

保育実習で体験した乳幼児の食の現状と栄養教育への取組

Current State of Infant and Toddler Meals as Experienced during Practical Training and Nutritional Education Activities

深井 康子

FUKAI Yasuko

I はじめに

幼児教育学科1学年は、0歳児から2歳児までの乳幼児を対象とした保育実習を10月下旬から2週間にわたって実施している。著者は、小児栄養の授業を通して前期は、小児における栄養の基礎知識を学ばせ、後期は保育実習前までに保育実習で行うであろう調乳の方法や乳幼児の食生活の特徴や間食の意義など、実習先で困らないための最低限の基礎知識を理解させて臨ませることにしている。

幼児教育学科の学生にとって、保育実習で初めて乳幼児に接して体験したり、発見したりして感じてきた実践の場での食体験は貴重なものである。そこで、保育実習後の最初の授業では、保育実習を終えて「乳幼児の食を考える」というテーマでブレインストーミングの手法により互いにコミュニケーションを図り、感想を出してもらうことにしている。また、幼児期の栄養教育については食育の教育媒体を作り、食べることの楽しさを媒体を使って教えることを体験してもらうことを主眼においた取組を紹介する。

II 実施方法

1 ブレインストーミングの手法

ブレインストーミング¹⁾とは、A.F.オズボーンが最初に用いたとされるアイデア会議の手法である。本来は思いつきなどを自由に出し、討議することによって独創的なアイデアを引き出していく手法である。討議していく過程で他の人のアイデアをもとにさらにアイデアを考えるというように連鎖的にアイデアを生み出していく討議法である。今回は、アイデアを聞き出すというより、保育実習を終えて感じた食に関する様々な体験をこの手法を用いて自由に話し合ってもらった。この討議法を用いることにより共通した感想をより多く出してもらうことを期待し、実施することにした。

(1) 実施日

平成18年11月24日に1年3組、11月30日に1年4組をクラス別に実施した。

(2) 対象者

幼児教育学科1年3組49名、1年4組51名、合わせて100名を対象として行った。

(3) 実施要領

ブレインストーミングの実施要領は次のとお

ふかい やすこ (食物栄養学科)

りである。始める前には以下の4項目のルールを申し合わせておいた。

- 1) 出されたアイデアの良し悪しを判断しない。(批判の禁止)
- 2) 自由奔放を歓迎する。
- 3) 意見の量(数)を求める。より多くの意見、アイデアを出し合う。
- 4) 多くのアイデアが出されていく過程でアイデアを組み合わせること。

方法の手順は以下のとおり進めた。

- 1) グループ分けをする。
- 2) 自己紹介をした後、グループ名をつける。
- 3) グループの役割分担を決める。
進行役1名 書記1名
発表者1名(進行役と兼ねてもよい)
- 4) テーマ、アイデア用紙を配布する。
テーマ: 保育実習を終えて「乳幼児の食」
について感じたこと
具体的な内容:
①おやつ
②食事のマナー・はしの持ち方など
③偏食・好き嫌い
④朝食の欠食
⑤困ったこと
⑥うれしかったこと
⑦その他
用紙: 一人5枚配布
- 5) 参加者全員「一枚一項目原則」にしてアイデアを出す。
- 6) 用紙を集め、テーブルの上に広げ同類項に分類する。

2 栄養教育の実際

栄養教諭制度(2005年4月制定)と食育基本法(2005年6月成立、7月施行)が制定され、栄養教育の目的がより明確化した。幼児期にお

いて正しい栄養・食事や食生活についての知識をもち、その知識が実際の食生活に活用されることが必要である。その実践にあたっては家庭、地域、保育所、幼稚園、学校、各種の児童保健施設が連携して行うことが求められている。

そこで保育士として保育所、幼稚園などの教育現場で実際に役立つ教育媒体として遊びを取り入れた食育カルタを作成することにした。

III 結果および考察

1 ブレインストーミングの手法からみえてきた乳幼児の食の現状

ブレインストーミングを行った結果、グループごとに前述の7項目の内容別に分類した。その後、集計し、票数をクラス別に表し表1、表2に示した。両クラスで共通したのは、「食事マナー」が最も多く、次に「好き嫌い・偏食」であった。次に表3および図1に全体の集計結果を示した。図1より「食事マナー」が全体の約3割近くの29%を占め、最も多かった。2位には「好き嫌い・偏食」となり、3位に「困ったこと」、4位に「おやつ」、5位に「うれしかったこと」、6位に「朝食の欠食」であった。票数は全体で496票であった。しかし学生の総数は100名であり、一人当たり5枚の用紙を配布したので総数500票になるはずだが、何名かは出さなかったことがわかった。

以下に食の体験で多かった順にその具体的な事例の一部を抜粋して表にまとめ、考察を行った。

1) 食事のマナー

表4に「食事のマナー」で票が多かったものを示した。はしやスプーン、フォークなど食事をするときの食具について個人差があることが示唆された。スプーン、フォークからはしへの

表1 保育実習における食の体験

ブレインストーミングによる集計結果 1年3組

グループ* 項目	A	B	C	D	E	F	G	H	I	票数
食事のマナー	7	10	5	11	8	5	7	6	12	71
好き嫌い・偏食	6	8	7	6	6	3	4	5	4	49
困ったこと	7	5	2	5	3	6	2	4	1	35
うれしかったこと	5	4	1	2	2	4	2	4	1	25
おやつ	4	3	7	7	3	4	6	2	3	39
朝食の欠食	0	3	0	2	1	3	1	3	0	13
その他	1	0	3	3	1	0	3	6	4	21
合計票	30	33	25	36	24	25	25	30	25	253

*グループ A:チームチーボー B:HM C:チームポメちゃん D:チームパンダ
E:マママママリー F:チームさなえ G:チームマッシュャー H:チームはらペコ
I:チーム宏

表2 保育実習における食の体験

ブレインストーミングによる集計結果 1年4組

グループ* 項目	A	B	C	D	E	F	G	H	I	票数
食事のマナー	10	6	10	6	7	5	8	7	9	68
好き嫌い・偏食	4	6	4	8	4	5	8	6	5	50
困ったこと	2	4	3	3	9	5	5	6	8	45
うれしかったこと	2	2	0	3	5	3	3	5	4	27
おやつ	7	0	2	2	5	5	3	6	4	34
朝食の欠食	0	0	1	0	0	1	1	0	0	3
その他	0	7	4	3	0	0	2	0	0	16
合計票	25	25	24	25	25	24	30	30	30	243

*グループ A:ピンキーズ B:シューティース C:Takanori with RENT D:劣性ホモ
E:ミーちゃん F:オズボン G:スヌーピー H:The kokeshi I:すぼんじ

表3 保育実習における食の体験

項目	票数
食事のマナー	139
好き嫌い・偏食	99
困ったこと	80
うれしかったこと	52
おやつ	73
朝食の欠食	16
その他	37
合計票	496

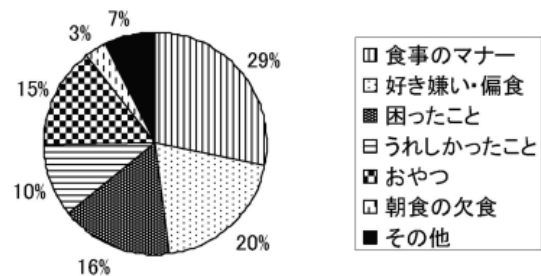


図1 保育実習における食の体験 (n=496)

表4 食事のマナー

1	はしを持てる子、スプーン・フォークを使う子、手で食べる子など個人差がある。 0歳児 ・保育者に食べさせてもらう。 ・手づかみで食べる。 1歳 ・フォークを握って自分で食べる。 ・はしを握るように（握りばし）持つ子が多い。 ・正しいはしの持ち方に近い子もいる。 ・手をつまんで食べる子もいる。 ・はしを持てる子をうらやましがっていた。 2歳児 ・はしを握って自分で食べる子とフォークを使う子がいる。 ・はしを開いて食べ物をつかんで食べる子もいる。 ・はしを持てる子は少数である。 3歳児 ・はしを全く使わずスプーンで食べる子がいる。 正しいはしの持ち方を「どんぐりころころの替え歌」にして貼ってある。 はしでつかみにくいものはさしていた。
2	食事の途中で席を立ち、動き回る。嫌いなものがあると席を離れる。
3	椅子の上で立てひざをして食べる子がいた。
3	皿を持って食べない子には保育者は指導している。
4	「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつがしっかり言えていた。
5	食べている途中で寝てしまう子もいる。
6	食べ物、飲み物をこぼし遊んだり、わざとはし、フォークを落とす子がいる。
7	はしで机をたたくなど食事中に遊ぶ。
8	食べる順番のバランスがとれていない。 ごはんだけ先に食べてしまい、おかずを残す子、逆におかずだけ先に食べてしまい ご飯を残す子がいた。
9	すぐにおかわりをほしがるが、おかわりは全部食べてからされる。
10	嫌いなものをお茶にいれたり、下に落して遊ぶ。（嫌いな意思表示）
11	ごはんと味噌汁、おかずの場所が決まっていた。

移行は一人ひとり違うので集団では指導が難しいことを体験した。図2にスプーンの正しい持ち方が書かれていたので示した。0歳児はグーの持ち方、1歳児は正しい持ち方で、園の先生から1歳児は正しく持たないと注意されていたと記してあった。

遊び食べもこの時期の特徴である。はしで遊んだり、こぼしたりも目立つ。また、食べる順序については、一つのものだけを集中して食べると最後に残ったものを残すことになる

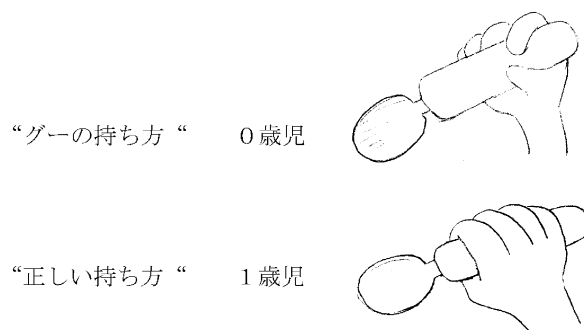


図2 スプーンの正しい持ち方（食事のマナー）

表5 好き嫌い・偏食

1	卵焼きがハート型で子どもたちが喜んでいた。
2	野菜の色を見ただけでいやになる子もおり、野菜を嫌う子が多い。(人参、ほうれん草等)
3	肉を好む子が多い。
4	嫌いと言葉では言えないので口に入れてある程度はかむが出してしまう。(0、1歳児)
5	偏った食べ方をする。
6	嫌いなものをなげたり、わざと落したりしている子がいた。
7	嫌いなものは小さくすると食べてくれる。
8	食べさせてあげるとどんどん食べてくれる。
9	果物が嫌いな子がいた。
10	嫌いなものが出ても何とか混ぜて一生懸命食べていた。
11	好きなものを先に食べてしまって嫌いなもの(野菜)が残って食べれなくなる子がいた。
12	食わず嫌いの子が多く、最初は嫌がるけれど食べてみるとおいしいことがよくあった。
13	味の濃いものはみんな大体好きだった。
14	おつゆをおかわりする子が多かった。 最初におつゆを飲んでしまっでご飯を食べてから最後におつゆをおかわりする。 汁物を飲みほしてしまっでご飯がたべ辛そうだった。
15	家ではほとんど食事はとらず、お菓子しか食べない子どもがいた。

されていた。食事のあいさつはしっかり言えていたことが票より推察された。

厚生労働省による平成17年度乳幼児栄養調査によると食事の状況等²⁾について「子どもの食事特に気をつけていること」では、「栄養バランス」が6か月～3歳児のいずれの年齢においてもほぼ80%で最も高い。次いで「一緒に食べること」が6か月～1歳未満で60.9%、1歳で66.1%、2歳で68.6%、3歳で66.1%と高かった。

「食事のマナー」については、6か月～1歳未満では27.0%だが、1歳で43.1%、2歳で55.8%、3歳で62.7%と年齢が上がるにつれ高くなる傾向がみられた。

また、平成18年に改定された授乳・離乳の支援ガイド³⁾の資料3「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～(概要)」の「発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”」については、「食事マナーを身につける」、「よくかんで食べる」、「家族と一緒に

食べることを楽しむ」の3点をあげている。この時期は、食のスキルとして手づかみ食べからスプーン・はし等の使用に代わる頃である。また、食べ方、食具の使い方の形成時期でもあり、学童期は「食事マナーの獲得」を目標に掲げており、大切な時期であると考えられる。

2) 好き嫌い・偏食

表5に「好き嫌い・偏食」の感想を示した。まず目立つのは、野菜の色を見ただけでも嫌いだということだ。野菜への先入観である。食わず嫌いであって、言葉かけひとつで食べてみるとおいしいことがわかり子どもはどんどん食べてくれることを学んだ。また、食べ方が偏っている点が気にかかる。幼児期は何でも好き嫌がなく食べ物に興味をもつ時期なので工夫次第で好き嫌いや偏食は解決できる。食べ物を小さくしたり、形をかわいくすることで食べる意欲を持たせることも大切であることを体験した。

乳幼児栄養調査で「子どもの離乳食や食事で

表6 困ったこと

1	食べ方に偏りがあり、主食ばかりやおかずばかり食べる子がいて困った。
2	おやつで遊び食べが困った。
3	友達としゃべったり、ふざけたりしてなかなか食べようとしない子がいた。
4	一人ひとりの個性を把握して食べられる量を決めるのが難しかった。
5	怒られると食べたものを吐く子がいた。
6	食事の途中で寝てしまい、ほとんど残す子がいた。
7	食べさせてもらわないと食べない子がいた。家庭での食環境に係わる。
8	食べない子に対しての言葉かけや対処の仕方が分からなかった。
9	すぐにおかわりを欲しがる。
10	ずっと座ってられない。
11	スプーンとフォークをわざと違う持ち方をしたり、落す子がいてその対応に困った。
12	おやつの袋をあける援助のとき、どの程度まで援助すればよいか分からず困った。
13	食事の最後の方になると食べるのが疲れて口をあけてくれなくなった。
14	嫌いなものを食べさせようとするが口を閉じて食べようとしないかった。
15	なかなか牛乳を飲んでくれなくてどうしたら飲んでくれるか困った。
16	食事を食べさせるのが難しかった。食べさせる工夫が必要だと思った。
17	離乳食でどのくらいの量を食べさせてあげていいのか、いつ食べ終わっているのかが分からなかった。

困っていること」⁴⁾をみると、離乳食で困ったことでは、「食べものの種類が偏っている」が28.5%、「作るのが苦痛・面倒」が23.2%で約3～4人に1人の割合であった。「1歳を超えた子どもの食事で困っていること」は、「遊び食べ」が45.4%、「偏食する」が34%、「むら食い」が29.2%、「食べるのに時間がかかる」が24.5%、「よくかまない」が20.3%の順に多くみられた。この結果を、1996年の10年前の乳幼児栄養調査と比べると「偏食する」は9.1%、「よくかまない」は7.6%増加したことになる。3歳児頃から偏食が出やすいため一人ひとりの心身の状態を把握して、食事の楽しい雰囲気づくりを配慮することが大切である。

3) 困ったこと

表6に「困ったこと」を列挙した。表4であげた食事のマナーと関連したことが多かった。

食べない子への対処の仕方、遊び食べなどで困ったことが多くみられた。またおやつの袋を開けるのを手伝えればいいのかどうか、その援助の程度についても書かれていた。家庭での食環境が影響し、食べさせてもらわないと食べれない子もいることが示唆される。一人ひとりの個人差を把握して食べる量を決定するのは実習期間中では難しいこともあがっていた。これらの経験から食事を食べさせる工夫も大切だとわかったと示されていた。

4) おやつ

表7に「おやつ」のことを示した。乳幼児にとっておやつ（間食）は大人と違い、三回の食事の栄養補給として重要なものである。楽しみにしていたおやつの種類がいくつか書かれていた。手でもって食べるもの、よく噛むものが多い。また、おやつを色々なものにとえて食べ

表7 おやつ

1	おやつをととても楽しみにしていることがわかった。何度もおかわりをする子がいた。
2	カルシウムがとれるものなど乳幼児に大切な栄養がとれるおかしがあった。
3	丸い豆は「お日様」、せんべいは「怪獣」のように何かの形に見立てながら食べていた。
4	カリカリなど音の出るおやつの方が好きなようだった。
5	保育者は年齢、月齢に合わせて量の配分をした。
6	おやつの時間に手作りおやつ（むしパン、焼き芋）の時があった。
7	おやつが好きで午前のおやつの時間に毎日小魚、牛乳がついていた。
8	おやつはこぼれるおかしが多かったので床にこぼれることが多かった。
9	嘔むことを重視したものが多かった。
10	手で持って食べる物が多く、食べやすいせんべい、ビスケット系が多かった。
11	おやつをいろいろなものにたとえて食べていた。
12	おやつのメニューはおかき、プルーン、焼き芋、せんべいなどであった。
13	午前、午後に関係なくにぼし（いりこ）が出ていることが多かった。
14	さといもおはぎ（ごま、きなこ）がさといもであることに気づき食べなくなる子もいた。栄養バランスを考え工夫して作ってあると思った。

表8 うれしかったこと

1	食べていなかった子に対し、たくさん声かけを行ったり、食べさせてあげると全部食べてくれてうれしかった。
2	皿がきれいになると「ピカピカ」と見せに来てくれることがうれしかった。
3	嫌いなものを小さく切って食べさせると食べてくれてうれしかった。
4	嫌いなもの（トマト）を自分の言葉かけで食べてくれてうれしかった。
5	少し前にはチーズの袋が開けられなかったのに、一人で開けれるようになったりして成長がとてもうれしく感じた。
6	食材の特徴を言ってみたら真似をして言ったり、興味をもってくれてうれしかった。
7	「一緒にたべよ」といってくれてご飯を口までもっていくと給食を全部食べたこと。

て、楽しみながら食べている情景を感じることができた。

5) うれしかったこと

「うれしかったこと」を表8に示した。記載したほとんどは「～で食べてくれてうれしかった」であった。声かけを行ったり、食べさせてあげたり、嫌いなものを小さく切ってあげたりするなどにより食べてくれたことが多くあがった。ちょっとしたきっかけで食べてくれることを体験して大きな自信につながったことが示唆

された。

6) 朝食の欠食

表9に「朝食の欠食」のことについて示した。

朝食の欠食の状況が乳幼児でもみられることがわかった。家庭での食事は様々で、朝食を欠食してくる子は保育所で食べることになる。まだ持ってくるだけいいとは思いますが、親の都合で食事を食べさせられないのは食環境に何か問題があるものと考えられる。乳幼児栄養調査によ

表9 朝食の欠食

<p>1 朝食を保育所で食べる子がいた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・親が忙しかったなどの理由もあるがきちんと朝食を食べられる時間を作ってあげないといけないと思った。 ・家から持ってきたおにぎり、お菓子などを食べさせてもらっている子どもがいた。 ・教室の隅の方で一人で食べている子がいた。 <p>2 よりよい保育をするためには朝食のことも大切なんだと思った。</p> <p>3 朝食や夕食など家庭での食事は様々である。</p> <p>(例) 2歳児なのにフォローアップミルクを与えていた。(※フォローアップミルクは離乳中期より飲ませ、1歳くらいまでが一般的な離乳の進め方である。)</p> <p>4 朝食を遅くとる子がいて、おやつ、昼食とも残していた。</p> <p>5 朝食が牛乳だけの子は午前中、機嫌が悪かった。</p> <p>6 朝食の有無については連絡帳で確認しているようだった。</p>

表10 その他

<p>1 先生（指導者）の乳幼児に対する配慮の仕方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・先生は食べ終わるのがとても早く、自分が食べた後は子どもたちに援助していた。 ・子どもの好き嫌いを理解し、それに応じた援助をしていた。 ・さりげなく声をかける。 ・偏食・好き嫌が多い子がいたが、無理に食べさせていなかった。 ・おやつを自分で開けたという達成感を味わえるよう工夫されていた。 ・良く噛むこと言葉かけをされていた。あまり噛まない子には「アグアグ、モグモグ」と声をかける。 ・最後までおいしく食べれるよう援助する。 ・一人ひとり食べられる量が違い、調整されていた。 ・具合が悪い子には牛乳ではなくお茶をあげていた。 <p>2 食事にかかった時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事するのに最高2時間（2歳女子）かかっていた。

ると、「子どもの朝食習慣」⁵⁾で朝食に欠食がみられる子どもは1歳～3歳を平均すると9.4%であり、「ほとんど食べない」子どもも2.0%みられた。朝食習慣と就寝時刻との関連をみると、欠食がみられる子どもの割合は、就寝時刻が10時以降でその割合が高かったことが言える。また親（母）の朝食習慣と朝食欠食との関連をみると、欠食がみられる子どもの割合は、親が「毎日食べる」場合では6.0%と少ないが、

「週に4、5日食べる」場合で20.0%、「週に2、3日食べる」および「ほとんど食べない」場合で29.7%、29.8%となり、「毎日食べる」場合のほぼ5倍位多くなっている。つまり親の食習慣が子どもに影響していることが原因ではないかこの調査結果から考えられる。

7) その他

「その他」の記載について表10に示した。記載の全ては実習先での指導者の配慮の仕方に関

するものであった。実習生は子どもの食事について最後までおいしく、楽しく食べれるように配慮することが指導者に求められていることを

一番に体験したようだ。記載により子どもに声をかけて自信が持てるように促し、目配りと気配りの重要性を感じたことが示唆できた。

					あさ・ひる・ばん 3つのしよくじを たべしよつに たいせつに	あさ・ひる・ばん 3つのしよくじを たべしよつに たいせつに	いろのついた やさいをいっばい たべようね	うれしいな かぞくでたべる ごはんのじかん	ひかえめにしよつ しくせいにかつ	えんぶんを ひかえめにしよつ しくせいにかつ	おやつはね じかんをさめて たべましよう
					かんしやして たべるまえに いただきます	かんしやして たべるまえに いただきます	きらいでも のこずたべて げんきなこ	ぐーぐーは おながすいた あはずだね	けんこうな からだづくりは しくじから	けんこうな からだづくりは しくじから	ちせうさま たべたあとの ごあいさつ
					さんしよくを きらんとたべて げんきなこ	さんしよくを きらんとたべて げんきなこ	しつかりと たべたあとには はをみがこう	すききらい ぜんせんないよ ぼくけんこう	せいけつな おでてたべよう おいしいごはん	せいけつな おでてたべよう おいしいごはん	そだてよう えいようまんてん おいしいやさい
					たべんまいけ きょうとりようり おいしいね	たべんまいけ きょうとりようり おいしいね	チエックしよつ バランスガイドで さみのしよくじ	つくるよろこび たべるしあわせ いつまでも	てあらいで バイキンバイバイ きれいなて	てあらいで バイキンバイバイ きれいなて	とんとんとん いろんな りようりに チャレンジだ
					なつやさい カレーにいで なつばほうし	なつやさい カレーにいで なつばほうし	にく・さかな たまごととうふは だいいちぐん	ぬいたらだめよ げんきのみなもと あさごはん	ねねちゅうしように なるまえに じゅうぶんすいぶん とりましよう	ねねちゅうしように なるまえに じゅうぶんすいぶん とりましよう	のこさず たべよう おいしいごはん
					はつはつはつ しよくじは たのしく たべようね	はつはつはつ しよくじは たのしく たべようね	ひんけつに レバーをたくさん たべようね	ふきのとう はるのかおりで いただきます	へヘルシーな しよくじを かんがえよう	へヘルシーな しよくじを かんがえよう	ほねぶとに なるためとろう カルシウム
					まめたべて えいよういっばい おいしいな	まめたべて えいよういっばい おいしいな	みかんはね ビタミンたっぷり かせよほう	むしゃむしゃ よくかみよくたべ げんきなこ	めだまやき サツとできて えいようまんてん	めだまやき サツとできて えいようまんてん	もーもー えいようたつぷり ぎゅうにゅうさん
					やさいをね たくさんたべよう のこさずに	やさいをね たくさんたべよう のこさずに	うしよくは かぞくそろって だんらんだ	よくかんで じよぶなあご つくろうね	わしよくはね ていかロリーで よいしよくじ	わしよくはね ていかロリーで よいしよくじ	
					きゅうしよく おいしいな	きゅうしよく おいしいな	らいらららら! きょうの きゅうしよく おいしいな	りんごをね まいにちたべて かいべんマン	れんこんさん あなのかずは 9か10	れんこんさん あなのかずは 9か10	ろばうさぎ えいようたつぷり にんじんさん

図3 食育カルタ (1年3組作成)

2 栄養教育の教育媒体づくり

乳幼児栄養調査の「食育について」⁶⁾では、子どもが健康的な食習慣を身につけていくために、家庭とともに取組が必要な機関として「保育所・幼稚園」が第1位に挙げられており85.8%と高い。次いで「小・中学校」が66.8%になっている。家庭での食育の重要性は認識されているが、家庭とともに、保育所・幼稚園をはじめとした関係機関の連携により、様々な食に対する体験の機会が提供されることが重要であると考えられる。

平成18年度の小児栄養では「食育カルタ」をクラスごとに作成し、その一部を図3（1年3組）に示した。学生は班ごとに行行、さ行などを分担し、カルタの読むカードと取るカードを各自係わって作成した。小児栄養前期の栄養に関する基礎知識と後期の実践の調理実習を学んだ成果となった。各自がカルタを作成したことは、小児期の栄養についてより深く学ぶことができたものと思う。今後は、現場でさらによりよい食教育の媒体づくりを食育カルタを手がかりに工夫してもらいたいと願っている。

IV 要約

幼児教育学科1年の2週間の保育実習が終わってからの小児栄養の授業で、ブレインストーミングの手法により学生が体験した乳幼児の食について討議した。また、食教育の媒体としてカルタ作りを行った。その結果、以下に示すような知見が得られた。

- 1 「食事マナー」が全体の約3割近くの29%を占め最も多かった。はしやスプーン、フォークなど食事をするときの食具について個人差があることが示唆された。
- 2 「食事マナー」の次には「好き嫌い・偏食」、「困ったこと」、「おやつ」、「う

れしかったこと」、「朝食の欠食」の順であった。

- 3 「困ったこと」では、食べない子への対処の仕方、遊び食べなどが多くみられた。
- 4 「うれしかったこと」では、声かけを行ったり、食べさせてあげたり、嫌いなものを小さく切ってあげたりすると食べてくれたことが自信につながった。
- 5 保育実習中での指導者としての配慮の仕方に関して学んだことが多く挙げられた。
- 6 栄養教育の教育媒体として作成した食育カルタは、学生にとって今後の実践の場で活用できる成果となった。

参考文献

- 1) 中村健壽,ビジネスワーク総論,p.105, 同文書院 (2003)
- 2) 厚生労働省母子保健課,平成17年度乳幼児栄養調査結果の概要, pp.15~16 (2006)
- 3) 厚生労働省,授乳・離乳の支援ガイド, pp.70~72 (2006)
- 4) 前掲書2), pp.15~16
- 5) 前掲書2), pp.19~20
- 6) 前掲書2), p.21

(平成19年9月28日受付、平成19年10月31日受理)