

幼稚園に於ける幼児の栄養問題に就て

安 間 公 観

この一篇は、米國羅府市教育局保健並に體育部長、スベ
ン・ロ克蘭ツ博士の『Health Supervision of Kindergarten Children』
の著書の中の譯述である。

幸にして私はこの頃、同市當局よりこれが翻譯の認許を
與へられたるため、最近幼稚園に於ける幼児身體保育の實
際を名付けて上梓の豫定ではあるが、こゝにいさゝかその
摘述を掲げて、一般保母の方々の參考資料に供せんを欲す
るものである。

コルビー氏は、幼児を健全に育てる最大要件を左の如く
述べてゐる。

- 一、幼児の身體を清潔にすること。
- 二、幼児には毎日四杯の牛乳を與へること。
- 三、幼児には毎日、少なくとも二種の野菜を、軽い營養
食物を與へること。

四、幼児を毎日新鮮なる空氣の中で遊ぶこと。

五、幼児を毎日、午前と午後の二回に互り約三十分の休
養を與へること。

六、幼児にはいつも屋外に於て、適當なる運動をなさし
めること。

七、幼児には少なくとも十時間の睡眠をせしめること。

然して幼稚園に於ける幼児の營養問題に關しては、次の
如き實行を忘れてはならぬ。

1、午前中に於ける牛乳の給與

午後開かれる幼稚園にありては、その適當なる時刻。

2、談話及び唱歌

面白き談話及び唱歌が營養に對する一つの保育資料と
して用ひられる。

3、休養時間

幼児には十五分乃至二十分の休養を與へるこゝ。
4、體重検査

少なくとも一年に二回は、これを行はねばならぬ。

牛乳給與に就て

各幼稚園に於ては事情の許す限り、牛乳ミクラツカを給與しなくてはならぬ。然してその牛乳は幼稚園に於て、殆んど元價で購ふこゝの出來得るやう便宜を構すべきものである。若しもある家庭に於て物質上困難なる場合は、保護者會またはその他のしかるべき援助を求め、總ての幼児に對して牛乳給與の實行を期せられたいものである。

なほ保母は、それら貧困なる家庭を調査して、その關係當事者に報告すべきである。

牛乳給與と幼児の選び方

1、幼児に對しての牛乳給與は、午前中に於ては十時、午後に於ては三時の時刻が最も適當である。そしてこの牛乳給與が幼児の晝食、または夕食の妨げになるやうなこゝちはなくむしろこれが正しく行はれ得るならば、その幼児保育上、幾多の良き習慣を培ふ助力となるを信するも

のであるが、それが何の考慮もなくして若し唯一部分の幼児のみに給與したり、且つまた不適當なるこゝきに與へられたりするならば、それらは反つて幼児に多大の禍をもたらすべきものであるこゝを忘れてはならぬ。

2、若し榮養不良のみの幼児に對し、牛乳を給與せんこゝ思ふこゝきには、即ち一割基本律の方法によつて、その幼児を選び出されるこゝが、最も適當であり、そして保母のこれらに對する充分なる注意がまた必要であるこゝ思はれる。

一割基本律法とは

總ての幼児に對して先づ體重と身長を計る。そしてその各幼児の普通重量は、次の概算によつて見出されるものである。

若し幼児が一定の重量以上に達するならば、その計算を更に進めるの必要はないが、然し何れかの幼児の重量が普通平均幼児重量の以下なる場合に於ては、その幼児の計算された實際重量を平均重量より差引いて、その不足せる正味重量の大いさを知る。これらは不足重量の利

率を得んがために、即ち幼児平均重量によつて割られるものである。

保母の取扱ひ

醫師が幼児に對して體格検査を行ひ、その榮養不良の缺陷兒を選出したる場合には、保母は直ちにその適當なる方法を構じなければならぬ。若し醫師の都合によつて、幼兒の身體検査が一定の時期に行はれざるべきは、保母はまた自らその幼兒の選擇について、適宜の處置を實行すべきものである。

3、種々なる事情の下に、保母が總ての幼兒に對し、牛乳給與を避けんごし、その場合ある両親に於て、物質的に實費を出して牛乳給與を求めてやまないやうなきには勿論保母のこれらに對する弊害なき取扱ひの研究が必要である。

牛乳給與に對する參考事項

1、牛乳がコップで給與されるべきの注意

A、コップはある種の陶器で造られたものを最良とする。錫製なきものは必ず避けるべきであつて、また、い

の入つたコップは絶對的に用ひてはならない。手付きのあるコップは、保母の意志によつて可否を定めるべきものである。

B、コップはある種の洗濯粉で洗ひ、その後熱湯でゆすぐことを要す。若しこれが實行し能はざるべきには、決してそのコップを使用してはならぬ。

C、コップはいつも、清潔なる場所に保存して置くこと。

2、牛乳が瓶その儘に給與されるべきの注意

A、麥蘗管は清潔なる容器によつて保存されねばならぬ。

B、麥蘗管は、手を亂雑に觸れてはならない。然して幼兒は一番手近の部分をもつて、上部を持たしめざるやう、また他の幼兒の麥蘗管に、決して觸れしめないやうに注意することである。

C、幼兒をして牛乳を瓶より直接に吞ましめざるやう、また麥蘗管の使用方法を幼兒に教へねばならぬ。彼等はききく牛乳内にそれを急ぎ入れたり、机が高過ぎたりするべき、往々にしてその麥蘗管を折るものであ

る。

D、幼児はききく牛乳を持って遊んで泡を吹かしたりするところがある。

3. 一般的の注意

A、各瓶を拭ふために清潔なる布、また紙製のナフキンを用意して置くこと。

B、瓶を開ける前によく振り混ぜ、クリームを沈澱させないやうにすること。

C、牛乳瓶を手に取る前には、必ず両手を習慣的に清潔ならしめること。

D、牛乳給與中は、必ずよき姿勢を保たしめること。

E、牛乳と共に、若しビスケットが支給される場合は、それらをよく衛生的注意のみに與へること。

談話及び唱歌とその資料

幼児の欲求する面白き談話及び唱歌が、これら榮養問題に關する、その増進の一教材として用ひられるものである。されば保母なるもの、その選擇智識の必要なることは、今更論するまでもないことであらう。

1、參考書籍に關しては次の如き三種のものがある。

“All Through the Day the Mother goose Way”

“Healthland”

“Stories from Health Training in Schools”

2、毎日の食事獻立表は、市教育局保健體育部の榮養係より支給される。

3、その獻立表に示されたる繪畫は、榮養食物に正確なる健康習慣を説明してゐるものである。

4、その他これら榮養問題に關しての保育資料は、該榮養係より發行されたる書籍によつて求められたい。なほ總ての保母は各自にこの參考書一冊を所持せられたきものである。

休養に就て

幼児には十五分乃至二十分の休養を與へることが必要である。

1、休養の時間はいつも牛乳給與の後でなければならぬ。
2、幼児の休養に就ては、机または椅子を用ひることも行はれてゐる。これはその取扱ひのよろしきを得たならば、

決して排斥すべきものではないのである。

その方法は先づ机二脚を合せ、そして幼児互ひを接觸させないやうに、多少間隔を置いて寝かせねばならぬが若しその机の幅が狭い場合には、机ミ机ミの中央を約二三インチ引離すならば、決して足を踵を外に出すやうなこまなく適合されるであらう。

また幼児を机の上に寝かせるに當つて、その机面を傷つけないためには、最初幼児を机の淵に腰を掛けさせ、

そしてそのまゝ後の方へ身體を引かしめるのである。

これにはまた、ある保姆によつては、幼児の足元に小さい紙切れを用ひてゐるが、これもよき一つの方法である。

斯くの如き短時間に於ける休養の方法は、決して幼児そのものに悪い影響を與へるものではなく、反つて背中を下にするこまなきによつて、むしろ幼児の姿勢のために好結果をもたらすべきものである。

幼児の休養は環境の絶對的靜かなるこまが最大の要件である。また幼児互ひの呼吸を避けるため、幼児を差し

違へに寝かすべきものであつて、この方法により少なくとも四脚の机に、六人の幼児を寝かせるこまが出来よう。なほ椅子の上の休養に關しては、年少の幼児には三脚、年長の幼児にはそれ〴〵四脚の椅子を用ひるこまである。従來椅子の使用によつて完全なる方法として行はれ來つたは次の如きものである。

A. 椅子を直線に並べるこま。

B. 三或ひは四脚の椅子を、音楽椅子のやうに置くこま。

C. 四脚の椅子は、互ひに座席の前部が觸れるやう即ち

正方形に置くこま。

D. 二脚の中央の椅子は、内側ミ内側ミ相對して置き、

他の二脚の椅子は、頭ミ足の方向に従ひ、その内側に

對して前後に置くべきものである。

ある幼稚園に於ては、一般會場式の長椅子を用ひたり、また身體によき小寢臺を用ひたりしてゐるが、何れにしても椅子に掛けたまゝ、頭を机の上を下ろして休養するこまは、決してよくない方法である。

3. 暖い日以外には、必ず幼児は毛布をもつて覆はねばな

らぬ。

A、毛布は各家庭から持参せしめる。

B、綿毛布は、保護者會または教育關係の機關より支給される。

D、幼兒は各自の上著をもつてその毛布の代用に當てしめる。

4、室内はいつも適當なる空氣の流通をはからねばならぬ。

5、室内は靜かにして、出來得る限り光線を薄くすること。

6、低調の音樂を使用すること。

7、ゆるやかなる運動は、幼兒を休養に導く一つの方法として用ひられ、手足なごの運動に幼兒が欠びなごの表情を現はしたるごき、即ち適當の休養を與へるごきを忘れてはならぬ。

8、ゆるやかなる運動に對する參考としては次の如きものがある。

A、ボートに乗せるごき。

B、海邊に於て砂の上に寝かせ、波の音を聞かせるごき。

C、木蔭に寝かせ、小鳥の囀りを聞かせるごき。
D、適當なる遊びを與へること。

體重の検査に就て

1、靴、上著、スエター等を除かしめるごき。

2、直立姿勢をまらしめるごき。

3、身長を計つた後、直ちに體重を計ること。

4、衡器は第一正確なものでなくてはならない。そして體重を測定する前に、それがくるつてゐるか否かを充分試験して見るべき必要があらう。

5、米國勞働者兒童保健部は、次の如く述べてゐる。

『幼兒の體重を量るごきは、即ち幼兒の發育の比率を得る最善の方法である。總ての幼兒には、年に一回必ずその發育率を検査しなければならない。』

食事に就て

幼兒の食事に關しては、次の如き注意を要するものである。

1、牛乳約六合を一日分とし、その牛乳の大部分を吞ませ

るやうにつまめ、若し幾分でも残るやうな場合には、カスタード、またはスープその他の食物を混合して與へるべきものである。

2、一日に二種の野菜、(その上に馬鈴薯、これらの一種は生なまにして、他の一種は煮つくこと。勿論葉の多い野菜類であることである。

3、毎日少しの新鮮なる果物を與へること。

4、毎日數種の蛋白質の含まれた食物、即ち肴、肉、玉子チーズ等を選び與へること。

5、若し幼児が榮養不良のため、うるんだ眼を持つたり、顔色が蒼白であつたり、また薄弱なる筋肉等を持つてゐる場合には、その幼児は神經的に身心の過勞し安くして、益々不健康に導かれて行くものであるが故に、この種の幼児を持つ兩親は、一日も早く榮養専門家をしてその幼児を診斷せしめる必要があり、然して兩親が何れかの事情のみに、その専門家に「こふこま」が出来ないときは、保姆は幼稚園に關係せる醫師に相談して、充分なる適當の處置を構ぜねばならぬ。終り

兒童問題研究会

帝大セツツルメントに

東京市本所區横川にある帝國大學セツツルメント内の兒童部、託兒部では、學生の指導で江東一帶の兒童のために、お話會、臨海學校キャンプ等の仕事を、大正十三年以來續けて來たが、今度、この活動を更に廣範圍に組織的に發展させるに共に廣汎な學術的基礎の上に立つて、國內的及國際的な兒童教育の經驗を攝取し、實際教育家の参考にも供する目的で、兒童問題研究会を組織し、五月中旬から機關誌『兒童問題研究』を創刊することに決つた。