

### 3 取組事例

#### 【事例1】 保育所における離乳食の進め方

##### 1. 施設の概要

【入所児数】100名（うち、0歳児9名）

##### 2. 取組の特徴

乳児にとって望ましい授乳や食事の時間、環境を作るためには、入所前の家庭での生活状況などを把握し、保護者と保育所が連携をとりながら進める必要がある。離乳食を提供するにあたり、保護者と、子どもの成長を確認しながら連携をとり、計画的に離乳食を進めた。

##### 3. 取組の概要

【目的】乳児の離乳食を計画的に、保護者を支援しながら進める。

【対象者】5～6か月頃の離乳食期の0歳児及びその保護者 3名

【担当者】担当保育士、栄養士、調理員、5～6か月頃の離乳食期の0歳児保護者

【方法】離乳食に関する食事調査、離乳食年間計画、献立表、経過記録・評価、離乳食日誌等を使用し、保育者、保護者と連携をとりながら、離乳食を提供した。

##### 4. 実施内容

- ・保育士と連携をしながら、1歳になるまで離乳食日誌に写真を活用し、目で見て分かるようにし、保護者を支援した。
- ・離乳食年間計画を立てることによって見通しを持って個々の離乳食を進めることができ、経過記録・評価をすることで、成長を確認することができた。

##### 5. 実施状況

①入所当日に離乳食問診票を使用し、栄養士が保護者と面談

- ・対象児の食事状況等の把握：生活リズム、授乳（乳の種類、回数、時間、哺乳瓶・乳首の種類等）、離乳食（開始時期、食事回数、咀嚼の様子、調理形態等）、アレルギー体質の有無、排便について（回数、便の状態等）、保護者の食事に対する思い等
- ・食品調査：現在食べているものを聞く

②離乳食年間計画の立案

- ・栄養士が保護者との面接や食事調査をもとに、家庭での離乳食の進み具合を把握し、見通しを持って離乳食を進めることができるように、離乳食の進め方の年間計画を立てた。  
保育所入所当初は環境の変化が大きいことから、今までの生活に合わせた食事を中心に計画を立てた。年間計画について、保護者と保育士と一緒に確認した。
- ・個人の離乳食開始時期から完了までの離乳の進め方を月齢で記入し、月齢に応じた調理形態を記入する。例えば、進み具合をみて、修正のある場合は赤字で記入する。
- ・離乳食完了後は、計画が適切であったかを評価し、今後の支援の改善に役立てる。

③離乳食献立の作成と配付

- ・栄養士は、子どもの食事調査や離乳食年間計画にそって、成長に見合った献立（月齢が同じでも、

咀嚼力に個人差があるので調理形態を別にする、食材の進み方に個人差があるので使える食材を考えた個別の献立等)を作成する。

- ・ 保育所の食事を参考に、家庭での食事の留意点などについて理解し、役立ててもらうために保護者向けの予定献立表を作成、配付し、保育所の食事内容を確認してもらう。

#### ④離乳食日誌

- ・ 離乳食が始まる5～6か月頃の離乳食期から幼児食に移行する時期まで(この取組では、1歳の誕生日を迎える月までとした。)離乳食日誌を使用し、保育所での食事の様子や喫食状況を保護者に知らせるとともに、家庭での食事の様子、食べている量や調理形態を知らせてもらいながら、日々の離乳食の進め方を確認する。

- ・ 毎日の離乳食献立から、幼児食から展開し調理した離乳食を写真に撮り、日誌に貼る。
- ・ 栄養士より離乳食に対するコメントを記入する。
- ・ 個別の離乳食作成に対してヒントになるようなコメント\*を記入する。

(\*3歳以上児の献立のポテトグラタンに使用するじゃが芋を、だし汁でやわらか煮にしました。歯ぐきでつぶれる硬さなので固まりを少し残してみましたが、上手にモグモグしつぶして食べていました。家庭でも、大人用の料理から離乳食に使えるものが多いですよ。)

- ・ 子どもの喫食状況について記入(食べ方、残量等)する。
- ・ 保護者からのコメント、家庭での食事の記録を記入してもらう。

#### 【離乳食日誌】

※家庭からの食事の記入方法

<子どもの食事について>


献立名及びその材料と食べた量を記入してください。

ベビーフードの場合は、B。利用した場合はB+惣菜の場合は、そ。利用した場合はそ+。

外食の場合は、外と記入してください。

<保護者の食事について>

夕食について、献立名及びその主な材料を記入してください。

| 離乳食日誌  |   | なまえ ○○ ○○ |  |
|--|---|-----------|--|
| ○月 ○日(○)   |   |           |  |
| 食事内容   | 栄養士より   |           |  |
| 朝食<br>7:30<br>ミルク 200cc  |  <p>*ポテトグラタンに使用するじゃが芋を、だし汁でやわらか煮にしました。</p> <p>*歯ぐきでつぶれる硬さなので固まりを少し残してみましたが、上手にモグモグしつぶして食べていました。</p> <p>幼児食<br/>ポテトグラタン<br/>ほうれん草と<br/>コーンのソテー</p> |           |  |
| 保育所 昼食<br>11:00<br>パンかゆ 50g<br>白身魚の薄味煮 30g<br>じゃが芋のやわらか煮 20g<br>清汁(ほうれん草) 50cc<br>ミルク 50cc       |   |           |  |
| おやつ<br>14:45<br>ミルク 200cc  |   |           |  |
| 夕食<br>19:30<br><子どもの食事><br>おかゆ<br>子ども茶わん1/2<br>B ミートボール 3コ<br>野菜スープ 子ども椀<br>1/3<br>(キャベツ、人参、玉ねぎ) | <保護者の食事><br>ごはん<br>そ 鶏肉のから揚げ<br>小松菜おひたし<br>みそ汁<br>(キャベツ、人参、たまねぎ)  | <家庭より>    |  |
| 《家庭の食事》 ベビーフード⇒B ベビーフードを利用して⇒B+ 惣菜⇒そ 惣菜を利用して⇒そ+ 外食⇒外   |   |           |  |

### ⑤毎月の経過記録

- ・栄養士は離乳食年間計画に沿って経過を記録・評価し、成長を確認する。
  - ・身長・体重から食事摂取基準を活用し、推定エネルギー必要量を算出する。
  - ・記入月の月齢、身長、体重及びカウプ指数を記入し、成長曲線を活用し、成長の確認をする。
  - ・離乳食の回数、調理形態、咀嚼・嚥下の状況、授乳の量と時間、1日の総量などの経過を記入する。
  - ・使えるようになった食器や食具についても記録する
  - ・保護者との面談の内容や連絡事項について記録する

### ⑥翌月の離乳の進め方の確認

- ・栄養士は保育所での子どもの状況、離乳食の進み具合を保護者に知らせ、また、家庭での様子など保護者と面談をしながら把握し、翌月の離乳食の献立作成に生かす。

## 6. 評価及び課題

- ・今回、離乳食年間計画を立てることによって、見通しを持って個別の離乳食を考えることができた。
- ・保護者にとっては、経過記録をすることで月ごとに振り返ることで、子どもの成長を身長や体重だけでなく食材や形態、量でも確認することができた。
- ・また、使用食材や、調理形態等、保育者、保護者及び調理担当者での共有が図れ、翌月の献立作成に生かすことができた。
- ・咀嚼や嚥下の様子も保育士と一緒に確認することで、調理形態を考えやすく、保育士も調理形態や与え方について考える機会になったという声が聞かれた。
- ・離乳食日誌に写真を活用したこともあり、毎日写真を撮る栄養士は大変ではあったが、保育所で離乳食を作成するときのポイントや目で見て調理形態が分かるなど、保護者に離乳食について分かりやすく伝えることができた。一方で、家庭の食事を記録することが保護者の負担になったようであった。
- ・1か月に1度の割合で定期的に保護者と面談することで、子どもの食事について保護者と確認しながら進めることができ、また、離乳食についての助言ができたので、保護者支援にもつながった。また、離乳食について疑問を栄養士に相談に来るようになるなどの反応が見られた。
- ・今後は、双方に大きな負担のかからないような方法で、日誌を適用する対象者を拡大していきたい。
- ・保護者は、離乳期のうちは子どもの食事について一生懸命であるが、幼児食への移行期になると食事についての配慮が薄らぐ傾向にあるので、これからも幼児期の子どもの食事についても、機会あるごとに保護者に向けて啓発していきたいと考えている。