

3. 乳幼児の心地よい食のために 親世代の育ちが重要



子育て世代対象



- 「和食」から入らない「子育て」から
- 知りたいことは「和食」ではなく、「子どもが楽しく、美味しいと言って食べてくれる」こと
- 子どもの食発達像を伝える・感じあう
- 子どもの食を通した発見・気づきを一緒に学びあう
- 「和食」を学ぶのではなく、「和食」を子どもの食を理解するツールにする



和食と一緒に食べる場・作る場にいるモデルになる

親のニーズに答える！

悩み1

献立を考えるのが大変

主菜から決めましょう。
食材、調理法、調味の組み合わせ



悩み2

子どもが待てない

週末など時間がある時に手間貯金を！ 3日間ぐらいを目途に。
昆布だし、煮干しだしは、水出しで冷蔵保存。
子どもと料理を一緒に！

悩み3

料理、特に和食にバリエーションがない

ひとつの素材を使いまわして。
調理法、味付け変えて、バリエーションを！



親の学びの場を創る



母親 ～子どもの食を支える力～

() 内は発言数

大項目	中項目	小項目
① 自分自身	セルフコントロールをする	余裕を持ちたい(6)／子どものお手伝いをやりたい気持ちを受け止めたい(6)／子どもの調理へのかかわりが面倒だと思わない(6)／根気を持ちたい(1)
	望ましい食行動をする	好き嫌いをしない(1)／姿勢を正したい(1)
	食卓での食環境を考える	テレビをつけて食べさせない(1)／食事の時に家族で会話を(1)／家族で食事について考える(1)
② 子ども	食事づくりスキルを持つ	なるべく手作りに(2)／朝食を作りたい(1)／家族の食べたいメニューを作れるように(1)／栄養バランスを考える(2)／味付けに気をつける(2)／嫌いなものを料理で工夫したい(1)／食後の片付けを面倒くさいと思わない(1)
	子どもの食の発達を理解する	野菜が今は嫌いだがいつか食べるだろう(1)／遊び食べをしているが、もうじきやらなくなるだろう(1)
	子どもと一緒に食の活動にかかわる	野菜づくりを行いたい(2)
	食事のマナーを教えたい	(食事のマナーを教えたいが)食べ方を強制するのは良くない(5)／食事のマナーを教えたい(1)
	調理に関わらせたい	一緒に食事づくりをしたい(3)／調理に関わらせたい(5)／子どもに家の味を伝えたい(1)
	食のありがたさを教えたい	食のありがたさを教えたい(2)／食と命のつながりを教えたい(5)
	食文化を伝えたい	日本の伝統文化を教えたい(2)
	子どもと共感したい	食に関して「そうだね」と子どもと共感する(1)

酒井・會退・林・汐見他：保育科学研究2017 29

母親 ～子どもの食を支える力～

() 内は発言数

大項目	中項目	小項目
③ 保育園	保育士の子どもへのかかわりに感謝する	保育士の子どもへの関わり感謝している(7)
	保育園での食育に対して関心を持つ	給食へ感謝している(1)／保育園の活動に関心を持つ(11)／野菜づくりに関心を持つ(10)／保育園での活動を家庭でも行う(3)／保育園と家庭とつながりを感じる(2)
④ 夫	子どものお手本になる	食事の食べ方のモデルになってほしい(3)／一緒に食事をしてほしい(1)
	食事づくりのスキルをもつ	栄養バランスを考えてほしい(3)／食事づくりをしてほしい(12)／子どもと遊んでほしい(2)／食べたいものを言ってもらいたい(1)／子どもと買い物へ行ってもらいたい(1)
	食に興味を持つ	食に関して関心を持ってほしい(6)／食事づくりの大切さをわかってほしい(1)／子どもが保育園で食について学んでいることをわかってほしい(1)
	家族から食を学ぶ	夫は好き嫌いがあるが、子どもが嫌いなものを頑張って食べているので刺激になっている(1)／食事を手作りするようになって、夫の食に対する意識が変わった(1)

- ①セルフコントロールについての声が多くあがった。他にも、食事づくりのスキルを持つことも多くあげられた。
- ②子どもに対して食べ方を強制するのはよくないと感じつつも、食事のマナーを教えたい、食のありがたさや食と命のつながりを教えたいとの気持ちがあった。
- ③保育園での食育に関心を持っており、保育士の子どもへのかかわりに感謝することがあげられ、園での活動が家庭に浸透し、家庭で実践している循環がみられた。
- ④父親に対し、子どものお手本になる、食に興味をもってほしい等の要望があった。

30

父親 子どもの食を支える力

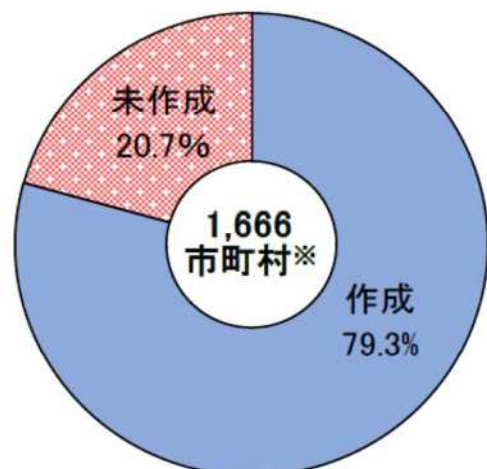
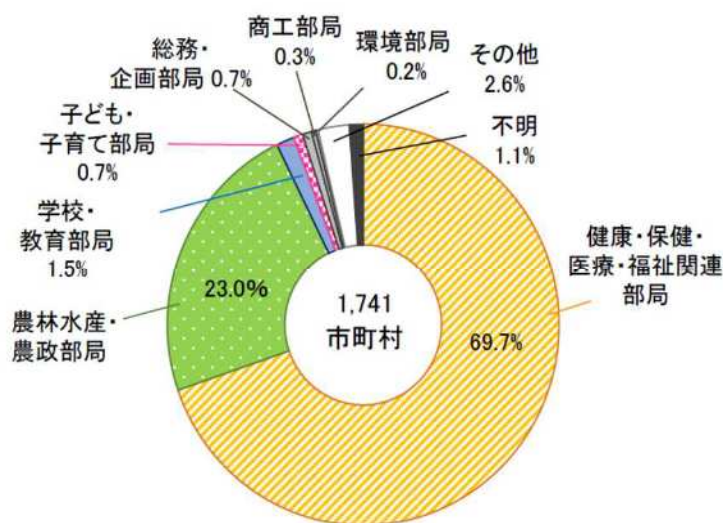
～グループインタビュー～

大項目	中項目	小項目
① 自分自身	食に興味を持ちたい 望ましい食行動をする	食に興味を持ちたい(1) 朝食を食べる(1)／家族と一緒に食事をする(1)
	食事づくりのスキルを持つ	献立が立てられる(2)／食事を作る(3)／洗い物などの簡単な家事を行う(1)／栄養バランスを考えたい(2)／買い物ができる(2)
	子どものお手本になる	家事をやっている姿を見せる(5)／自身の父親が影響している(1)／朝食を食べる姿を見せる(1)
	子どもから食を学ぶ	子どもの様子を見て食への意識が変わった(1)／子どもが園で食材を作る大変さを学んでいるので、食べ物を大切にしたい(1)
② 子ども	子どもの食発達を理解する	上の子を見ているので、下の子に期待している(5)／子どもの食に関して理解したい(2)
	子どもとかかわる	子どもとゆっくり関わりたい(1)
	子どもと食事づくりをする	包丁を使わせる(1)／一緒に食事づくりをする(2)
	子どもと食活動にかかわる	野菜づくりをしたい(9)／アウトドアをしたい(3)
③ 園	園の食育に関心を持つ	園の活動に参加する(3)／園の活動に関心を持つ(5)
	保護者や地域とつながりを持つ	保護者同士のつながりを持ちたい(3)／地域とかかわりを持ちたい(1)

- ①食事づくりスキルに関することが多く、父親は食事づくりに意欲あり。
 ②父親のみで子どもと関わることや子どもと一緒に食事づくりがあげられた。
 特に、子どもと食の活動にかかわる発言は最も多く、野菜づくりやアウトドアは父親にとって関心があることが明らかとなった。
 ③父親のみ保護者や地域とかかわりを持ちたいという発言があった。

31

その1 食育推進計画づくりから



※食育推進計画作成の有無について「非該当」として取り扱った市町村を除く

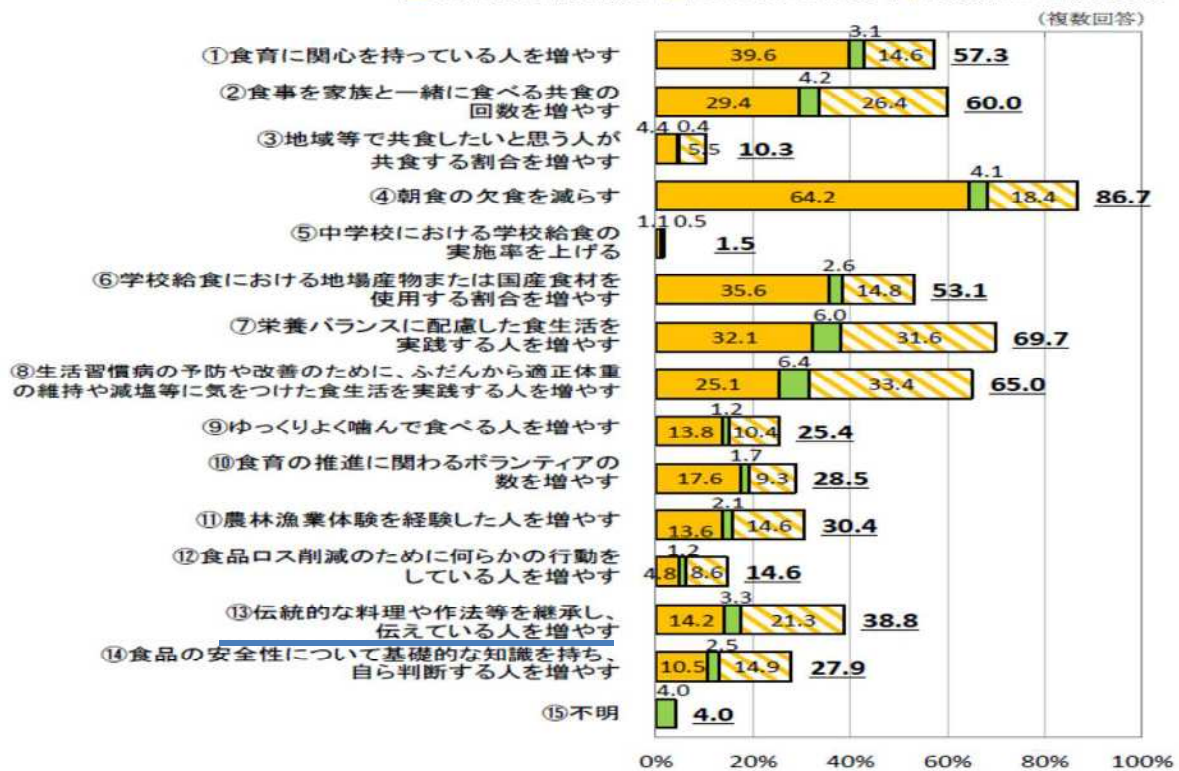
図1 食育推進の主な担当窓口

図2 食育推進計画の作成状況

食育推進計画で設定している目標

第3次食育推進基本計画に設定されている目標と

■ (1) 同じ目標を設定 ■ (1)と(2)の重複 ■ (2) 類似の目標を設定



資料 食育推進計画調査報告書 農林水産省 H29 年3月 <http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/shichoson.html>

その2 和食育の実践の情報共有も！



どんな子どもに育ってほしいの？

その3 エビデンスの整理と 実態把握と教材化も！

- ◆ 実態把握と、情報提供
- ◆ 乳幼児、特に、3歳未満児の
食事調査、評価方法が不明瞭
- ◆ 家庭での食事データ
⇒ 食事摂取基準のデータ不足



佐藤 (2013)、佐藤・岩部・吉池 (2012)

Keiko A. , Megumi H. Miyuki A., Haruko S, Chiko T and Satoshi S.

35

最後に…

子どもの食の発見に魅了され
ちょっと忘れていた和食の魅力を再発見!!

「親子が共に育つ」

「市民が育つ」

identity

季節の移ろいや文化に根付いた
和食の面白さを共感！



子どもの魅力を親に伝えるために、
子どもの食を理解しやすくするために、
それを語り合う地域の社会資源と、
それをつなぎあうことができる**専門家**
が大切

36