

## 児童養護施設からの発信

児童養護施設とは、「保護者のいない児童、虐待されている児童その他環境上養護を要する児童を入所させて、養護し、あわせてその自立を支援する施設」のことです。  
現在、全国で約 550 施設、約 2 万 9 千人の児童が生活しています。

### 望ましい食生活は、子どもの安全基地としての食卓

児童福祉施設には、食習慣が身につけていない子どもや、家庭での食事時のアブユーズ体験により歪んだ食の意識を植え付けられた子どもが少なからずいます。家庭に代わる施設の生活は、食卓を中心とした子どもの安全基地づくりとして位置づけられるものです。

- 食卓を中心とした子どもの養育の安全基地づくりと関係性の修復
- 食は自立支援の大きな柱“Social Skill Training”を！
- 1人ひとりの存在がかけがえのないものとなる食生活を

(厚生労働省雇用均等・児童家庭局家庭福祉課監修「子どもの権利を擁護するために－児童福祉施設で子どもとかわるあなたへ」(財)日本児童福祉協会発行より抜粋)

## 児童養護施設における具体的活動実践事例

### ■ 食教育のめざすところ

当園では基本理念に基づき、生活全般について自立支援計画を作成し、サポートしている。その一環として食生活に関しても計画を作成している。食生活自立支援計画は基本となる「食べ方」からはじまり、手洗いなど衛生に関すること・食事中のマナー・退園後の自立に向けた内容などにも着目して計画を立てている。当園は乳児院も併設しているので、0歳児より高校生までの各年齢別に獲得しておきたい目標を設定し、それに応じた援助を行うようにしている(表1)。

自立支援の最終的な目標は、各児童が施設を出て自力で生活するときに自分の食べるものを自分で管理できることであり、①限られた生活費のなかから用意できるようになること(調理する、購入するも含める)、②自分の健康維持に配慮した食事内容を考えることができること、③仲間や家族と食事をしながら楽しい時間を過ごすことによって、社会のなかで存在し生きてい

く喜びにつなげられること、と考えている。

### ■ 食教育の方法

#### 献立作成時の留意

栄養のバランスや食べ物の旬、予算的制限、食材料や料理の組み合わせなどに配慮したメニュー。年間通じての行事食の実施。

#### 実際の食事場面での対応

##### 日常の調理実習

食生活自立援助計画に基づき、年間調理実習計画を作成して実施。

##### ホームステイ事業による家庭での食生活の体験

##### 退園前の食生活自立訓練

中高生を対象に1日～数日間にわたり食事全般を自分で行う実習の実施。1日3回すべての食事の献立作成、予算内での食材料の買い物、調理し試食し、感想等のレポートの提出。

表1 食生活自立援助計画

食生活自立援助方針

|         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                           |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 援助方針    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食生活は体の発達とともに心の安定と発達を支えるものである。よい環境で、四季折々の変化に富んだ食事をゆっくりくつろいだ楽しい雰囲気でき、嗜好の幅を広げ、基本的なマナーを身につけていけるように援助する。</li> <li>・食生活に徐々に参加し、食生活の知識や技術を身に付け社会的自立を迎えられるよう援助する。</li> </ul> |                                                                                                              |                                                                                                           |
| 年齢      | 獲得目標                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                              | 援助内容                                                                                                      |
| 0歳      | 食を楽しむ                                                                                                                                                                                                        | 離乳食の開始 スプーンに慣れる<br>歯茎で咀嚼ができる<br>支えられてコップから飲むことができる                                                           | 抱くなど（対面して）目を合わせ話しかけながら楽しい雰囲気を与える<br>嫌いなものは無理強いしない                                                         |
| 1歳      | 食を楽しむ                                                                                                                                                                                                        | スプーンで食べたり、コップから1人で飲もうとする<br>手に持った物を口に運ぶ                                                                      | 嫌いな物でも一口与えてみる<br>よく噛み、よい食べ方ができるように習慣づける<br>スプーンの正しい持ち方を教える（徐々にペン持ちへ）                                      |
| 2歳～3歳   | 楽しんで作ってみる                                                                                                                                                                                                    | スプーン、コップを上手に使い、食器を持って食べる<br>箸に関心をもちしだいに箸に移行する<br>交互に食べるようになる<br>食事を楽しみにする 食事中席を立たない                          | 食前の手洗いを習慣づけていく<br>食前後の挨拶を促す<br>歯磨きの習慣づけ                                                                   |
| 4歳～5歳   | 楽しんで作ってみる                                                                                                                                                                                                    | 箸を使って食べる<br>食事の準備、後片付けに興味をもつ<br>正しい姿勢、正しいマナーを身につける<br>身近な食材を知る 主な味の特徴を知る<br>簡単な調理法を知る<br>好き嫌いを減らし何でも食べるようになる | 栄養的理解を促す<br>食べ終えたら身の回りをきれいにするように促す<br>食前の手洗いの習慣づけ<br>食前後の挨拶の習慣づけ<br>歯磨きの習慣づけ                              |
| 小学1年～3年 | 調理に親しむ                                                                                                                                                                                                       | 食生活習慣・マナーの自立<br>行事食の知識を得る<br>食べ物生産・流通について知る                                                                  | 食前の手洗い・挨拶・歯磨き・排泄の自立をみる<br>配下膳への参加を促す<br>箸の持ち方を確認し必要な援助をする<br>買い物の機会に食生活への関心を高める<br>季節と文化（行事）と食事へのかかわりを伝える |
| 4年～6年   | 調理の基本的技術<br>・知識を学ぶ                                                                                                                                                                                           | 広く食材や、調味料を知る<br>料理名を知る<br>食中毒・害虫など衛生面の知識をもつ                                                                  | 調理をする人に感謝の気持ちを抱くような働きかけをする<br>グループや周りの人の気持ちを考えたマナーを促していく<br>旬の食材が食事に出たときなど、その名前や特徴を理解させる<br>かたづけへの参加      |
| 中学生     | 調理方法のマスター                                                                                                                                                                                                    | 栄養素の理解 添加物について知る<br>ダイエットと食の関係を知る<br>基本的な調理のマスター<br>食品の鮮度、品質表示、賞味期限などの知識を得る<br>環境と食生活の関係に関心をもつ               | 五大栄養素について理解させる<br>栄養指導<br>レストランなど改まった場所で食事の体験をさせ、マナーを完成させる<br>社会、環境と食生活の関係に関心をもたせる                        |
| 高校生     | 食の自立                                                                                                                                                                                                         | 予算のなかで栄養を考慮してメニューを立案し、食材を選び購入。衛生面も考えながら調理ができるようになる                                                           | 自立した調理実習ができるよう援助する<br>調理の応用を身につけさせる                                                                       |
| 備考      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・自立計画の具体的実施のため、食生活委員会（月1定例）を開催する。委員は各寮委員のほか児童会からの「準委員」をおき、児童の意見を反映させる。</li> <li>・毎年、嗜好調査、残食調査などを児童会とともに食生活の向上を図る。</li> </ul>                                          |                                                                                                              |                                                                                                           |

出典：荻野利江（神奈川県立中里学園）「児童養護施設における食教育」；臨床栄養 Vol. 101 No. 7 2002