昭和52年
第22回日本栄養改善学会

116

公衆栄養をふまえた地域社会の「食」管理

その4　保育園での「食」管理

足立己幸（女子栄養大食生態学研）．○渡辺芳子（ゆりのき保育園）

幼児期の食生活の内容がその時期の心身の成長に重大な影響を与えることはもとより，生涯の食生活の方向選定に及ぼす影響の大きさについて数多くの指摘がある。

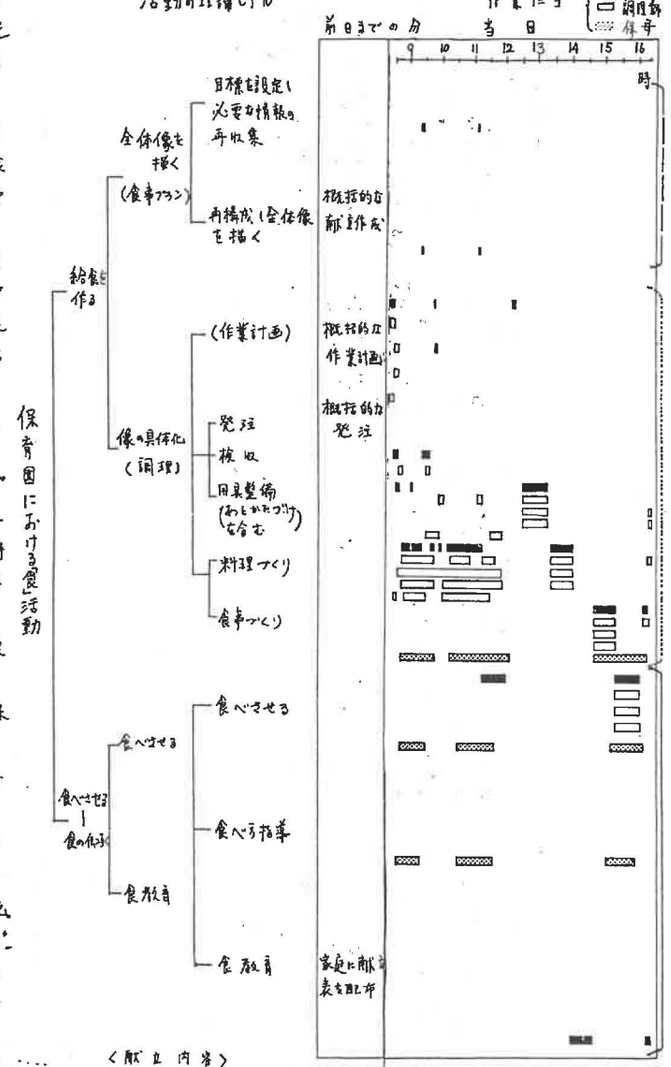
さらに近年は，幼稚園と共に保育園への就学率も増加し，家庭における食事管理に並んで，これら園での給食や食教育のありかが問われてもいる。

さらに保育園の場合は"通常の保育に欠ける…"という入園資格にもとづき，栄養面でも心理的欲求面でも充足されにくい条件下に置かれた園児が多く，地域社会の Vulnerable groups の一つとしての一面を持つ場合も少くない。

そこで，すでに報告を重ねてきた"人間の食管理"のプリンシプルにしたがい，幼児および保育園児の食生活の特殊性をふまえて，食管理の目的，内容方法についての理論モデルを設定し，一方，現実の実践活動の分析による検討を試みた。

調査対象；東京都多摩市ゆりのき保育園（0・1才児19名，2才児26名，3才児44名，4才児56名，5才児40名計185名）給食は，昼食及びおやつで，いずれも幼児，1・2才児，乳児の3つのグループに分けて給食される。各月とも2週間分の献立を引き続き2回実施。おやつは月・木・金曜は"手作りおやつ"，それ以外の日は市販品を使用。さらに第4火曜日は，2才以上の"合同おやつ"なお，第2火曜日は"お誕生会"で特別献立となる。栄養士1名，調理員4名（内，午前中のみのパート1名）保母（園長を含めて）22名の職員配置。給食は，各保育室，又は保育室前のテラスで保母と共に食べる。（ただし合同おやつはホール）。

活動の理論モデル



〈献立内容〉

	おやつ(10:00)	おひる	おやつ(3:00)
0才	・フルーツヨーグルト ・あま ・ウェハース	・おかゆ・さやいり豆腐 ・青菜のお浸し ・サカメのみそ汁	・ホットケーキ ・牛乳
1・2才	・ヨーグルト ・ウエハース	・バターライス・さやいり豆腐 ・青菜のソテー ・浮び麩かき卵スープ ・サクランボ	・クッキー ・せんべい ・牛乳
3才以上		・カレーピラフ・ちくわとじ方のサラダ・浮び麩かき卵スープ ・サクランボ	・クッキー ・せんべい ・牛乳

栄養士の活動内容（情報収集、再構成のプロセスに着目点を置いて）

1975．6．24．の作業記録から

〈乳児の健康状態の把握―保母との対話から〉アイちゃん風邪による下痢。すっぱい臭いの便が出る。→おやつは牛乳とビスケット，昼食はミルクをすすめて飲ませ様子をみる。

〈作業手順の打ち合わせ―調理員と朝の打ち合わせから〉基本的には2週間献立と同じ。ただし，ロールケーキはつけずにピラフの分量を増す。

〈市場の観察―マーケットへ材料を取りに出かけながら〉今月の果物の価格変動について話をする。

〈献立内容の変更―材料の変更から〉マーケットのミスから「揚おーる」が「焼ちくわ」になる。甘辛く煮るを目くなるので塩水で茹でて用いる。

〈材料発注方法の検討―配達時間の遅れから〉マーケットなので配達が11時頃になることも多い。作業手順から考えると前日が望ましい→検討する必要がある。

〈おやつの食べ具合の把握―0・1・2才児の残菜の様子から〉全員が「バナナミルク」を飲む。4月当初，初めて出して以来3回目。近頃飲むようになったのは慣れ！

〈昼食の食べ具合の把握―残菜の様子から〉カレーピラフが割合に残ったのは意外だった。食べにくさ，味という条件も考えられるが，梅雨時で不快指数が高かったことも関係しているだろう。

〈「合同おやつ」の雰囲気作り―ルームセッティングから〉おやつ用のゴザを集めてホールに敷く。テーブルとは違った雰囲気になる→以後，活用しよう。

〈子供の嗜好に関する考察―子供の喫食状況から〉0才児の一部に食欲のあまりない子供がいる。2才児では，前回人気の悪かった「きせい豆腐」が，野菜類と豆腐の中に仰ますぜこんだら好評。豆腐の上が黄色くなかったのがよかったのか，又「ツルッ」とした舌ざわりがよかったのか？

〈給食の持つ問題点の把握―子供の喫食状況と保母との対話から〉4才児の「ゆり組」の子供たちの中に10人ほど「食物の味云々ではなくて給食そのものがいや。」という子供がいる。彼たちは全部食べなければならないからと無理に席にこぼすという。何故そんなにいやなのか？10人とも去年から在園していた子供たち。食が弱い上に，全部食べなければならないという強制のもとに食べることが"いや"という現象を生みだしているのかもしれない。

〈合同おやつの意義の把握―子供たちの様子を観察しながら〉初めての試みの合同おやつ。いつも余り話をすることのない年長さんと一緒の年少児。ちょっぴり緊張した面持で又ちょっぴり照れながら妹達の面倒をみている年長児。いつもとは違った雰囲気で，違った形式で食べるおやつも楽しいものである。又，おやつを紙袋に入れて出したのは成功だった。「何が入っているのかな？」という子供たちの楽しみと，皆で同じおやつを食べれるという喜びとが持てたようである。

〈実施献立表作成〉「揚おーる」から「焼ちくわ」へのチェック。

〈来月の献立表作成〉来月から月に1度，合同おやつを取り入れたい。（保母の意見，子供の様子を参考にしながら…）

〈全体の評価〉4才児の給食に対する反応は，ちょっとショックだった。やはり出されたものは全部食べなければならないという強制が，そのような結果を生むに至ってしまったのかもしれない。子供たちにとって一体給食は何の為にあるのか？ここで食べることの意味合いは何なのか？私自身も又，子供たちの「食」に関係しているものが全体で考えていかなければならない問題のようである。一つには，量作を少なめにし，食べきれたことへの満足感を与えてやることも大切であろう。（給食時間の楽しい雰囲気と共に）さらに，食べることを通してだけでなく，「食」に関する知識を与えていく上に系統だった「食教育」が必要なのかもしれない。「合同おやつ」は子供に「食事は心の触れ合いの場でもある」ということを教えるのに役立ったのではないだろうか。「食べる」を教育的働きかけが一貫して行なわれることの有効性を考える時，ランチルームがあったらと思われる。