

**研修名 食育 アレルギー対応**

**平成30年10月3日（水）10：00～12：30**

**講演 「保育所における食事の提供ガイドラインの理解」**

**「食事の提供における質の向上」**

**講師 Graine 代表 伴 亜紀 氏**

## 1) 楽しく食べる子どもに・・・(保育所における食育に関する項目)

- 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

## 2) 保育園の食事の特徴

- ・ 保育園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、個人差が大きいことが特徴。

### 食の提供における質の向上のためのチェックリスト

- ① 保育所の理念、目指す子どもの姿に基づいた「食育の計画」を作成しているか。
  - ・ クッキングをやって終わりではなく、評価、反省も必要。
- ② 調理員や栄養士の役割が明確になっているか。
  - ・ 保育内容を理解して献立を立てているか。
  - ・ 残食の原因を追究しているか。
- ③ 乳幼児期の発育・発達に応じた食事の提供になっているか。
  - ・ 年齢や個人差に応じた食事の提供
  - ・ 発達に応じた食具
  - ・ 離乳は、発育発達の段階に合っているか。
- ④ 子どもの生活や心身の状況に合わせて食事が提供されているか。
  - ・ 温かいもの、冷たいものが提供されているか。
- ⑤ 子どもの食事環境や食事の提供の方法が適切か。
  - ・ 保育者が各年齢の食べ方を見てまわる事も大切。
  - ・ 給食・・・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!」  
それだけでいいでしょうか？  
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ることも大切である。
- ⑥ 保育所の日常生活において「食」を感じる環境が整っているか。
  - ・ 調理室の先生が子どもたちの様子を見るのは、大きい効果がある。
- ⑦ 食育の活動や行事について、配慮がされているか。
  - ・ 家庭で味わえない行事を保育所で行う。→家庭を変えていくきっかけとなる。  
(お月見、クリスマス、伝統行事など)
  - ・ 食文化・行事食が家庭でなくなってきているので、保育所で提供し配慮する。

- ⑧ 食を通した保護者への支援がされているか。
  - ・食育日より、展示食（展示にポイントだけ書く）
  - ・今日の給食のレシピを玄関に置く。
- ⑨ 地域の保護者に対して、食育に関する支援ができているか。
- ⑩ 保育所と関係機関との連携がとれているか。
  - ・いろいろな人の力を借りる。（畑作り、読み聞かせなど）

### 3) 給食室・保育室の対応

- ・職員全員（アルバイト、正規関係なし）がアレルギー疾患の子どもを把握する。
- ・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。  
（数名で確認するほうが良い）
- ・保育室でも喫食前に必ず確認し、職員の近くで食事をするよう配慮する。
- ・人間の食べるおいしさは、70～80%が色味。全部茶色になってはダメ。（赤、黄、緑）

### 4) 感想

「食の提供における質の向上のためのチェックリスト」を改めて一つ一つ振り返っていくことで、給食を提供している保育所として何が大切か、今一度検討し見直す必要がある事柄に気付くことができました。栄養士や調理士との連携、子どもを中心として考えた献立の作成、子どもの経験を大切にした食育活動など、自分の満足で終わらないよう意識していきたいと思いました。子どもは、出された給食しか食べるものがない。だから美味しいものを提供しなければならないということの基本に、子どもをしっかり見て、食べるということを考えていきたいと思えます。

（記録 京丹波町立みずほ保育所 北村恵里子）

