

乳幼児期の「食」を考える(1)

小川 清実

はじめに

二〇〇三年六月十九日に、第一回食を通じた子どもの健全育成(「いわゆる「食育」の視点から」)のあり方に関する検討会が、厚生労働省雇用均等・児童家庭局主催で開催された。その後、第二回は七月二十九日に行われ、第三回の日程も決まっている。この検討会は公開になっているので、すでにご存知の方もい

らっしゃると思うが、改めてこの検討会の目的などを紹介して、国が考えていることと各地ですで行われている実践と、今、私たちが保育という実践のなかで直面している「食」をめぐる課題について考えたい。

検討会の目的

厚生労働省雇用均等・児童家庭局が述べる目的は次のようである。

「近年、子どもの食をめぐっては、発育・発達の重要な時期にありながら、栄養素摂取の偏り、朝食の欠食、小児期における肥満の増加、思春期におけるやせの増加など、問題は多様化、深刻化し、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。

また、親の世代においても食事づくりに関する必要な知識や技術を十分有していないとの報告がみられ、親子のコミュニケーションの場となる食卓において家族そろって食事をする機会も減少している状況にある。

これらの問題に対応するため、食を通じて、親子や家族の関わり、仲間や地域との関わりを深め、子どもの健やかな心と身体の発達を促すことをねらいとし、家庭や社会の中で、子ども一人ひとりの「食べる力」を豊かに育むための支援づくりを進める必要がある。

このため、雇用均等・児童家庭局長が参集する検討会を開催し、食を通じた子どもの健全育成のあり方に

ついて検討を行うこととする。」

さらに、検討課題が二点、挙がっている。

「①子どもの発達段階に応じた『食を通じた子どもの健全育成』のねらいと育むべき「食べる力」について

②子ども一人ひとりの「食べる力」を育ていくための具体的な支援方策について」

検討会は、十五名の委員と厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課の職員達で行われる。

私はこの検討会のための作業班的な意味合いを持つと思われる研究班のメンバーになったお蔭で、この検討会を傍聴し、具体的に保育所での「食」について考える機会を与えられることとなった。

各自治体の取り組み

すでにいくつかの自治体では乳幼児期の子どものための「食育」に関する取り組みはある。私にとっては

「食育」という聞き慣れない言葉であるが、すでに厚生労働省雇用均等・児童家庭局では「食を通じた子どもの健全育成」のことを「いわゆる食育」としているもので、ここからは食育として（「」なしで）述べていくことにする。

二〇〇〇年に茨城県は「保育所における食指導書作成委員会」を立ち上げた。その報告書は『子どもの心とからだを育む―保育所からの食育実践―』（二〇〇〇年）である。さらに東京都多摩保健所が「21世紀を担う子どもたちの食育ガイドライン」に取り組み、

『21世紀を担う子どもたちの食育ガイドライン―保育園・幼稚園の園児への食育のために―』（二〇〇三年二月）としてまとめられた。同じく神奈川県大和保健福祉事務所が「げんきっ子・食育プラン」に取り組んで、『げんきっ子・食育プラン―幼児の食育推進のために―』（平成十四年度地域食生活対策推進協議会報告書、二〇〇三年三月）にまとめた。これらの一つ一

つの細かな紹介は省くが、特定の地域ではあるが、幼い子どものために、今、まさに動き始めたというところである。保健所を中心としたものだけではなく、東京都社会福祉協議会保育部会保育士会給食部会では『保育園の食事マニュアル No.1 食育く食を育む』（二〇〇三年三月）を発行している。この会は栄養士・調理師及び調理員の方々が構成されている。実際に保育園で子どもの食事やおやつ作りに関わる方々が改めて食育を考えている。

保育所における食育

食育を保育所ではどのように実践していくのが望ましいのだろうか。食育が保育所保育の特別なプログラムになるのが望ましいことではないのは言うまでもない。食育も保育所保育の基本である保育所保育の考え方を踏襲していきたい。すなわち保育所保育指針の第一章総則の前文で謳われているように「保育所におけ

る保育は、ここに入所する乳幼児の最善の利益を考慮し、その福祉を積極的に増進することに最もふさわしいものでなければならない」。そして引き続き述べられている「十分に養護の行き届いた環境の下に、くつろいだ雰囲気の中で子どもの様々な欲求を適切に満たし、生命の保持及び情緒の安定を図ること」、「健康、安全など生活に必要な基本的な習慣や態度を養い、心身の健康の基礎を培うこと」を始めとする保育の目標などに沿って食育プログラムを構築していくことが重要である。

これまで保育所の「食」の中の食事作りのほとんどが栄養士や調理員の領域であり、実際に乳幼児が食べる活動は保育士が担うという、「食」をめぐる二つの異なる役割が働いていた。家庭ならば食事作りをする人は、子どもが実際に食事をする活動に携わるのが普通である。家庭では、「食」をめぐる一つの流れであるのに、保育所では「食」をめぐる、二つの流れ

があることが課題なのではないか、保育所における食育を保育士、栄養士、調理師、調理員が連携して、「乳幼児の最善の利益」を追求することが保育所の食育の目的となると考える。保育士の役割が子どもの保育だけではなく、保護者に対する指導も担うようになること、さらに地域の保育相談にも従事することになるので、食育をめぐる二つの課題は非常に大きいといえる。

保護者への支援

初めての子どもを持った母親は様々な不安を抱える。中でも「食」に関する事項は出産直後から始まる。母乳育児が最も高であると信じた母親が、十分に母



乳が出ない場合には、人工栄養を与えることに罪悪感を感じたり、自分自身の体に自信が無くなり、育児不安を引き起こしたりする。子どもが育つときに大切なのは親子の親密なコミュニケーションであるはずなのに、授乳がストレスを引き起こす原因になることがある。公民館主催の母親を対象とした講座では「食」に関わることで悩んでいる母親が必ず存在する。子どもの飲みが悪く、順調に体重が増加しないことで母親自身が死にたいと思っていたり、座って、落ち着いて食事ができないのでいつも子どもを追い掛け回して、口の中に食物を入れておくことに悩んでいる母親などに出会ってきた。また、保育所巡回保育発達相談員からは、保育相談に「食」に関わる事項が多いことに驚きを感じているという報告を受けた。これは、保育という営みの中に、すでに人々は「食」に関する事項を取りいれて考えているということであるといえよう。

終わりに

保育所における食育プログラムを構築していく際には子どもを通して親への影響を十分に考慮し、保育士が一人一人の子どもの理解し、一人一人の子どもの欲求を満足させてあげることができるよう、子どもの親達も自分の子どもを理解し、関わることをできるようにしていきたい。

さらに保育所の食育プログラムは、保育所で完結されるものではないことを強調したい。あくまでも基礎をつくるのであり、小中学校に繋がっていくものであることが大切である。そして思春期から大人へ、老人へと生涯を通して、「食」について考えて実践していくことができる基礎を作る事が大切である。

(聖心女子大学)