

食育推進評価専門委員会（令和 2 年 8 月 18 日(火)）

京都府 岡田こども園 北川三和子

（保育所・認定こども園代表）

第 4 次食育推進基本計画策定に向けた意見 乳幼児保育施設・就学前こどもの食育について

～第 3 次食育推進基本計画を通して～

第 3 次食育推進基本計画は、食育の環と下記の 5 つの重点課題で整理構成されている。そして、実践の環を広げる重点目標と、さらなる食育の進化・深化に向けた社会全体および関係者の連携・協働が主に謳われている。

食育推進評価専門委員会に参加して、各委員のご専門の立場からの意見を拝聴しているが、就学前の子ども・乳幼児期の子どもたちに携わる一人として、第 4 次食育推進基本計画の策定に向けて、第 3 次食育推進基本計画における 5 つの重点課題に基づきながら、次のことを意見として提案したい。

1. 若い世代を中心とした食育の推進

若い世代の食育に関する意識、朝食摂取率の低さが課題となっている。若い世代とは、大学（専門学校）生や仕事に就く人々等 20 代をイメージしているが、乳幼児をもつ夫婦またはひとり親にも若い世代は多い（中学校、高校生も若い世代であるが、各学校での取り組みがあると考え、ここでは含まない）。

わが子に、適切に食事を与え、養育することは親として当然である。しかし、「子どもの食事」に関心が薄い親（大人）がいることも心配であり、時として、自分の都合（仕事・外出・ゲーム・趣味等、自分の生活リズム優先）で、子どもに適時適切に十分な食事を与えない親がいることも事実である。

また、離乳期や成長に応じた相応しい食事形態や、与えない方がよい食品がある事（体調不良時等）などについて、知識不足の面もある（多様で不確かな情報を信じてしまう）。

そうしたなか、保育所や認定こども園（以下、保育所等）の職員（保育士、保育教諭、栄養士、園長等）は「保育所保育指針」「幼保連携型認定こども園教育・保育

要領」に求められているとおり、その施設が所在する地域の担当保健師等と連携し、授乳や離乳食の進め方、アレルギー食品、偏食等について、保育における園児への食育はもとより、家庭における食育を進めるため保護者への支援を行っている。

また、保育所等の職員の多くは「食べることは生きること」と考え、「食育」は、「乳幼児期の食に対する意欲や味覚を形成・発育させるもの」、「発達のために必要な栄養のみでなく、将来にわたって豊かな人間性を育むもの」、「心の成長」などに最も重要であると考えている。

私は、食育推進評価専門委員として、乳幼児に対する食育の推進を重視することは、重点課題1「若い世代を中心とした食育」のみならず、2～5の重点課題全てに繋がるものと考えている。

2. 多様な暮らしに対応した食育の推進

この度のコロナ禍で、私たちの生活・暮らし方や働き方は大きく変化した。外出・三密を避け、感染拡大防止に努めている。今後、日本中で生活や働き方の多様性を受け止めた対応がより一層進んでいくことになるであろう。

新型コロナウイルス感染症による「緊急事態宣言」が発令された際、小中高、大学等の学校は休校になり、児童生徒は自宅で過ごすことが多かった。幼稚園は、休園や登園自粛をお願いした園も多かったと聞く。

しかし、保育所等は、感染防止対策をとりながら、園運営を続け、給食・おやつ提供を行った。毎日の給食について、保護者から「本当に給食があってありがたい」「コロナ禍で夕食準備が大変だが、献立に野菜等がたくさん入り、園での給食が嬉しい」との声もあった。また、登園自粛をお願いした保育所等でも、在宅の子どもや保護者に対し、献立や調理方法の情報提供をするなど、食に対する支援を行った。

保育所等では、多くの施設が自園調理で、栄養士・調理師・保育士等が専門性を発揮し、連携して献立をたて、バランスを考えた、健康に留意した味つけで、旬の材料を使用しながら、年齢や食物アレルギー対応まで配慮し、一人ひとりの子どもに相応しい給食を提供している。

昼食、おやつ、水分補給などは、栄養補給、心の成長だけではなく、生活様式と文化を伝える場面でもある。保育者の言葉かけ（発言）、食べさせ方で、園児・保護者は影響を受け、食育が進んでいくのである。

その地域の食文化、味付けの特徴、季節（行事食）、法人の理念等、保育所等が給食として提供している食事および保育・教育は、「**食育**」そのものである。今回のコ

コロナ禍で私たちの生活や暮らし方はより一層多様になると思われる。しかし、**乳幼児期の子どもの食育の重要性が変わるものではなく**、保育所等ではそうした多様化にも対応しながら食育を実施している。

3. 健康寿命の延伸に繋がる食育の推進

乳幼児期に、適切な基本的生活習慣や味覚、食事に対する感性を身につけることは、生涯にわたり健康的な生活・食生活を行うことに繋がり、最も重要である。

家庭での親・大人の影響（準備される食事内容・食事形態・嗜好品・飲料類等）と、口腔内の衛生（歯磨き習慣・親による仕上げ磨きの実施）は、子どもの成長に大きく影響する。

保育所等では、産休明けから子どもと関わり、咀嚼や嚥下、口腔衛生に関することまで取り組んでいる。在園児だけでなく、一時保育や地域の在宅の子どもに対しても、子育て支援・食育支援を行っている。

健康寿命の延伸を考えると、乳幼児・就学前の子ども及び保護者に対する食育推進は、中高年、高齢者と同様に重要な取り組みである。

4. 食の循環、環境を意識した食育について

取り組みに差はあるかも知れないが、保育所等では、食の循環や環境についても、それぞれ取り組みが進められている。

栽培や収穫体験、生産者現場を見学するなど、「知る」「気付く」「感じる」体験を実施しており、収穫し、食べられる幸せを園全体で味わっている。

私が勤務する認定こども園では、令和2年6月末、ジャガ芋生産者の農家地域貢献活動の一つとして、園児14人が約450個のジャガ芋を収穫させて頂き、現在も給食材料に使用している。行政農林課、農家（地域）、園が連携・協働して、本園の食育・乳幼児の収穫体験を進めて頂いている。

農業、漁業関係者、食品企業（商店）など、乳幼児・子どもの食育に意識高く関わって頂ける環境があることは、本当に嬉しい事である。

また、堆肥や農作物の出来具合の様子、エコ活動等も園児には伝えており、学童期への学習に繋がっていくと考えている。

5. 食文化の伝承

保育所等では、季節毎の行事食（こどもの日、七夕、お月見、収穫祭、雛祭り等）

を献立に取り入れている施設が多い。

旬の食べ物（初物）を喜ぶとともに、赤飯等の「祝い膳」、その子の誕生を祝う「誕生会ランチ」等を提供している園も多い。

また、出汁文化も子どもたちに伝え、かつお・昆布・いりこ出汁、野菜出汁等、料理によっては使い分けて、味覚を育んでいる。

正月料理や地域のお祭り、伝承行事に関する食文化を知る機会が多いのも、保育所等の保育現場の特徴である。

～第４次食育推進基本計画策定に向けて～

「食べることは生きること」であり、「食」は、全ての世代に繋がる重要なワードである。多様化、価値観の違い等を受け入れて、「食育」を前進・充実させていくことが必要である。

これまで述べてきたように、新しい生活様式や、これからの時代の便利な方法や体制、ＩＴ化が進んだとしても、その人の生涯にわたる健康生活の基礎は、**乳幼児期にあると考える。**

第４次食育推進基本計画には、乳幼児期・就学前の子どもの成長や特性に留意しながら、それぞれが置かれた環境や地域性に応じて、乳幼児期・就学前の子どもへの食育を推進していけるような視点を入れていただきたい。