと反省する点もありました。
- 食べ方について、こんなに教えて頂いたのは、初めてで、今まで、自分が、ちゃんと捕食出来てなかった事に、驚きました。それも、先生は、伸び代と言って下さり、安心しました。ママへの関わりや、赤ちゃんへの対応など、具体的で、相手を尊重されていて、日々の関わりを、見直しました。ママや赤ちゃんの手助けが出来るよう、生かして行きたいです。
- 食に関する悩みは、家庭環境、親と子の関わり、子どものタイミングなどいろいろが絡み合い積み重なって表出するということがよくわかりました。多角度から見る必要があり、支援する側がチームを組むということの大切さも納得です。
- わかりやすく伝えてくださることで、しっかりと自分の知識になり、役立つものになった貴重な学びの時間になりました。今回のような学びは、課題を持つ子どもたちの発達の中では学べるようですが、意識して学ばないと出会えない内容だと思います。しかし、実際の子育てで避けて通れない内容なので、このような学びが必要で、参加でき、良かったと思います。
- 食事時間がどの子にも当たり前のこととして保証するためには、食べられないことをあらゆる角度から探ってみることが大切ということを実感しました。口腔機能の未発達と食の形態の関係についてもとても興味深いものでしたし、スプーンを使っただけのワークでは一口量を知ることが咀嚼、口腔機能の発達にとっても大事と言うことがよく理解できました。また、目をつぶった状態で食べさせてもらうワークでは、食べる人の性格や食の経験、記憶や食べさせる人との関係性、食べさせる人の言葉かけなどの配慮が、初めてのものを食べることに深く関係があることが理解でき、それだけでも個人差が大きいことが理解できました。

- ユーモアも交えながらのお話しを「うんうん、そうやなぁー」と納得したり、味覚に対する感じ方がそれぞれ違う事などデーターに元付いたお話しや自閉症の子どもさんへの対応など学びの多い研修会でした。 つどいの広場に来られるお母さんたちから、食に関する相談を受けそのづと自分の対応が「これで良いのか？」と迷うことも多く今回の研修でいただいたチェックポイントやお母さん自身の食事に対する意識についても合わせて聞いていくことが必要と言うお話しなど、今後に活かして行きたいと思いました。
- 口腔機能と全身の発達の関わりをベースとした、食べさせ方に重きをおいた離乳食講座をしてきました。親子の関わりが離乳食のつまづきに出てきていると感じておりました。 都築さんのお話を聴かせていただいて、いやを受け入れてあげることなど、食べさせる以前の心の在り方を学ばせていただきました。 離乳食を学び始めたころにも、「離乳食を食べるかどうかを決めるのは子ども」ということばを聴いていたのですが、そこに焦点を当てたお話しはしてきませんでした。 来週離乳食講座がありますので、あかちゃんの気持ちを代弁してお伝えしたいと思います。
- 食べる事は生きていくのにあたりまえだと思っていましたが、さまざまな理由があり食べられない、食べにくい原因があるのだととても深いなと思いました。 食べたくない、イヤを受け入れる！が将来の自己肯定感や人への信頼感につながるは特に考え深かった。 この時期の適切な対応を上手にアドバイスできるようになりたいと思いました。 口にご飯を入れる量も体験させていただき感覚の違いを知る事ができました。
- 食事だけに限らず 全ての土台は、信頼関係。 そこがしっかりと結ばれていると こどもの安心できる場が増える！ 本当にそうだと思います。 ここをママたちに伝えたいとずっと思っています。 ママたちへの声のかけ方、伝え方など とっても参考になりました。
- かみかみごっくんなどの言葉がけは、した方が良いものという認識でしたが、そうすることで食べにくさや他にも親や支援する人の声かけによってトラウマになったりして食べづらさに繋がることは想像できていなかったのを知ることが出来て良かったと思いました。 また食べづらさには、それぞれ理由もあり、その要因となることをきちんと聞き取りをして、その背景に何が起きているのか？どんな手立てをすると良いのかを実感する、体験することができました。
- しっかり噛める顎を作る為に(歯が生える隙間を作る為と思っていた)固めの食べ物を食べた方が良いと思っていましたが、それも人それぞれ顎の形や環境要因も含めて、しっかり聞き取りをして食べれないものより食べれる物を聞いたり、それが好き嫌いからくるものなのか？それ以外の要因や環境から、そのようになっているのかは見極めて支援をしていくのが良いのだと思いました。
- 自閉傾向にある子どもさんは特に口腔内の感触で嫌なことがあったり匂いにも敏感であること。我が子がASDのグレーゾーンなので今までの子どもの食べられない、食感が気持ち悪いなどの発言もなるほどと納得が出来ました。 自分でも白いご飯をスプーンですくって食べた時の感じが違うと実感できたので、お母さん達が分かりづらいならば体験していただくのも良いなと思いました。
- 食べられない原因を探るには、丁寧な聞き取りが大切だと思いました。食べられる食品でもメーカーまで聞くななんて目から鱗でした！ また、食事場面での「強制」をやめる勇気 といいつい言ってしまう「言葉がけ」…自分も子どもに言ってたなと反省したり、広場のお母さん達も言ってるなと思い、どう伝えようかとグルグルと頭の中が混乱中。できることから始めてみようと思いました。(スモールステップの変化)
- ランチタイムなどになんとか食べてほしい親御さんに寄り添ってしまいがちになりますが、美味しそう！の不要な言葉がけ過度に褒めることなどしないよう、圧をかけないように心がけていきたいと思います。
- 食べる食べないの選択権が子どもにはあるという 選択権の部分は食事のみならず ほかの子育てにも共通することであると思います。 家族で一緒に楽しく食べている姿を見せる、見通せる、終わりを決める、スモールステップなど お伝えしやすいところから 広場参加者さんとお話しできたらと思います。