

## 平成25年度ユニバーサルデザイン（UD）教育の取組

1 学校名	佐賀県立唐津青翔高等学校		
2 所在地	佐賀県東松浦郡玄海町大字新田 1809 番地 11		
3 校長名	角 敬一郎		
4 学級数 児童生徒数	10 学級 296 人	5 実施学年 児童生徒数	3 年 19 人

### 6 取組のねらい

本校の社会福祉系列の生徒は校外福祉実習などを通して、要介護者に接する機会が多い。要介護者の中には病気を抱える人が多く、今回は病気の中でも糖尿病に焦点を当てた。糖尿病患者は食事制限を受けるため、食事に対する楽しみに不自由することが多いと思われる。そこで食生活に潤いを与える“おやつ”が取れるようにするには、食事メニューをどう工夫すれば良いかを考えた。今日、糖尿病患者専用の食事メニューは考案されているが、特別に調理する必要があるため手間がかかる場合が多い。そこでUDの立場に立ち、特別に調理された食材等を使用することなく病気に罹っていない人と同様の食事メニューを作ることを試みた。

### 7 取組の実際

まず初めに糖尿病における原因や症状を調査し、おやつとして適さないようなもの（のどの渇きを誘発するもの、カロリーが少なくても血糖値を急激に上昇させるようなもの）があることを知った。また、食事における摂取カロリーや栄養バランスを考慮して、おやつのカロリーを100キロカロリーと仮定して食事メニューを作成した。次の図が考案した朝食・昼食・夕食メニューである。

調理風景



・朝食メニュー 374kcal



ご飯、納豆、味噌汁、  
水菜とじゃこのおひたし

・昼食メニュー 406kcal



冷やしそうめん、野菜  
天ぷら、林檎とベーコンの  
マヨネーズ和え

・夕食メニュー 390kcal



ご飯、ちゃんぽん風中華  
スープ、きんぴら牛蒡、  
海藻サラダ

### 8 取組の成果と課題

このようなメニューを考えることで、普段の授業で取り組んでいる要介護者の運動面のケアばかりでなく、日々の生活における健康面へのケアに目を向けることができた。他にもメニューを考案していきたい。また、今回は糖尿病患者を対象にしたメニューに取り組んだが、今後は複数の病気にも対応できるメニュー作成などにも取り組んでいきたい。