

保育士養成校における「子どもの食と栄養」における課題

メタデータ	言語: ja 出版者: 公開日: 2022-02-01 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 大土, 恵子 メールアドレス: 所属:
URL	https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4810

保育士養成校における「子どもの食と栄養」における課題

児童教育学部 児童教育学科 大土 恵子

要旨：世界保健機構は、「補完的な栄養補給（補完食）とは、母乳だけでは乳児の栄養必要量を満たせなくなったときに、母乳以外の食品や流動食が必要になり、与え始める食事と定義している。混乱を避けるために、科学的根拠に基づいた統一的なガイドラインが必要である。」と提唱した。しかし日本では世界保健機構の定義とは違う、伝統的な離乳食の与え方が行われ、栄養的には十分とは言えない。日本の保育士を養成する大学では離乳食について学ぶが、世界保健機構の定義が教えられているであろうか。大学生は科学的根拠に基づいた栄養必要量は理解できると思われる。しかし、大学のシラバスを調査したところ、多数の大学で世界保健機構の定義が導入されていないことが予想された。保育や保護者支援のために、今後は、伝統的な離乳食と世界保健機構が提唱する「補完食」の両論とその違いを学ぶことが必要であると思われる。

キーワード：離乳食、補完食、乳児の栄養、保育士養成

はじめに

日本では、乳児の成長に伴い乳汁栄養から徐々に固形食に移行することを「離乳」と言い、そのための食事を「離乳食」と呼んできた。乳汁だけでは足りなくなる栄養を離乳食から摂取し、食物の咀嚼と嚥下をできるようにし、徐々に乳汁を減らして授乳が不要になることをもって移行の完了とした。そのため「乳から離れる」つまり「離乳」と言い習わしてきた。乳幼児を保育する保育所や認定こども園においては、保育士が乳児保育を行い、離乳にも関わる。そのため保育士養成校では「子どもの食と栄養」や「健康」などの講義において乳汁栄養や離乳、幼児食について学習する。

一方、世界保健機関（以下 WHO と略記）が提唱する乳児の食事は日本の「離乳」とは観点が違う。WHO は成長に伴って乳汁で足りなくなる栄養を補うための食事が必要で、それを Complementary feeding（補完食）と呼ぶ考え方を提唱している。日本においても、厚生労働省の 2019 年の授乳・離乳の支援ガイド（以下、2019 年授乳・離乳ガイドと略記）には、「WHO では Complementary feeding といい『補完食』と訳されることもある」と言う文言が初めて記載された。しかし、日本ではまだ WHO の考え方が普及しておらず、保育現場、子育て家庭、保育士養成校では取り上げ方に違いがあると考えられる。各養成校のシラバスから「離乳食」と「補完食」について調査し、今後の保育士養成

における「子どもの食と栄養」の学習についての課題を考察する。

1. 問題と目的

1.1 世界で提唱される「補完食」

WHO は「子どもの死亡の 45% は低栄養に関連する」と警告し、Complementary feeding（以下、「補完食」と記載）を提唱し、子どもの栄養のための啓発を行っている。その一環として、乳児期の乳汁栄養から固形食に移行させるための「補完食」について栄養学的に提唱している。WHO では「補完食」とは「母乳に加えて他の食べ物を与える事」とし、その食事を「補完食」と呼ぶ。赤ちゃんは徐々に家庭の食事を食べることに慣れていき、この期間の終わりごろ（通常は、ほぼ 2 歳）には栄養としての母乳は完全に家庭の食事に置き換わるとしている。「補完食」が必要な理由は、赤ちゃんが成長するにつれて母乳だけでは栄養必要量を満たせない月齢に達するからだ。母乳だけでは特にエネルギー、たんぱく質、鉄、ビタミン A が不足する。母乳からの栄養素と子どもの栄養必要量との「差」を満たす必要がある、子どもが欲しがれば母乳を減らす必要はない。そのため「乳から離れる」という先入観を持たせないために「補完食」と翻訳された。「補完食」という言葉には乳汁と栄養必要量との差を補って完全に食事とい

う意味合いがある。

2. 日本における離乳食の課題

日本においては乳汁の次の食事は「離乳食」つまり「乳から離れる」という概念である。日本では WHO の提唱とは違い、乳汁栄養を減らし「離乳食」を増やしていく方法で乳児期の乳汁栄養から固形食への食生活の移行を行っている。また、WHO の提言のように「どの栄養素が不足するから」という観点ではない。日本においては「離乳」のひとつの目的は固形の食べ物を摂食できるようにする練習として、食べ物のテクスチャを徐々に液体から固形に近づけていくプロセスとなっていた。「日本において子どもの低栄養は無いだろう」と多くの人が考えるであろうが、特に母乳栄養の場合に日本型の「離乳食」でもエネルギー、たんぱく質、鉄、ビタミン A の栄養が不足するおそれがある。鉄の不足は鉄欠乏性貧血の原因となる。乳汁の量の取り扱いについても、離乳時期に減らすとエネルギーが欠乏するおそれがある。

3. 保育士養成校のカリキュラム

児童福祉法では「保育士は専門的知識及び技術をもって、児童の保育及び児童の保護者に対する保育に関する指導を行う（第七節、第十八条の四）」と記されている。現在は「離乳食」と「補完食」のように新しい概念が提唱された移行期であると考えられ、保育者も保護者も人によって理解の差があると考えられる。保育士養成校でも「離乳食」と「補完食」の概念の違いや利点・欠点を把握しておく必要があると考えられる。

4. 本研究の目的

「補完食」の概念は現在保育者養成校ではどの程度指導されているだろうか。近年の若い保護者はインターネットから最新の情報を得ることに長けており、また、調査によれば保健所や・市町村保健センターでの離乳食指導で最新の「補完食」の情報が指導されている場合もある。保護者と保育者とのどちらにも、補完食について理解して実施している者と、従来の離乳食の概念で実施している者が混在している可能性がある。そのため、子どもの保育と保護者支援を行う保育士は、従来の「離乳食」に加えて「補完食」という新しい概念があるという情報を得ていることが望ましいが、現在の保育士養成校ではどのように「補完食」の概念が取り扱われているだろうか。本研究は養成校における今後のあるべき「子どもの食と栄養」の講義のため保育士養

成課程の現状と課題を知ることを目的とした。

II. 研究方法

1. 年代順の文献から見る「離乳食」指導の変遷

①厚生労働省（1995）「改訂 離乳の基本」

「改訂 離乳の基本」では離乳の定義を「離乳とは母乳又は育児用ミルク等の乳汁栄養から幼児食に移行する過程を言う。」とした。厚生労働省「改訂 離乳の基本」（1995）の離乳食の進め方の目安を表1に示した。表1では離乳を進める際の目安を示し、乳児の食欲・摂食行動・成長発達類は食文化や家庭の食習慣によって、子どもに合わせて離乳を行うように勧めた。

表1 離乳食の進め方の目安（1995）

区 分		離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
月齢（か月）		5～6	7～8	9～11	12～15
回数	離乳食（回）	1→2	2	3	3
	母乳・育児用ミルク（回）	4→3	3	2	※
調 理 形 態		ドロドロ状	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
一回当たりの量	I 穀類（g）	つぶしがゆ 30→40	全がゆ 50→80	全がゆ（90→100）→軟飯80	軟飯90 →ご飯80
	II 卵黄（個）	卵黄 2/3以下	卵黄→全卵 1→1/2	全卵 1/2	全卵 1/2→2/3
	又は豆腐（g）	25	40→50	50	50→55
	又は乳製品（g）	55	85→100	100	100→120
	又は魚（g）	5→10	13→15	15	15→18
	又は肉（g）		10→15	18	18→20
III 野菜・果物（g）		15→20	25	30→40	40→50
調理用油脂類・砂糖（g）		各0→1	各2→2.5	各3	各4

※牛乳やミルクを1日300～400ml

「改訂 離乳の基本」（1995）で特筆すべきところは「離乳食の開始は早くても4か月以降」「離乳食の量を増やし、母乳又は育児用ミルクは次第に減量し中止していく」である。栄養学的には、「鉄欠乏、腎への負担、たんぱく質過剰を考慮する」と記されていた。

②厚生労働省（2007）「授乳・離乳の支援ガイド」

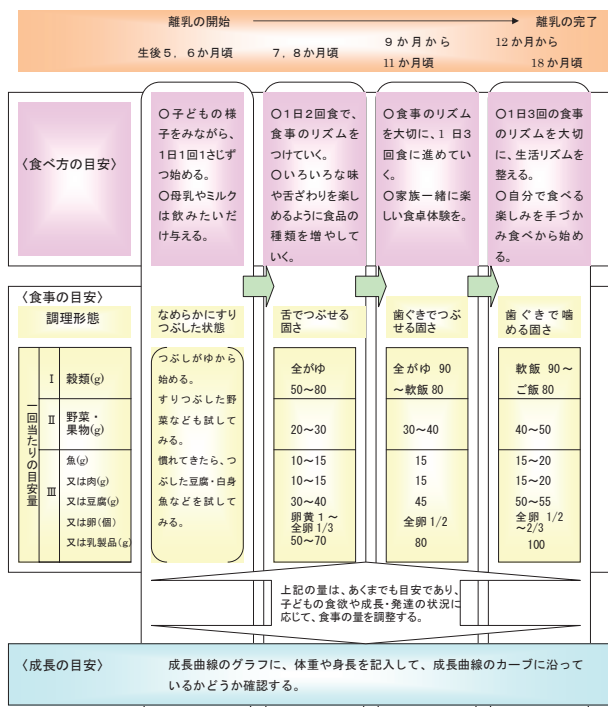
表2に厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」（2007）の「離乳食の進め方の目安」を示した。「授乳・離乳の支援ガイド」（2007）では、離乳の定義を、「離乳とは母乳又は育児用ミルク等の乳汁栄養から幼児食に移行する過程を言う。」とした。

支援ガイドには多くの実践例や授乳・離乳に関する調査や困り事の実例が掲載され、医学的な見地からのエビデンスにより文献をあげて解決方法が記載された。

「授乳・離乳の支援ガイド」（2007）で特筆すべきところは、「離乳の開始は5、6か月が適当」と1995年の資料より離乳開始の時期を遅らせた所と、離乳の前に与えていた果汁の意義の否定、鉄が不足する注意喚起が記述されたことであつた。また、はちみつによる乳児ボツ

リヌス症の予防と、アレルギーを引き起こす食品の除去に対して述べられている。妊娠・授乳中の母親のアレルゲン除去と離乳期の子どもに対するアレルゲンの除去についてはある程度の予防効果が認められたものと、エビデンスが認められないものを両論併記している。

表2 離乳食の進め方の目安 (2007)



食事の量が子どもに対して適切であるかどうかの評価については、個人差があることから、子どもの食欲や成長発達の状況に応じて調整するとされている。また乳児期の肥満は生活習慣病との関連があるとして、過体重に注意をするよう勧められている。

③厚生労働省 (2019)「授乳・離乳の支援ガイド」

表3に厚生労働省 (2019)「授乳・離乳の支援ガイド」の「離乳の進め方の目安」を示した。「授乳・離乳の支援ガイド」(2019)では、まず離乳食の開始時期、完了時期などの調査結果を記載し、離乳の定義を「成長に伴い、母乳又は育児用ミルク等の乳汁だけでは不足してくるエネルギーや栄養素を補完するために、乳汁から幼児食に移行する過程を言い、その時に与えられる食事を離乳食という。」と定義し、初めて栄養素を補完する概念が記された。特筆すべきところは、不足する栄養素を具体的に上げ、それを含む食品を列挙した点である。また、食物アレルギーについて、「特定の食物の摂取開始を遅らせてもアレルギー予防の科学的根拠はない」として、最新の知見を示した。また、初めて、歯の

萌出の目安と摂食機能の目安と食事の形状をわかりやすく図示した。

表3 離乳食の進め方の目安 (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
食べ方の目安	○子どもの様子をみながら1日1回1さじずつ始める。 ○母乳や育児用ミルクは飲みたいだけ与える。
調理形態	なめらかにすりつぶした状態
1回当たりの目安量	
I 穀類 (g)	つぶしがゆから始める。 すりつぶした野菜等も試してみる。
II 野菜・果物 (g)	全がゆ 50～80
III 魚 (g)	20～30
又は肉 (g)	10～15
又は豆腐 (g)	10～15
又は卵 (個)	15
又は乳製品 (g)	30～40
又は卵黄 (g)	卵黄 1～全卵 1/3
又は全卵 (g)	全卵 1/2
又は全卵 (g)	80
又は全卵 (g)	100
歯の萌出の目安	乳歯が生え始める。
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。
	舌と上あごで潰していくことが出来るようになる。
	歯ぐきで潰すことが出来るようになる。
	歯を使うようになる。

② WHO の補完食 (2006)

WHO (2006) の「補完食 母乳で育っている子どもの家庭の食事」戸谷誠之訳では、全世界の子どもを念頭に適切な食材をあげ、子どもが家庭の食事を食べられるようになるまでの食事について解説している。また衛生的な面も考慮し、水は沸騰させること、食物を衛生的に調理すること、食物を冷蔵すること、手洗い、トイレ、小動物や昆虫についての衛生上の注意、病気などに関して言及されている。

これらの注意点に関しては現代の日本の子どもが、蛇口をひねれば清潔な水が出てきて、そのまま飲むことができ、育児用ミルクも入手でき、食べ物を必要に応じて冷蔵できるという衛生的な社会環境で生活できることを何より幸せに思わざるを得ない。

世界の子どもの中には清潔な飲み水も、育児用ミルクも無い場合もあることから、WHO (2006) では「生後

6 か月間は母乳だけで乳児に必要な栄養も水分も満たされる」と母乳の推奨を述べる。その後、子どもが成長し母乳のみでは栄養必要量を満たせない月齢（6 か月）になるため、母乳から供給される栄養素と子どもの栄養必要量との「差」を満たすために必要となるという理由で、「補完食」の必要性が述べられている。

図1に、エネルギー必要量と母乳から得られる量のグラフを、図2に吸収される鉄の必要量と母乳から得られる量および出生時の貯蔵鉄の量のグラフを示した。（いずれも出典は WHO）

まずエネルギーに関して、母乳は水分が多いため子どもの生後6 か月ころから母乳だけのエネルギーでは徐々に足りなくなる。

次に鉄に関して、母乳には鉄がほとんど含まれていない。鉄は血液を作るために必要で、6 か月までは母体由来の貯蔵鉄で血液が作られるが、生後6 か月頃にその貯蔵鉄が消費されるため、その後は急激に鉄が足りなくなる。なおこのグラフは正期産の子どもの場合で、早産や低出生体重児の場合はもう少し早期から鉄が欠乏する。いずれにしても、十分な鉄を含んだ補完食を与えなければ子どもは鉄欠乏性貧血になってしまう。

このエネルギーと鉄の欠乏だけでも子どもの成長が止まるか、ゆっくりになってしまう。鉄の供給のためには赤身肉やレバー、鉄の吸収のためにはビタミンCや肉類、魚類、海産物、エネルギーの補完のためには油脂や糖類が勧められている。良い補完食とはエネルギー・たんぱく質・微量栄養素（鉄・亜鉛・カルシウム・ビタミンA・ビタミンC・葉酸）を含むものである。

この WHO の定義で勧められる食材を見るだけでも、旧来の日本の離乳食の「米のみの10 倍粥で開始する、徐々に白身魚を加える」では全く栄養が足りないことが理解できる。WHO では主食のみで作られたお粥では栄養必要量が満たせないことが指摘されている。

⑤ WHO の「補完食」の食材

「補完食」の提言は世界が対象とされているため、その地域社会で食べられる食材が適切と記され、具体的には、穀物では米・トウモロコシ・小麦・キヌア等、根菜ではキャッサバ・ヤムイモ・さつまいも・じゃがいも等、果物ではバナナ・プランテン等があげられている。「離乳食」と違い特記されていることは、水分でお粥をゆるくするとエネルギーと栄養価が低くなるため、水分を減らす・粉ミルク・砂糖・マーガリン・ゴマペースト等を追加するなどの方法でエネルギーと栄養価を高めることである。また豆類・動物性食品として肉・内

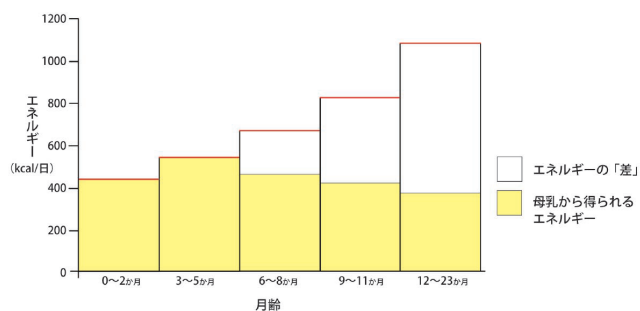


図1 エネルギー必要量と母乳から得られる量

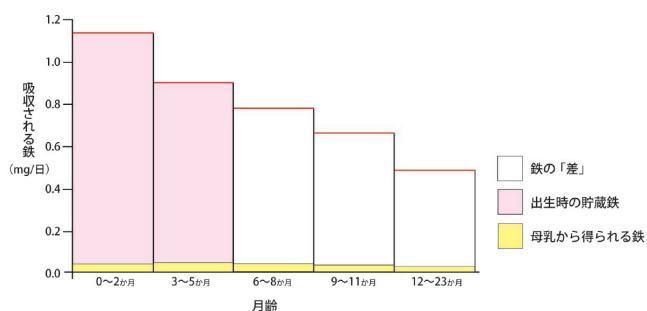


図2 吸収される鉄の必要量と母乳から得られる量および出生時の貯蔵鉄の量

臓・レバー・魚が勧められており、調理法も詳しく記載されている。緑黄色野菜と果物、油脂類と糖類についてもエネルギーと栄養価を高める観点から積極的に用いる方法が記されている。

図1はエネルギー必要量が増大していくのと比較して母乳から得られるエネルギーが徐々に不足していくことを表している。図2は鉄の必要量が5 か月までは出生時の貯蔵鉄でまかなわれるが6 か月からは貯蔵鉄を使い果たし、急激に欠乏することを表している。

厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」でも言葉で鉄分の必要性はのべられているが、読者にとってはWHOのようにグラフで視覚的に表すことでどれだけ不足するのか、どれだけ補わなければならないかをよく理解できると考えられる。

⑥ 「補完食に関する近著」

相川・川口（2021）は専門知識と育児経験を活かして入門的な書籍「赤ちゃんのための補完食入門」を著し、離乳食と補完食の特徴を述べている。相川は医師、川口は管理栄養士である。相川らによれば、日本型の離乳食の利点は①日本の食生活に合っている、②これまでみんながやってきたことなので安心感がある、③相談できる相手がたくさんいて書籍もたくさんある、④細か

くやり方が決まっているから悩まなくて済むであり、欠点は①ネットや本のやり方では振り回される、②栄養についての視点が少し欠けている、③母乳を早くやめなくてはと感じる、である。また、補完食の利点は①母乳やミルクをやめなくてよい、②細かい決まりがない、③理解がしやすいであり、欠点は①日本での情報が少ない、②決まりがなさ過ぎて途方に暮れる、③現在の日本の食材やベビーフードでは限界があるかもしれないである。特に、日本式の離乳食に付け加える視点は、生後6か月以降に乳汁栄養で不足する鉄、亜鉛、ビタミンDを食事によって補う点と、乳汁を減らす必要はなく欲しがるだけ与えて良い点である。相川はこれらの情報を、書籍だけではなくTwitter、Instagram、blog等のSNSでも広く普及させており、Twitterのフォロワー数は5.1万人である。

また工藤・新谷（2021）は、「進め方と作り方がわかるはじめての『補完食』」を出版し、補完食の進め方とレシピを多く掲載している。工藤は小児科医師、新谷は管理栄養士である。本書でもWHOの「補完食」の考え方を紹介し、補完食の調理写真を多用している。工藤もInstagram、youtube他などのSNSでも情報を広く普及させ、Instagramのフォロワー数は2万人である。

これらの医師の情報発信方法を見る時、現代の日本ではより求める人に必要な情報が伝わっているのではないかと思わされる。

2. 保育士養成校の「子どもの食と栄養」に関する先行研究

近藤（2012）は、厚生労働省が2011年に保育士養成課程の教育カリキュラムを見直したため、その後の、短期大学のシラバスを分析して、保育士養成課程における「子どもの食と栄養」について分析している。近藤によれば、2012年に関東の保育士養成課程のある私立短期大学27校のシラバスを調査したところ、科目名称は「子どもの食と栄養」が78%、「小児栄養」が22%であった。「子どもの食と栄養」の単位数は、演習科目で授業回数15回（半期科目）としている大学が67%、授業回数30回（通年科目）としている大学が63%、授業回数30回（講義15回、演習15回）としている大学が4%であった。保育所保育指針から見た授業内容は、「食と健康」に関してはほぼすべてのシラバスの学習目標に含まれていたが、「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」に関する内容と目標を入れている大学は少なく、栄養・食生活・健康が主な学習の目標

となっていた。一方、栄養素に関する基本知識を扱っていない大学が22%あった。保育所保育指針に示されている食に関する5項目を含め、保育現場での現状を踏まえた「子どもの食と栄養」の内容を検討する必要がある。

今津屋・日浦（2013）は、兵庫県下の認可保育所919園の5歳児クラスの保育者を対象に食育と共食時の人間関係について調査を行った。その結果、保育所で行われている食育活動は、ほとんどの回答が給食・クッキング保育・食材の栽培・栄養教育の4つに集約された。「食と健康」「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」の5つの観点との関係では、給食では「健康」、クッキングでは「料理」、食材の栽培では「いのちの育ち」栄養では「健康」を有意に意識して保育していることを明らかにした。

鷺見（2015）は、保育士養成課程において「子どもの食と栄養」を受講した学生の学習前と学習後の質問紙調査により食育実践力がどう育成されたかについて研究した。学習前後の比較により、食の知識・スキルの習得・食意識の向上が見られたが、学生自身の食態度の向上は見られなかったことが報告された。

寺田（2017）は、保育士養成課程では「子どもの食と栄養」において子どもの発育と食生活の意義や栄養に関する基礎知識を学ぶが、食事場面を科目内容に扱うことが重要だとし、脳科学の視点から共食場面について考察した。先行研究から保育の食事場面では最も多い働きかけが「摂食促し会話」であるが、脳科学の視点から家族や友達との共食が情動システムを安定化させ大脳皮質にも好ましい影響を及ぼす可能性をあげ、「残さず好き嫌い無く」よりは「楽しく食べ合う」ことの重要性を提唱した。

3. 学生の養成校入学までの栄養についての学習

保育士養成校に入学する学生は、小学校・中学校・高等学校の教育を終えて高等教育学府に入学する。学生は、入学までどのように栄養について履修しているのだろうか。

日本の教育課程では、児童生徒は小学校・中学校・高等学校で「家庭」を履修している。それぞれの時期にどのような内容を履修しているか概観する。

小学校では、男女ともに5・6年生の家庭で栄養を学習する。学習内容は、以下のとおりである。

家庭の授業は小学校教員免許状を持つ教員が行う。小学校教員免許状には、特に教科の専門性は無い。

食品は含まれる栄養素の特徴により、①主にエネルギーのもとになる、②主に体を作るもとになる、③主に体の調子を整えるもとになる、の三つのグループに分けることができ、バランスよく食べる必要がある。①おもにエネルギーのもとになる、には米や麦、油などがあり、炭水化物や脂質が含まれる。②主に体を作るもとになる、には魚・肉・卵・大豆・牛乳などがあり、たんぱく質が含まれる。③主に体の調子を整えるもとになる、には野菜・果物などがあり、ビタミンや無機質が含まれる。

また小学校には毎日の学校給食があり、給食の栄養バランスについて給食だより等で食材の3グループ分けが表示され、栄養教諭または養護教諭が栄養について指導する場合も多い。学期からビタミンや無機質について学び、調理実習では、安全で身近な食材で、ゆでる調理、炒める調理などを行う。

中学校では、男女ともに3年間技術家庭を履修し、その中で栄養を学習する。家庭「食生活」の中で、小学校の内容との系統性を図り、学習する。学習内容は小学校での食材の3グループ分けから、五大栄養素とより詳しくなり、以下のとおりである。

五大栄養素「炭水化物・脂質・たんぱく質・無機質・ビタミン」について学ぶ。栄養素の種類と働きがわかり、食品の栄養的な特質について理解し、中学生の一日に必要な食品の種類と量がわかるように学習し、望ましい栄養や食事のとり方、食品の品質や安全性、地域の食文化、基本的な調理・技能について学習する。

授業は中学校教員免許状（家庭）を持つ教員が行う。中学校以降の教員免許状は教科の専門別の免許状となっている。

高等学校では、男女ともに家庭で栄養を学習する。家庭は、家庭総合（4単位）と家庭基礎（2単位）があり、近年は家庭基礎（2単位）を選択する高等学校が主流であるが、いずれも必修単位である。学習内容は以下のとおりである。

食事と健康について、健康で安全な食生活を営むために必要な栄養、食品調理、及び食品衛生などの基礎的・基本的な知識と技術を習得させ、生涯を見通した食生活を営むことができるように指導する。

授業は、高等学校教員免許状（家庭）を持つ教員が行う。

上記のように、日本の学校教育では小学校でビタミン、無機質の存在を学び、中学校・高等学校で五大栄養素の種類と働き、食品の栄養について学んでいるので、大学で学ぶ「子どもの食と栄養」の内容についても、栄養素の働き・食品に含まれる栄養素、食事バランスガイドなどの基礎知識をもって理解できると思われる。

4. 保育士養成校のシラバスの調査

①目的

「離乳食」と「補完食」について保育士養成校ではどう指導されているかを知るため、2021年度の全国の保育士養成校の「子どもの食と栄養」等のシラバスを収集し、養成校における「離乳食」の指導内容を調査した。

②調査対象

厚生労働省の指定保育士養成施設一覧（R3年）を参照し、各県の昼間部（通信教育制ではない）の学生定員が多い大学から順に調査した。ウェブサイトでシラバスが参照できた大学で、その県の中で一番定員が多い大学のシラバスを研究対象とした。上記の条件に合致する養成校が無い県が4県あり、合計43県の43大学が対象となった。

③調査内容

調査内容は、講義名、シラバスの「授乳の後の乳児食」に「補完食・離乳食」の用語の使用の有無、使用テキスト、テキストの題名と発行年であった。

④結果

「子どもと食と栄養」に関する講義名を表4に示した。講義名「子どもの食と栄養」が93.0%と大多数を占めた。近藤（2012）によれば2011年に厚生労働省の保育士養成課程のカリキュラム名が「小児栄養」から「子どもの食と栄養」に変更し、2013年から保育士試験の科目名も「子どもの食と栄養」に変更された。今回の結果もこれに従っていると考えられる。近藤の調査によれば、2012年のシラバスでは「子どもの食と栄養」が78%であったので、その割合が増加したことがわかる。

表4 子どもと食に関する授業の講義名

講義名	大学数	%
小児栄養	2	4.7%
食と発達	1	2.3%
子どもの食と栄養	40	93.0%
合計	43	100.0%

シラバスの中で、乳汁栄養の次に与える乳児食の名称として記載されている単語を表5に示した。「補完食」と記載しているシラバスが0.0%で「離乳食」と記載しているシラバスが100.0%であった。現在の表現としては「離乳食」が全てであり、シラバスの中に「補完食」という表現が全く使用されていないことがわかった。

表5 乳汁の次に与える食べ物（補完食・離乳食）

単語	補完食	離乳食
含まれている	0.0%	100.0%
含まれていない	100.0%	0.0%
合計	100.0%	100.0%

「子どもの食と栄養」等の授業で指定されている教科書について調べ、その出版年を表6に示した。12大学が教科書を2冊指定していたため、n = 55である。2019年授乳・離乳ガイド以降に出版・改訂された教科書には、「補完食」の概念が反映または付記されている。テキストの出版年の2020年と2021年を合計すると41.8%が最新の教科書を指定していることがわかった。出版年が2019年以前の教科書でも「必ず第5版」と2021年現在での最新版を指定している大学もあり、担当する教員が「最新の情報の教科書」を意識して設定していることがわかる。一方58.2%の大学は出版年が古い、または古い版の教科書を指定していた。その場合は担当教員が厚生労働省「2019年授乳・離乳ガイド」やWHOの「補完食」の概念の指導を念頭に置いていない教科書である可能性が考えられる。

表6 指定した教科書の出版年

出版年	指定した教科書	割合 (%)
2021年	4	7.3%
2020年	19	34.5%
2019年	4	7.3%
2018年	23	41.8%
2013年	1	1.8%
2012年	1	1.8%
2011年	2	3.6%
2005年	1	1.8%
合計	55	100.0%

小川・坂本・曾根・豊原・中島(2020)の「子どもの食と栄養」第4版によれば厚生労働省の「保育所保育指針」(2018)、「授乳・離乳の支援ガイド」(2019)、「日本人の食事摂取基準」(2020)に合わせて改訂したとの記述があり、保育士養成校の教科書として用いられている書籍に関しては常に最新の知見にアップデートされていることがわかる。

Ⅲ. 結果と考察

WHOの提唱する「補完食」の概念は、特に生後6か月以降に乳児の体内の母親由来の貯蔵鉄が使い果たされ、摂食によって補うことが重要であるため「補完する食事」という意味であるが、文献検索では厚生労働省の記載には、その概念が単語としては記載されたが、グラフや%等を用いて、具体的に視覚的には記述されていないことが分かった。また、鉄以外のエネルギーや微量栄養素についても同様である。

日本の保育士養成校の「子どもの食と栄養」の授業に関する先行研究においても、WHOの提唱する「補完食」の概念は十分に記述されていない。

保育士養成校の「子どもの食と栄養」のシラバス調査によっては、まだ、「補完食」の用語が全く使用されておらず、教科書も最新とは言い難い例もあった。

近年に刊行されたGoogle ScholarやCiNiiなどの論文検索サイトにおいては、日本語の論文では、一般の方のアクセスしにくい小児科の論文においてのみ補完食の論文が投稿されている。そのため、小児科医や管理栄養士においては、特に治療のフォローアップが必要な低出生体重児などの栄養指導に関してはWHOの提唱する「補完食」の概念が常識として指導されているものと思われる。

また、一般のウェブサイトにおける検索サイトでは、「離乳食」の語で検索すると、離乳食の販売会社のサイトが上位に現れ、従来の離乳食概念の説明が行われている。地方公共団体の離乳食についてのサイトでは、従来の離乳食の概念を説明するサイトと、補完食の概念を説明するサイトが混在した。しかし、離乳食だけではなく、「補完食」の単語を加えて検索すると、一般社団法人母子栄養協会、育児教材企業、等で管理栄養士によるWHOの補完食の概念が説明されている。

また、書籍では2021年9月の時点で書名に「補完食」が入っている書籍は2020年12月出版と、2021年2月出版の2冊だけであり、まだ日本国内では新しい概念であることが分かった。一部の離乳食の書籍では「授乳・離乳の支援ガイド(2019)」に準拠した書籍は始めている。これらから、まさに現在は両論が混在している状態だということができる。

そのため、既に保育士資格を取って保育施設で勤務している保育士や、乳児の祖父母世代にあたる人には新しい概念が知られていない場合がほとんどで、子育てにあたる保護者との考え方の相違が生まれているおそれがある。

日本の家族の形態は、変化してきた。「2019 年 国民生活基礎調査の概況」厚生労働省によれば、家族人数は 1953 年の 5 人から 2019 年の 2.39 人まで減少の一途を続けている。児童のいる世帯は全世帯の 21.7% で、児童が 1 人いる世帯は 10.1%、2 人いる世帯は 8.7% となっている。核家族化が進み、子育て世帯はいわゆる「ワンオペ育児」と言われるように母親がたった 1 人で家事と育児を全て担っている場合が多い。その子育ては、全く初めてか、せいぜい 2 回目という事になり、経験不足や不安感、孤独感が想像される。また、児童のいる世帯における母の仕事の状況を見ると「仕事あり」の割合が 72.4% であり、この割合は年々上昇傾向となっている。これらから保育所や認定こども園の子育て支援と保護者支援に対する貢献は大変大きいものであるため、保育士にとっては一層の知識の最新化が必要だといえよう。

IV. 総合考察

1. 保育士の職務

保育士は保育所において乳児を保育し、乳児院において乳児を保育する職業である。エビデンスに基づいた乳児保育の知識が必要である。これから資格を取得する学生も、すでに現場で働いている保育士も、常に最新の知見を知る必要がある。

乳児の保護者にとっては、WHO の新しい概念である「補完食」の方法で食事を摂食させても、祖父母にあたる年代に理解されなかったり、ベテランの保育者に理解されなかったりする場合が考えられる。保育士はそのような場合に両論があることを理解して、保護者支援をすることができる

保育士の職務には保育とともに保護者支援があげられる。新しい概念を学習している若い保護者と、従来の離乳食の概念を常識とする祖父母世代の考え方の齟齬があれば、保育士も新しい概念のエビデンスに基づく支援が必要になる。

2. 今後必要とされる教育活動

今後は保育士養成校の「子どもの食と栄養」の授業で、WHO の新しい概念である「補完食」についても指導する必要があると考えられる。

また保育所の中でも新しい概念を学習している若い世

代の保育士と従来の離乳食の概念を常識とするベテランの保育士が存在する可能性がある。そのため、すでに保育士資格を取得して現場で勤務している保育士については、保育士キャリアアップ研修の「食育・アレルギー対応」の研修等で WHO の新しい概念である「補完食」について学ぶ必要があると考えられる。

3. 本研究の成果と課題

保育士養成に関する「補完食」についての先行研究は知る限りにおいてなく、重要性があると考えられる。本研究の課題は、WHO の「補完食」の提言がどのように日本の保育界に位置づいているかを、文献や保育士養成校のシラバス等を調査したが、実際の授業内容までは調査できていないことと、小児科における研究にあたることができていないことである。今後は小児科で指導されている内容についても文献にあたり、保育士養成に応用できる内容を研究していきたい。

文献

- 相川 晴, 川口由美子 (2021). 赤ちゃんのための補完食入門. 彩図社. 東京.
- 今津屋直子, 日浦直美 (2013). 幼児期の食育と共食時の人間関係 (1): 兵庫県下の保育所における援助実態と課題. 関西学院大学教育学論究. 5, 39-46.
- 近藤清華 (2012). 保育士養成課程における科目「子どもの食と栄養」の現状と課題: 短期大学のシラバス分析から. 川口短期大学紀要. 26, 117-128.
- 厚生労働省. 国民生活基礎調査 (2019)
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa19/dl/14.pdf> (2021 年 9 月 29 日閲覧)
- 厚生労働省. 指定保育士養成施設一覧 (R3).
<https://www.mhlw.go.jp/content/000526901.pdf> (2021 年 9 月 7 日閲覧)
- 工藤紀子, 新谷友里江 (2021). 進め方と作り方がわかるはじめての『補完食』. ナツメ社. 東京.
- 小川雄二, 坂本裕子, 曾根真理枝, 豊原容子, 中島正夫 (2020). 子どもの食と栄養 (第 4 版). 建帛社. 東京
- WHO 補完食
<https://www.who.int/health-topics/complementary-feeding> (2021 年 9 月 4 日閲覧)

Problems Regarding “Food and Nutrition for Children” in Training Schools for Nursery Teachers

Faculty of Childhood Education, Department of Childhood Education
Keiko OTSUCHI

Abstract

The World Health Organization (WHO) defines complementary feeding (food supplement) as “the meal that will be given when breast milk becomes insufficient to fulfill the nutritional requirements, and food and liquid food, other than the breast milk, become necessary for an infant,” and it asserts that “setting a unified guideline based on scientific evidence is necessary in order to avoid confusion.” However, in Japan, the more traditional standard, which is different from the definition of WHO, is followed when feeding baby food, which is not nutritionally sufficient. Japanese universities that train nursery teachers provide lectures on baby food, yet it is questionable whether the WHO definition is being taught or not. College students seem to comprehend that there is a nutritional requirement based on scientific evidence. Nevertheless, an investigation of syllabi suggested the possibility that many universities have yet to introduce the WHO definition. Hereafter, it will become necessary to learn both the theories related to traditional baby food and the “food supplement” advocated by WHO, as well as the difference between them, in order to provide proper nursing and parental support.

Keywords: Baby food, food supplement, nutrition for infant, nursery teacher training

