

令和4年度厚生労働省母子保健指導者養成研修 研修7 児童福祉施設給食関係者研修

乳幼児期の栄養・食生活の支援(2) ～「幼児期の健やかな発育のための 栄養・食生活支援ガイド」の活用～

令和4年11月2日

女子栄養大学
衛藤久美



本日の研修内容

1. 「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド」開発の背景とプロセス
2. 「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド」の概要
3. 「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド」活用状況（事例含む）

「幼児期の健やかな発育のための 栄養・食生活支援ガイド」開発の背景

- ✓ 離乳後の幼児期の栄養・食生活について、科学的根拠に基づき、具体的な支援の方法を示したものはない。
- ✓ 幼児期の子ども一人一人の健やかな発育につながるような栄養・食生活支援を、子どもやその保護者に対して行う上で、管理栄養士・栄養士等の栄養の専門家だけではなく、保健医療従事者や児童福祉関係者等多職種・多組織が連携して支援することが望まれる。



平成29年度～令和元年度厚生労働科学研究費補助金「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイドの開発に関する研究」(研究代表者:石川みどり):「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)を作成
→幼児の栄養・食生活支援に関する科学的根拠の整理、支援に必要なとなる枠組みの構築



研究の目的：市町村保健センター、保育所・幼稚園等での母子保健、保育・幼児教育の場における「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）を実践的に活用するために、栄養・食生活支援に関わる支援者が支援ガイド案を効果的に活用するための方法を明らかにする

令和
2年度

研究協力施設の選定・依頼
(市町村保健センター、保育所・幼稚園・認定こども園等)

研究① 支援者対象調査
郵送法による質問紙調査

**研究② 支援ガイド案に追加
する情報・教材の作成**

量的・質的分析

①発達段階別の
口腔機能や食べ
方に関する資料

②幼児の栄養・
食生活困りごと
Q&A

新しい生活様
式における幼
児の食生活に
関する困りご
とや食生活の
実態調査

令和
3年度

ガイド活用のための資料作成

支援ガイド案ver.2の作成

研究③ 支援ガイド案活用の試行的運用

(市町村保健センター、保育所・幼稚園・認定こども園等)

試行的運用の評価・改善点・効果的な
活用方法等の分析

**研究④ 保健所管
理栄養士等への
ヒアリング**

期待される効果

- ・今後の母子保健施策への反映
- ・各地域、各施設での円滑かつ適切な栄養・食生活支援の実施
- ・多職種連携した栄養・食生活支援の推進
- ・「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」を栄養・食生活面からアプローチ

支援ガイド（確定版）の作成

令和4年度以降

母子保健、保育・幼児教育の場における支援ガイドの活用の推進

令和2~3年度「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援に向けた効果的な展開のための研究」研究班メンバー

	氏名	専門	所属
研究代表者	衛藤久美	公衆栄養学	女子栄養大学
研究分担者	鈴木美枝子	健康教育学 小児保健学	玉川大学
	佐々木溪円	公衆衛生学 小児科学 小児保健学	実践女子大学
	多田由紀	栄養教育論	東京農業大学
	祓川摩有	小児栄養学	聖徳大学
	秋山有佳	公衆衛生学 母子保健学	山梨大学大学院
	船山ひろみ	小児歯科学	鶴見大学

このほか、研究協力者14名

幼児期の健やかな発育のための 栄養・食生活支援ガイド(確定版)

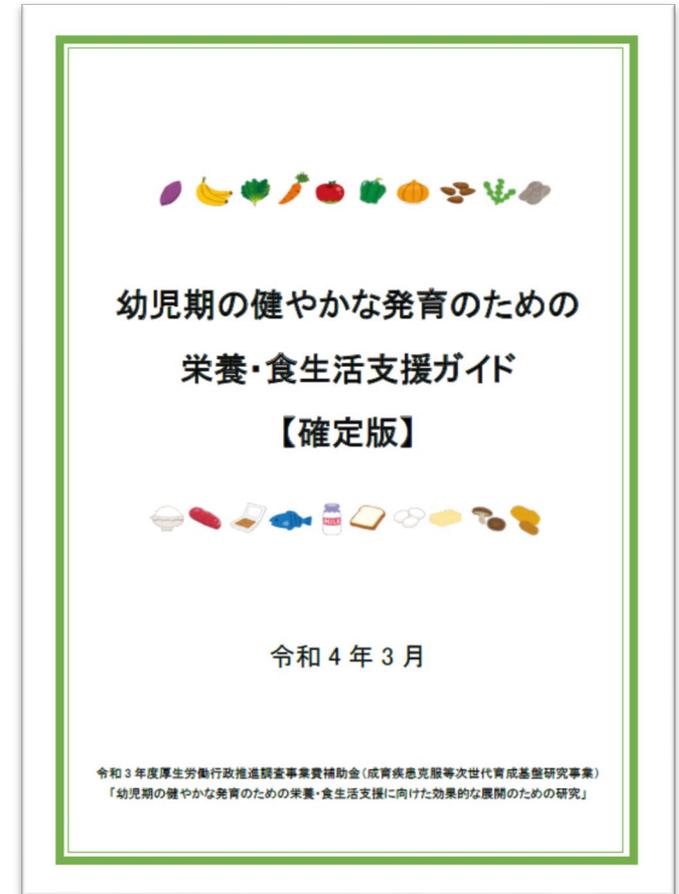
目次

1. はじめに
2. 幼児期の栄養・食生活等をめぐる状況
3. 幼児期の栄養・食生活の課題及び把握すべき基本的事項
4. 幼児・保護者の栄養・食生活の課題改善のための支援の考え方と方向性
5. 幼児期の栄養・食生活支援の取組事例の紹介

資料

- 資料1 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方
- 資料2 幼児期の子ども・保護者の栄養・食生活支援に関するQ&A

文献



健やか親子21のウェブサイト(<https://sukoyaka21.mhlw.go.jp/>)の「参考資料」
→「乳幼児期」から無料でダウンロード可能

本ガイド活用の可能性がある場・職種

<活用の場>

- 市区町村母子保健担当部署
(保健センター等)
- 保健所
- 病院・クリニック
- 保育所
- 認定こども園
- 市区町村保育担当部署
- 幼稚園
- 子育て支援センター
- 子育て支援関連複合施設
等

<活用する職種>

- 管理栄養士・栄養士
- 保健師
- 看護師
- 保育士
- 幼稚園教諭
- 保育教諭
- 調理員
- 医師
- 歯科医師
- 歯科衛生士
- 施設長・副施設長 等

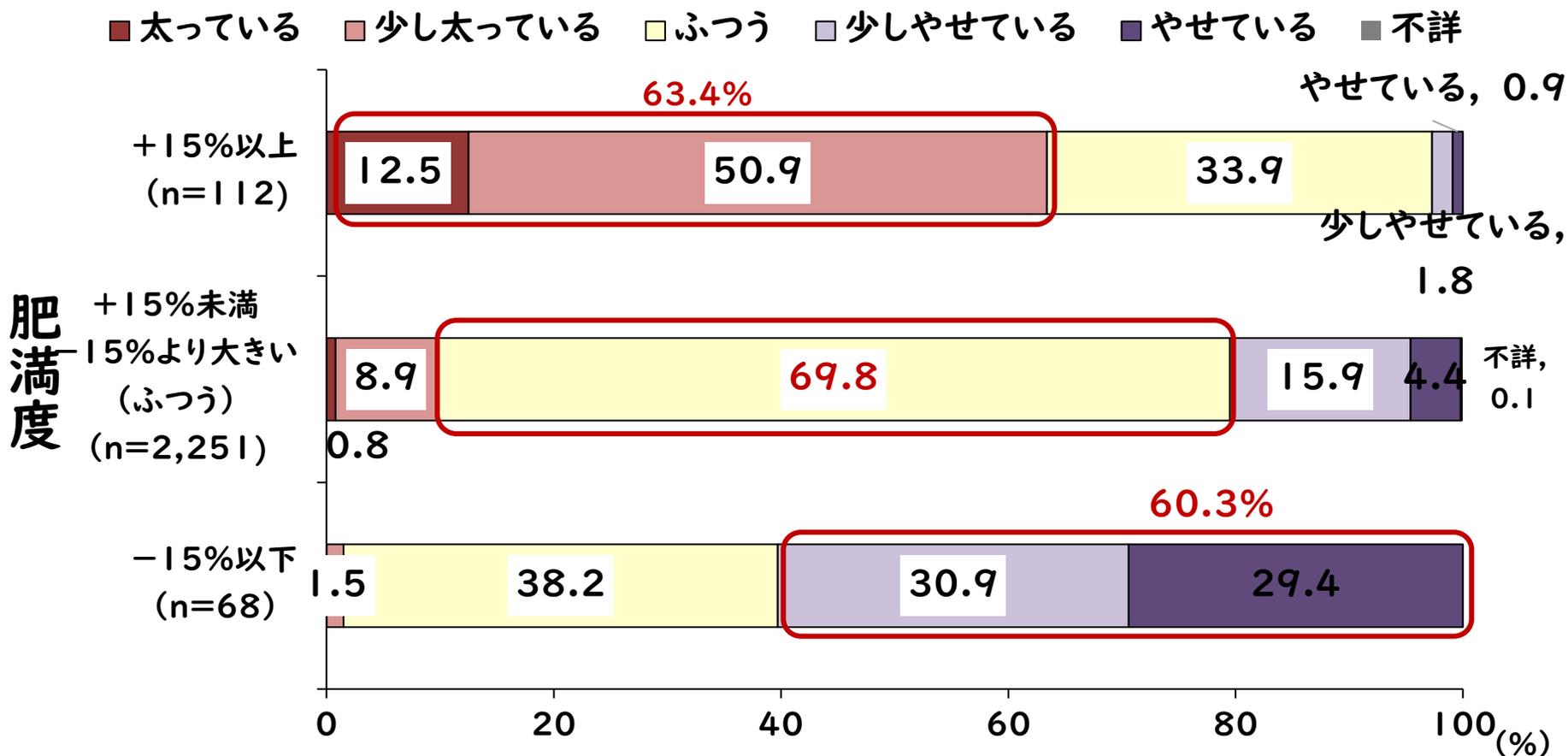
本ガイドのねらい

- 「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」(平成16年2月)
 - 幼児期に育てたい5つの“食べる力”が示された。
- 幼児期の子ども1人1人がこれらの食べる力を育むためには、**保健医療従事者や児童福祉関係者等が連携し、幼児の栄養・食生活について基本的事項を共有し、幼児や保護者への支援を効果的に進める必要がある。**
- 令和元年成育基本法施行、令和3年2月成育医療等基本方針閣議決定
 - 乳幼児期を含む子どもの健やかな成長等のために**保育所、幼稚園等と家庭や地域等が連携した食育の推進**

幼児期の子どもが5つの食べる力を育むことをめざし、保健医療従事者や児童福祉関係者等が、幼児期の栄養・食生活支援を効果的に展開していく上で共有すべき基本的事項及び支援の方向性等を提示することをねらいとする

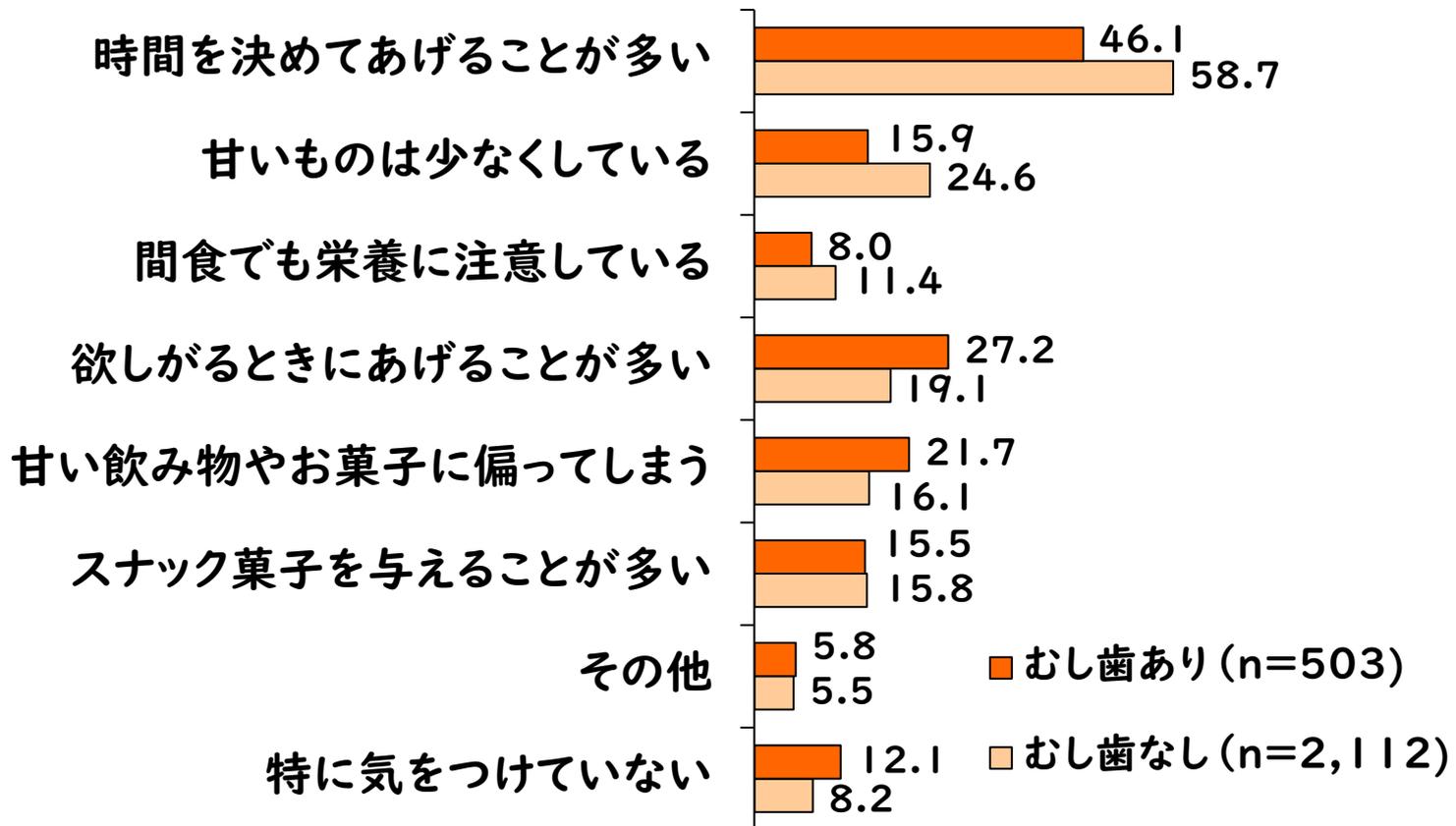
肥満度*別 保護者の子どもの体格に関する認識

肥満度から見た体格は、9割以上が「ふつう」であったが、肥満度が「ふつう」の子どもの保護者の約3割、肥満傾向及びやせ傾向の子どもの保護者の約4割は子どもの**体格の認識に相違がある**。



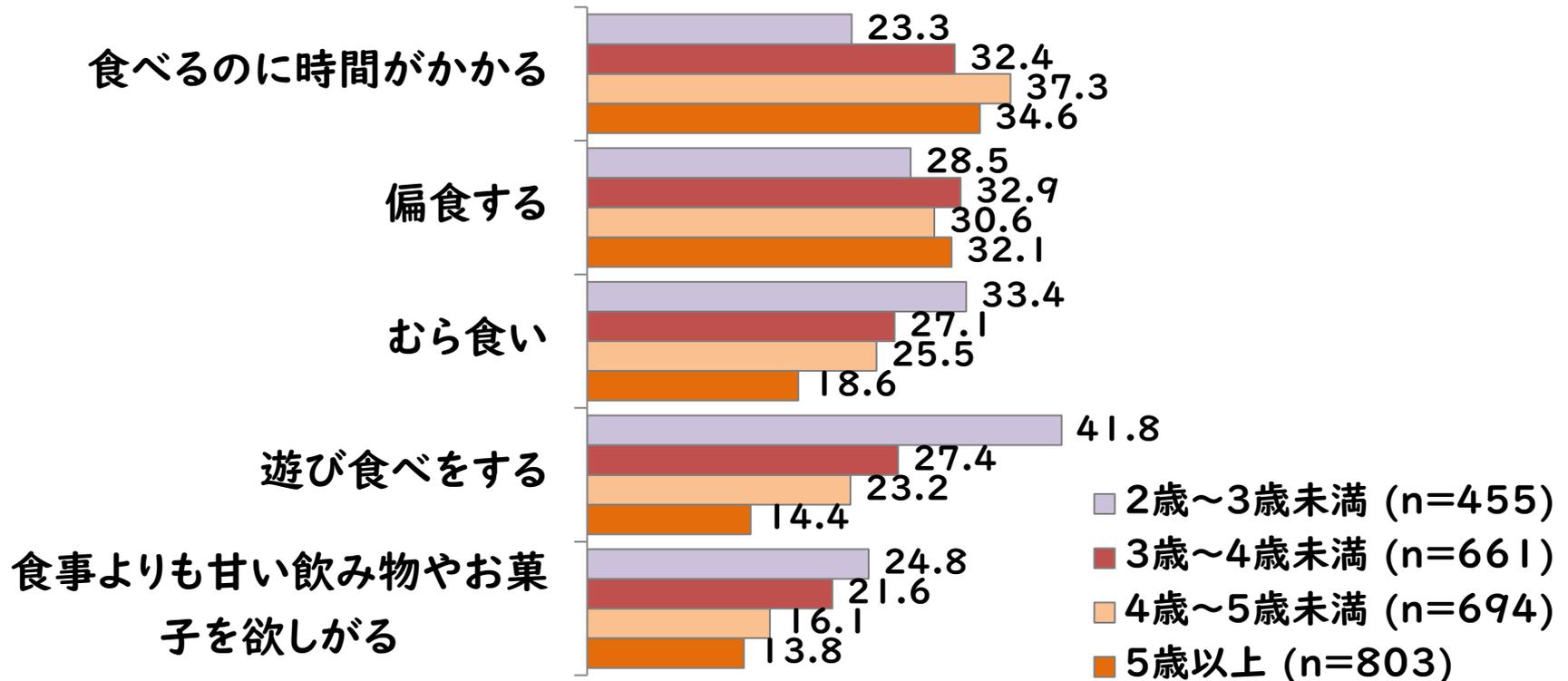
むし歯の有無別 間食の与え方

子どもにむし歯のある者に、「**欲しがる時にあげることが多い**」「**甘い飲み物やお菓자에偏ってしまう**」「**特に気をつけていない**」と回答した保護者の割合が高い。



現在子どもの食事で困っていること(上位5位)

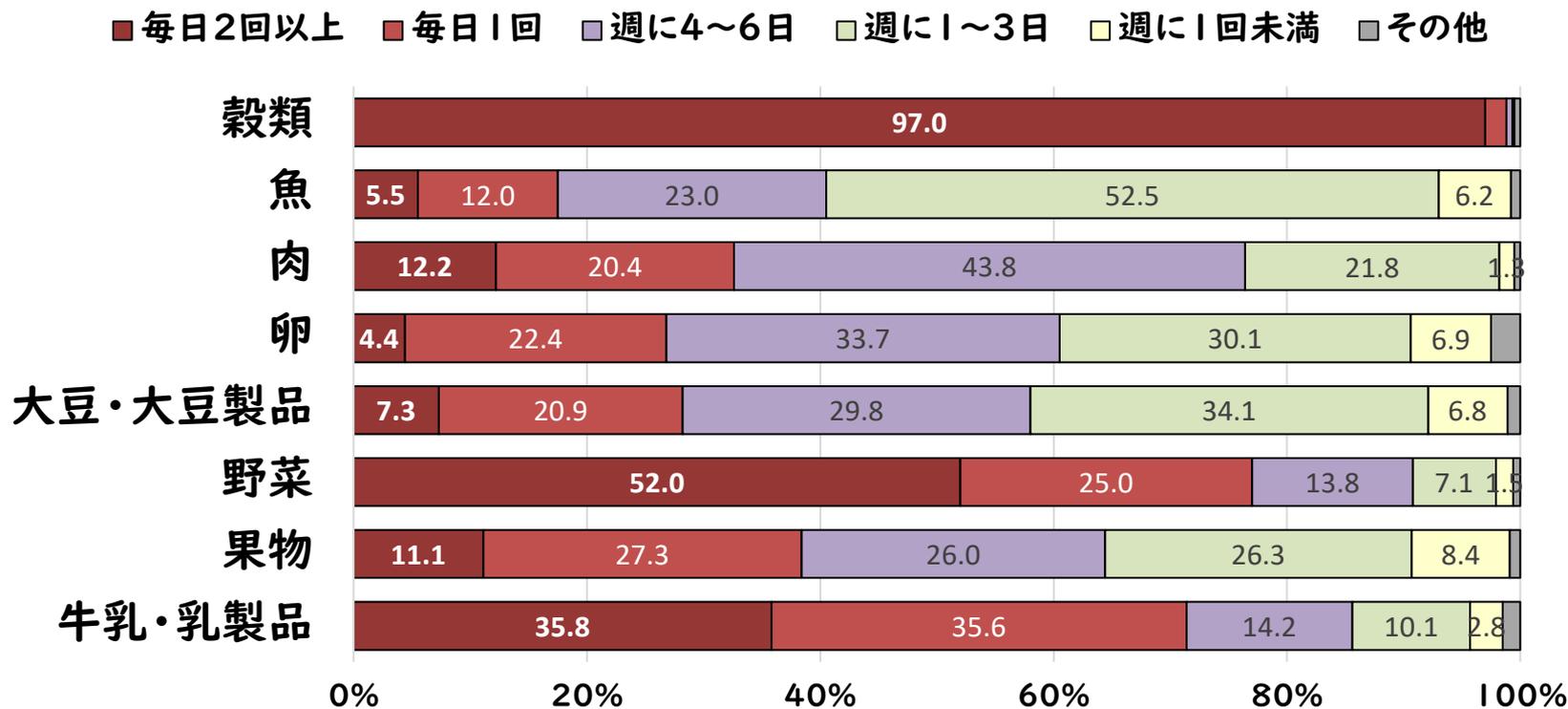
- ・最も割合が高い項目は、年齢によって違いが見られた。
- ・2歳児「遊び食べをする」
- ・3歳児以降「食べるのに時間がかかる」、「偏食」
- ・「特にない」は約2割→約8割の保護者は子どもの食事の心配ごとを抱えている



子どもの主要食物の摂取頻度

※一部の食品群を抜粋

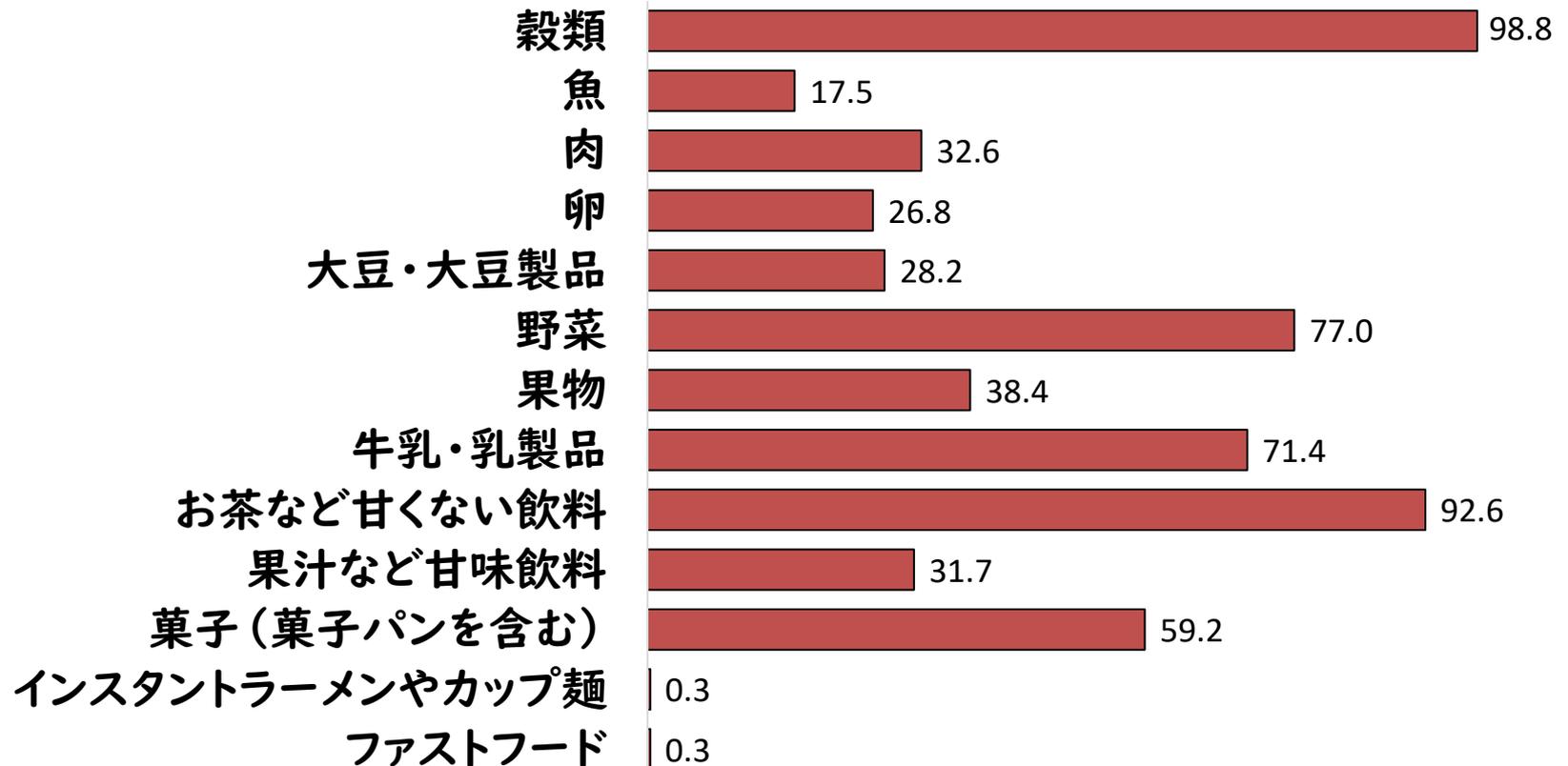
穀類、野菜、牛乳・乳製品は「毎日2回以上」が最も多かった。
果物は「毎日1回」、肉、卵は「週に4～6日」が多かった。



(n=2,623)

食品群別 1日1回以上摂取する者の割合

穀類、野菜、牛乳・乳製品の摂取は多いが、その他の食品の摂取は、2～3割程度にとどまっている。特に、魚、卵、大豆・大豆製品の摂取が他の食品に比べ、少ない。

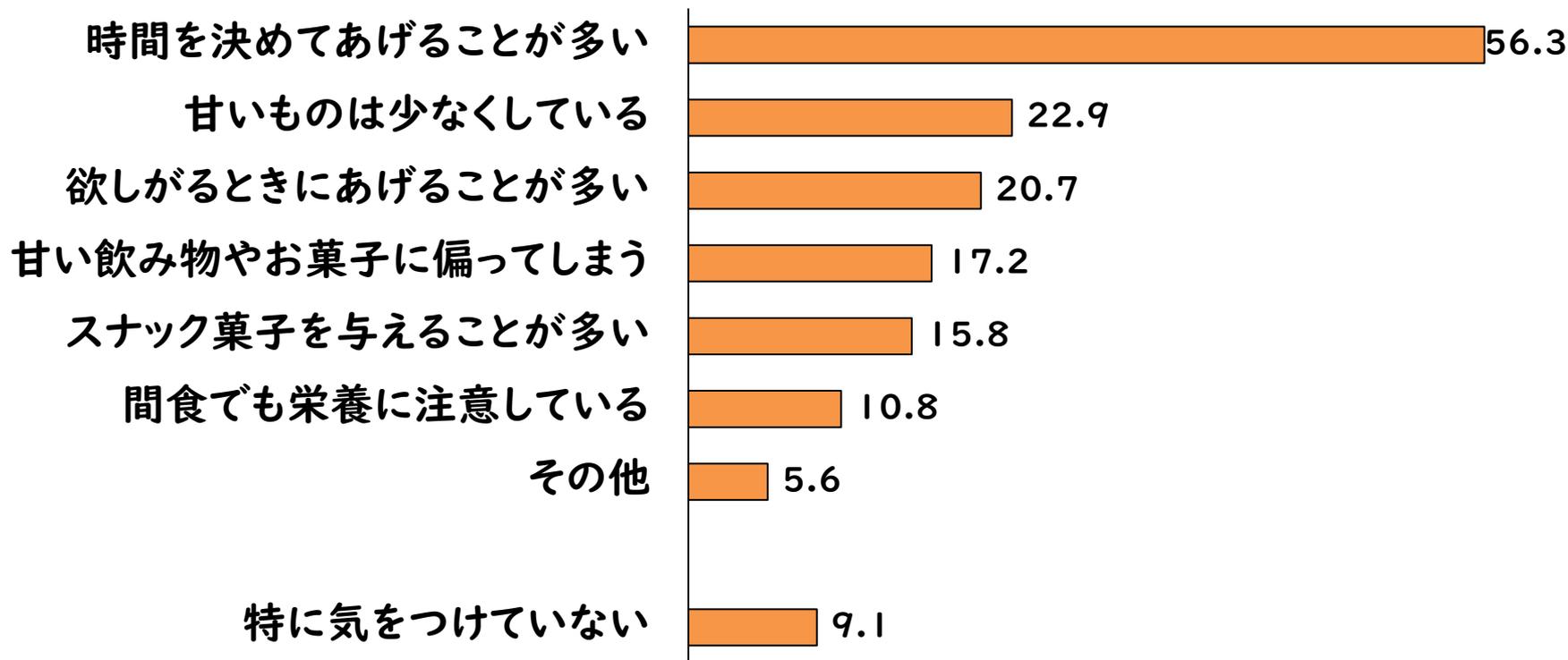


(n=2,623)

数値:%

子どもの間食（3食以外に食べるもの） の与え方

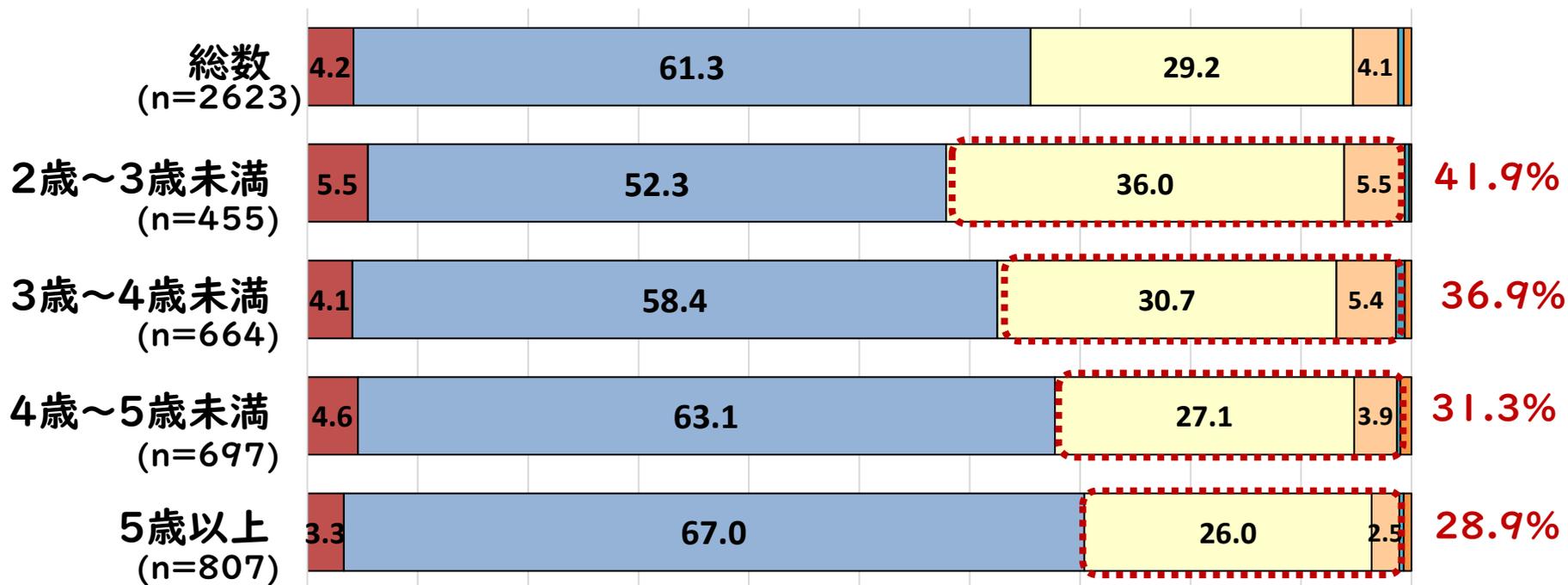
「時間を決めてあげることが多い」と回答した者の割合が56.3%と最も高かった → 約4割は間食の時間を決めていない



子どもの間食（3食以外に食べるもの）として 甘い飲み物やお菓子を1日にとる回数

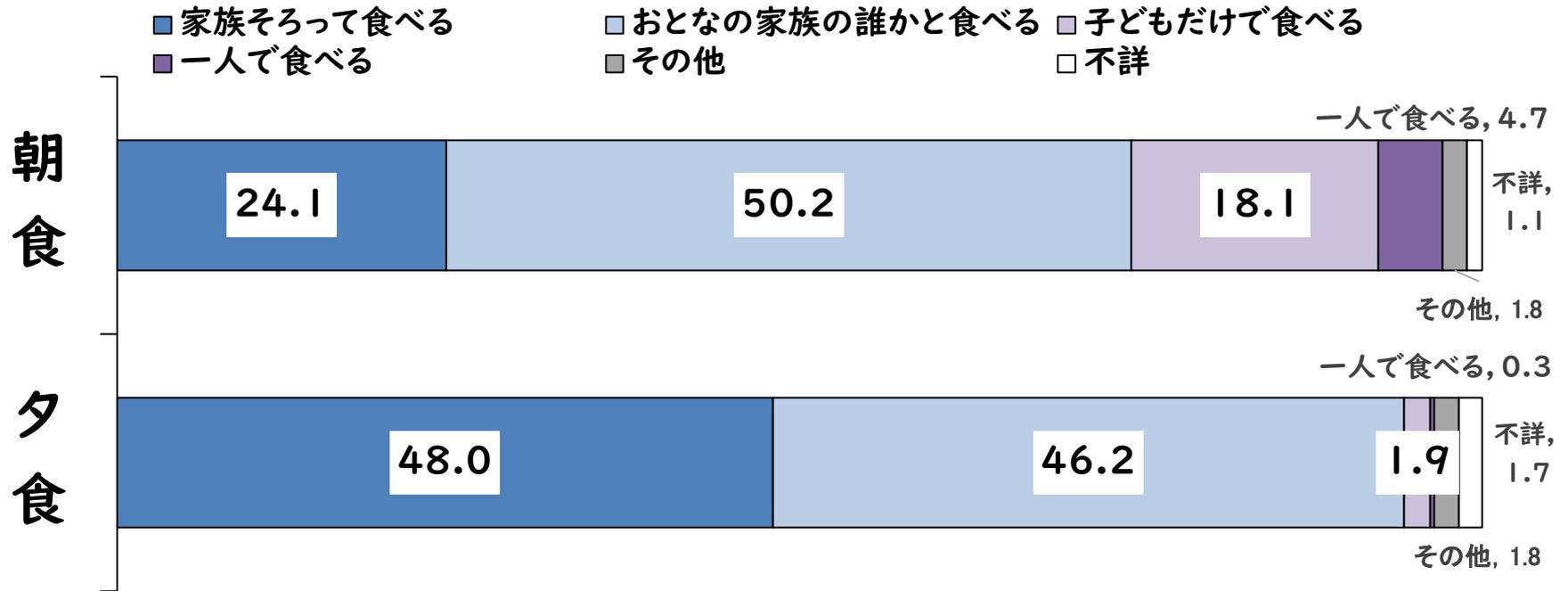
- ・子どもの間食として、甘い飲み物やお菓子を1日にとる回数は、どの年齢も「1回」の割合が高かった
- ・2回以上とっている割合は、年齢が低い子どもの方が高かった。

■ 0回 ■ 1回 ■ 2回 ■ 3回 ■ 4回以上 ■ 不詳



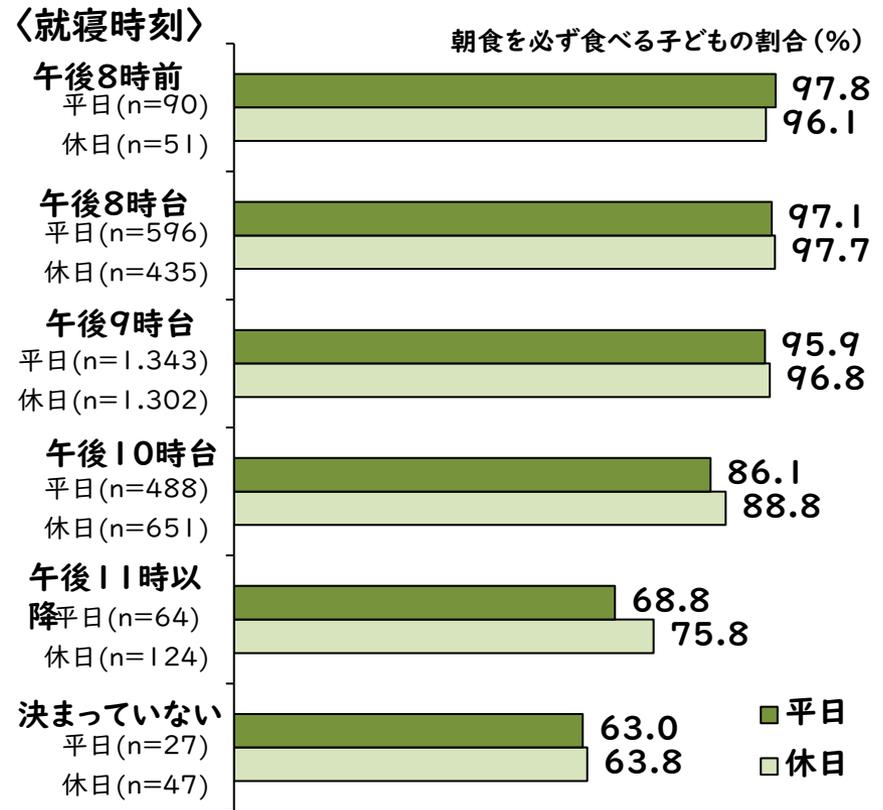
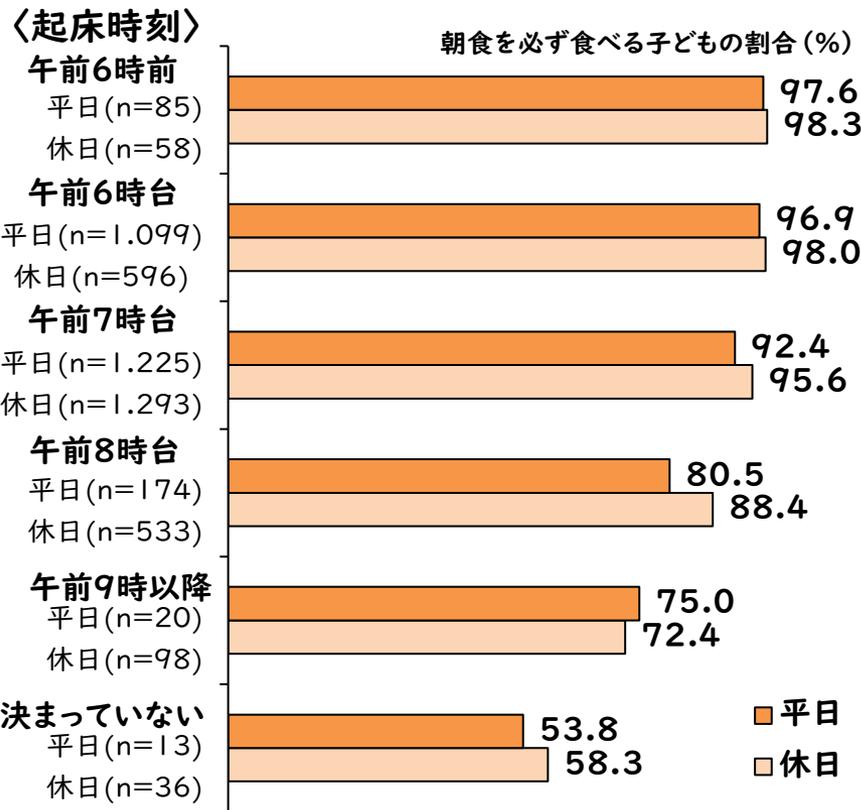
子どもの共食（朝食・夕食）の状況

- ・朝食は「おとなの家族の誰かと食べる」（50.2%）、夕食は「家族そろって食べる」（48.0%）の割合が最も高かった。
- ・「子どもだけで食べる」と「一人で食べる」をあわせた「子どもだけで食事をする」割合は、朝食22.8%、夕食2.2%だった。



子どもの起床時刻・就寝時刻（平日、休日）別 朝食を必ず食べる子どもの割合

起床時刻や就寝時刻が遅い子どもに、「朝食を必ず食べる」
子どもの割合が低い＝朝食を食べない子どもが多い

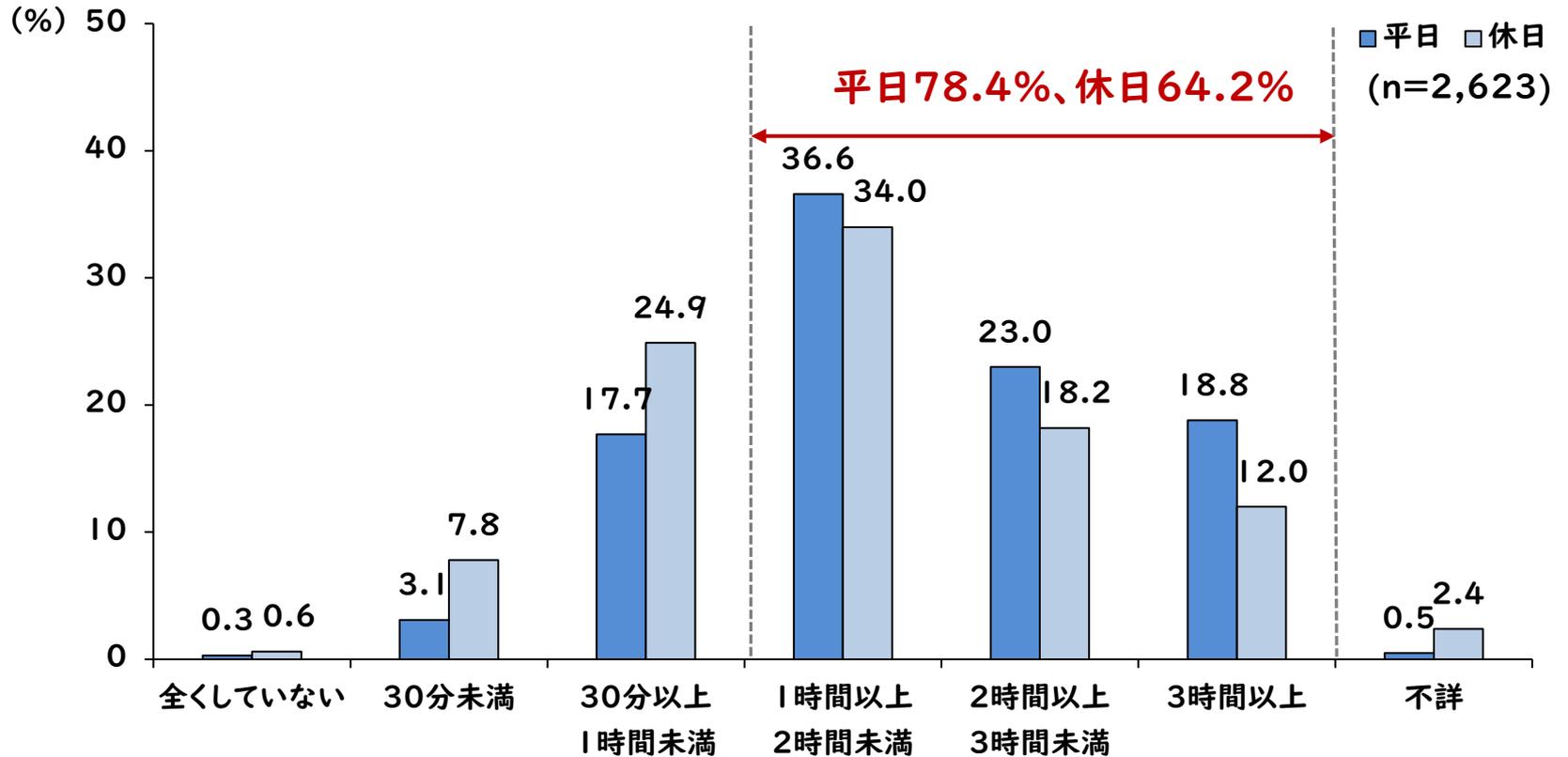


厚生労働省：平成27年度乳幼児栄養調査
回答者：子ども2～6歳児の保護者

※起床時刻「午前9時以降」は「午前9時台」と「午前10時以降」の合計。
就寝時刻「午後11時以降」は、「午後11時台」と「深夜12時以降」の合計。

1日に平均で体を動かしている時間* (平日・休日)

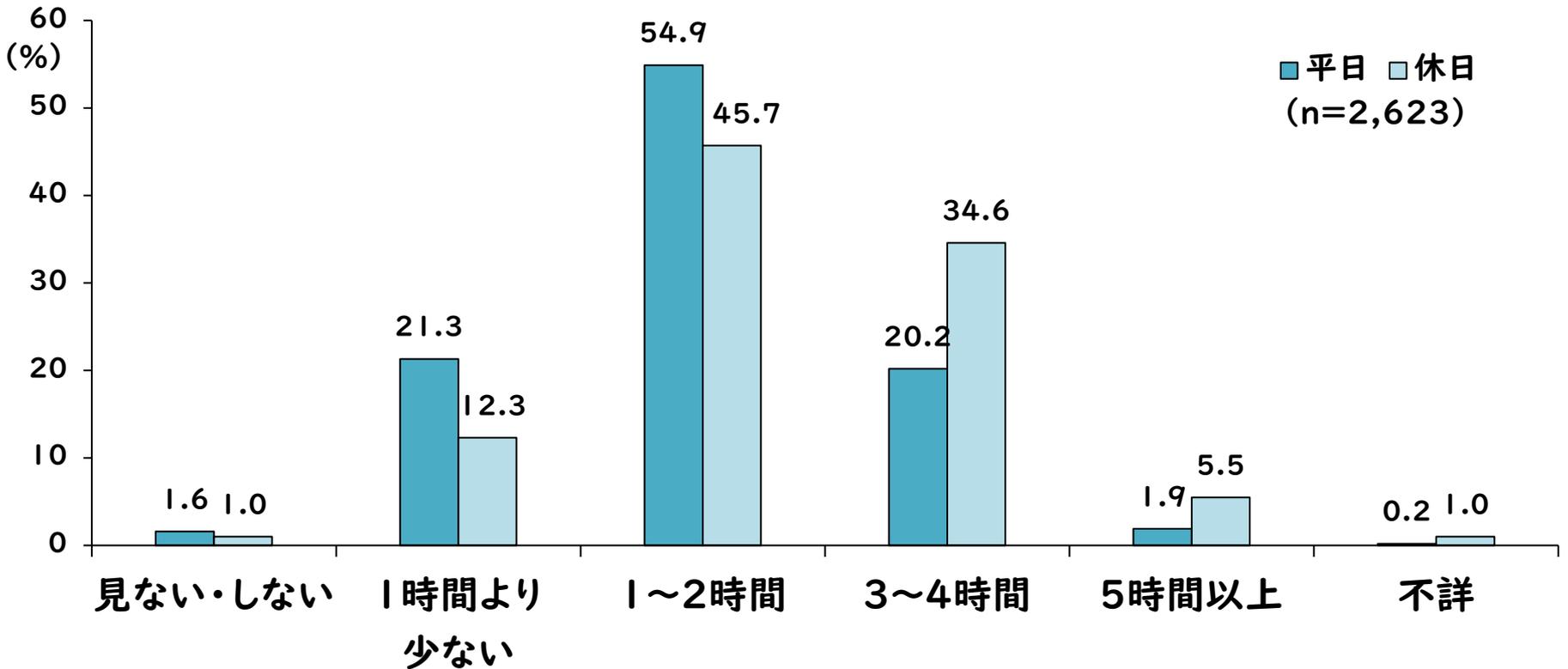
1日1時間以上体を動かしている子どもの割合は平日78.4%、休日64.2%であった。



*全身を使った遊び・運動(鬼ごっこ、かくれんぼ、ボール遊び、すべり台、砂遊びなど)、通園時の歩行や散歩などが含まれる

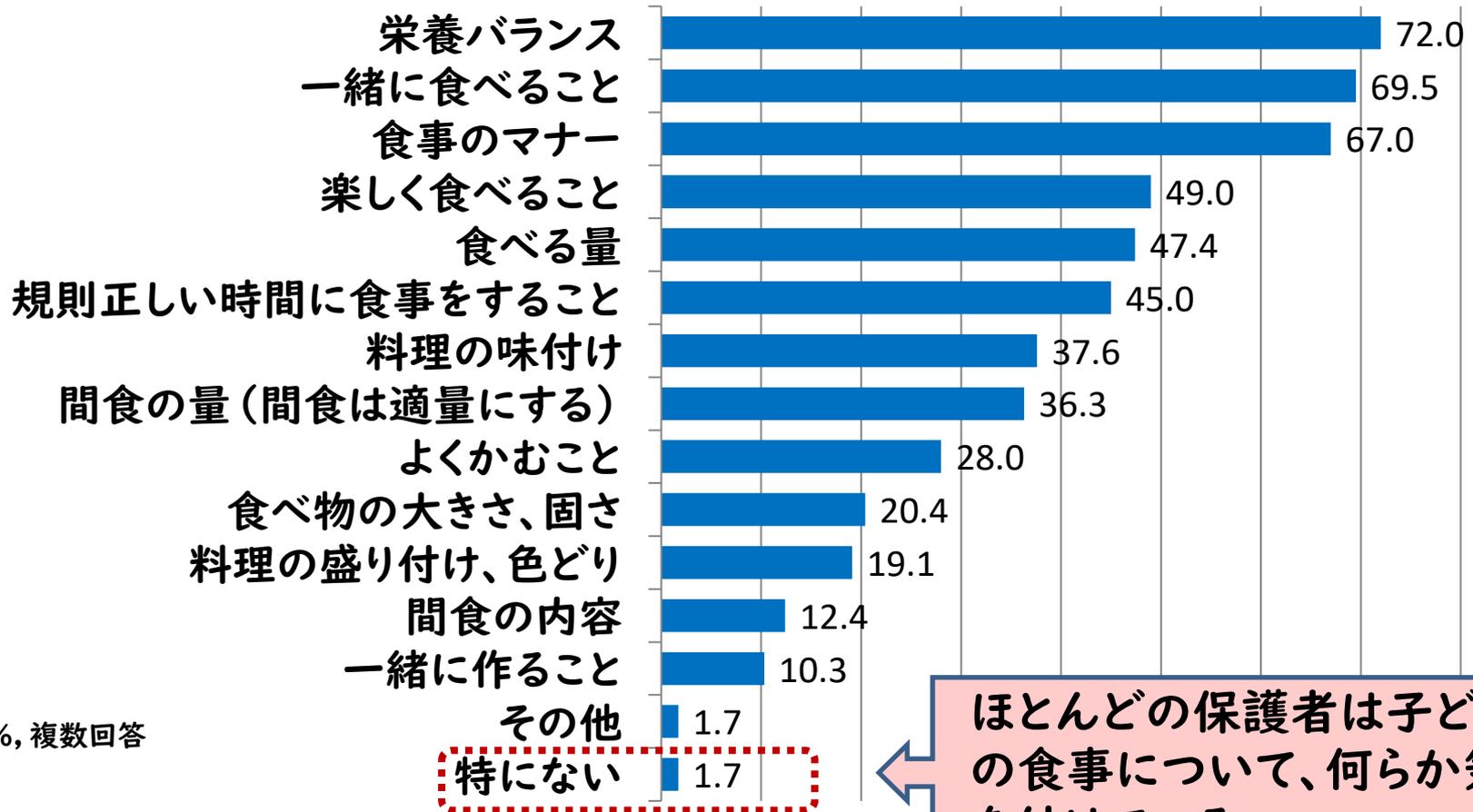
1日に平均でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機やタブレット等を使用する時間（平日・休日）

1日平均3時間以上テレビやビデオをみたり、ゲーム機やタブレット等を使用している子どもの割合は、平日で約2割、休日で約4割であった。



子どもの食事で特に気を付けていること

2～6歳の幼児の保護者が、子どもの食事で特に気を付けていることとして、「**栄養バランス**」、「**一緒に食べる**」、「**食事マナー**」が上位に挙がった。

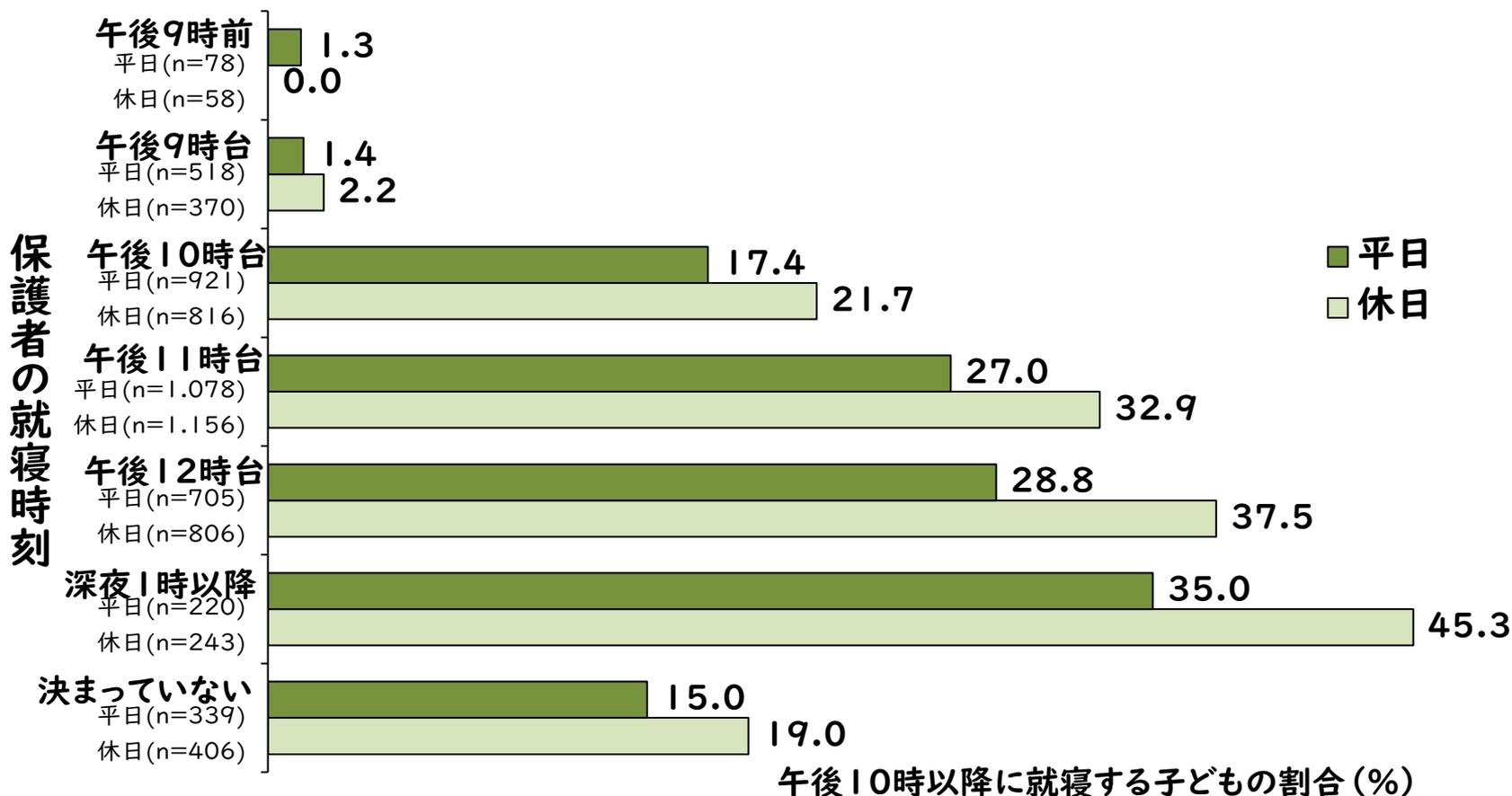


数値:%, 複数回答

ほとんどの保護者は子どもの食事に
ついて、何らか気を付けている

保護者の就寝時刻（平日、休日）別 午後10時以降に就寝する子どもの割合

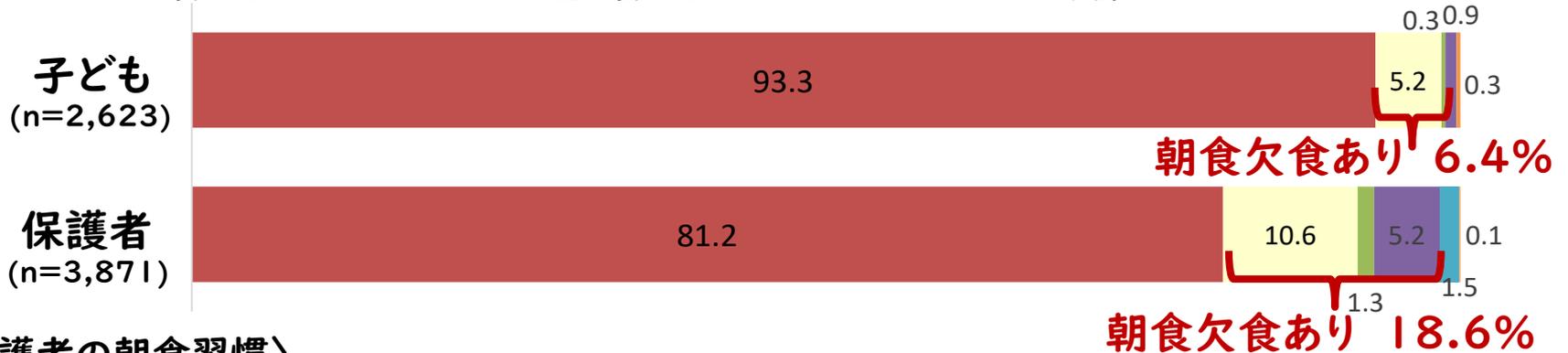
就寝時刻が遅い保護者の子どもは、就寝時刻が遅い（午後10時以降就寝の割合が高い）。



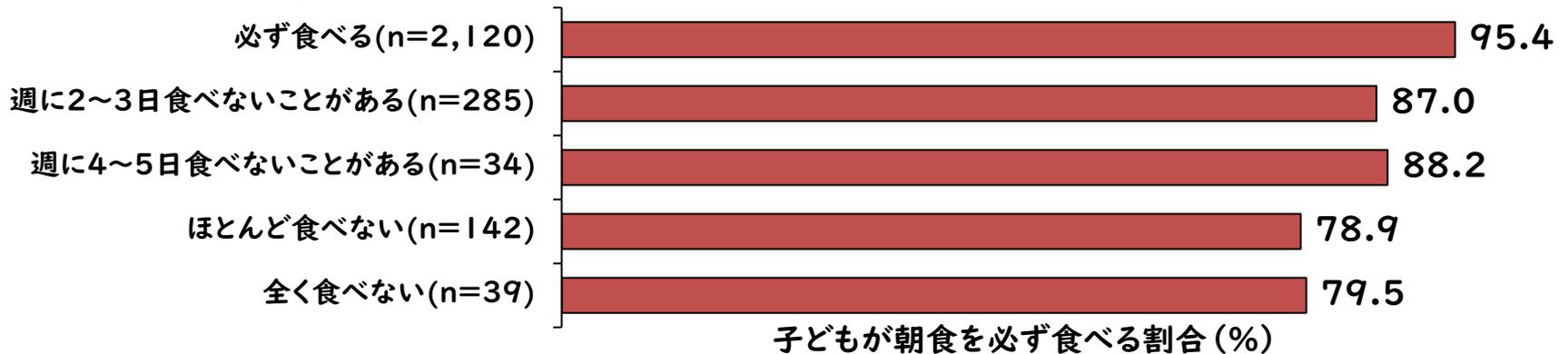
子どもと保護者の朝食を食べる習慣

- ・9割の子ども、8割の保護者は朝食を毎日必ず食べている。
- ・保護者が「必ず食べる」と回答した場合に、子どもも「必ず食べる」割合が最も高かった。

■ 必ず食べる ■ 週に2~3日食べないことがある ■ 週に4~5日食べないことがある
■ ほとんど食べない ■ 全く食べない ■ 不詳



〈保護者の朝食習慣〉



経済的な暮らし向きと子どもの食事

- 経済的な暮らし向き（主観的な社会経済状況）
“現在のお子さんのご家族の経済的な暮らし向きについて、
あてはまる番号を1つ選んで○をしてください。

1. ゆとりがある 2. ややゆとりがある
→「ゆとりあり」

3. どちらともいえない

4. あまりゆとりはない 5. 全くゆとりはない
→「ゆとりなし」

- 経済的な暮らし向きが「ゆとりあり」で摂取頻度が高い食品
→ 魚、大豆・大豆製品、野菜、果物
- 経済的な暮らし向きが「ゆとりなし」で摂取頻度が高い食品
→ 菓子（菓子パン含む）、インスタントラーメンやカップ麺

図20 子どもの栄養・食生活の心配ごと及び保護者の課題

乳幼児栄養調査結果+研究成果をふまえて、幼児期の栄養・食生活に関する課題について、それらの関係性を含め、基本的事項を図に整理した。

(1) 発育・発達・健康

(2) 食事・間食・飲料

(3) 食事への関心・行動

(4) 生活

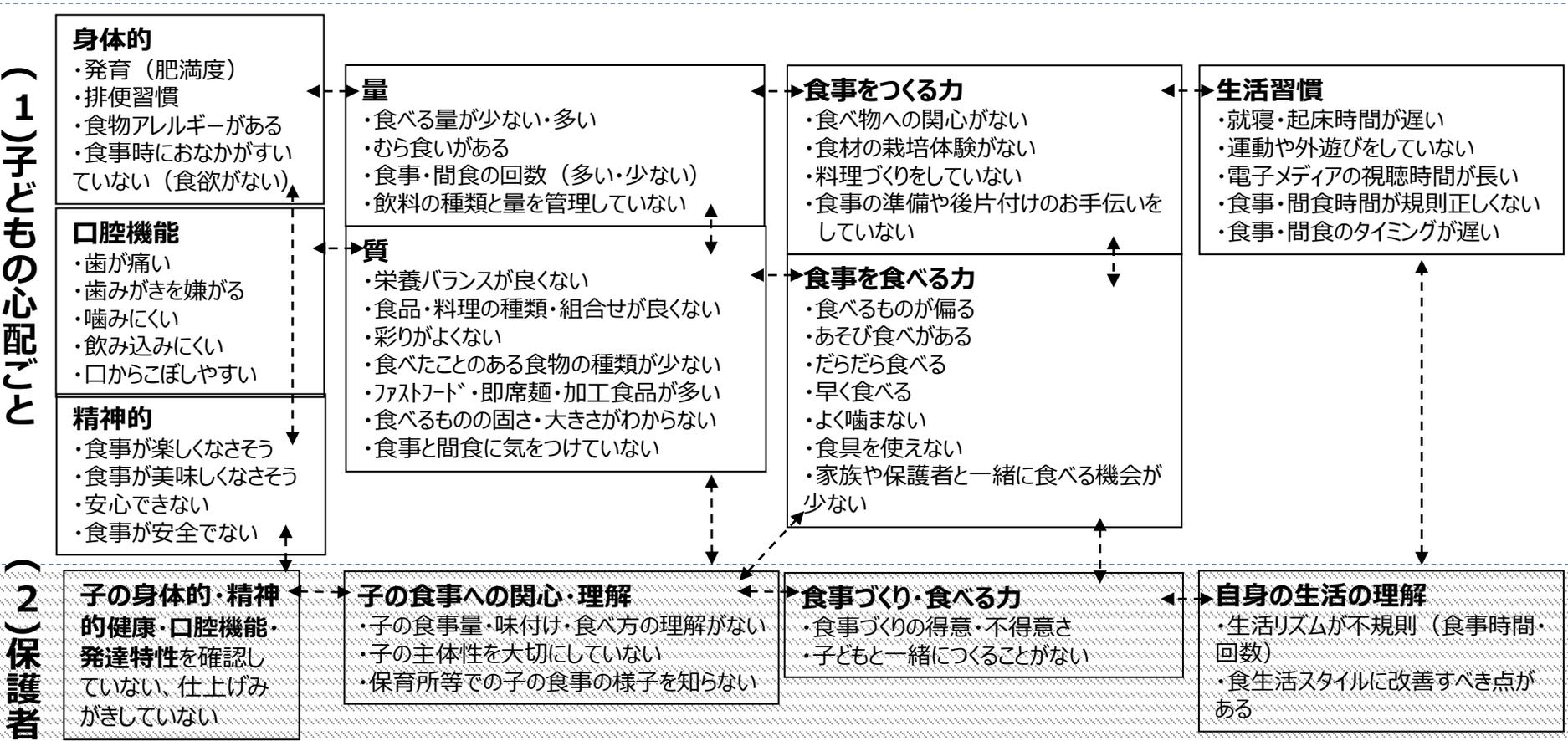
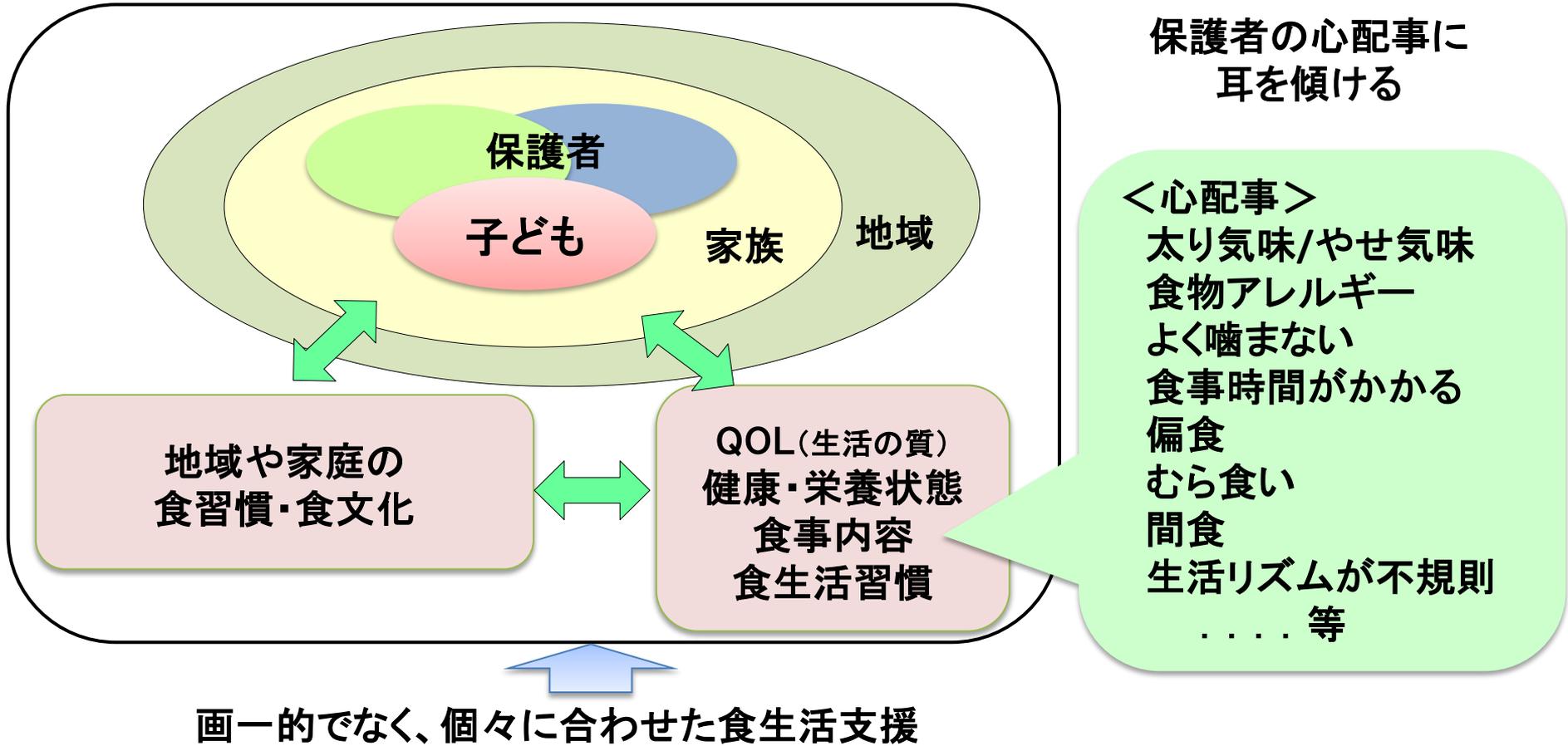


図21 子どもの栄養・食生活支援の概念図



保護者の心配事を尋ねて、保護者の声に耳を傾け、保護者の困り感に共感する。
栄養・食生活の支援の内容は、画一的ではなく、個々に合わせた支援を行う。

幼児・保護者の栄養・食生活の課題改善のための支援の考え方と方向性(図)



幼児・保護者の栄養・食生活の課題改善のための 支援の考え方と方向性（本文）

大項目	小項目
1) 保護者に、子どもの身体的・精神的健康・口腔機能の発達特性を確認してもらい、正しく理解してもらう。	
2) 子どもは、周りの大人から食事や食事の食べ方を学ぶ。保護者に、子どもの食事・間食・飲料への関心を持ってもらい、子どもの食事量、食べ方の特徴を理解してもらう。	<ul style="list-style-type: none"> (1) 離乳の完了、幼児食への移行 (2) 食品の種類を組み合わせに気をつける (3) 間食は時間、内容、量に気をつける (4) 口腔機能と調理形態との関係を確認してもらう
3) 子どもへの食事への関心・行動変容を促す。そのために、保護者・子どもの食事づくり力、食事を食べる力を向上させる。	<ul style="list-style-type: none"> (1) 噛むことを体験する (2) 自分から進んで食べる (3) 食事の適量を理解し、小食、偏食を減らす (4) 食具（スプーン、フォーク、箸等）の使い方を学ぶ (5) 一緒に食事・間食を作る (6) 様々な人との共食を楽しむ、楽しく食べる
4) 子どもの生活習慣を見直し、保護者と子どもの生活習慣の関係を理解してもらう。子どもは（幼児期に）食事のリズムを中心に好ましい生活リズムを獲得する。保護者は、自身の生活習慣との関係を理解する。	
5) 子ども、保護者の栄養・食生活支援のために組織内の他職種と連携し、地域の様々な組織・団体と連携する。	<ul style="list-style-type: none"> (1) 地域における栄養・食生活の連携・協力のポイント (2) 地域性を考慮した栄養・食生活支援への応用・展開
6) 地域の様々な組織・団体と連携協力した取組モデルをつくる	<ul style="list-style-type: none"> (1) 幼児健診をベースにしたモデル (2) 都道府県・県型保健所におけるモデル (3) 保育所・幼稚園・認定こども園における支援のモデル

コラム

本文中に詳細をいれられなかった内容、現場の支援者から意見があった内容を中心に、専門家がポイントを簡潔に解説

1. 口腔の発達と歯みがきのポイント(p.14)

→口腔機能の発達、歯の萌出状態、むし歯のなりやすい部位を踏まえた歯みがきポイントの解説

2. 食べ物による窒息事故の予防～子どもたちの命を守るために～(p.16-17)

→食品による子供の窒息事故の具体例、子どもが安全に食べる”Safe eating”のためのポイントの解説

コラムの例

【コラム】保育・幼児教育現場における子どもの偏食対応について

子どもの偏食対応で大切にしたい点は、子どもの様子をよく観察し、子どもの気持ちに寄り添いながら、何が「好き」で、何が「嫌い(いや)」なのかについて探ってみることでしょう。

食べられるものが限られている場合は、食べられるものの共通点を見出し、好きな食感があれば違う食材で試してみます。例えば食べられるもの共通点が「カリカリしているもの」であれば、別の食材を「カリカリ」するように調理して提供するなど、子どもの好みの形状や味付けにしたものを試してみる方法もあります。可能であれば、調理員、栄養士、看護師、保育士など多職種が連携し、子どもの食べる姿を見ることが、その様子から食事提供のヒントを一緒に探ってみるとよいでしょう。

子どもが安心して食べられるものを、少しずつ薦めず試してみることが大切です。また、初めての食材などには不安を感じて食べないこともあるため、似ているもの、同じものということ(〇〇と似ているね)「これはいつも食べている〇〇と同じなんだよ」などといった声かけをすると、子どもが安心して食べられることもあります。何回か同じ食材を見せているうちに、「食べてみよう」という気持ちになることもあるため、子どもの様子をみながら、繰り返し提供してみるとよいでしょう。

また食事の一つの「点」として捉えるのではなく、生活の流れの中に食事があるという視点を持ち、子どもの好きなあそびや、好きな空間などをよく把握しておくことで違うアプローチができることがあります。好きな場面を連想できるメニューのネーミングを考えたり、好きなものに似た形状にして食事を提供したりすることで、「これなら食べてみようかな」と子どもが動き、食べてみることにつながる場合もあります。「食べてみる」ところまではいかなくても、関心を持つことができれば、その後「食べてみよう」という気持ちにつながる可能性も出てきます。

子どもが自分から主体的に食に関わる経験をする中で、子どもの嫌いな食べ物への捉え方が変化していきます。子どもの気持ちかどのように動くかを考えながら、子ども自身が「食べてみよう」と感じるためにどうすればよいか、あらゆる角度から考えていくことが偏食を解決していく糸口になるかもしれません。保護者にも園での子どもの様子を伝えるなど、家庭とも連携しながら、安心して楽しく食べられる環境を作り、子どもが「楽しく食べているか」を常に意識しながら支援していきます。

子どもが偏食を解決していくプロセス



【文献】鈴木、近藤、加藤、仁藤、「目 1」保育所・幼稚園・認定こども園等における食生活支援に関する研究、『幼児期の健やかな成長のための食生活支援ガイドの構築に関する研究』平成 29～令和元年度総合研究報告書(研究代表者 石川みどり)2020、p.120,図 2

コラム(つづき)

3. 幼児期前半の食具食べ(スプーン)の発達と支援(p.19-20)

→手づかみ食べ～スプーンを使って食べる1～3歳頃の食具食べの支援のポイントの解説

4. 保育・幼児教育現場における子どもの偏食対応について(p.30)

→子どもが偏食を解決していくプロセスを具体的に解説

5. 幼児期の食生活支援における食物アレルギー対応(p.31)

→食物アレルギーに関する正しい情報の入手方法を紹介。

6. 幼児の肥満への支援のポイント(p.32-33)

→成長曲線を用いた体格の評価、生活や食事における支援のポイントを解説

資料の作成のために使用した主な資料

下記の既存資料、小児栄養、小児歯科分野の専門書、研究班内での議論、専門家へのヒアリング等を重ねて作成。令和3年度研究班実施調査で得た現場の意見をふまえて改善。

- 1) 「小児の口腔機能発達評価マニュアル」(日本歯科医学会)
- 2) 「乳幼児健康診査事業 実践ガイド」平成29年度子ども・子育て支援推進調査研究事業 乳幼児健康診査のための「保健指導マニュアル(仮称)」及び「身体診察マニュアル(仮称)」作成に関する調査研究(国立研究開発法人 国立成育医療研究センター)
- 3) 改訂日本版デンバー式発達スクリーニング検査
- 4) 楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～(厚生労働省)
- 5) 乳幼児の食べる力の発達チャート(東京都)
- 6) 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(内閣府)
- 7) 教育・保育施設における自治体調理関連マニュアル(2自治体)

作成上考慮した点

• 横軸（年齢・月齢）

- 年齢・月齢を示したが、“何歳までに何ができていないといけない”といった誤解を招かないよう、区切りの線はいれないこととした。
- 離乳食から幼児食の移行がスムーズに行くよう、離乳期から含めることとした。

• 縦軸（口腔機能の発達と食の進め方）

- 発育発達の個人差が大きい時期であるため、「調理形態・料理」や「食べにくい食材と対応」については「例」とした。
- 食品による誤嚥・窒息の事故が発生した状況を鑑み、事故防止の観点を取り入れた。
- 食事については切り方、食べ方を中心とした（食事の目安量は含めない）。

資料2 幼児期の子ども・保護者の 栄養・食生活支援に関するQ&A

◆保育・幼児教育の場や母子保健の場でよく見られる困りごと(Q)と、支援や対応の例(A)を示した→研究班で実施したインタビューやアンケートの分析結果を活用

◆1つのQに対して、複数のAを可能な限り示した

◆Aの☞には、参考になる文献や関連する本ガイドの内容を示した

【保護者への個別対応】

Q6. 保護者から、子どもの小食や偏食について相談されたときに、どのように対応すればよいでしょうか。

A6.

- 焦らずにできることからやればよいことを伝える

保護者から相談があった場合は、保護者自身も問題意識を持っていて、家庭でも既に努力している可能性が高いので、まずは焦らずにできることからやればよいことを伝えます。園と家庭で情報を交換しながら焦らずに一緒に取り組んでいくことを提案し、保護者自身が思いつめないよう支援していくことが大切です。

- 食べられたら一緒に喜び合うことを大切にしよう伝える

小食の場合、子ども自身に食べられる量聞いて、まずはその分が食べられたら一緒に喜び合うとよいでしょう。子ども自身が「食べられた」ことに自信が持てると、食べる量が増えます。

- 園で子どもがよく食べたメニューを伝える

子どもが園でよく食べたメニューについて伝えたり、その作り方を伝えることで、保護者も同じものを家庭で作り、食べられるようになることもあります。中には調理が苦手な保護者もいるため、保護者が家庭でできそうなメニューを伝えるとよいでしょう。

そのようなときに備えて、レシピを伝えられるような用紙を作ったり、園のHPでレシピを公開するなどの工夫をするとよいでしょう。



取り上げたQ (困りごと) の例

カテゴリー	Qの例
食事・ 間食・ 飲料	子どもや家庭全体への対応 Q1. 苦手な食材を食べたがらない子どもに対して、具体的にどのように対応すればよいでしょうか？
	保護者への個別対応 Q6. 保護者から、子どもの小食や偏食について相談されたときに、どのように対応すればよいでしょうか。
食事への関心・行動	子どもや家庭全体への働きかけ Q8. 食べる意欲が少ない子どもには、どのように接したらよいでしょうか？ Q10. よく噛まない、食物を口に詰め込んで丸のみしてしまう子どもには、どのような原因が考えられるでしょうか？ Q11. 箸をなかなか上手に持つことができません、どうしたらよいでしょうか？
	保護者への個別対応 Q12. 手づかみ食べをして前歯を使ってかじり取る練習をさせたいと思っていますが、持ちやすいようにスティック状に切っても、自分で食べようとしません。子どもの手に持たせても、なかなかかじり取ってくれないのですが、どうしたらいいでしょうか？
生活	子どもや家庭全体への働きかけ Q13. 登園が遅く、生活リズムも乱れている子どもや、朝食を食べないまま登園する子どもがいます。どのように対応すればよいでしょうか。
	保護者への個別対応 Q14. 朝から食欲がないために朝ごはんを食べられない子ども、お菓子ですませている家庭にはどのように対応したらよいでしょうか？
その他	子どもや家庭全体への対応 Q15. コロナ禍での保護者への食に関する情報提供・情報共有の工夫としては、どのようなものがありますか？

支援ガイド案活用の試行的運用の実施と評価 (令和3年度実施)

1) ガイドの活用と質問紙による評価

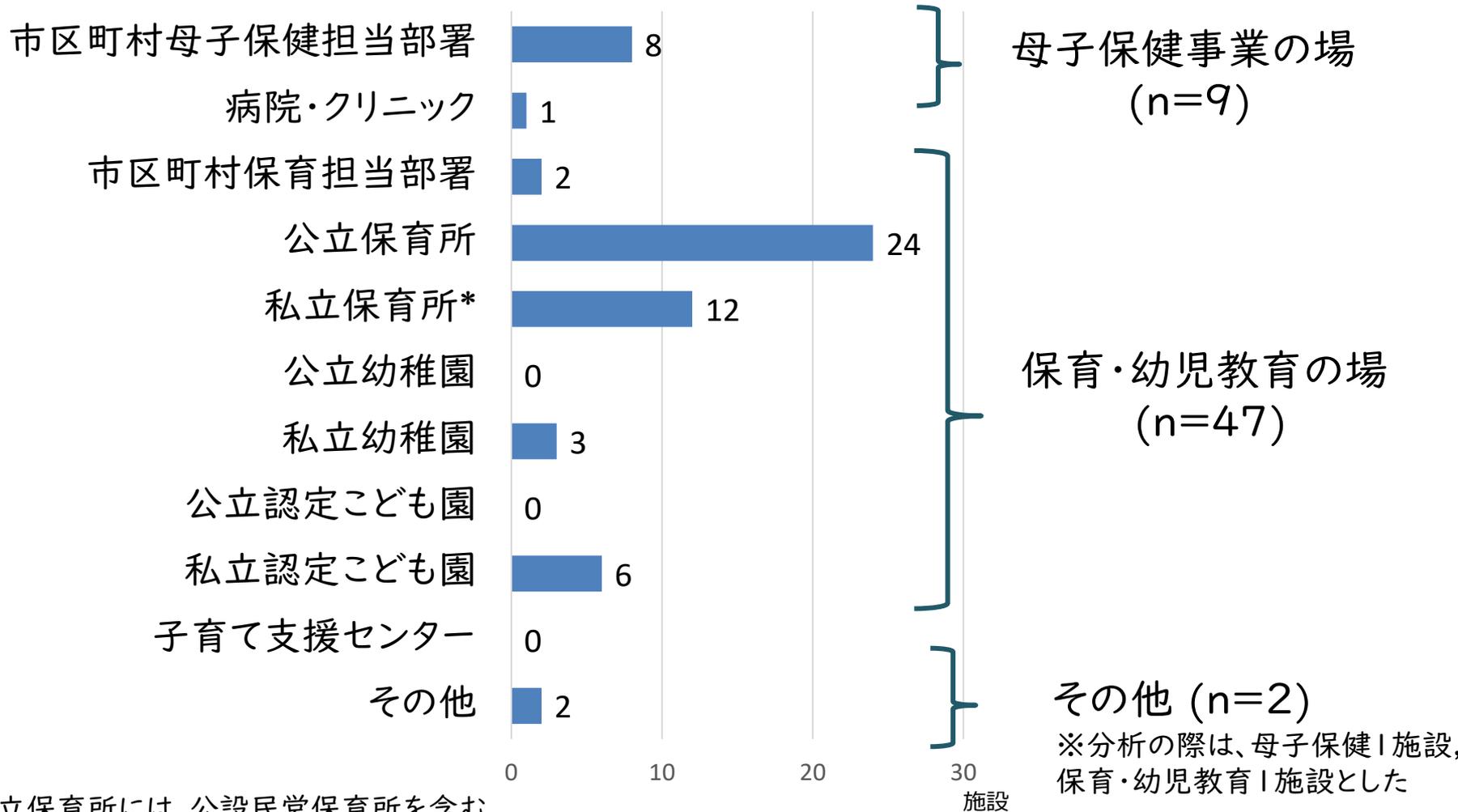
- 支援ガイド案Ver.2(以下、ガイド)を1か月以上活用した上で、活用方法、役立った内容、追加資料に対する意見等を質問紙にて回答してもらった。
- 60施設に依頼し、59施設から回答を得た
- 期間:令和3年8月~令和4年1月

2) インタビューによる評価

- 1)の回答が得られ、かつガイドを何らか「活用した」と回答した施設のうち、インタビューへの協力が得られた20施設(15グループ)にインタビューを実施した。
- 期間:令和3年10月~12月

質問紙調査協力施設

- ✓ 60施設中59施設から回答を得、有効回答は58施設
- ✓ 施設単位で回答を得た。回答者の約7割は管理栄養士・栄養士。



*私立保育所には、公設民営保育所を含む

支援ガイド案活用状況

- ✓ 子どもや保護者に対する支援の場で活用した施設は7割以上、施設内の支援者間での情報共有等の場で活用した施設は約6割
- ✓ 他施設と連携した事業を検討・実施する際に活用した施設は2割以下
- ✓ 9施設は、いずれにおいても「活用しなかった」と回答。主な理由は「調査期間中に活用する機会がなかった」

「活用した」施設 (%)

I 子どもや保護者に対する
支援の場

75.9

II 施設内の支援者間で
の情報共有等の場

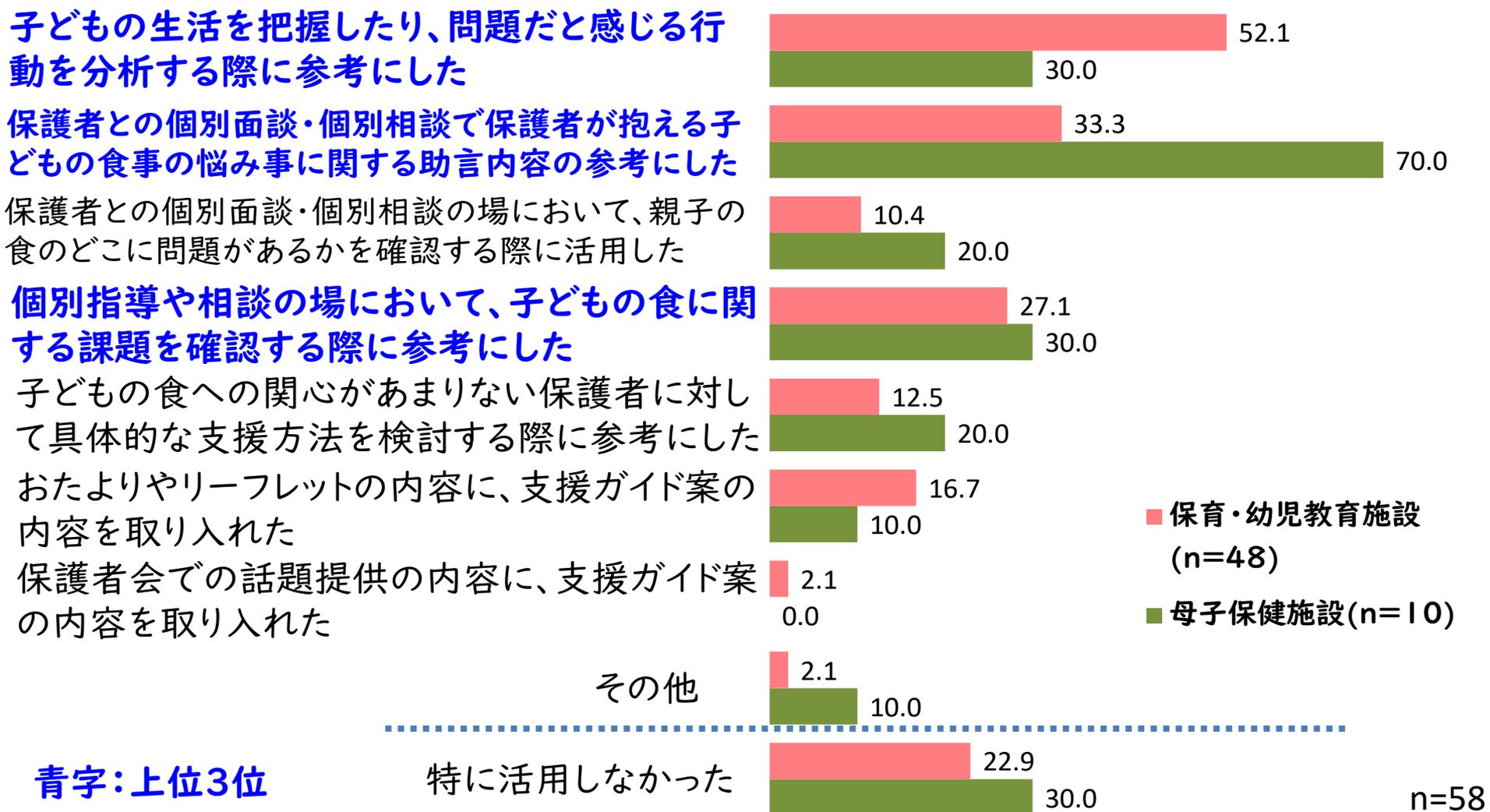
62.1

III 他施設と連携した事業
を検討・実施する際

18.2

子どもや保護者に対する支援の場での活用

「子どもの生活を把握したり、問題だと感じる行動を分析する際」や「保護者との個別面談・個別相談で保護者が抱える子どもの食事の悩み事に関する助言」の際に活用した施設が多かった。



具体的な活用例：子どもへの支援

• 栽培活動をすることで苦手なものを食べられるようになった

事例6(子どもの主体性を大切にした食育活動)を参考に、各クラスの好きな所にプランターを置き、子ども達が植えたいものを自由に植えた。きゅうりが大嫌いな3歳児が自分で栽培したきゅうりを小さく切って味噌をつけて食べたらいおいしいとって食べる事ができた。【私立認定こども園/山形県】

• 食と保育の一体化

事例5(物語メニュー)を参考に栗ご飯の絵本を使って、読み聞かせをしたり、お散歩に行ったときに子どもたちが拾ってきてくれたいがぐりなどを飾ってみたりした。当日まで、子ども達も興味がわいたようだった。【私立保育所/神奈川県】

• 食具(箸)を使えるようになるための支援

年中さん(4歳児)に箸の使い方を教える際に活用した。箸を使う時期がゆっくりめと感じていたので、支援ガイド(資料1)を参照しながら、担任と情報共有し、保護者宛のお便りなどに内容を掲載し、保護者にも「こういうふうにご家庭でもやってみてください」と伝えた。【私立認定こども園/茨城県】

具体的な活用例： 保護者への支援・情報提供

・ 歯みがき指導

歯みがきについては保護者からよく質問されるので、なかなか歯をみがかせてくれないという保護者に対して、担任とコラムの歯磨きのポイントを見ながら内容を確認し、担任を通して保護者に伝えた。具体的には歯みがきをすごく嫌がる場合には、ブクブクうがいでだけでもしっかりする習慣をつけましょうという形で伝えている。【私立保育所/東京都】

・ 歯の生え方と食べられる物の関係

歯がまだあまり生えてない児の保護者に対して、具体的に何歳ぐらいに歯が生えてきて、具体的にどのくらいのもものが食べられるかというのを、資料1に基づいて説明した。家でもいろんな食事を、保育園の食事に準ずるように、ちょっと工夫してみようかというような気持ちになっていただいた。【公立保育所/東京都】

・ おたよりに取り入れて情報提供

コラム(口腔の発達と歯磨きのポイント、子どもの偏食対応)について、保健だよりで保護者に周知した。【私立保育所/宮崎県】

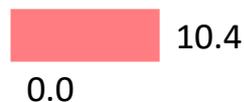
Ⅱ施設内の支援者間での情報共有等の場での活用

「多職種の支援者が幼児の栄養・食生活支援に関する情報共有をする際に、支援方針の確認や共有を行う際の資料とした」や「園や地域内での食育の計画を立てたり、食育の内容を検討する際の参考にした」施設が多かった。

多職種の支援者が幼児の栄養・食生活支援に関する情報共有をする際に、支援方針の確認や共有を行う際の資料とした



多職種の支援者が個人、施設内、地域内における子どもの食の課題について整理する際、具体的な支援内容を検討する際に活用した



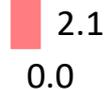
園や地域内での食育の計画を立てたり、食育の内容を検討する際の参考にした



常勤職員と非常勤職員が実施する栄養相談において支援ガイド案の内容を参考にすることで、支援にむらがないようにした



新人研修や職員研修など、研修会の資料として活用した



職員会議で話をする際の資料とした



その他



太字: 上位3位

特に活用しなかった



具体的な活用例

・ 偏食が強い子どもへの対応についての職員間での情報整理

問題点がどこにあるのかを職員同士で探るうえで、**図20「子どもの栄養・食生活の心配ごと及び保護者の課題」**を見ながら確認した。これまでは偏食について漠然と捉えていたが、生活リズム、本人の食事への関心や意欲、自ら食べたいという気持ち、食事の内容や量、調理の仕方についてなど、ここにある文言を一つ一つ具体的に見つめ直すことで、職員間で一緒に問題点を分類することができた。【私立認定こども園/山形県】

・ 窒息事故予防の情報共有・提供方法の検討

保護者からブドウをいただいたときに、**窒息事故予防のコラム**を園長が栄養士と共有し、「支援ガイドにも窒息のことも書いてあるし、カットしよう」と、ブドウをカットして子どもたちに提供した。支援ガイドにも書かれていることで、窒息予防について再確認することができた。【私立認定こども園/京都府】

・ 食育の内容の検討

食育年間計画に基づき姿勢や箸の話をクリックで食育指導する際に、**資料1**の支援の例を栄養士から保育士に伝えた。「今、このくらいができています。じゃあここからスタートしようか」というように、使用した。【公立保育所/東京都】

具体的な活用例

・ 職員会議・研修会での活用

一食べ物による窒息事故の予防のコラムは職員会議や研修で活用している。特にミニトマトの事例はとても難しい問題である。3つのポイントは事故の具体例があり大変分かりやすく、食育の内容を検討する際の参考にした。【私立保育所/東京都】

一食育研究委員会で、資料1の口腔機能と手指の動きの表を皆で見ながら勉強した。また他の保育士や保護者にも見えるように掲示している。これを見て、子どもの1人ずつ、個々の発達状況を見ながら支援をしている。【私立保育所/神奈川県】

・ 支援のあり方を肯定的に再確認

Q&Aを見ることで、いろんな人がいろんな悩みを抱えながら支援している様子が伝わり、同じような取組をしている事例なども共感的に読むことができ、「自分だけではないんだ」と職員が感じることでよかった。【私立認定こども園/山形県】

Ⅲ他施設と連携した事業を検討・実施する際の活用

• 活用した

- 当園は複合施設になっていて、子育て広場という施設があり、そこで年2回程度栄養相談という場があり、そこで栄養相談（個別相談）をする際に資料2のQ&Aを活用した。【公立保育所/東京都】
- 県内の保育施設の栄養士、調理師等を対象にした保育連盟給食部会で、資料1、2、コラム（歯みがきのポイント）を資料として配布するなどして活用した。【私立保育所/宮崎県】

• 活用しなかったが、活用できそう/したい

- 園では、自治体（市）で行っている乳幼児健診でどのような話をしているのか情報が入らない。園と市で別の情報を伝えてしまうことで、保護者が混乱しているケースも見受けられるため、この支援ガイドを活用して、お互い同じ方向性の支援ができるようにしたい。園と市での共通理解を図っていきたい。【私立認定こども園/山形県】
- 市内の法人立で主催しているブロック研修の栄養士部会、保育士部会などで共有できると思う。【私立保育所/東京都】

おわりに

- ✓ 子どもや施設の実態に応じて、多職種・多組織が連携して、子どもの健やかな発育につながる栄養・食生活支援を継続的に実施することが望まれる。
- ✓ 栄養・食生活支援を効果的に展開していくためには、子どもの栄養・食生活の課題や支援の方向性を関係者が共有し、同じ方向に向かう必要がある。
- ✓ 施設によって、また子どもひとりひとり、課題や支援方法は異なるため、画一的な支援ではなく、実態に応じて必要な情報を活用し、支援を行う展開力が求められる。
- ✓ 本ガイドは、全てをガイドに沿って支援するというよりも、各施設の実態に応じて、活用できる箇所・必要な内容を支援に活用していただくことを想定している。
- ✓ 各施設で栄養・食生活支援を実施する際に、本ガイドが一助となれば幸いである。

参考文献

・厚生労働省雇用均等・児童家庭局：楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～ 「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」報告書（平成16年2月）

<https://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/02/dl/s0219-4a.pdf>

・厚生労働省：平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000134208.html>

・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・食生活支援ガイドの開発に関する研究 平成29年度～令和元年度総合報告書，令和2年3月

・厚生労働行政推進調査事業補助金（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・食生活支援に向けた効果的な展開のための研究 令和2年度～令和3年度総合報告書，令和4年3月