

「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」(概要)

朝食欠食等の食習慣の乱れや思春期やせに見られるような心と体の健康問題が生じている現状にかんがみ、乳幼児期から正しい食事のとり方や望ましい食習慣の定着及び食を通じた人間性の形成・家族関係づくりによる心身の健全育成を図るため、発達段階に応じた食に関する取組を進めることが必要である。

食べることは、生きることの源であり、心と体の発達に密接に関係している。乳幼児期から、発達段階に応じて豊かな食の体験を積み重ねていくことにより、生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送る基礎となる「食を営む力」を培うことが重要である。

保育所は1日の生活時間の大半を過ごすところであり、保育所における食事の意味は大きい。食事は空腹を満たすだけでなく、人間的な信頼関係の基礎をつくる営みでもある。子どもが身近な大人からの援助を受けながら、他の子どもとのかかわりを通して、豊かな食の体験を積み重ね、楽しく食べる体験を通して、食への関心を育み、食を営む力の基礎を培う「食育」を実践していくことが重要である。

保育所における「食育」は、保育所保育指針を基本とし、食を営む力の基礎を培うことを目標として実施される。「食育」の実施に当たっては、家庭や地域社会と連携を図り、保護者の協力のもと、保育士、調理員、栄養士、看護師などの全職員がその有する専門性を活かしながら、共に進めることが重要である。

また、保育所は地域子育て支援の役割をも担っていることから、在宅子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談に応じ、助言を行うよう努める。

食育の目標

現在を最もよく生き、かつ、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことが保育所における食育の目標である。このため、保育所における食育は、楽しく食べる子どもに成長していくことを期待しつつ、次にかかげる子ども像の実現を目指して行う。

- ① お腹がすくリズムのもてる子ども
- ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③ 一緒に食べたい人がいる子ども
- ④ 食事づくり、準備にかかわる子ども
- ⑤ 食べものを話題にする子ども

上にかかげた子ども像は、保育所保育指針で述べられている保育の目標を、食育の観点から、具体的な子どもの姿として表したものである。

食育のねらい及び内容

食育の内容は、「ねらい」及び「内容」から構成される。

「ねらい」は食育の目標をより具体化したものである。これは「子どもが身につけることが望まれる心情、意欲、態度などを示した事項」である。

「内容」はねらいを達成するために援助する事項である。これらを、食と子どもの発達の観点から、心身の健康に関する項目「食と健康」、人とかかわりに関する項目「食と人間関係」、食の文化に関する項目「食と文化」、いのちとかかわりに関する項目「いのちの育ちと食」、料理とかかわりに関する「料理と食」としてまとめ、示したものである。なお、この5項目は、3歳未満児については、その発達の特徴からみて各項目を明確に区分することが困難な面が多いので、5項目に配慮しながら、一括して示してある。

また、食育は、保育と同様に、具体的な子どもの活動を通して展開されるものである。そのため、子どもの活動は一つの項目だけに限られるものではなく、項目の間で相互に関連を持ちながら総合的に展開していくものである。

食育の計画

食育は、食事の時間を中心としつつも、入所している子どもの生活全体を通して進めることにより、食育の目標の達成を期待するものである。食育が一つの領域として扱われたり、食事の時間の援助と他の保育活動の援助が全く別々に行われたり、保育士と栄養士、調理員などの役割・連携が不明確であっては、食育の目標を効果的に達成することはできない。したがって食育は、全職員の共通理解のもとに計画的・総合的に展開されなければならない。

そのため、「食育の計画」は、「保育所保育指針」に示された保育所における全体的な計画である「保育計画」と、保育計画に基づいて保育を展開するために具体的な計画として立案される「指導計画」の中にしっかり位置づくかたちで作成される必要がある。作成に当たっては柔軟で発展的なものとなるように留意することが重要である。同時に、各年齢を通して一貫性のあるものとする必要がある。

さらに、現代社会特有の食環境の変化に対し、家庭や地域社会の実態を踏まえ、各保育所の特性を考慮した柔軟な食育の計画を作成し、適切に対応することが必要である。

また、食育の計画を踏まえて実践が適切に進められているかどうかを把握し、次の食育実践の資料とするため、その経過や結果を記録し、自己の食育実践を評価し、改善するように努めることが必要である。

食育のねらい及び内容

〈6か月未満児〉

ねらい	内容	配慮事項
<p>①お腹がすき、乳（母乳・ミルク）を飲みたい時、飲みただけゆったりと飲む。</p> <p>②安定した人間関係の中で、乳を吸い、心地よい生活を送る。</p>	<p>①よく遊び、よく眠る。</p> <p>②お腹がすいたら、泣く。</p> <p>③保育士にゆったり抱かれて、乳（母乳・ミルク）を飲む。</p> <p>④授乳してくれる人に関心を持つ。</p>	<p>①一人一人の子どもの安定した生活のリズムを大切にしながら、心と体の発達を促すよう配慮すること。</p> <p>②お腹がすき、泣くことが生きていくことの欲求の表出につながることを踏まえ、食欲を育むよう配慮すること。</p> <p>③一人一人の子どもの発育・発達状態を適切に把握し、家庭と連携をとりながら、個人差に配慮すること。</p> <p>④母乳育児を希望する保護者のために冷凍母乳による栄養法などの配慮を行う。冷凍母乳による授乳を行うときには、十分に清潔で衛生的に処置をすること。</p> <p>⑤食欲と人間関係が密接な関係にあることを踏まえ、愛情豊かな特定の大人との継続的で応答的な授乳中のかかわりが、子どもの人間への信頼、愛情の基盤となるように配慮すること。</p>

〈6か月～1歳3か月未満児〉

<p>①お腹がすき、乳を吸い、離乳食を喜んで食べ、心地よい生活を味わう。</p> <p>②いろいろな食べものを見る、触る、味わう経験を通して自分で進んで食べようとする。</p>	<p>①よく遊び、よく眠り、満足するまで乳を吸う。</p> <p>②お腹がすいたら、泣く、または、喃語によって、乳や食べものを催促する。</p> <p>③いろいろな食べものに関心を持ち、自分で進んで食べものを持って食べようとする。</p> <p>④ゆったりとした雰囲気の中で、食べさせてくれる人に関心を持つ。</p>	<p>①一人一人の子どもの安定した生活のリズムを大切にしながら、心と体の発達を促すよう配慮すること。</p> <p>②お腹がすき、乳や食べものを催促することが生きていくことの欲求の表出につながることを踏まえ、いろいろな食べものに接して楽しむ機会を持ち、食欲を育むよう配慮すること。</p> <p>③一人一人の子どもの発育・発達状態を適切に把握し、家庭と連携をとりながら、個人差に配慮すること。</p> <p>④子どもの咀嚼や嚥下機能の発達に応じて、食品の種類、量、大きさ、固さなどの調理形態に配慮すること。</p> <p>⑤食欲と人間関係が密接な関係にあることを踏まえ、愛情豊かな特定の大人との継続的で応答的な授乳及び食事でのかかわりが、子どもの人間への信頼、愛情の基盤となるように配慮すること。</p>
--	--	--

〈1歳3か月～2歳未満児〉

<p>①お腹がすき、食事を喜んで食べ、心地よい生活を味わう。</p> <p>②いろいろな食べものを見る、触る、噛んで味わう経験を通して自分で進んで食べようとする。</p>	<p>①よく遊び、よく眠り、食事を楽しむ。</p> <p>②いろいろな食べものに関心を持ち、手づかみ、または、スプーン、フォークなどを使って自分から意欲的に食べようとする。</p> <p>③食事の前後や汚れたときは、顔や手を拭き、きれいになった快さを感じる。</p> <p>④楽しい雰囲気の中で、一緒に食べる人に関心を持つ。</p>	<p>①一人一人の子どもの安定した生活のリズムを大切にしながら、心と体の発達を促すよう配慮すること。</p> <p>②子どもが食べものに興味を持って自ら意欲的に食べようとする姿を受けとめ、自立心の芽生えを尊重すること。</p> <p>③食事のときには、一緒に噛むまねをして見せたりして、噛むことの大切さが身につくように配慮すること。また、少しずついろいろな食べ物に接することができるよう配慮すること。</p> <p>④子どもの咀嚼や嚥下機能の発達に応じて、食品の種類、量、大きさ、固さなどの調理形態に配慮すること。</p> <p>⑤清潔の習慣については、子どもの食べる意欲を損なわぬよう、一人一人の状態に応じてかかわること。</p> <p>⑥子どもと一緒に食べたい人を見つけ、選ぼうとする姿を受けとめ、人への関心の広がりには配慮すること。</p>
---	--	---

〈2歳児〉

<p>①いろいろな種類の食べ物や料理を味わう。</p> <p>②食生活に必要な基本的な習慣や態度に関心を持つ。</p> <p>③保育士を仲立ちとして、友達とともに食事を進め、一緒に食べる楽しさを味わう。</p>	<p>①よく遊び、よく眠り、食事を楽しむ。</p> <p>②食べものに関心を持ち、自分で進んでスプーン、フォーク、箸などを使って食べようとする。</p> <p>③いろいろな食べものを進んで食べる。</p> <p>④保育士の手助けによって、うがい、手洗いなど、身の回りを清潔にし、食生活に必要な活動を自分でする。</p> <p>⑤身近な動植物をはじめ、自然事象をよく見たり、触れたりする。</p> <p>⑥保育士を仲立ちとして、友達とともに食事を進めることの喜びを味わう。</p> <p>⑦楽しい雰囲気の中で、一緒に食べる人、調理をする人に関心を持つ。</p>	<p>①一人一人の子どもの安定した生活のリズムを大切にしながら、心と体の発達を促すよう配慮すること。</p> <p>②食べものに興味を持ち、自主的に食べようとする姿を尊重すること。また、いろいろな食べものに接することができるよう配慮すること。</p> <p>③食事においては個人差に応じて、食品の種類、量、大きさ、固さなどの調理形態に配慮すること。</p> <p>④清潔の習慣については、一人一人の状態に応じてかかわること。</p> <p>⑤自然や身近な事物などへの触れ合いにおいては、安全や衛生面に留意する。また、保育士がまず親しみや愛情を持ってかかわるようにして、子どもが自らしてみようと思う気持ちを大切にすること。</p> <p>⑥子どもと一緒に食べたい人を見つけ、選ぼうとする姿を受けとめ、人への関心の広がりには配慮すること。また、子ども同士のいざこざも多くなるので、保育士はお互いの気持ちを受容し、他の子どもとのかかわり方を知らせていく。</p> <p>⑦友達や大人とテーブルを囲んで、食事をすすめる雰囲気づくりに配慮すること。また、楽しい食事のすすめ方を気づかせていく。</p>
---	---	---

〈3歳以上児〉

<p>「食と健康」</p> <p>①できるだけ多くの種類の食べものや料理を味わう。</p> <p>②自分の体に必要な食品の種類や動きに気づき、栄養バランスを考慮した食事をとろうとする。</p> <p>③健康、安全など食生活に必要な基本的な習慣や態度を身につける。</p>	<p>①好きな食べものをおいしく食べる。</p> <p>②様々な食べものを進んで食べる。</p> <p>③慣れない食べものや嫌いな食べものにも挑戦する。</p> <p>④自分の健康に関心を持ち、必要な食品を進んでとろうとする。</p> <p>⑤健康と食べものの関係について関心を持つ。</p> <p>⑥健康な生活リズムを身につける。</p> <p>⑦うがい、手洗いなど、身の回りを清潔にし、食生活に必要な活動を自分でする。</p> <p>⑧保育所生活における食事の仕方を知り、自分たちで場を整える。</p> <p>⑨食事の際には、安全に気をつけて行動する。</p>	<p>①食事と心身の健康とが、相互に密接な関連があるものであることを踏まえ、子どもが保育士や他の子どもとの暖かな触れ合いの中で楽しい食事をするのが、しなやかな心と体の発達を促すよう配慮すること。</p> <p>②食欲が調理法の工夫だけでなく、生活全体の充実によって増進されることを踏まえ、食事はもちろんのこと、子どもが遊びや睡眠、排泄などの諸活動をバランスよく展開し、食欲を育むよう配慮すること。</p> <p>③健康と食べものの関係について関心を促すに当たっては、子どもの興味・関心を踏まえ、全職員が連携のもと、子どもの発達に応じた内容に配慮すること。</p> <p>④食習慣の形成に当たっては、子どもの自立心を育て、子どもが他の子どもとかわりながら、主体的な活動を展開する中で、食生活に必要な習慣を身につけるように配慮すること。</p>
<p>「食と人間関係」</p> <p>①自分で食事ができること、身近な人と一緒に食べる楽しさを味わう。</p> <p>②様々な人々との会食を通して、愛情や信頼感を持つ。</p> <p>③食事に必要な基本的な習慣や態度を身につける。</p>	<p>①身近な大人や友達とともに、食事をする喜びを味わう。</p> <p>②同じ料理を食べたり、分け合って食事することを喜ぶ。</p> <p>③食生活に必要なことを、友達とともに協力して進める。</p> <p>④食の場を共有する中で、友達との関わりを深め、思いやりを持つ。</p> <p>⑤調理をしている人に関心を持ち、感謝の気持ちを持つ。</p> <p>⑥地域のお年寄りや外国の人など様々な人々と食事を共にする中で、親しみを持つ。</p> <p>⑦楽しく食事をするために、必要なきまりに気づき、守ろうとする。</p>	<p>①大人との信頼関係に支えられて自分自身の生活を確立していくことが人とかわる基盤となることを考慮し、子どもと共に食事をする機会を大切にす。また、子どもが他者と食事を共にする中で、多様な感情を体験し、試行錯誤しながら自分の力で行うことの充実感を味わうことができるよう、子どもの行動を見守りながら適切な援助を行うように配慮すること。</p> <p>②食に関する主体的な活動は、他の子どもとのかかわりの中で深まり、豊かになるものであることを踏まえ、食を通して、一人一人を生かした集団を形成しながら、人とかわる力を育てていくように配慮する。また、子どもたちと話し合いながら、自分たちのきまりを考え、それを守ろうとすることが、楽しい食事につながっていくことを大切にすること。</p> <p>③思いやりの気持ちを培うに当たっては、子どもが他の子どもとのかかわりの中で他者の存在に気づき、相手を尊重する気持ちを持って行動できるようにする。特に、葛藤やつまずきの体験を重視し、それらを乗り越えることにより、次第に芽生える姿を大切にすること。</p>

		④子どもの食生活と関係の深い人々と触れ合い、自分の感情や意志を表現しながら共に食を楽しみ、共感し合う体験を通して、高齢者をはじめ地域、外国の人々などと親しみをもち、人とかかわることの楽しさや人の役に立つ喜びを味わうことができるようにする。また、生活を通して親の愛情に気づき、親を大切にしようとする気持ちが育つようにすること。
<p>「食と文化」</p> <p>①いろいろな料理に出会い、発見を楽しんだり、考えたりし、様々な文化に気づく。</p> <p>②地域で培われた食文化を体験し、郷土への関心を持つ。</p> <p>③食習慣、マナーを身につける。</p>	<p>①食材にも旬があることを知り、季節感を感じる。</p> <p>②地域の産物を生かした料理を味わい、郷土への親しみをもち。</p> <p>③様々な伝統的な日本特有の食事を体験する。</p> <p>④外国の人々など、自分と異なる食文化に興味や関心を持つ。</p> <p>⑤伝統的な食品加工に出会い、味わう。</p> <p>⑥食事にあった食具（スプーンや箸など）の使い方を身につける。</p> <p>⑦挨拶や姿勢など、気持ちよく食事をするためのマナーを身につける。</p>	<p>①子どもが、生活の中で様々な食文化とかわり、次第に周囲の世界に好奇心を抱き、その文化に関心を持ち、自分なりに受け止めることができるようになる過程を大切にすること。</p> <p>②地域・郷土の食文化などに関しては、日常と非日常いわゆる「ケとハレ」のバランスを踏まえ、子ども自身が季節の恵み、旬を実感することを通して、文化の伝え手になれるよう配慮すること。</p> <p>③様々な文化があることを踏まえ、子どもの人権に十分配慮するとともに、その文化の違いを認め、互いに尊重する心を育てるよう配慮する。また、必要に応じて一人一人に応じた食事内容を工夫するようにすること。</p> <p>④文化に見合った習慣やマナーの形成に当たっては、子どもの自立心を育て、子どもが積極的にその文化にかかわろうとする中で身につけるように配慮すること。</p>
<p>「いのちの育ちと食」</p> <p>①自然の恵みと働くことの大切さを知り、感謝の気持ちを持って食事を味わう。</p> <p>②栽培、飼育、食事などを通して、身近な存在に親しみをもち、すべてのいのちを大切にすることを大切にする心を持つ。</p> <p>③身近な自然にかかわり、世話をしたりする中で、料理との関係を考え、食材に対する感覚を豊かにする。</p>	<p>①身近な動植物に関心を持つ。</p> <p>②動植物に触れ合うことで、いのちの美しさ、不思議さなどに気づく。</p> <p>③自分たちで野菜を育てる。</p> <p>④収穫の時期に気づく。</p> <p>⑤自分たちで育てた野菜を食べる。</p> <p>⑥小動物を飼い、世話をする。</p> <p>⑦卵や乳など、身近な動物からの恵みに、感謝の気持ちを持つ。</p> <p>⑧食べ物を皆で分け、食べる喜びを味わう。</p>	<p>①幼児期において自然のもつ意味は大きく、その美しさ、不思議さ、恵みなどに直接触れる体験を通して、いのちの大切に気づくことを踏まえ、子どもが自然とのかかわりを深めることができるよう工夫すること。</p> <p>②身近な動植物に対する感動を伝え合い、共感し合うことなどを通して自からかわろうとする意欲を育てるとともに、様々なかわり方を通してそれらに対する親しみ、いのちを育む自然の摂理の偉大さに畏敬の念を持ち、いのちを大切にすることを大切にすることが育まれるようにすること。</p> <p>③飼育・栽培に関しては、日常生活の中で子ども自身が生活の一部として捉え、体験できるように環境を整えること。また、大人の仕事の意味が分かり、手伝いなどを通して、子どもが積極的に取り組めるように配慮すること。</p>

		<p>④身近な動植物、また飼育・栽培物の中から保健・安全面に留意しつつ、食材につながるものを選び、積極的に食する体験を通して、自然と食事、いのちと食事のつながりに気づくように配慮すること。</p> <p>⑤小動物の飼育に当たってはアレルギー症状などを悪化させないように十分な配慮をすること。</p>
<p>「料理と食」</p> <p>①身近な食材を使って、調理を楽しむ。</p> <p>②食事の準備から後片付けまでの食事づくりに自らかかわり、味や盛りつけなどを考えたり、それを生活に取り入れようとする。</p> <p>③食事になさわしい環境を考えて、ゆとりある落ち着いた雰囲気でする。</p>	<p>①身近な大人の調理を見る。</p> <p>②食事づくりの過程の中で、大人の援助を受けながら、自分でできることを増やす。</p> <p>③食べたいものを考える。</p> <p>④食材の色、形、香りなどに興味を持つ。</p> <p>⑤調理器具の使い方を学び、安全で衛生的な使用法を身につける。</p> <p>⑥身近な大人や友達と協力し合っ、調理することを楽しむ。</p> <p>⑦おいしそうな盛りつけを考える。</p> <p>⑧食事が楽しくなるような雰囲気を考え、おいしく食べる。</p>	<p>①自ら調理し、食べる体験を通して、食欲や主体性が育まれることを踏まえ、子どもが食事づくりに取り組むことができるように工夫すること。</p> <p>②一人一人の子どもに興味や自発性を大切に、自ら調理しようとする意欲を育てるとともに、様々な料理を通して素材に目を向け、素材への関心などが養われるようにすること。</p> <p>③安全・衛生面に配慮しながら、扱いやすい食材、調理器具などを日常的に用意し、子どもの興味・関心に応じて子どもが自分で調理することができるように配慮すること。そのため、保育所の全職員が連携し、栄養士や調理員が食事をつくる場面を見たり、手伝う機会を大切にすること。</p>

資料 酒井治子（主任研究者）；平成15年度児童環境づくり等総合調査研究事業報告書「保育所にける食育のあり方に関する研究報告書」（2004）

(3) 保育所における食育に関する調査の結果について

平成16年11月1日事務連絡
各都道府県・指定都市・中核市児童福祉主管部(局) 宛
厚生労働省雇用均等・児童家庭局 保育課

回答保育所数 21,936施設

①食育に関する計画の策定	12,877施設(58.7%)
②食育に取り組む体制づくり	17,820施設(81.2%)
③飼育、栽培体験	19,039施設(86.8%)
④配膳、片づけに関わる体験	19,957施設(91.0%)
⑤調理体験	14,994施設(68.4%)
⑥バランスの取れた食事を味わい、 食事量を調節する体験	17,730施設(80.8%)
⑦地域の伝統的な食事に関わる体験	9,047施設(41.2%)
⑧保護者に対する食に関する相談や 講習会の開催	13,935施設(63.5%)
⑨地域の人との会食に関わる体験	9,667施設(44.1%)
⑩食に関する地域講習会等の開催	5,138施設(23.4%)

(参考) 保育所における食育に関する調査について(依頼)

平成16年7月20日雇児保発第0720001号
都道府県・指定都市・中核市児童福祉主管部(局) 長宛
厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課長通知

〈食育の各項目の内容については次の説明文を参照。〉

- ①食育に関する計画の策定：豊かな食の体験を通して、子どもの食への関心を育み、「食を営む力」の基礎を培う「食育の実践」について「保育計画」、「指導計画」に明文化され、年間計画として位置づけられていること。
- ②食育に取り組む体制づくり：保育士、調理員、栄養士、看護師など全職員が、保育における食育の重要性を十分認識し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組む体制づくりが図られていること。(例)職員会議における食に関する指導の話し合いや、給食についての定例会議などを行っていること。
- ③飼育、栽培体験：飼育や栽培を通じて、いのちの大切さ、自然の恵みを知るとともに、いのちと食事、自然と食事のつながりに気づくよう配慮した取組を行っていること。
- ④配膳、片づけに関わる体験：配膳や片づけを通じて、食事と主体的に関わり、感謝の気持ちや思いやりの心を育むよう配慮した取組を行っていること。
- ⑤調理体験：調理体験を通じて、素材に関心を持ったり、調理器具の使い方を学んだり、食べたいものを考えたりするなど、食に対して主体性を育むよう配慮した取組を行っていること。
- ⑥バランスのとれた食事を味わい、食事量を調節する体験：できるだけ多くの種類の食べものや料理を味わい、食事量の調節ができる環境を整え、食べものや健康に関心を持ち主体的に食べること、食欲を感じながら量を調節するよう配慮した取組を行っていること。
- ⑦地域の伝統的な食事に関わる体験：地域の伝統的な食事を通じて、地域文化と関わり、郷土への親しみを感じるよう配慮した取組を行っていること。
- ⑧保護者に対する食に関する相談や講習会の開催：保育所の保護者を対象とした食に関する相談や講習会の開催。
- ⑨地域の人との会食に関わる体験：地域の高齢者や子どもたちと一緒に食事をする機会を通じ、人とかかわることの楽しさを感じたり、一緒に食事を楽しむことの喜びが体験できるよう配慮した取組を行っていること。
- ⑩食に関する地域講習会等の開催：地域の子育て家庭からの食に関する相談に応じたり、地域の子育て家庭対象の食に関する講習会や勉強会の開催。

(4) 子どもの「食育」に関するインターネットを活用した情報提供について

「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」報告書や「保育所における食育に関する指針」の全文については、(財)こども未来財団の運営によるホームページ「i-子育てネット」(<http://www.i-kosodate.net/index.html>)に新たに設けられた「食育レポート」コーナーに掲載されています。(平成16年4月1日から公開、平成16年10月末日までの食育コーナーへのアクセス数 83,046)。

食育レポート

●楽しく食べる子どもに

一食からはじまる健やかガイドー

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

・リーフレット

「楽しく食べる子どもに」

「成長曲線を描いてみましょう」

一保育所における食育に関する指針一

●食育に関する取り組み事例

一児童福祉施設における取り組み事例一

一食育プログラム実践事例一

〈目次〉

- 1 子どもの食をめぐる現状と課題
- 2 食を通じた子どもの健全育成のねらい及び目標
- 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
 - 1) 心と身体の健康
 - 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”
 - 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

〈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

- 保育所からの発信
- 地域子育て支援センターからの発信
- 児童館・放課後児童クラブからの発信
- 学校からの発信
- 児童養護施設からの発信
- 地域からの発信
- 研究機関からの発信
- レッスンA 食べる意欲を大切に、食の体験を広げよう
- レッスンB 食の体験を深め、食の世界を広げよう
- 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？—
- レッスンD おやつのパワーってどれくらい？
- 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—
- レッスンF 一人ひとりの子どもの変化を評価しよう
- レッスンG 成長曲線を描いてみよう
- レッスンH 健康的な食環境づくりをしてみよう

〈参考資料2〉行政関係資料

平成15年度の「ブロック別児童福祉給食関係者研修会」における事例発表の内容が掲載されています。平成16度の発表の内容についても掲載予定です。

(5) 食育シンポジウムの開催について

平成16年11月3日(水)、日本教育会館(東京都千代田区)において、「食で育もう 子どもたちの未来」をテーマとして、厚生労働省及びこども未来財団の主催で、健やか親子21推進協議会に後援をいただいて、「食育シンポジウム」を開催した。

本シンポジウムは、平成16年2月にとりまとめた「食を通じた子どもの健全育成のあり方検討会」報告書の内容を踏まえ、子育て中の保護者の方々並びに子どもの食育活動に関わるの方々を対象に、各領域からの話題提供等を通して、乳幼児期からの食育の実践に向けての理解を深めることをねらいとし、開催されたものである。

当日の参加者は、583名で、女性502名・男性79名(不明2名)、年齢階級別では20歳代、30歳代の順に多く、全体の約45%(不明・無回答除く)を占め、託児利用者は49名であった。

プログラムは下記の内容のとおり。

【プログラム】

13:30～ 開会

13:50～ 特別講演

「心地よい食卓は万国共通～カーリーおばさんが提案する楽しい食卓」

料理研究家 カーリー西條氏

14:45～ パネルディスカッション

「はじめよう！食べるネッサンス」

パネリスト 星 みつる氏 (脚本家)

足立 己幸氏 (女子栄養大学大学院教授)

榊原 洋一氏 (お茶の水女子大学子ども発達教育研究センター教授)

奥山 佳恵氏 (タレント)

コーディネーター 好本 恵 氏 (アナウンサー)