

楽しく食べる子どもに

～食からはじまる健やかガイド～

「食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」の視点から)のあり方に関する検討会」

報告書

平成16年2月

厚生労働省雇用均等・児童家庭局

目 次

1	子どもの食をめぐる現状と課題	1
2	食を通じた子どもの健全育成のねらい及び目標	7
3	食を通じた子どもの健全育成からみた発育・発達過程に関わる特徴	10
	1) 心と身体 of 健康	
	2) 人との関わり	
	3) 食のスキル	
	4) 食の文化と環境	
4	発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”	14
	1) 授乳期・離乳期	
	2) 幼児期	
	3) 学童期～思春期	
5	“食べる力”を育むための環境づくり	17

〈参考資料1〉 “食べる力”を育むための具体的支援方策（例）

	“食べる力”を育むための具体的支援方策（例）について	19
●	保育所からの発信	22
●	地域子育て支援センターからの発信	24
●	児童館・放課後児童クラブからの発信	25
●	学校からの発信	26
●	児童養護施設からの発信	32
●	地域からの発信	34
●	研究機関からの発信	44
レッスンA	食べる意欲を大切に、食の体験を広げよう	48
レッスンB	食の体験を深め、食の世界を広げよう	52
レッスンC	自分びったりの食事—なにを、どれだけ食べたらいいの?—	54
レッスンD	おやつのパワーってどれくらい?	56
レッスンE	どんな食事にしようかな?—食べる人の気持ちやからだにあった食事づくり—	62
レッスンF	一人ひとりの子どもの変化を評価しよう	66
レッスンG	成長曲線を描いてみよう	70
レッスンH	健康的な食環境づくりをしてみよう	74

〈参考資料2〉 行政関係資料

	次世代育成支援対策推進法の概要	77
	行動計画策定指針における「食育」の推進	79
	健やか親子21の推進について（概要）	80
	健康日本21 栄養・食生活分野について（概要）	82
	食生活指針	86
	改定「離乳の基本」	87
	「保育所保育指針」にみる“食べる意欲を大切に、食の体験を広げる”ことにつながる主なねらい、配慮事項等	90
	食に関する指導（文部科学省）	94

	「食を通じた子どもの健全育成（—いわゆる「食育」の視点から—）のあり方に関する検討会」の開催経緯	96
	「食を通じた子どもの健全育成（—いわゆる「食育」の視点から—）のあり方に関する検討会」名簿	97

リーフレット 楽しく食べる子どもに ～食から はじまる 健やかガイド～
成長曲線を描いてみましょう

