

## 保育所保育指針の改定について

公益社団法人 日本栄養士会  
福祉担当理事 政安 静子

### －食育の推進と保護者や地域の子育て支援に向けて－

乳幼児期は、子どもの健やかな発育・発達及び健康の維持・増進の基盤となる時期であると同時に、望ましい食習慣や生活習慣の形成に極めて大きな役割を果たす時期でもあることから、保育所における食育の推進は重要と考えます。また、保育所に関わる専門職種として、管理栄養士・栄養士、保育士、看護師等が保育所に入所する子どもの保護者及び地域の子育て家庭への支援を地域の関係機関、団体等との連携及び協力を図り、積極的に取り組み、養育力の向上に資する必要があると考えます。

#### 1. 子どもの健やかな発育・発達及び健康維持・増進への支援

現在保育所では、管理栄養士・栄養士が子どもの発育・発達状況・健康状態・栄養状態・生活状況を把握し、調乳、離乳食、乳幼児食、食物アレルギー食、障害や病気のある子どもへの食事、体調を考慮した食事、宗教に配慮した食事等々、一人一人のお子さんに応じた安全・安心な食事の提供や栄養管理を実施することにより、子どもの健やかな発育・発達を支援しています。保育所に通う児童数が年々増加し、子どもの特性も多様化しており、その責務はますます大きくなっていると感じています。

#### 2. 食育の推進における切れ目のない支援

保育所における食育の推進は、家庭や地域、福祉、教育分野等と連携を図ることが重要です。「子ども子育て支援新制度」における地域子ども・子育て支援事業の充実では、すべての家庭が対象であり、妊娠・出産・子育ての切れ目のない支援の実施、子育て世代の包括的な支援が必要とされています。保育所での保護者への子育て支援はもちろんのこと、地域に向けた子育て支援事業において、身近な存在である保育所で取り組んでいる食育を同様に展開することによって、地域子育て家庭への支援も定着してきています。

#### 3. 健全な食生活の確立を目指した食育の推進

現在、内閣府において第3次食育推進基本計画の検討が進められておりますが、重点課題に取り組むに当たっての留意する視点として「子供から高齢者まで、生涯を通じた取組を推進」として、「特に、子供のうちに健全な食生活を確立することは、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となるため、子供への食育の基礎を形成する場である家庭や学校、保育所等との連携により、食育の取組を確実に推進する。」としています。

### **(1) 多様な暮らしに対応した食育の推進**

食育は、日常生活の基盤である家庭において確実に推進することが重要です。世帯構造や社会環境の変化により、家庭生活の状況が多様化する中で、地域や関係団体の連携・協働を図りつつ、子どもから高齢者まで全ての国民が健全で充実した食生活が実現できるよう、コミュニケーションや豊かな食体験にもつながる共食の機会の提供等を行う必要があります。(事例紹介)

### **(2) 食文化の継承に向けた食育の推進**

近年、食のグローバル化や流通技術の進歩、生活様式の多様化により、豊かな自然に恵まれた日本の多様な食文化が失われつつあります。保育所を中心とした様々な食育活動を通じて、郷土料理、伝統食材、食事の作法等、伝統的な食文化に関する国民の関心と理解を深めるなどにより伝統的な食文化の保護・継承が推進できます。

### **(3) 健康寿命の延伸につながる食育の推進**

将来の生活習慣病の発症予防及び重症化予防には、食塩を減らすことが急務となっています。「生活習慣病対策のために世界が行う5つのアクション(生活習慣病に関する国際連合学識者会議2011年9月)」では、タバコに次いで食塩が重要とされています。

日本人は諸外国に比べ、食塩の摂取が多く(2012年厚生労働省厚生科学研究費調査研究)、大きな課題となっています。減塩(節塩)は低年齢からの食習慣がカギとなります。乳幼児期からのエビデンスに基づいた食育を保育所で実践することにより、将来の健康に大きく寄与できるものと思います。

### **(4) 食育を効果的に推進するためのエビデンスづくり**

近年、巷には色々な健康情報、栄養や食品等に関する情報が氾濫し、混乱を招き、育児不安になっている保護者も見受けられます。専門職として、エビデンスに基づく正しい情報を提供することが重要であると考えています。なお、乳幼児期の子どもの詳細な食事摂取量や食生活状況などに関するデータが少なく、食育を推進するためのエビデンスづくりをする必要があります。また、子ども一人ひとりの体格や食べ方は大きく異なります。個々の食事アセスメントに基づいた食事計画を食育計画の中に反映しながら、保育士等の他の職員、保護者と共に、子どもの食事について考えていきたいと思っています。

### **(5) 保育所栄養士の専門性の質の向上**

適切な食育を推進するには、管理栄養士・栄養士の資質向上を図り、多職種と協働して活動をしなければなりません。それには、関係機関や関係団体と連携した研修等による資質向上、調査研究を図るよう努めることが必要です。

公益社団法人日本栄養士会福祉事業部では、年1回の全国研修会と年12回の専門研修会を実施し、自己研鑽の場を提供しています。今後もより一層、専門性を高めるための研修を提供できるよう努めたいと考えています。

以上のことより、引き続き、保育所保育指針に食育を重要な柱として位置づけていただくとともに、保育所における食育が一層推進できるように期待します。