

「離乳」開始が1歳からの保育についての検討

福嶋 一恵・佐々 加代子

はじめに

筆者らは、15年余前から子育て支援に携わっている。支援現場は子育て広場や育児相談もある。佐々は保育の現場などでの保育士や支援者たちからの相談や、保護者からの相談も受けてきた。この10年をふりかえってみると、保育園においても、子育て支援現場においても相談の内容として、離乳を含む食事についての問いかけが多くなった。離乳はどの時期から始めるのかという一般的な質問もあれば、はじめての離乳食がわからないので、祖母に聞いてかぼちゃの煮たものにしたら、食べなかった、10か月でから揚げを細かく切って食べさせたらだめだった、ということもあった。乳児の保護者ならば、離乳のことは、保健所などでもガイダンスを受けているものにとらえていたが、実際には理解はされていないことが多いということを感じてきた。

保育園で産休明け(43日目、あるいは57日目)から受け入れていく場合には、その子どもの離乳開始は5～6か月からの対応になる。一人一人の育ちの状態に応じて栄養士の管理のもと、調理担当者が離乳食を作り、その離乳食を保育士が食べさせて、段階を経ていきながら、離乳完成期をむかえられるように「食」を位置付けていく。保護者の育休制度の利用によって、どの時期から保育園で受け入れていくのかの幅が広がってきた。このことは、森田⁽¹²⁾らが指摘しているように、保育士の業務のなかに離乳の進行にかかわること、およびその機会が増えることで、その役割が重要になる。食は子どもたちの「生きることを支える」ことにつながっていく。この数年をみると、保護者たちは育休制度を1年取得することがふえて1歳児からの保育が多くなってきた。その子どもた

ちは食に関しては、どの時期の離乳段階にあるのかの把握からはじめることになるが、最近とりわけ離乳開始が1歳でもほとんど進んでいない子どもたちがいることがわかってきた。この事態は深刻な問題である。栄養不足のみならず、咀嚼・口蓋機能の発達過程の遅れも起こっていることも想定される。保育園と家庭での食について、保護者ともに育成していかなくてはならない。

離乳にかかわる先行研究を概観すると、保護者の不安としての1) 離乳開始時期⁽²¹⁾、2) 卒乳あるいは断乳について⁽²⁰⁾、3) 離乳食の内容についてがわからないなどがある一方⁽¹⁵⁾、専門職の栄養士や医師からの母乳と離乳食関係や献立内容について⁽¹⁷⁾、歯科医からは咀嚼の発達過程について⁽¹⁹⁾、保育職からは上記の森田らの報告がある。また、田角⁽¹⁶⁾らによる小児の摂食・嚥下について様々な問題を抱えている子どもたちの対応についての示唆に富んだ研究成果があるものの、1歳を過ぎているが離乳時期が初期段階にある子どもたちについての研究はみあたらなかった。

ここでは、昨今増えてきている(保育所の)離乳開始が1歳からの問題について、(専門職の)保育士の役割がなすべきことについての検討・考察とする。

I. 離乳の基本

離乳について、岩田(2008)⁽³⁾によれば、平成7(1996)年12月4日付けの厚生労働省児童家庭局母子保健課長通知「改定離乳の基本」があり、昭和55(1980)年発表の厚生省離乳食幼児食研究班による「離乳の基本」を改訂したものがある、という。その比較を岩田が表

資料1-2 ★食への自愛★

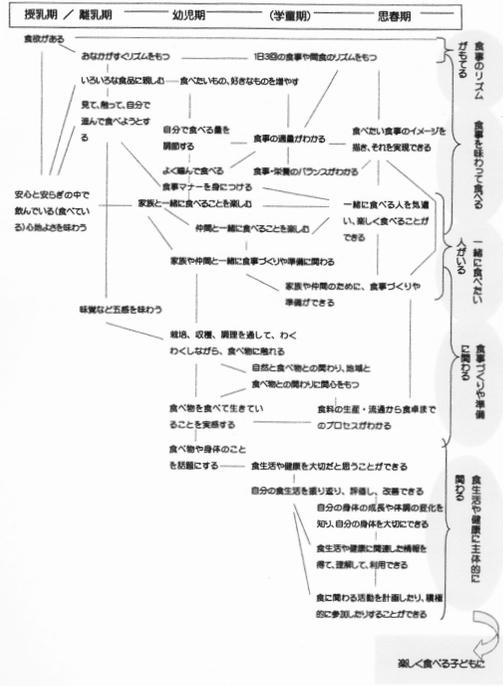
1回食(5~6ヶ月)	2回食(7~8ヶ月)	3回食(9~11ヶ月)
<p>1回食 母乳またはミルク 100~200ml</p> <p>2回食 母乳またはミルク 100~200ml</p> <p>3回食 母乳またはミルク 100~200ml</p> <p>この時期の食事のポイント ○子どもの様子を見ながら、1日1回にきつづける。 ○母乳の量はあまみだけが好まれる。</p>	<p>2回食 母乳またはミルク 100~200ml</p> <p>3回食 母乳またはミルク 100~200ml</p> <p>この時期の食事のポイント ○1日2回食で、食事のリズムをつけていく。 ○いろいろな味や食感をあじわうために、食事の種類を増やしていく。</p>	<p>3回食 母乳またはミルク 100~200ml</p> <p>4回食 母乳またはミルク 100~200ml</p> <p>この時期の食事のポイント ○食事のリズムを定例にする。1日3回食に集めていく。 ○食事と一緒に楽しい食事体験をする。 ○日常生活に慣れたら、大人と一緒に食事準備にしていよいよ。 ○大人の箸の1/10を目安に食べさせましょう。</p>

★離乳から進歩した3回食まで、最も早い離乳は6か月からスタートに慣れるようにしよう
この時期の食事のポイント
○1日3回の食事リズムを定例にする。生活リズムを整える。
○手づかみ食べを始めて、自分で食べるようになる。
※ 発達: 埼玉医科大学後援会・埼玉県庁・土曜会・埼玉県立保健医療センター・伊勢原市 (2017.12)

★食への自愛★ 福祉、福祉系、福祉系

をすることになった子どもたちについては、離乳開始から完了までの経緯を保育しながら確認することになる。園生活を通じて楽しく食べることなどが子どもにも獲得されるように、日々の実践で配慮していくことになる。

表3 発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”について (厚生労働省, 2004)



Ⅲ. 保育所における「食」と離乳開始が遅れた子どもの離乳食についての対応について

保育所では0歳児から5歳児までの保育がある。「保育所保育指針」にみる“食べる意欲”を大切に、食の体験を広げることにつながる主なねらいをたてている。授乳期から思春期までの発育・発達過程を区分して「食」に関する事項について⁽⁴⁾示したのが表2であり楽しく食べる子どもへの過程⁽⁴⁾についてそれぞれの時期と対応させながら示したのが表3になる。

このことを実践するのが施設長(園長)のもとでの保育士たちである。1歳児からの保育所入園

表2 発育・発達に関わる主な特徴 (厚生労働省, 2004)

	授乳期 / 離乳期	幼児期 (学童期)	思春期	
心と身体	<p>よい身体発育・感覚機能等の発達 器・神経系の急速な発達</p> <p>生体的要求の充足</p> <p>安心感・基本的信頼感の確立</p>	<p>体力・運動能力の向上 感覚の形成 咀嚼機能の発達 言葉の発達</p> <p>生活リズムの形成</p> <p>望ましい生活習慣の形成・確立</p> <p>規範意識の形成・確立</p> <p>できることを増やし、達成感・満足感を味わう</p>	<p>身体成長速度が低下 生活習慣の定着 精神的不安・動揺</p>	→
人との関わり	親子・兄弟姉妹・家族	仲間・友人(親友)	社会	
食のスキル	<p>哺乳 → 固形食への移行</p> <p>手づかみ食べ → スプーン・箸の使用</p> <p>食べ物の選別</p> <p>食べる要求の表出 → 自分で食べる量の調節</p>	<p>食卓・食器・食器の理解、実践 食料から、調理、食卓までのプロセスの理解 食卓の形成・確立 食に関わる規範に対する対応 食べ物の自己選択</p>	<p>食生活や健康を大切に思うことができる</p> <p>自分の食生活を振り返り、評価し、改善できる 自分の身体成長や健康の状況を 知り、自分の身体に大切にできる 食生活や健康に関する情報を 得て、理解し、利用できる</p>	→
食の文化と環境	<p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p> <p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p> <p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p>	<p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p> <p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p> <p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p>	<p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p> <p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p> <p>食文化の継承の拡大・発展の多様化</p>	→

水野⁽¹¹⁾は、0歳児の保育所における授乳および離乳食時刻と望ましい喫食量について示している。0歳児であれば、時間帯にそれぞれの時期の内容を踏まえてすすめていくとよいが、1歳で初めての離乳食乳児として対応していく場合には、保護者からの情報を改めて得ていくことになる。板橋区の資料(資料3)⁽²⁾のように、生活状況(表面が主として食事関係、裏面が今までの生活、睡眠、排泄、着脱、運動、遊び、要求表現、生活についての記載)調査をする。多くの保育所などが入園前に実施している内容でもあろう。この資料は筆者らが入手した資料のうち、内容が綿密であることに加えて、開示許可が得られたものである。入所以前にこのような詳細な情報を得ていると、実際受け入れたときの食事における対応の目

授乳状況		児名	
1. 初乳は身支ましたか はい・いいえ			
2. 乳汗の種類 母乳のみ・混合・ミルクのみ(月〜) ミルク名()			
3. 哺乳時間と量			
時間	一日の回数	一回の量	一回の授乳時間
母乳 規則的(時間節)・不規則			
ミルク 規則的(時間節)・不規則			
4. ミルクの温度と乳首			
温度	度	熱め・普通(体温程度)・ぬるめ	
乳首の穴の大きさ・形状	S・M・L	・X・Y・その他()	
素材	天然ゴム・シリコン		
5. 授乳方法			
抱いて	寝かせて	一人で持たせて	
飲み具合	よく飲む	時間がかる	飲み具合が悪い
吐くことがありますか	よく吐く	時々吐く	ほとんど吐かない
グップは出ますか	でる	(飲んではからおとそ分)	でない
6. 今、何に困り替えていますか			
切り替えた時期	(月)	母乳	
与え方	哺乳瓶・ストロー・コップ・その他()		
食事状況		状況	
1. 乳汗以外のものを与えていますか はい()・いいえ()			
【水分補給・離乳の準備】			
白湯・麦茶 一回量(cc) いつから()		7. 方法	食べさせてあげる・手づかみで食べる
野菜スープ 一回量(cc) いつから()			スプーンやフォークで自分で食べる
果汁 一回量(cc) いつから()		8. 嫌いな食べ物()	
どんな時() (スプーン・哺乳瓶)		9. 受け付けないもの、食べると反応のあるもの()	
2. 離乳食を始めたのは(月)・始めていない		10. 家族のアレルギー状況、家族のアレルギー疾患	無・有 (祖父・祖母・父・母・兄・弟・妹)
離乳食の完了(月)		11. 食物アレルギー 例を与えた時()	症状()いつ()
3. 現在の料理方法・形態		12. その他気になる事項等()	
大人用とほとんど同じ			
大人用を利用して煮かえず			
別に料理する(ポタージュ状・ジャム状・餅つぶし)			
その他()			
4. 食べ具合			
よく食べる・普通			
あまり食べない			
5. 与え方			
抱いて			
ラック・椅子に座らせて			
その他()			
13. 一日の食事の時間と内容			
0 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24			

安ができてくる。クラス担当の保育士においても食事場面での姿の観察においても、その情報がないところからはじめていくことは質の違いにつながってくる。実際の食事場面では、保育士がその子どもの咀嚼・嚥下機能と食行動⁽⁹⁾についてはかわりながら観察する。現在の発達状況の評価ができることになる。事前の情報とずれがある場合には、食事の提供の仕方に修正を加えていかなくてはならない。離乳に関する情報が進んでいない場合には、その子どものアレルギーについての情報⁽⁷⁾がまだ十分ではないこともありうるので、再度家で食べて大丈夫であったものの情報収集をする。そののちに保育園で食べさせることが保育園でのルールでもある⁽¹⁴⁾。観察で得られた情報から想定して、その時期ではどのような食べ物の固さがよいのかなど⁽¹⁾、細心の注意を払わなくてはならない。これは一人の保育士が抱え込んでしまうことではない。園長と相談をしながら、想定した段階の時期について、調理担当者たちとの

対応策検討⁽⁵⁾を行うことも必要になろう。年齢や月齢のみで判断しないことが重要である。情報を園内で共有することを怠ってはいけない。保育士が勤務の関係でその子どもの担当者変更になる場合でも、個別の対応に支障をきたさないようにする。保育指導の連携は欠かせない。離乳の段階が遅れている場合には、完了するまでを丁寧に行う。家でも可能になるように、主に、かわり方についての助言も加えていくことになる。保護者とともに育ちあう関係を築いていく。経過については園内で共有していく。とりわけ調理担当との連絡を密にする。日々の資料をもとに、保育士、調理担当などがそれぞれ情報を確認したうえで給食を離乳食として活用していく。1歳児でもまだ離乳食を始めていない子どもの場合には、1歳児に提供される乳児食は食べさせられない。消化などができないとみなしていく。献立内容と食材を点検し、なめらかにつぶせるものはペースト状にしていくこと、その食材などがその時期に食べてもよいものかどうかについては、可能かどうかの○印の点検を離乳食の本⁽¹⁾の素材からみきわめていくことを推奨する。1歳児の給食の食材の点検を十分にしたいうえで、工夫することが必要になる。保護者とともに考えあうということが重要な仕事になる。

IV. 摂食機能の獲得について

離乳食を食べていく段階は、同時に摂食機能の獲得過程でもある。図1. 内海⁽¹⁹⁾によればそれぞれの発達時期には重なりあう部分があるという。ただ、この図は順調な育ちの過程の中での離乳食の進行とそのときの特徴的な動きを示している。1歳児になっているものの、離乳初期段階である場合には、その動きについても初期段階のころからの育ちになるとみなしていく。したがって、離乳段階の時期が大幅に遅れていても、その後の段階を順調に経ていくことができれば、子どもの摂食機能の動きについても遅ればせながら、段階を経ていけるものと考えられる。ただし、よ

く観察してすすめていかないと段階を経ているということのみのがしてしまうことになるかもしれない。保育士が対応することになるので、よく見て対応していくようにする。保育士の観察力が問われてくることになる。

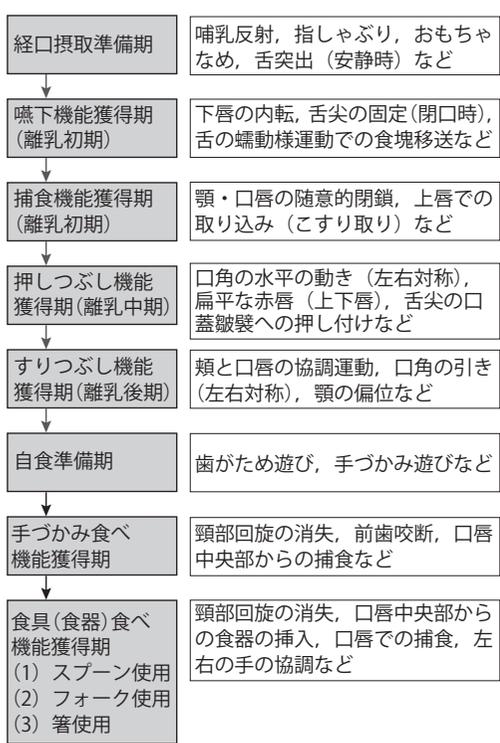


図1 摂食機能獲得段階の特徴的な動き (内海 2006)

V. 離乳時期の遅れをなくしていくための方策： 母子健康手帳の活用

母子健康手帳⁽⁸⁾はおおむね10年ごとに大きな見直しがされているという。平成24年度に新様式⁽²³⁾になっている。母子保健をめぐる状況の変化、平成22年度乳幼児身体発育調査の結果を反映した乳幼児身体発育曲線の改訂がなされている。1か月、3～4か月、6～7か月、9～10か月、1歳、1歳6か月、2歳児から6歳児まで、合計10回健康診査とその記録ができる。1歳6か月と3歳児健康診査については、すべての市区町村で実施されている。そのほかについては、自治体によっての実施が異なる。医師他による健康

診査⁽¹⁰⁾⁽¹⁸⁾によって、育ちについての理解がより深まることにもなるし、問題があれば、そのことについての対応の助言ももらえることになる。継続的な追跡も可能になる。

左欄には保護者が記載する。離乳関係を抜粋すると以下になる。

保護者の記録【6～7か月ごろ】

離乳食を始めましたか。
はい いいえ
(離乳食を始めて1か月くらいしたら1日2回食にし、食品の種類をふやしていきましょう。7,8か月頃から舌でつぶせる固さにします)

保護者の記録【9～10か月頃】

離乳は順調にすすんでいますか。
はい いいえ
(離乳食を1日3回食にし、9か月ころから歯茎でつぶせる固さにします)

保護者の記録【1歳の頃】

1日3回の食事のリズムはつきましたか。
はい いいえ
(食欲をなくさぬよう、またむし歯予防のために、砂糖の多い飲食物をさけましょう。)

右欄の健康診査日の記載事項として、6～7か月で離乳開始、未開始、栄養法：母乳・混合・人口乳、9～10か月には離乳食の一日の回数、1歳児では一日の食事と間食の回数、母乳を飲んでいるかどうかを記載する。1歳児から入園する子どもの場合には、母子手帳などをもとに懇談をすることが可能になれば、情報が増えてくる。入園前の経緯の理解が深められる。あるいは、保育所での子どもの月々の身長、体重の計測からカウプ指数を出すことや、母子手帳の発達曲線(ダウンロードが可能)にその数値を入れて発達状態のレベルの把握が可能になる。加えて、保護者にはその資料を踏まえたうえでの助言ができよう。

VI. 関係する専門職との連携

子どもを抱える保護者たちは孤立化しがちである。離乳の時期についても相談などが気軽にできなければ、1歳になってから離乳食を初めていくということはないのではないかと考えられる。育児情報がインターネットなどのメディアなどの利用で情報入手しやすい一方で、自分の子どもの今必要な情報の入手とその選択については何が良いのかの判断がつきにくいのではないかと思われる。保健関係などの広報活動もそれぞれの地域で実施されているものの、漏れがあるのではないか。子育てに関しては専門職がいる。ともに連携をし、ネットワークを使いながら、情報を交換していくことが求められる。保護者を孤立化させない支援は専門職の連携のあり方にある。

今後の課題

1歳児のこのような問題を持つ子どもたちの事例について、ここでの資料をもとに実践し、その経緯についての検討ができることにある。問題があったとしても段階を丁寧にすすめていくことは時間がかかるかもしれないが、保育園には保育士がいる。子どもをみていくということが専門でもある。それぞれの事例を検討しあうことで、よりよい保育実践につながってこよう。

おわりに

2015年4月から子ども子育て新法による新制度が始まる。待機児対策をはじめとして、それぞれの自治体による取組の実践も始まる。乳幼児期の育ちについて第一義的には保護者としているものの、保護者自身が育児不安も抱えている。保育所での保育の子どもたちのみならず、保育所の保育士は地域への子育て支援にも関与する。困難さを抱えている保護者ほど、子どもとのかかわりについてはうまくできないと思っていることも多い。1歳児の離乳の問題を契機にまとめてきたことは、その保護者支援の在り方をも考え直す契機にもなった。保育所は栄養士がついていて、バラ

ンスのよい給食が提供される。調理はまた別の人が担当する。保育士はバランスよく整えられた給食メニューで子どもたちと食をともに過ごすことができる職種でもある。保護者たちは、作ることやバランスを考えることや子どもが食べるということへのお世話までである。そのようなことが得意な保護者への支援もじっくりと対応していくことが責務内容に入ってくるのではないかととらえている。さまざまな問題にこれからも遭遇するかもしれないが、その問題を契機にしながら、保育所で育ち、育て合うということについて今後とも取り組んでいきたい。

引用文献・資料

- (1) ひよこクラブ特別編集（2011）月齢ごとに「見てわかる！」離乳食新百科，ベネッセコーポレーション
- (2) 板橋区入所前の生活状況（調査シート）0.1歳児用
- (3) 岩田力（2008）「授乳・離乳の支援ガイド」について，小児科49（9），1245-1252
- (4) 厚生労働省（2004）楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～
- (5) 厚生労働省（2004）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～
- (6) 厚生労働省（2007）授乳・離乳の支援ガイド
- (7) 厚生労働省（2011）保育所におけるアレルギー対応ガイドライン
- (8) 厚生労働省（2012）母子健康手帳
- (9) 厚生労働省（2012）保育所における食事の提供ガイドライン
- (10) 水野克己（2014）お母さんが元気になる乳児健診 - 健診を楽しくすすめるエビデンス&テクニック，メディカ出版
- (11) 水野清子，染谷理恵，竹内恵子[他]（1996）保育所給食に関する研究 - 保育所通所児の健康・栄養・食生活の実態（発育・発達に関す

- る縦断研究), 改訂5版母子保健マニュアル
10章母子栄養, 110
- (12) 森田悠子, 高木道代, (2013) 保育士による離乳の援助の現状, 佐野短期大学研究紀要第24号, 59-68
- (13) 埼玉県鴻巣保健所他(2011) がいこくごばんりにゆうしょくのすすめかた
- (14) 佐藤節代(2011) V保育士の仕事, 保育臨床相談・支援, 犀書房, 80-81
- (15) 高野陽, 柳川洋, 中林正雄, 加藤忠明編(2013) 改訂7版母子保健マニュアル, 南山堂
- (16) 田角勝, 向井美恵編(2006) 小児の摂食・嚥下リハビリテーション, 医歯薬出版
- (17) 堤ちはる, 高野陽, 三橋扶佐子(2008) 乳幼児期の食生活を支援する専門職の対応について, 日本子ども家庭総合研究所紀要, 日本子ども家庭総合研究所研究企画, 食生活情報部編, 295-301
- (18) 堤ちはる(2012) 乳幼児健診をいかした食生活支援, 子育て支援と心理臨床 vol. 5, 福村出版, 25-34
- (19) 内海明美(2006), 2章摂食・嚥下機能はどのように発達するのか 経口摂取の発達過程, 小児の摂食・嚥下リハビリテーション, 医歯薬出版, 46-49
- (20) 山口香苗, 田辺圭子(2012) 断乳時期, 栄養形態による断乳の意思決定要因の違い, 母性衛生53(1), 65-72
- (21) 山本直子, 赤星衣美, 新川哲子, 大石和代(2011) 流通店舗での離乳に関する育児相談の現状, 保育学研究(2)23-28
- (22) 柳澤正義監修, 玉井浩他(2008) 授乳・離乳の支援ガイド実践の手引き, 母子衛生研究会
- (23) 横山徹爾他(2012) 母子健康手帳の交付・活用の手引き

参考文献

1. 天野信子(2011) 1歳半健診受診者の母親を対象とした離乳食に関する実態調査帝塚山大学現代生活学部紀要第7号, 55-63
2. Baby-mo 特別編集(2013) 離乳食大百科, 主婦の友社
3. 海老澤元宏監修(2012) 食物アレルギーの栄養指導, 医歯薬出版
4. 海老澤元宏編(2013) 症例を通して学ぶ年代別食物アレルギーのすべて, 南山堂
5. 平海光夫(2006) 乳幼児健診で見られた育児不安の検討, 生活科学論叢37, 31-37
6. 伊藤紀代, 久木由季(2009) 母親の離乳時期に関する意思決定に影響する因子について, 北海道看護研究学会集録, 21, 141-143
7. 小池澄子監修(2013) はじめてのカンタン幼児食1才~3才ごろ, 学研
8. 松尾裕子, 桐山千世子, 内山瑞枝他(2010) 保育園における0歳児からの食生活への取り組み -- 一人ひとりを大切にしたい離乳食, 幼少児健康教育研究16(1), 78-84
9. 水上明子, 山中千春, 港夏希(1995) 断乳時期に関する検討, 熊本大学教育学部紀要第24号, 59-68
10. 中田久恵, 村井文江, 江守陽子(2013) 初めての育児をする母親が離乳をとおして母親役割を獲得していくプロセス: 離乳後期における母親役割獲得の質的研究, 母性衛生54(1), 69-77
11. 根津明子(2008) 出来事としての「離乳食介助」幼児の教育 Vol.107, 12, 8-13
12. 根津明子(2010) 乳児において文化としての「食べる」行為はいかにして成立するか 離乳食援助場面を通して, 日本教育方法学会紀要, 教育方法学研究第35巻, 47-57

13. 大内美南(2001)赤ちゃんが喜ぶ離乳食, 永岡書店
14. 佐々加代子編(2011)保育臨床相談・支援, 犀書房
15. Suzanne Evans Morris, Marsha Dunn Klein, 金子芳洋訳(2009)摂食スキルの発達と障害 第2版, 子どもの全体像から考える包括的支援, 医歯薬出版
16. 田原喜久江, 柳澤芳子, 米山千恵編(2006)おいしい保育所の食事作り 栄養士・調理員・保育士・看護師の連携で, 明治図書
17. 上田玲子監修(2013)最新 はじめての離乳食, 主婦の友社