

保育所で提供されている幼児食に関する調査

A survey of the children's meals in nursery schools

並河 香代子

Kayoko Namikawa

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 修士課程

キーワード：幼児食，インタビュー調査，保育所

Key words : Children's meals, Interview survey, Nursery schools

1. 研究目的

咀嚼機能は、哺乳運動のように生まれながらにして備えられているものではなく、出生後適切な刺激が加えられ、学習することによって機能が正常に発達し獲得されるものである^[1]。また、咀嚼機能は全身的な機能の中のひとつの運動として発達、獲得していくものである。村上等は、保育園児の摂食問題を、噛まないで丸飲みしてしまう子、口にためたままなか飲み込まない子、口の中でチュクチュク吸う子の3つに分類し、すでに30年程前に保育園児の摂食問題を指摘している^[2]。子どもが大人に近い咀嚼機能を獲得するのは3歳過ぎであり^[3]、離乳完了から咀嚼機能を獲得するまでの間に調理上の配慮が必要であることは明白である。特に保育所では離乳期の支援に加え、離乳完了から咀嚼機能を獲得するまでの発達をどのように支援するかが、大きな課題となっている。しかし、2018年に施行された、1歳以上3歳未満の保育の充実を提言している新保育所保育指針^[4]において、この時期の発達と食事との関係については、ほとんど触れられていない。2019年に改訂された「授乳・離乳の支援ガイド」^[5]においても、離乳完了期である12～18ヶ月までの支援内容が記されているものの、離乳完了から咀嚼機能を獲得する3歳過ぎまでの幼児食への移行に関する記載はない。

咀嚼機能の獲得は、その後の健康的な食習慣の形成を左右するものであるにも関わらず、離乳完了の概ね1歳半から咀嚼機能を獲得する3歳過ぎまでに提供される食事形態や食事支援については、ほとんど研究がなされていない。そこで本研究では、保育所における離乳完了から咀嚼機能を獲得する3歳過ぎまでの幼児に提供される幼児食およ

び保育士の子どもへの具体的な支援の現状を把握することを目的とし、保育士へのインタビュー調査を行った。

2. 研究実施内容

【方法】

2019年6月～8月、東京都および千葉県認可保育所14ヶ所の保育士16名に半構成化インタビュー(1園あたり40～90分程度)を行った。質問項目は、「離乳完了期食から幼児食への移行」、「噛みにくいもの」、「よく噛んで食べているもの」、「一口大の決め方」、「咀嚼を促す方法」、「危険な食べ方をする子どもへの対応」、「食具の使用」、「調理員との連携」等であった。対象は0～2歳児クラス(該当児童0歳～3歳)の担任経験がある保育士とした。インタビューはICレコーダーに録音し、録音データを逐語録に起こし、質問項目ごとに分類・整理した。なお、本研究は、大妻女子大学生命科学研究倫理審査委員会による承認(第2019-014号)を得て実施した。

【結果および考察】

対象保育所は私立認可保育所が8件、公設民営保育所が4件、私立認可小規模保育室が2件であった。保育所の設置場所は東京都23区内が11件、何れも23区外が2件、千葉県が1件、保育所の平均定員は103.5±46.6名であった。

対象保育士の属性は16名全員が女性、平均年齢は37.3±7.4歳、平均経験年数は14.3±4.7年であった。0歳児クラスの平均担任回数は3.4±2.0回、1歳児クラスの平均担任回数は3.6±2.1回であった。0、1歳児合同のクラスとして経験がある保育士が1名であった。保育所に自身の子どもを預けた経験がある保育士は10名であった。保育士として勤

めた保育所の数は1件が10名、2件以上が5名であった。年齢、経験年数、保育士として勤めた保育所の数に関して無回答が1名、平均担任回数に関して無回答が3名であった。

「離乳完了期食から幼児食への移行」として、すべての保育所で、離乳完了期食から幼児食までを3段階に区別していた。本研究ではこの3段階の食事形態を向井⁶⁾の分類に従って、離乳完了期食、幼児食前半、幼児食後半と表現する。なお、幼児食前半の呼称は保育所によってさまざまであったが、1~2歳児クラスに提供される食事形態であることはいずれの保育所でも同一であった。食事形態移行の判断因子に関して、離乳後期食から離乳完了期食への移行については、保育士が移行を判断する因子が多く挙げられた。これに対して、離乳完了期食から幼児食前半への移行については、移行を裏付ける判断因子が少なかった。離乳完了期食から幼児食前半へと移行する際の判断因子としては咀嚼というキーワードが挙がり、具体的な着眼点を述べる保育士が6名、咀嚼に関わるキーワード(咀嚼、よく噛む)を挙げても子どもの咀嚼の状況に関して具体的に言及しない保育士が3名いた。乳臼歯の萌出状況は幼児食前半への移行に全く関係ないという保育士が5名、多少は関係するという保育士が3名いた。また、歯茎で噛めるかどうかという判断因子を挙げた保育士が2名いた。これらの結果より、離乳完了期食から幼児食前半への移行を判断する上で乳臼歯の萌出は重要な因子ではないと保育士が考えていることが示唆された。保育所におけるアレルギー対応ガイドライン⁷⁾には、子どもが初めて食べる食品は、家庭で安全に食べられることを確認してから、保育所で提供することが重要であるとの記載がある。これに基づき保育所では初めて食べる食品に関して保護者と連携する媒体として、家庭で安全に食べたかどうかチェックする表を作成している。チェック表に記載されている食品を家庭で安全に食べたと確認できない子どもには、身体や咀嚼機能の発達に応じた食事形態を提供することができず、それが問題点であると指摘する保育士が2名いた。

「噛みにくいもの」としては、咀嚼機能が完成するまでは噛みにくいあるいは苦手と小児科と小児歯科の保健検討委員会が報告した⁸⁾食品(こんにゃく、わかめ、きのこ、かたまり肉等)が実際には提供されていた。具体的に「噛みにくいもの」として魚、豚肉、鶏肉、揚げ物、こんにゃく、り

んご等が挙げられた。肉や魚、いも類は小さくする、魚料理にはとろみをつける、野菜類には軟らかくなるまで加熱する等で噛みやすく、あるいは飲み込みやすくする対応がされていた。さらに、先行研究⁹⁾において噛みにくいと指摘された食品であっても噛みやすい、あるいは噛めると答えた保育士が4名、小さくすれば食べられると答えた保育士が1名であった。

「よく噛んで食べているもの」としては、具体的な料理または食品として、トースト、パンケーキ、豆、揚げ物、クッキー等が挙げられた。形状に関しては、スティック状がよいと発言する保育士が3名いた。手に持って食べるもの(トースト、クッキー、ちんすこう等)を挙げた保育士は6名おり、手づかみ食べとの関連も推測された。

「一口大の決め方」では、一口大は大きすぎても小さすぎてもいけないと考えている保育士が6名、食べる意欲によって食具の種類を変える等の対応をしている保育士が2名いた。保育士は一口大には個人差があると感じており、同一人物であっても状況によって一口大の大きさは異なると発言していた。口の開け方や体の大きさによって一口大を調整したり、すべての料理の一口大を同じ量で与えるのではなく、本人の苦手な料理の場合は小さく、眠いとき等調子が整わない場合も小さくして与えていたりしていた。一口大は自分で決めるとの考え方から小さく切らず、かじる体験を大切にしている保育所が1件あった。

「咀嚼を促す方法」では、咀嚼を促すためにかみかみと言葉かけをする、と答える保育士6名がいる一方で、かみかみといってもできるようにならない、という保育士が3名いた。

「危険な食べ方をする子どもへの対応」として、危険な食べ方をする子どもの特徴について、お腹が空きすぎている、食への思いが強い、母子関係が希薄、大きいものをかじりとらずに口の中に入れる食べ方をする、筋力が弱く咀嚼も弱い、家では一人で食べている等が挙げられた。具体的な支援として、危険な食べ方をする子どもには個別に関わる、具体的にかじり取り方を伝える、一口量を小皿にとって量を知らせる、食べたい気持ちを受け止める、飲み込んだか確認してから次の一口を入れる、家庭と一緒に親が食べられるように働きかける等が挙げられた。

保育士が窒息の危険を感じる食品には、パン、りんご、オレンジ、油揚げ、ウインナー等が挙げ

られた。具体的に窒息の危険を感じる食品を挙げた保育士の中で窒息のヒヤリハットを経験した保育士は3名いた。実際にヒヤリハットを招いた食品は、りんご、オレンジ、ウインナーであった。

「食具の使用」として、スプーンの使用ができるようになるとフォークを使用する保育所と、フォークは積極的に使用しない保育所があった。早い段階でフォークの使用を開始する保育所は1件だった。

「調理員との連携」では、給食室が設置されているすべての保育所で調理員との連携が図られていた。具体的には、喫食時の巡回、毎日のミーティングの際に情報を共有する、食事を終えて給食室に下膳する際に声をかける、月に一回の給食会議等が行われていた。

3. 今後の課題

- ① インタビュー調査の結果からは明確に出来なかった、離乳完了期食から幼児食前半への移行を保育士が判断する因子(子どもからのシグナル)をより明確にするためにアンケート調査を実施する。
- ② 離乳完了から咀嚼機能を獲得するまでの幼児食前半に保育士が食事介助を行う際の指標となりうる一口大量を提案する。
- ③ 各保育所で提供されている特定の料理の情報を収集し、食べやすさにつながる調理上の工夫を解明する。

引用文献

- [1] 特定非営利活動法人日本咀嚼学会編. 咀嚼の本—噛んで食べることの大切さ—第一版. 財団法人口腔保健学会. 2006, p. 36-37. 東京
- [2] 村上多恵子他. 摂食に問題のある保育園児の背景要因--よくかまないでのみこむ子について. 小児保健研究, 1990, 49, p. 55-62
- [3] 小児科と小児歯科の保健検討委員会. 歯からみた幼児食の進め方. 小児保健研究, 2007, 66, p. 352-354,
- [4] 厚生労働省. 保育所保育指針解説. フレーベル館. 2018. p. 121-181. 東京
- [5] 厚生労働省. “授乳・離乳の支援ガイド”. www.mhlw.go.jp/content/000497123.pdf (参照 2020-3-11).
- [6] 向井美恵. お母さんの疑問にこたえる 乳幼児の食べる機能の気づきと支援. 医歯薬出版株式会社. 2013, p. 78-102. 東京
- [7] 厚生労働省. “保育所におけるアレルギー対応ガイドライン”. www.mhlw.go.jp/content/000511242.pdf (参照 2020-3-12).