

## 支援者対象調査に関する追加インタビュー調査 —保育・幼児教育施設を対象として—

研究分担者 鈴木 美枝子（玉川大学教育学部乳幼児発達学科）  
研究協力者 近藤 洋子（玉川大学教育学部教育学科）  
仁藤 喜久子（仙台白百合女子大学人間学部人間発達学科）

### 研究要旨

「幼児の栄養・食生活支援に関わる支援者を対象とした調査（以下、支援者対象調査）」において、自由記述欄に記載された内容の詳細について、その意図等を明らかにすることを目的として、協力の得られた保育所・幼稚園・認定こども園にて、追加インタビュー調査を実施した。調査内容は、支援ガイド案の活用できそうな点や、修正を要する点等についてのほか、支援ガイド改訂版に資するものとして、保護者や支援者にとって対応が難しいとされる食の困りごと（主に偏食対応等）の具体的な解決事例についての情報も収集した。

保育所・幼稚園・認定こども園の教職員は、支援ガイド案について、保護者への説明の際の資料として活用できそうであると感じている一方で、分量が多く、ポイント等が一目でわかりづらいと感じていた。また、保育・幼児教育施設で対応できる具体的な事例やQ&Aがあると、より分かりやすいという声も聴かれた。偏食対応の解決事例では、子どもの気持ちに配慮し、好きな食感や味を見極めながら、少しでも食べたいと感じることのできる食環境を整えることを試みていた。

支援ガイド案をより効果的に活用するためには、これらの意見を集約して反映させるとともに、より具体的な事例等を追加資料として付することが必要であることが示唆された。

### A. 研究目的

平成29年度～令和元年度厚生労働科学研究費補助金（成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業）「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイドに関する研究」（研究代表者 石川みどり）（以下「石川班」という）で作成した、幼児の栄養・食生活支援に関わる支援者を対象とした「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド（案）」（以下「支援ガイド案」という）

を、市町村保健センターでの母子保健事業、および、保育所・幼稚園・認定こども園等の保育・幼児教育現場等において実践的に活用するために、支援者を対象とした質問紙調査（以下「支援者対象調査」という）を実施した。

支援者対象調査には自由記述欄もあるが、紙面では詳細な内容を把握することが困難であるため、自由記述欄に記入のある、保育・幼児教育施設に所属する調査対象者に

追加インタビュー調査を実施することで、支援ガイド案で活用できそうな点や、追加した方が良い点等の詳細を明らかにすることを目的としている。

また、保護者や支援者の多くが対応に苦慮している食の困りごと（主に偏食）への対応について、解決した事例等の情報も収集することで、支援ガイド案の改訂に資することも目的としている。

## B. 方法

支援者対象調査で質問紙調査を実施した保育・幼児教育施設の対象者うち、自由記述欄に記載があり、インタビュー調査の協力が得られた5施設を対象としてインタビュー調査を実施した。調査実施期間は、令和3年2月1日～3月31日である。

研究対象は、保育所1か所、幼稚園1か所、認定こども園2か所、その他（子育て支援総合施設）1か所の合計5施設であり、副施設長（副園長、教頭）、保育者、栄養士、調理員等を対象に、計10名にインタビュー調査（半構造化面接）を実施した。インタビュー項目は以下の項目である。

### 1. 支援ガイド案について

- 1) 支援者対象調査の自由回答内容についての詳細
- 2) 支援者対象調査で回答した項目以外での支援ガイド案についての印象
- 3) 支援ガイド案で活用できそうな点
- 4) 支援ガイド案に追加した方が良い点
- 5) 支援ガイド案で修正した方が良い点
- 6) その他

### 2. 子どもの食の困りごと（主に偏食）への対応について

- 1) 子どもの食の困りごと（主に偏食）が解決した具体的な事例について

- 2) 子どもの食の困りごと（主に偏食）への対応で配慮している点
- 3) その他

## 倫理面への配慮

調査にあたっては、事前に書面および口頭で研究主旨や内容、方法を伝えた上で、同意の得られたものを対象とした。本研究の実施にあたり、女子栄養大学研究倫理審査委員会の承認を得た（承認番号第289号）。

## C. 結果

各保育所・幼稚園・認定こども園等における支援ガイド案に関するインタビュー調査結果は、以下の通りである。

### 1. A 保育園（東京都）（調理員および栄養士へのインタビュー）

#### （1）園の概況

- ・私立：保育所（社会福祉法人）
- ・定員 162名
- ・保育期間 産休明け～就学前
- ・開園時間（最長） 7:00～20:00
- ・職員構成 園長、保育士、栄養士、調理員、看護師

- ・食の供給体制：自園調理

#### （2）調査結果

#### 1) 支援ガイド案について

##### （1）活用できそうな点

- ・保護者への説明の際の活用  
このままで十分、保護者に伝えやすいと感じている。図なども見やすいので、何か保護者に伝えたいときに、この図を見せながら話をしたら理解してもらえるのではないかと思う。

##### （2）修正した方が良い点他

- ・全体的なボリュームの多さ

ページ数が多いため、必要なときに必要な箇所を見つけ出すのが難しいかもしれない。

### (3) その他

- ・自園で取り入れるかどうかは環境次第

支援ガイド案の事例集のページはわかりやすいが、役立つかわからないと回答する人が多いのは、園によって目指しているものが違ったり、環境が違うため、他園の取組を自園ですぐに取り入れられるかわからない、という意味ではないかと思う。

## 2) 子どもの食の困りごと（主に偏食）への対応について

### (1) 白いものしか食べない事例

- ・白いものを好んで食べる

0歳児から入園している子どもの事例であるが、1歳児ごろから偏食が始まり、2歳の現在は、さらに白いものしか食べなくなっている。園では主に、白いご飯、白パン、何もつけない食パンなどを食べているとのことである。

- ・別盛にする対応

カレーライスのご飯とルーを別盛にしてほしいという要望が担任の保育士より入り、別盛にして提供するようにしている。それでも、食べられるときもあれば食べられないときもあるという。

- ・本児の保護者の成長過程と類似している

本児の母親と面談したときに、父親も小さいころ、ずっと同じような偏食傾向があったが、現在はなんでも食べられるようになっており、体も標準より大きく成長できているので、それほど心配していない様子とのことである。

- ・園での活動に支障が出ないよう個別対応する

偏食が強く、園で一日ほとんど何も食べられないような状況が続くと園内での活動に支障が出るため、そのときは様子を見て、食べられるもの（ご飯や白パンなど）を提供してその子どもに食べてもらうことを母親に提案し、母親からの承諾を得ている。

- ・特定の食感や味を好む

ポテトチップスは家でも食べるのとことと、おやつのせんべいは食べられるとのことである。またカリカリしたものは好みとのことと、唐揚げをしっかりと食べられたこともあったようである。

その他、園でジャコのみかけを白いご飯にかけたならよく食べた、ということがあった。

- ・保護者に食べられるもののレシピを伝える

迎えにきた父親に、ご飯にジャコのみかけをかけたならよく食べたことを告げたところ、「作り方を教えてほしい」との申し出があり、調理員が作り方を教えた。

- ・子どもが主体的に関わった保育活動との関連で初めての食材が食べられた経験

本児が友達とともに関わった秋の保育活動の一環で、調理員がモンブランを子どもの目の前で作って（クリーム部分を飾り付けて）、その場で食べるという活動をしたところ、本児も他の子どもたちと一緒に興味を持ってモンブランを食べてみたとのことである。

食事場面だけにとらわれ過ぎず、保育の場での活動と結び付けることで、子どもが初めての食材であっても「食べてみよう」という気持ちにつながることでできた事例で

ある。

- ・焦らず見守る姿勢

日によって食べられたり、食べられなかったりといった波があるため、「日によって偏りはあるもの」ととらえており、時期が来れば食べられることもあると構えて、無理に食べさせるようなことはしていない。

## 2. B こども園（山形県）（園長、栄養士、保育者2名へのインタビュー）

### （1）園の概況

- ・私立：幼保連携型認定こども園（社会福祉法人）

- ・定員 120 名

- ・保育期間 0 歳～就学前

- ・開園時間（最長） 7:00～19:00

- ・職員構成 保育教諭、栄養士、調理員

- ・食の供給体制：自園調理

### （2）調査結果

#### 1) 支援ガイド案について

##### （1）活用できそうな点

- ・手ばかり

p. 48 事例9で紹介されている「E 式手ばかり」は、自園でも活用できそうであり、ぜひ取り入れてみたい。

##### （2）追加した方がよい点

- ・Q&A

Q&A があると、具体的な対応についてわかりやすくなると思う。

##### （3）修正した方がよい点他

- ・重要ポイントの整理

事例の紹介がされているが、この事例の中の重要ポイントがどこなのか、見やすく示されていると、どこに注目すべき事例なのかのわかりやすい。

#### （4）その他

- ・自園で取り入れるかどうかは環境次第

支援ガイド案の事例集のページはわかりやすいが、役立つかどうかわからないと回答する人が多いのは、園によってそれぞれ環境が違うため、良い取り組みだと感じたとしても、即ち自園で取り入れられるかどうかはわからないと感じるからではないか。

## 2) 子どもの食の困りごと（主に偏食）への対応について

### （1）見守りと丁寧な言葉がけ

- ・子どもがわかりやすいように栄養に関わる言葉がけをする

最初は見守るように接するが、子どもの様子を見ながら、少しずつ「これを食べてと〇〇になるよ」といった声かけなど、栄養に関する知識なども伝えて、その子どもが食べてみたいと思えるようなアプローチをしている。

例えば、「ニンジン目は良くなるよ」

「体をつくっていくのは色の濃い野菜だよ」というような感じで言葉をかけていると、4 歳児くらいでは理解できるようになり、その言葉をきっかけに苦手な食材に挑戦する姿が見られることがある。

- ・料理や盛り付け、彩りの工夫

苦手な食材に関しては、盛り付けや彩りを少し意識することで、目でみて「食べてみたい」と感じることができるようになっている。

- ・少しでも食べられたら褒める

ほんの少しでも、なめるだけでもできたら褒めるようにしている。苦手な食材に関しては、少しずつ少しずつ歩み寄るように丁寧に接していくことで、食べられるよう

になった事例がある。

・お腹がすいているとき、のどが渇いているときなど生理的に欲しているときに誘う

フルーツ（メロン）が苦手な子どもが食べられるようになった事例だが、のどが渇いているときなどに勧めると、日によっては食べてみることもある。またそのときに、周りの子どもも食べていると、その環境下で一緒に食べられることもある。

・盛り付けを少量にすることで完食する

納豆が苦手な子どもが食べられるようになった事例では、一粒だけごはんに乗せて、「これ一粒頑張ってみる？」などの声かけをすることで、一粒食べられたことがある。そのときは食べられたことを大いに褒めている。

・食べられるところまでOKとする

カボチャが苦手な子どもが食べられるようになった事例では、みんなと同じ量を盛り付けてもらって、食べられるところまでチャレンジするという形をとっている。この場合は、がんばって食べられるところまで食べたことを褒め、残すことは認めることにしている。

・食材に興味を持たせる

葉物野菜が苦手な子どもが食べられるようになった事例では、「こういう葉っぱ食べたことある？」「こういうお野菜見たことある？」などと問いかけすることで、その子どもが反応してくれたら、「これはこういうお野菜なんだよ」などとその野菜について話をしてみて、なるべく興味関心を持たせるような会話をする。その子どもが少し野菜に興味を示してきた流れの中で、「じゃあ、1個食べてみようか」と声をかけると、1個だけでも食べてみることで

きるようになる。

保育者は一人一人の状況に応じて、子どもの気持ちに寄り添いながら丁寧な言葉掛けをしている。

## (2) 多種職連携

・栄養士が食事の時間の子どもの様子を確認

食事の時間は、担任の保育者だけでなく、栄養士も子どもたちと関わっている。食事の際、さりげなく偏食がある子どもの食べる様子を、栄養士も見るようにしている。

保育者と栄養士が連携し、子どもの状況から次の給食での提供方法などについて、ともに考えることができる。

## (3) 旬の野菜の食育活動

畑の活動では自分たちで育てたトマトを収穫して食べている。新鮮で一番美味しい旬の時期に食べさせてあげると「トマトがこんなに甘かったんだ」と感じて食べるようになることがある。

## (4) 食事の環境の整備

保育室だとある程度の時間内で食べなければならないが、ランチルームでの食事は食事のペースが遅い子どもでも、自分のペースでゆっくり食べることができる。遅くても追い立てられないため、きめ細やかな食の指導ができる。

## (5) 保護者との連携の重要性（生活リズムとの関連）

登園時間が遅いことで、食事が食べられなかったり、午睡ができなかったりする子どもがいるが、そのような場合は、朝食時間を早めてもらうなど、保護者との面談を通じて改善を図っている。母親だけでなく、同居家族（祖父母など）の協力を求め

ることで、解決できることもある。

特に、0, 1, 2歳児では、課題を感じた時には、面談の中でその課題を保護者の気持ちにも寄り添いながら丁寧に伝えることで解決につながることも多い。

保護者（特に母親）の意識が低い場合や、わかっているが時間が作れずできないといった場合などもあるので、保護者の勤務状況も含めた生活の状況も踏まえて支援するようにしている。

#### (5) 要保護児童のいる家庭への支援

偏食が強い子どもが要保護児童である場合は、保護者への食以外も含めた総合的な育児支援を行う必要がある。生活リズムの調整などについても、園と家庭が相互にやりとりを重ねながら支援につなげていくことで偏食も改善されていくことがある。

### 3. C こども園（宮城県）（副園長、栄養士へのインタビュー）

#### (1) 園の概況

- ・私立：幼稚園型認定こども園（学校法人）
- ・定員 280 名
- ・保育期間 満 1 歳～就学前
- ・開園時間（最長） 7:30～18:30
- ・職員構成 園長、副園長、管理栄養士、教諭、職員
- ・食の供給体制：自園調理

#### (2) 調査結果

##### 1) 支援ガイド案について

###### (1) 活用できそうな点

- ・保護者への説明の際の活用
- 保護者懇談会等の資料として、保護者に説明する際に活用できると思う。

###### (2) 修正した方がよい点他

- ・指導することが目的になっているように感じられる点

支援というより、指導することが目的になっていると感じる。特に保育・幼児教育施設では、食に関しても指導という形にならないようにしているので、指導にならずに実際に食の改善が進む具体的な事例があるとよい。

#### (3) その他

- ・具体的な対応事例があるとよい

保護者懇談会などに出席して説明を聞いてくれる保護者は、意識が高いので問題ないが、懇談会などに出席しない保護者に対して、当たり前のことを実践していくのが難しいと感じている。支援ガイド案にある内容は当たり前のことなので、それを実際に実践することが難しい家庭への具体的な対応事例があるとよい。

### 2) 子どもの食の困りごと（主に偏食）への対応について

#### (1) 食育の体験活動

- ・自分たちで育てた野菜を収穫し食べる
- 自分たちで育てた野菜を収穫して食べることで、その食材への関心が増してくると感じている。自分たちで掘ったさつまいもをたき火で焼いて食べてみる等、食材に興味を持ってもらえるような体験を大切にしている。

#### (2) 丁寧な言葉かけ

- ・食材に興味を持たせる
- 保育者が一緒に食卓を囲み、苦手な食材がある子どものそばで、友達や保育者がその食材を食べているところを大げさに紹介したり、「これはおいしいものなんだよ」「ポリポリ音がするね」など、その食材を話題に

することで、苦手な食材にも興味を持てるようにしている。

- ・盛り付けを少量にすることで完食する

食べられない子どもは毎回残すことになるので、自分の食べられる量を取ることに切り替え、その分取ったものは基本的に全部食べることにした。モヤシ1本ということもあったが、全く取らないということはなしにし、モヤシ1本食べられたときに「食べられたね」と声をかけることにした。それを繰り返していくことで少しずつ食べられる量が増えていった。

- ・下げ膳の場所に保育者がいることの大切さ

給食を食べた後、下げ膳の場所に、残したものを捨てる場所があるが、そこに保育者がいないと、子どもがこっそり捨てることがあるため、下げ膳の場所に誰かスタッフがいるように心掛けている。子どもが食べ残しを捨てるときには、「次からは自分で取る量を少し減らして全部食べられるようにしましょう」といった声かけをして、食べ物を捨てることを当たり前のことだと感じないようにしている。

### (3) 多職種連携

- ・子育てひろばのスタッフとの連携

子育てひろば（認定こども園に併設されている子育て支援施設で、0～2歳児の親子を対象としている）の支援スタッフが親子の様子をみながら偏食等について気づくことが多い。当こども園には、0～2歳児のときに、この子育てひろばを利用していた親子が入園してくることも多いため、子育てひろばのスタッフから入園児の偏食の情報を聞くことも多い。

- ・食に関わるスタッフの共通理解の重要性

食に関わるスタッフが複数いるが、食の提供や子どもへの関わり方などの対応方針に関しての共通理解がなされていないと偏食対応などは難しいと感じている。

給食を残すにしても、ある保育者は「残していい」と言ったのに、違う保育者は「こんなに残すの？」と声をかける、というように、保育者によって対応が異なると子どもは混乱するので、保育者同士がお互いに声をかけあって共通理解することが重要だと感じている。

### (4) 食事の環境の整備

子どもによっては大勢で一緒に食べることが苦手な子どももいるため、そうした子どもに対しては、保育者と一対一で食事をとる方が食事が進むかどうか試してみるなど、その子どもが食事と向き合いやすい環境づくりをするように心掛けている。食べること自体が苦手な子どもに対しては「どこで食べても良いんだよ」と、まずは安心して食べることができる環境を用意することになっている。

偏食の子どもにとって食事と向き合うことは苦痛であることが多いので、天気の良い日はウッドデッキで食事をとる等、時折食事をする環境を変えるなどの工夫もしている。

### (5) 保護者との連携の重要性

- ・まずはコミュニケーションを大切に

生活面が相当荒れている家庭の場合、生活全般、睡眠時間、子どもへの関わり方等食以外の総合的な育児支援を行う必要があり、時間をかけてゆつくりさまざまな支援をしながら食に関しても改善していったという事例がある。保護者とコミュニケーションをしっかりとりながら、「子どもの食事とし

ては、こういうものを取るのがよい」といった具体的な話をすることで、できるところから取り組んでもらうことができた。まずはコミュニケーションをしっかりと取り、関係性を築いてから進めていくことが大切である。

・保育・幼児教育施設での食環境に期待する保護者

もともと食を大事にしている園でもあることから、偏食のある子どもをあえて入園させている保護者もいる。保護者が自分ではなかなか食べさせられないので、園に入園させることで食べられるようになれば、という保護者の願いもある。

#### 4. D 幼稚園（山形県）（教頭へのインタビュー）

##### （1）園の概況

- ・私立：幼稚園（学校法人）
- ・定員 160 名
- ・保育期間 満 3 歳～就学前
- ・開園時間（最長） 7:30～19:00
- ・職員構成 園長、教頭、幼稚園教諭、栄養士、調理員、看護師
- ・食の供給体制：自園調理

##### （2）調査結果

#### 1) 支援ガイド案について

##### （1）活用できそうな点

- ・保護者に問題提起する場面での活用

保育現場でも子どもの食事に関して多くの心配ごとを抱えている。p.12 の『子ども・保護者の栄養・食生活の課題の改善のための支援の方向性』についての表は色々な角度からの分析・見方が書いてあり、特にわかりやすかった。現場で保護者に対して問題

提起をする際に、保育者からの視点としても非常に有用である。

・食に問題がある子どもを理解するための視点の共有

偏食等、食に問題がある子どもについて、どこに問題点があるのかという知識が、現場ではまだまだ持っていない。p.21 の『幼児健診の間診票における子どもの発育に影響を及ぼす栄養・食生活の心配ごとの項目の例』は、どんな角度でその子どもの問題点を探すかというときに指標となるものだと感じた。これは既に表になっているため、具体的に親に聞き取る際に、会話をしながら確認し、より共通の理解を得て子どもを支えていくことができる。

・手ばかり

p.49 事例 9K 市ホームページに掲載されている「E 式手ばかり」は、料理する際の目安にしたり、子どもと一緒に、料理の量を感じる上で有用であると感じた。「今日の〇〇はこのぐらい」と子どもと一緒に感じ取ることができるため、保護者にも提示したい。

##### （2）支援ガイド案で特に印象に残った点

現在、園内では、「食材を調理する前のものを飾らせてほしい」「子どもに触らせて、これが料理されていると感じてもらいたい」という提案が、栄養士より出されている。

p.36 事例 5 の『A 保育所における職と保育の一体化—全職員・保護者が連携する食の営み』を読み、子どもは「食事」を「生活」の流れの中で総合的に身に付けていくことが大事であると改めて感じた。2021 年度より幼保連携型認定こども園に移行するにあたり、自園給食でこれができるようになった



てきているので、給食の提供の仕方を是非参考にしたい。

## 2) 子どもの食の困りごと（主に偏食）への対応について

### (1) 丁寧な言葉がけや対応

・子ども自身が抵抗を感じない量を盛り付ける

保育者も一緒に食事をし、「楽しく食べましょう」というところを基本にしている。

例えば「これ、おいしい！」と積極的に子どもの前で発言し、「〇〇君も食べてみる？」と、お味見程度でよいので誘うようにしている。本人がおいしいと納得すると、もう少し食べてみようという気持ちになるので、それを繰り返していく。給食は自分が抵抗のない量を配膳してもらい自ら楽しく食べることを基本にしている。

・「食事は楽しい」という気持ちを大切に

「楽しい」という気持ちがあれば、他の子どもの様子を見る余裕が出てくので、「食べてみようかな」という気持ちが増えるようになる。そのため、まずは「食事が楽しい」と思えるように言葉がけすることを心掛けている。

・別盛にする対応

カレーライス有的时候に、自分から「カレーとご飯は別盛りで」と要求する子どもがおり、園ではその要望に応じている。その子どもは、別盛にすれば食べられるようになってきているため、今後、いつまで別盛の対応を行うか、検討しているところである。

また、偏食で白米しか食べない子どもに対しては、カレーライスを別盛にして提供し、子どもの様子を見て、食べるかどうか本人に確認をしながら対応している。

### (2) 子ども同士の関わり

・ランチルームでの異年齢の子ども同士の関わり

ランチルームを作ったことで、全園児（3～5歳）と一緒に食べる空間ができ、3歳児は5歳児を見ながら食べることができるようになった。5歳児がモリモリ食べている姿を3歳児が見ることで、「自分も食べてみよう」という気持ちになることもあるのではないかと感じている。

また5歳児が、自分より小さい子どもの面倒をみながら食べるという姿もあり、異年齢の子ども同士の関わりから、食に関しても全体的に前向きになっていると感じる。

### (2) 保護者との連携の重要性

・給食の試食会を通した保護者との対話

3歳児は必ず給食の「試食会」を行いながら、幼稚園でどんなものを食べているのか保護者に実際に体験してもらっている。加えて、家庭ではどのように食事に向き合っているのか話し合い、共有している。

・朝食摂取の重要性を伝える

子ども（3歳児）が、朝泣きながらの登園が続いたが、昼食後には人が変わったかのようにわんぱくになる様子を見て、「朝ごはんを食べていないからではないか」と感じ、朝泣きながら登園してきたその子どもに「パンあるけど、食べる？」と聞いてみると「食べたい」という返事であった。他の子どもにわからないようにパンを食べさせてみたところ、午後からではなく、食べた日の午前中も元気に活動できた。その様子を保護者に説明をして、朝食について確認したところ「食べる暇がなくて、朝食は食べさせずにそのまま登園していた」との回答であっ

た。子どもがパンを食べたら午前中からぐずらず元気に活動できたことを保護者に伝えたところ、子どもにとっての朝食の必要性(大事であるか)を保護者にも実感してもらえ、それからは朝食を摂取してから登園するようになった。園での実践を示したことで保護者に通じた事例である。

園での食の問題としては、偏食以外では朝食摂取に関することが多く、「朝食はとても大事であるため必ず何か口に入れて登園させてください」とお願いしている。

(3) 保護者同士の交流を深める機会の提供  
・子育てで困っていることについて保護者同士で共有

家庭でどんなことに困っているかについて尋ねると、必ず食事に関することが挙がってくる。参観日等の際に保護者同士のグループ討議の時間を設けたり、役員会で役員同士の話し合いの場を持ったりして、どんなふうに家庭で対応しているか、出し合ってもらっているようにしている。お互いの子どもの様子を知ることによって、安心したり、参考にしたり、と良い影響があるようである。

3) その他

(1) 自園給食でのこだわり

・胚芽や麦を入れた主食

ご飯は白いご飯ではなくて胚芽や麦を入れたものにして、主食から栄養が取れるようにしている。

・旬の果物の提供

素材の味を子どもたちに伝えたいとの考えから、デザートは生の果物(リンゴだったら皮付き)を提供するようにしている。旬を大切にし、旬の果物をデザートに盛り込む

ようにしている。

・全教職員の意見を取り入れた献立作り

全教職員の意見を参考に、給食業者が献立作成をしているが、その結果、全体的に子どもたちの食べる量が増えたと保育者は実感している。

## 5. 子育て支援総合施設 E 園 (宮城県) (栄養士へのインタビュー)

(1) 園の概況

・公立：子育て支援総合施設

・定員 120 名

・保育期間 産休明け～就学前

・開園時間 (最長) 7:00～19:00

・職員構成 保育士、保育教諭、園長、副園長、栄養士、調理員、看護師

食の供給体制：自園調理

(2) 調査結果

### 1) 支援ガイド案について

(1) 追加した方が良い点

・具体的な対応事例

支援ガイド案の p.2～の 2. や、p.10～の 3. では具体事例がなく、食育の話が書かれていると感じる。現場で実践するためには、実践できる具体的な対応事例が書いてあると使いやすい。

また言葉の使い方として、p.10 の「子どもの栄養・食生活の心配事及び保護者の課題」の中の「あそび食べがある」と「だらだら食べる」の違いについてがわかりにくいので、「この場合を〇〇という」というように、具体的に説明されているとありがたい。

・食物アレルギーに対する保護者の間違った意識に対する対応事例

食物アレルギーについては、勝手に親の

判断で子どもをアレルギーであると決めつけているケースがある。親が自分の意志で「〇〇を除去してください」と伝えてくる保護者への対応事例があるとありがたい。

## (2) 修正した方が良い点

・ p.12 の「子ども・保護者の栄養・食生活の課題の改善のための支援の方向性」について

①「食事づくり・食べる力」の中に「食事を選ぶ力」という視点があってもよいのではと思う。食事づくりが不得意であっても、できあがったものも売っているので、それらを選ぶ力(野菜の総菜も一緒に買うなど)を強化していくことが重要かと思う。

②「仕上げ磨きをしていない」は保護者の問題に含まれるのではと思う。

親と子どもの問題を整理するとよいのではないか。

・ p.21 の「幼児検診の問診票における子どもの発育に影響を及ぼす栄養・食生活の心配ごとの項目の例」について

①「干し柿、漬物など、ひと手間かけた手作り体験がない」とあるが、今の時代、干し柿を作ったことのある親子はほとんどいないのではないかと思う。例として挙げるとしても「干し柿」というのは現実的ではないのではないか。

②「あそび食べ(だらだら食べる)」と「だらだら食べる(時間がかかる)」の違いがわかりにくい。どちらにも「だらだら食べる」と書かれていることで、かえって違いがわかりづらくなっている。

## 2) 子どもの食の困りごと(主に偏食)への対応について

### (1) 子どもが主体的に関わる給食

### ・ リクエストメニュー

「食事」について語れる子どもになって欲しいという思いがあるため、栄養士から子どもたちに声掛けをして、「リクエストメニュー」に応える取り組みをしている。

「これが美味しかったからまた出してね」と言われたら、そのメニューを次の月にだし、「また出したからね」とやり取りをするようにしている。

また、栄養士が子どもと会話できる環境が大事だと考えているため、保育の中でも「今日は何を食べる?」という会話や「こういうのが食べたい」という子どもとのやり取りをするようにしている。子どもの声を聞いたからには、それに応えるようにし、それについてまた対話を重ねていくようにしている。

### (2) 保護者との連携の重要性

4月の入園時に生活リズムのアンケート調査を行っており、その結果は個人面談で使用している。アンケート調査結果をまとめて保育参観で説明する機会もある。

保護者との個人面談のときに、支援の方向性などを探っている。

### (3) 栄養士と保護者との交流

園では基本的によく食べてくれているが、家では野菜を全く食べないという話をよく聞く。園では野菜料理を結構出しているの、子どもからも「園で出たこういう料理なら食べられるから家でも出して」というリクエストがあるようである。保護者からも、園で出された料理の作り方を教えて欲しいという問い合わせも多く、毎月献立表にレシピを載せている。保護者からは「献立表から〇〇を作ってみました」という報告を受けることもあり、栄養士と保護者が気軽に

情報交換ができる環境がある。

### 3) その他

#### (1) セーフイーティングについて

##### ・あそび食べの危険性

ミニトマトやブドウは誤嚥事故があったため、今は必ず切ってから提供するようにしているが、食材そのものへの注意喚起だけでなく、あそび食べへの注意喚起も重要ではないかと感じている。

例えば、立ち歩きながら食べたり、口から出したり入れたりするなど、あそびながら食べていることで、気道に入ってしまうこともある。また、パンなどを競争しながら食べて、詰め込み過ぎて窒息することもある。そういう意味では、食材だけに目を向けるのではなく、食べ方についても触れてもらえると良いのではと思う。

## D. 考察

### 1. 支援ガイド案について

#### (1) 活用できそうな点

##### ・保護者への説明の際の活用

主に、保護者に対して、支援ガイド案を示しながら説明すると食の大切さなど、理解してもらいやすいのでは、といった活用法を挙げているケースが多かった。

#### (2) 修正を要する点

##### ・見やすさ、わかりやすさ

全体的にボリュームが多く、一目でわかるようなポイントが整理されていないなど、見やすさを重視してほしいといった要望も見受けられた。

##### ・具体的な対応事例や Q&A の掲載

食に関しては基本的な事項が書かれており、その基本的なことができていない子どもや保護者への対応に苦慮しているので、

より具体的な対応事例が掲載されている方が使いやすいといった意見も多かった。その中でも、Q&A のようなものがあると理解しやすいとの声があった。

##### ・食物アレルギー対応の記述について

食物アレルギー対応については、無関心で医療機関に行かない保護者がいる一方で、過剰に心配して勝手に除去を求める保護者への対応にも困惑しているとのことで、そのような保護者への対応についても記述されることが望まれる。

食物アレルギー対応に関しては、厚生労働省が、「授乳・離乳の支援ガイド (2019 年改訂版)」<sup>2)</sup> を発出しているが、その中で、「妊娠中及び授乳中の母親が特定の食品やサプリメントを過剰に摂取したり、避けたりすることに関する効果は示されていない。」としており、子どものアレルギー疾患予防のために、母親の食事は特定の食品を極端に避けたり、過剰に摂取する必要はなく、バランスの良い食事をとることが重要であることを、伝える必要がある。さらに、「離乳を進めるに当たり、食物アレルギーが疑われる症状がみられた場合、自己判断で対応せずに、必ず医師の診断に基づいて進めることが必要である。」と記載されており、子どもに関しても、保護者の自己判断による食品の除去は望ましくないことを周知徹底することも肝要である。

##### ・セーフイーティングについて

セーフイーティングに関しては、食材に配慮するだけでなく、子どもの食べる姿(あそび食べをしない、立ち歩いて食べない)といった視点を強化してほしいといった意見が出された。

これまでも、内閣府が発出した「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン 事故防止の

ための取組み～施設・事業者向け～」<sup>3)</sup>などで、3, 4, 5 歳児に関しては立ち歩く子どもの姿についての記述がされていたり、子どもには、その都度危険につながることに付いて伝えることなども記されている。支援ガイド案 Ver.2 においてもこのような記述を入れるとよいであろう。

## 2. 子どもの食の困りごと（主に偏食）への対応について

### (1) 具体的な対応事例について

・子どもの気持ちに寄り添い、何が「好き」で何が「嫌（いや）」かを探る。

偏食対応の好事例の共通点としては、子どもの「好き」であること・ものを感じ取り、と同時に何が「嫌（いや）」であるかについても感じ取ることで、子どもが「好き」だと思える環境等を整え、なるべく「嫌（いや）」だと思えることを減らすことで、子どもの気持ちに配慮しながら接していくことが重要であることが示唆された。

それは、好きな食感や味だけでなく、好みの食べる場所や一緒に食べたいと思う人など、食を取り巻く環境にも及ぶ。

・生活リズム改善に向けた対応

食事、睡眠や遊びの時間を調整することで、食事の前にしっかりお腹がすく生活を送ることで、あるいは、朝食など必要な時にお腹を満たすことにより食の問題も解決することがある。食の問題を改善するためには、食を点でとらえるのではなく、生活の一部として生活全体を大きく見直していくことが重要であることが示唆された。

・保護者連携・他職種連携の重要性

子どもの食に関しては、保護者と連携していくことが不可欠である。保護者の気持ちを理解しつつ、伝えるべきことは保護者の心に響くように伝えていくことが大切で

ある。そのためにも、保護者との関係性を良好に築くことが重要である。

また、栄養士、調理員、保育者、看護師など、多職種が連携し、子どもの食べる姿を共有することで、さまざまなアプローチができることが示唆された。

## E. 結論

本研究は、保育・幼児教育施設を対象として、支援者対象者調査での調査結果をもとに、支援ガイド案のより効果的な活用を目指すために、どのように改善したらよいか等についてインタビュー調査を行い、支援ガイド案の活用できそうな点や修正を要する点等について報告した。

また、保護者や支援者にとって対応が難しいとされる食の困りごと（主に偏食）に対する具体的な対応事例についてもインタビュー調査をすることで、支援ガイド案 Ver.2 に追加すべき資料とその内容についても考察した。

支援ガイド案をより効果的に活用するためには、これらの内容を反映させ、より具体的な事例等が示された資料を追加することが重要であることが示唆された。

## 謝辞

本研究にご協力くださいました保育所、認定こども園・幼稚園の教職員の方々に深謝いたします。

## 参考文献

- 1) 厚生労働省、「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」2004  
<https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000001j4t2-att/2r9852000001j4za.pdf> (2021年4

月 20 日閲覧)

- 2) 厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド（2019 年改訂版）」2019 .

<https://www.mhlw.go.jp/content/11908000/000496257.pdf>

(2021 年 4 月

20 日閲覧)

- 3) 内閣府「教育・保育施設等における事故防止及び 事故発生時の対応のためのガイドライン 事故防止のための取組み～施設・事業者向け～」2016 .

<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shinseido/administer/office/pdf/s59-4.pdf>

(2021 年 4 月 20 日閲覧)

#### G. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

#### H. 知的財産権の出願・登録状況

該当なし