

食育

～保育も食育も同じです～

Graine 代表

大阪総合保育大学 乳児保育学科 非常勤講師

伴 亜紀

保育所の食事の特徴



- 保育所に入所する子どもは0歳から6歳までの年齢差が大きいこと、また、同じ年齢児であっても個人差も大きいことが特徴です。
- **保育所の「食べる(食事)」があることが食育の基本です。**

たかが1回・されど一回！



子どもの食事 一日のエネルギーの配分



1日のエネルギーの配分例

食事	配分 (%)
朝食	20～25
昼食	25～30
間食 (おやつ)	10～20
夕食	25～30

- 保育所では乳児が**50%**
- 幼児が**45～50%**

(「子育て・子育てを支援する 子どもの食と栄養」(堤ちはる, 土井正子/編著), 萌文書林, 2020²⁾より一部抜粋して引用)

保育所保育指針

- 保育の質を向上させるポイントを明記
 - * 乳児、1歳以上3歳未満児の保育に関する記述の充実
 - * 非認知的能力の基礎を育む
- 保育所保育における幼児教育の積極的な位置づけ
- 子どもの育ちをめぐる環境の変化を踏まえた健康及び安全の記述
 - * アレルギー体質の子への配慮等をより丁寧に
 - * 食育のさらなる重要性
 - * 災害への備えについての新たな記述
- 保護者・家庭及び地域と連携した子育て支援の必要性
- 職員の資格・専門性の向上

保育所保育指針【原文】

2 食育の推進

(1) 保育所の特性を生かした食育

ア 保育所における食育は、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標とすること。

イ 子どもが生活と遊びの中で、意欲をもって食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみ合う子どもに成長していくことを期待するものであること。

ウ 乳幼児期にふさわしい食生活が展開され、適切な援助が行われるよう、食事の提供を含む食育計画を全体的な計画に基づいて作成し、その評価及び改善に努めること。栄養士が配置されている場合は、専門性を生かした対応を図ること。

(2) 食育の環境の整備等

ア 子どもが自らの感覚や体験を通して、自然の恵みとしての食材や食の循環・環境への意識、調理する人への感謝の気持ちが育つように、子どもと調理員等との関わりや、調理室など食に関わる保育環境に配慮すること。

イ 保護者や地域の多様な関係者との連携及び協働の下で、食に関する取組が進められること。また、市町村の支援の下に、地域の関係機関等との日常的な連携を図り、必要な協力が得られるよう努めること。

ウ 体調不良、食物アレルギー、障害のある子どもなど、一人一人の子どもの心身の状態等に応じ、嘱託医、かかりつけ医等の指示や協力の下に適切に対応すること。栄養士が配置されている場合は、専門性を生かした対応を図ること。

〔保育所保育指針〕（厚生労働省）、2017³⁾より一部抜粋して引用)

教育・保育施設等における事故防 止及び事故発生時の対応のための ガイドライン

平成28年3月

- 時間経過がある中で、今一度読み返し、自分の行っていることは適切なのか？施設として適切な関りを持っているのかを再認識して頂きたいと思います。
- 自分の当たり前は、安全で安心できるものですか？

保育も食育も同じです

すべての職員が、同じ意識を持って！
それが安心安全につながり、子どもにとって
良い環境が生まれます。

毎日の食事が、一番の食育の媒体です

毎日の積み重ねが大切です



* 子どもの成長・発達に合わせた年間を通じた継続的で無理のない取り組みを！

* 毎日の生活を丁寧にするのが大切です。

給食室があるということ



- 離乳食・対応食への展開(個々への対応)



無理なく、五感を使っている！

- **保育所の中に食事がある**ということが、保育所の食育の基本であり、給食室があることで、子ども一人ひとりの発達に応じた食事の提供ができると実感しています。
- 食材を見たり、触ったり・作っている音や香りをかいだり、当たり前前の生活の中でいろんなことを体感しています。しっかり遊び・五感を刺激され・同時にお腹もすいてきて、食べる意欲がわいてきます。

摂食機能の発達

- ・ 経口接種摂取準備期(0～4ヶ月)
- ・ 嚥下機能獲得期(離乳初期5～6ヶ月)
- ・ 捕食機能獲得期(離乳初期5～6ヶ月)
- ・ 押しつぶし機能獲得期(離乳中期7～8ヶ月)
- ・ すりつぶし機能獲得期(離乳後期9～11ヶ月)
- ・ 自食準備期(離乳完了期12～18ヶ月)
- ・ 手づかみ食べ機能獲得期(離乳完了)
- ・ 食具・食器使用獲得期(離乳完了)

哺乳から始まります

食と糖のコンシエージュ
Graine



授乳期・離乳期

～安心と安らぎの中で食べる意欲の基礎づくり～

- 安心と安らぎの中で母乳(ミルク)を飲む心地よさを味わう
- いろいろな食べ物を見て、触って、味わって、自分で進んで食べようとする
- 安心しての哺乳や離乳食を通じて食欲や食べる意欲という一生の基礎をつくる時期

皆さんの保育所はどうですか？

- 離乳食の開始が、かなり遅くなっていませんか？
- 離乳食が、うまく進まない子どもは、いませんか？
- 1歳前後でも母乳だけの子どもは、いませんか？
- うまく食べられていますか？
- 離乳食の状態は、その子に合っていますか？
- 離乳食で悩まれていることはありませんか？

一人ひとり違います（特に乳児）

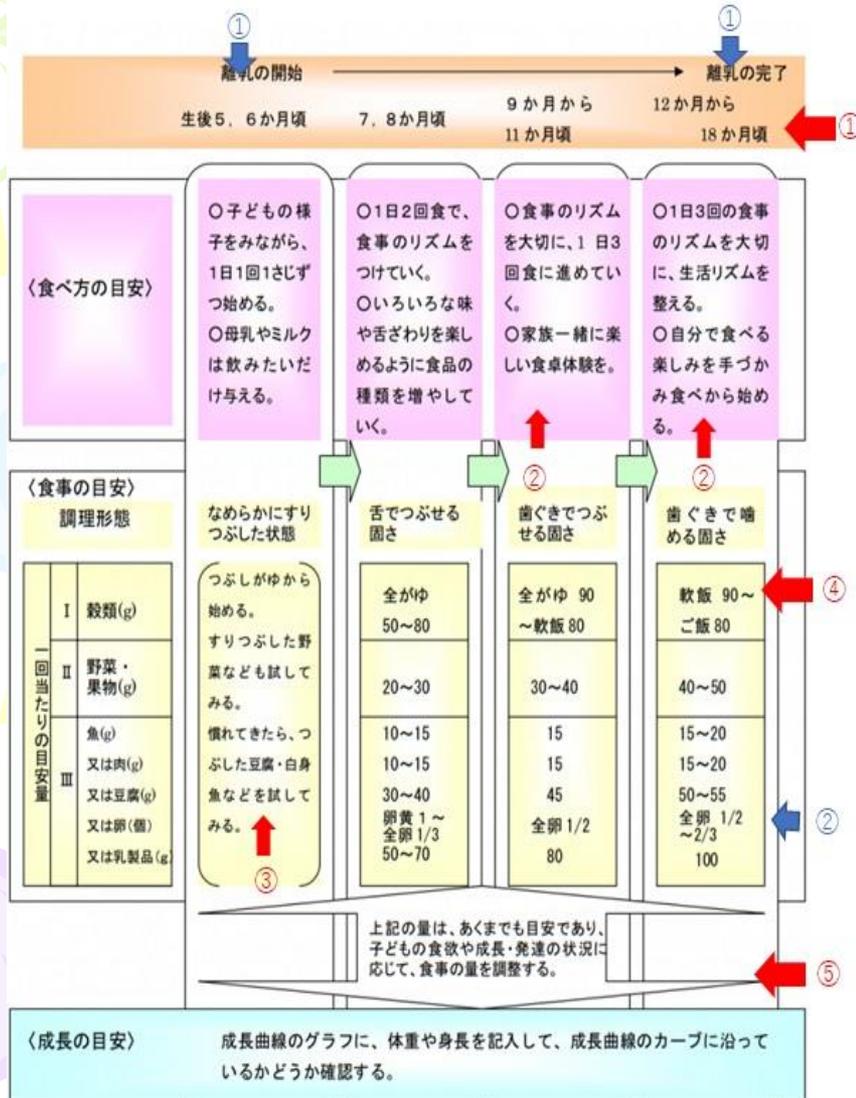
- 同じ月例だから・体格や性別も似ているからといって、食べる量は、同じではありません。そしゃくや嚥下の苦手な子どももいます。
- その日の体調や気候によっても、前日の健康状態等でも同じ子どもでも日によって違います。
- 食べる量は、その子どもに合っていますか？

2019年改定」の主なポイント

- 1) 授乳・離乳を取り巻く最新の科学的知見等を踏まえた適切な支援の充実
- 2) 授乳開始から授乳リズムの確立時期の支援内容の充実
- 3) 食物アレルギー予防に関する支援の充実
- 4) 妊娠期からの授乳・離乳等に関する情報提供の在り方

離乳の進め方(2007)

離乳の進め方の目安(2019)



離乳の開始 → 離乳の完了

以下に示す事項は、あくまでも目安であり、子どもの食欲や成長・発達の状況に応じて調整する。

	離乳初期 生後5~6か月頃	離乳中期 生後7~8か月頃	離乳後期 生後9~11か月頃	離乳完了期 生後12~18か月頃
食べ方の目安	○子どもの様子を見ながら1日1回1さじずつ始める。 ○母乳や育児用ミルクは飲みただけ与える	○1日2回食で食事のリズムをつけていく。 ○いろいろな味や舌ざわりを楽しめるように食品の種類を増やしていく	○食事のリズムを大切に、1日3回食に進めていく。 ○共食を通じて食の楽しい体験を積み重ねる。	○1日3回の食事リズムを大切に、生活リズムを整える。 ○手づかみ食べにより、自分で食べる楽しみを増やす。
調理形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	歯ぐきで噛める固さ
1回当たりの目安量				
I 穀類 (g)	つぶしがゆから始める。	全がゆ 50~80	全がゆ 90~ 軟飯 80	軟飯80~ ご飯80
II 野菜・果物 (g)	すりつぶした野菜等も試してみる。	20~30	30~40	40~50
III 魚 (g) 又は肉 (g) 又は豆腐 (g) 又は卵 (個) 又は乳製品 (g)	慣れてきたら、つぶした豆腐・白身魚・卵黄等を試してみる。	10~15 10~15 30~40 卵黄1~全卵1/3 50~70	15 15 45 全卵1/2 80	15~20 15~20 50~55 全卵1/2~2/3 100
歯の萌出の目安		乳歯が生え始める。	1歳前後で前歯が8本生えそう。	離乳完了期の後半頃に奥歯(第一乳臼歯)が生え始める。
摂食機能の目安	口を閉じて取り込みや飲み込みが出来るようになる。	舌と上あごでつぶしていくことが出来るようになる。	歯ぐきでつぶすことが出来るようになる。	歯を使うようになる。

*衛生面に十分配慮して食べやすく調理したものを与える

以下に示す事項は、あくまでも目安であり、子どもの食欲や成長・発達の状況に応じて調整する。

離乳初期
生後 5～6 カ月頃

離乳中期
生後 7～ 8 カ月頃

離乳後期
生後 9～11 カ月頃

離乳完了期
生後 12～18 カ月頃

食べ方の目安

- 子どもの様子をみながら、1日1回1さじずつはじめる。
- 母乳や育児用ミルクは飲みたいだけ与える。

- 1日2回食で食事のリズムをつけていく。
- いろいろな味や舌ざわりを楽しめるように食品の種類を増やしていく。

- 食事リズムを大切に、1日3回食に進めていく。
- 共食を通じて食の楽しい体験を積み重ねる。

- 1日3回の食事リズムを大切に、生活リズムを整える。
- 手づかみ食べにより、自分で食べる楽しみを増やす。

調理形態

なめらかにすりつぶした状態

舌でつぶせる固さ

歯ぐきでつぶせる固さ

歯ぐきでかめる固さ

1 回当たりの目安量

I	穀類 (g)
II	野菜・果物 (g)
III	魚 (g) または肉 (g) または豆腐 (g) または卵 (個) または乳製品 (g)

つぶしがゆからはじめる。
すりつぶした野菜なども試してみる。
なれてきたら、つぶした豆腐・白身魚・卵黄などを試してみる。

全がゆ 50～80
20～30
10～15 10～15 30～40 卵黄 1～ 全卵 1/3 50～70

全がゆ 90～軟飯 80
30～40
15 15 45 全卵 1/2 80

軟飯 90～ ご飯 80
40～50
15～20 15～20 50～55 全卵 1/2 ～2/3 100

歯の萌出の目安

乳歯が生えはじめる。

1歳前後で前歯が8本生えそろう。

離乳完了期の後半頃に奥歯（第一乳臼歯）が生えはじめる。

摂食機能の目安

口を閉じて取り込みや飲み込みができるようになる。

舌と上あごでつぶしていくことができるようになる。

歯ぐきでつぶすことができるようになる。

歯を使うようになる。



※衛生面に十分に配慮して食べやすく調理したものを与える。

発育・発達過程に応じて 育てたい“食べる力”について

- 子どもは、発育・発達過程にあり、授乳期から毎日「食」に関わっています。授乳期・離乳期には、安心と安らぎの中で母乳または育児用ミルクを飲み、離乳食を食べる経験を通して、食欲や食べる意欲という一生を通じての食べることの基礎をつくります。



離乳食開始の目安

5~6か月頃になり、次のような様子が見られたら離乳食を開始しましょう。

* 首のすわりがしっかりして寝返りができ、

5秒以上座れる

* スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなる（哺乳反射の減弱）

* 食べ物に興味を示す。

月齢はあくまでも目安であり、子どもの様子をよく観察し、親が子供のサインに気づくような支援が重要です！

保育所での離乳食

- 同じ月例でも始める時期、進み方は違います。
- (開始月例、進み方も個人差が大きいいため)
- 子どもの一人ひとりの発達を見て進めます。
- 家庭での離乳食の形状・進み方の状態等を保護者との聞き取りの中で出来るだけ把握し、保育所と家庭が共通認識できるように努力することで、子どもにとって適切な食事を提供することができます。



形状の違い

離乳初期 生後5～6ヶ月



離乳初期 生後5～6ヶ月

始めた頃



3週間ぐらいたった頃



離乳中期 7～8ヶ月



離乳中期 7～8ヶ月



- 7、8か月ころになると、口をもぐもぐ動かして舌でつぶす動きができるようになります。そろそろ舌でつぶせる固さにします

離乳後期 9～11ヶ月



離乳後期 9～11ヶ月

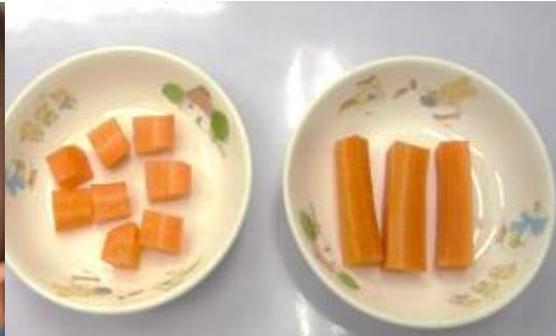


- 食事のリズムを大切に1日3回食に進めていく。
- 家族一緒・誰かと食べる楽しい食事の体験を。
- 歯ぐきでつぶせる硬さ。(バナナぐらいの硬さであれば食べる事が出来るようになる)

離乳食後半からの食の発達

区分	離乳食		幼児食		
	9~11カ月	1~1歳半	1歳頃	2歳頃	3~5歳
食の要点					
発達	はいはい	2本足歩行・手指を使う			自我の発達
生歯		前歯, 第一乳臼歯		乳歯が生えそろう, 第二乳臼歯	安定した時期
口腔機能発達段階		咬断期・一口量学習期		乳臼歯咀嚼学習期	咀嚼機能成熟期
食具使用機能発達段階		食具使用学習開始期		食具使用学習期	食具使用成熟期
食 べ 方	手づかみ	遊び食べ, こぼす			
	スプーン			すくう, 口などで食べる	
	フォーク				
	はし				
形		手づかみしやすい形	スプーンやフォークで扱いやすいもの		
大きさ	1 cm角ぐらいの大きさ	前歯でかみきれる大きさ, 平らで大きい	小さいもの, 大きいものなどいろいろな大きさ		
硬さ	歯ぐきでつぶせる	前歯でかみきれる大きさ, 奥歯でつぶせる煮物程度のも	奥歯ですりつぶせるしんなりいため物程度	大人より少しやわらかめ	

手づかみ食べ



- 食事の時間だけでなく、日常の中でも趣旨を使い行動が良く見られるようになる。
- 五指でつかめるものやつまめるものなど、成長発達に合わせて形状を変える。

離乳完了期 12～18ヶ月



離乳完了期 12～18ヶ月



- 手づかみ食べもまだまだ続きますが、スプーンも使えるようになってくる時期です。

離乳の完了

離乳の完了とは、形のある食物をかみつぶすことができるようになり、エネルギーや栄養素の大部分が母乳または粉ミルク(人工乳)以外からとれるようになった状態をいう。

その時期は、生後12か月～18か月ごろですが、母乳または粉ミルクを飲んでいない状態を意味するものではない。

このころには食事は1日3回となり、その他に1日1～2回程度時間を決めて補食を必要に応じて与える。

食べる姿勢



スプーンの持ち方の発達



子どもにとっての食事

- 食べやすさの中に食材の大きさ・硬さ、調理の方法、食べやすい道具などがあげられる。
- 特に乳児期の食べる道具は、子どもの成長に合わせたものが必要となる。
- 身体的な発達だけでなく口腔内の発達についても見守ることが大切。

子どものおやつは、小さなご飯



一度に食べる量が
少ない子どもにと
って、おやつは「
小さなご飯」。



一日の必要な栄
養素を40～50
%を昼食・おやつ
で補っている。

みんな違っていいんだよ



- 幼児期になると睡眠・食事・遊びのリズムにメリハリがついてきます。一生の食事のリズムの基礎をつくる重要な時期でもあります。

平成27年3月31日

児童福祉施設における食事提供に関する援助及び指導について

①児童福祉施設における食事の提供に関する留意事項について

②食事の提供に関する援助及び指導に関する留意事項について

平成27年3月31日

食と農のコンシェルジュ

Graine



児童福祉施設における「食事摂取基準」を 活用した食事計画について

- ①児童福祉施設における「食事摂取基準」
を活用した食事計画の基本的考え方
- ②児童福祉施設における「食事摂取基準」
を活用した食事計画の策定に当たっての
留意点
- ③児童福祉施設における食事計画の実施
上の留意点

子どもの成長・発達に 合わせた食器・食具

食と種のコシエージュ
Graine



一人ひとり違います（特に幼児）

- 食べる事全般で気になる子。
- 噛みにくい、のみ込みにくい。噛んでない。
- 食べる意欲がない。食べすぎる。
- お箸の持ち方が、うまくできない。
- お腹がすいていても、心がいっぱいでは食べられない時もあります。
- 食べる量は、その子に合っていますか？

その子にとって適量ですか？

「いっぱい食べられたね！」

「早く食べられたね！」

それだけが、いい事でしょうか？

上手に食べられているか、きれいに食べられているかを見ているか？

長い時間をかけても食べられないのです。

保育所におけるアレルギー対応 ガイドライン(2019年改訂版)

- 保育所保育指針の改訂に伴うもの
- アレルギー疾患に関する関係法令の制定等に伴うもの
- 保育所におけるアレルギー対応の現状や最新の知見等を踏まえたもの
- その他

「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」(2019年改訂版) (全体構成案)

資料 1

【現行(平成23年3月策定)】

1章 総論

- アレルギー疾患とは

2章 保育所におけるアレルギー疾患(実態)

- 1 保育所でのアレルギー疾患への対応の現状と課題
- 2 生活管理指導表とその活用について

3章 アレルギー疾患各論(生活管理指導表の活用)

(※各疾患の症状や治療等に関する内容、生活管理指導表の各欄の記載事項の解説について記載)

- 1 気管支喘息
- 2 アトピー性皮膚炎
- 3 アレルギー性結膜炎
- 4 食物アレルギー・アナフィラキシー
- 5 アレルギー性鼻炎

4章 食物アレルギーへの対応

- 1 保育所での食物アレルギー対応に関する現状及び問題点
- 2 食物アレルギー対応の原則(除去食の考え方等)
- 3 食物アレルギーの症状
- 4 食物アレルギーの種類のみとめ
- 5 誤食について
- 6 アナフィラキシーが起こった時の対応(「エピペン」の使用)

5章 アレルギー疾患の共通理解と関係者の役割

- 1 保育所におけるアレルギー疾患への対応
- 2 保護者・保育者・保育所等の役割
- 3 行政の役割
- 4 研修体制のあり方

参考様式 生活管理指導表、緊急時個別対応票
関係法令等

【2019改訂版(案)】

第I部:基本編

1. 保育所におけるアレルギー対応の基本

- アレルギー疾患とは
- 保育所における基本的なアレルギー対応
 - ・ 基本原則
 - ・ 生活管理指導表の活用
 - ・ 主な疾患の特徴と保育所対応の基本
 - ・ 緊急時の対応(エピペンの使用を含む)

保育所に求められるアレルギー対応の基本事項

2. アレルギー対策の実施体制

- 保育所における各職員の役割
- 医療関係者及び行政の役割、関係機関との連携

保育所内外の関係者の役割、関係機関との連携

3. 食物アレルギーへの対応

- 保育所における食事提供に当たっての原則(除去食の考え方等)
- 誤食の防止

日常の食事提供における食物アレルギー対応の原則と誤食防止

第II部:実践編 (生活管理指導表に基づく対応)

- 各疾患の特徴
- 生活管理指導表の解説と求められる対応
 - (1)食物アレルギー・アナフィラキシー
 - (2)気管支ぜん息
 - (3)アトピー性皮膚炎
 - (4)アレルギー性結膜炎
 - (5)アレルギー性鼻炎

各疾患の特徴と生活管理指導表に基づく対応

関連資料

参考様式 生活管理指導表、緊急時個別対応票、除去解除申請書
参考情報 アレルギー疾患対策に資する公表情報 等
関係法令等

改訂内容
(主なもの)

・保育所の責務等

・関係機関との連携体制
・消防機関との情報共有
・ヒヤリハット
・研修等

・新規発症時の対応
・保育所内の体制構築等

・図表の活用等

・リンク集等

給食・離乳食

保育所における給食は、子どもの発育発達段階を考慮し、安全・安心に、必要な栄養素が確保されるとともに、美味しく・楽しく食べるための配慮等、食育の推進の観点でも重要であり、このために、保育所特有の工夫や注意点が

アレルギー食対応においても、給食を提供することが前提となりますが、その際の対応は、出来るだけ単純化し、アレルギーの原因となる食品について、“完全除去”か“解除”の両極で対応を進めるべきです。

保育所給食の特徴と対応ポイント

- ① 食数は少ないが、提供回数や種類が多い
- ② 対象年齢が低く、年齢の幅が広いため、**事故予防管理**や**栄養管理**がより重要
- ③ 経過中に**耐性の獲得**（原因食品除去の解除）が進む
- ④ 保育所において新規の発症がある
- ⑤ **保護者との相互理解**が必要

保育所の 給食・離乳食の工夫・注意点

保育所の給食・離乳食については、以下の工夫や注意点があげられます。しかし、調理室の環境が整備されていたり、対応人員に余裕がある、また栄養士・調理員の対応能力が高ければ、個別に対応することを本ガイドラインによって、制限するものではありません。離乳食は、『授乳・離乳の支援ガイド』（平成31年3月 厚生労働省）を参考にして、保育所で“初めて食べる”食物を基本的に避けるように保護者と連携することが重要です。

食物アレルギーの種類

食と農のコンシェルジュ
Graine



臨床型	発症年齢	頻度の高い食物	耐性の獲得	アナフィラキシーショックの可能性	食物アレルギーの機序	
新生児・乳児消化管アレルギー	新生児期 乳児期	牛乳(育児用粉乳)	多くは寛解	(±)	主に非IgE依存性	
食物アレルギーの関与する乳児アトピー性皮膚炎*	乳児期	鶏卵、牛乳、小麦、大豆など	多くは寛解	(+)	主にIgE依存性	
即時型症状 (蕁麻疹、アナフィラキシーなど)	乳児期～ 成人期	乳児～幼児： 鶏卵、牛乳、小麦、 そば、魚類、ピーナッツなど 学童～成人： 甲殻類、魚類、小麦、果物 類、そば、ピーナッツなど	鶏卵、牛乳、 小麦、大豆など 多くは寛解 その他の多く 寛解しにくい	(++)	IgE依存性	
特殊型	食物依存性運動誘発 アナフィラキシー (FEIAn/FDEIA)	学童期～ 成人期	小麦、エビ、カニなど	寛解しにくい	(+++)	IgE依存性
	口腔アレルギー症候群 (OAS)	幼児期～ 成人期	果物・野菜など	寛解しにくい	(±)	IgE依存性

*：慢性の下痢などの消化器症状、低タンパク血症を合併する例もある。すべての乳児アトピー性皮膚炎に食物が関与しているわけではない。「食物アレルギーの診療の手引2011」より転載

口腔アレルギー症候群

飛散時期	花粉	花粉と関連性のある食物の一例
春	2~5月 スギ ヒノキ	トマト 
	1~6月 ハンノキ シラカンバ	リンゴ  モモ  大豆(豆乳)など 
夏	4~10月 オオアワガエリ カモガヤ	メロン  スイカ  キウイなど 
秋	7~11月 ヨモギ	セロリ  ニンジンなど 
	7~11月 ブタクサ	メロン  スイカなど 

- ・ 口腔アレルギー症候群とは、原因となる食べ物が、口の中の粘膜に触れることで、その周りにかゆみや腫れなどのアレルギー反応を起こす病気です。
- ・ 花粉症の人が、野菜や果物を食べたときに症状があらわれることが多いです
- ・ 診断には、問診とプリックテスト、血液検査などが行われます。
- ・ 治療の基本は、原因食品を食べないようにすることです。
- ・ 口腔アレルギー症候群は、花粉症やラテックスアレルギーのある方が、特定の野菜や果物を食べたときに、症状があらわれることが多いです。

©Thermo Fisher Scientific

飛散時期は地域により若干異なります

アレルギー対応食の注意点

- 誤飲誤食の無いように、保育所として(調理現場・保育室)どのような対応が行われているか？
- 対応についての記録やマニュアルは、全職員に徹底できているか？
- 除去だけではなく、**必要な栄養**を摂取できているか？
- 自信が過信になっていないか？

集団給食であるということ

- 個々対応の部分は食事だけでなく、保育全般において対応されているところですが、個々対応であるけれど**集団**であることをきっちりと認識する必要があります。
- それは**衛生管理・アレルギー対応等**も同じことが言えます。個人の家庭なら問題ないことも「**集団である**」ということを意識し、施設としてどのように対応するのかを検討していく必要があります。

給食室・保育室の対応

- * 職員全員(アルバイト・正規職員関係なく)が、アレルギー疾患(他の疾患も同じ事)の子どもを把握しておく事。
- * 給食室での調理・配膳は、必ず調理室全員が把握し、提供する前に必ず確認してから提供する事。(複数・声出し確認する)
- * 保育室でも喫食前に必ず確認をし、職員の近くで食事をするように配慮する事。(誤飲, 誤食を防ぐため)

みんながおいしい！

食と農のコンシェルジュ

Graine



卵も小麦も乳も
使っていない
ハンバーグ！



小麦も卵も使っ
ていない「たこ
やき」
みんなに大人
気！



寒天よりツルルン！
プルン食感。透明
度も高いアガーを
使ったゼリー



小麦も卵も
使っていない
「水菜のチヂ
ミ」水菜以外
の野菜を使う
とメニューの
幅が広がります



みんなで考える



通常はピンクのトレー
対応食は黄色

食物アレルギー対応の動き



楽しく食べる子どもに

- ①お腹がすくり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

自分の普通と他人の「普通」

食べるということは、誰にでもあること。
しかし、その中身は、人それぞれです。

食べるということは、話のきっかけになりやすいけれど……

とても個人的で難しい、繊細な部分でもあります。

当たり前、でも一番難しい

職種・勤務年数等関係なく、
全ての職員が「保育所」とし
て同じ認識を持つこと

子どもたち一人ひとりの 成長・発達を見守りながら



- 人間の食は、栄養補給だけではありません。
食を通して**コミュニケーション**をとるという大切な
役割があります。