2013年度名古屋学芸大学健康・栄養研究所　研究・実践報告

■研究・実践の課題（テーマ）

①子育てわいわい話そう会―子どもの「食」について考えよう！

②乳幼児期の「食」に関する保護者の悩みへの援助方法に関する研究

■主任研究者　釜賀　雅史

■共同研究者　塚原　丘美，安達　内美子，坂　鏡子

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

1）研究・実践の目的

「食育」は、乳幼児期の子どもの健全育成上大きな課題である。子どもケアセンターを訪れる乳幼児の子育てする親から多くの相談を受けている。そこで、乳幼児期の子育てする親の育児不安を軽減させ、子どもの健全育成を図ることを目的として、子どもケアセンターと健康・栄養研究所との連携の下に、子育て支援講座①を試みた。そして、その実践に関して考察を加え実践的提言を呈示しようとするのが②の研究である。

2）方法

○食育講座の概要

子育て応援講座「子どもの食について考えよう」を年4回開催した。

第1回　日時：2013年6月7日　「テーマ：0歳児の“食”について考えよう！」
対象：0歳児の親子　参加者：13組の親子
講師：足立己幸、安達内美子
場所：HB103保育演習室（親の食育講座）

第2回　日時：2013年9月27日　「テーマ：1歳児の“食”について考えよう！」
対象：1歳児の親子　参加者：16組の親子
講師：足立己幸
場所：HB103保育演習室（親の食育講座）

第3回　日時：2013年11月27日　「テーマ：2,3歳児の“食”について考えよう！」
対象：2,3歳児の親子　参加者：8組の親子
講師：足立己幸
場所：HB103保育演習室（親の食育講座）

第4回　日時：2014年1月22日　「テーマ：就園に向けての“食”について考えよう！」
対象：0～3歳児の親子　参加者：8組の親子
講師：安達内美子
場所：HB103保育演習室（親の食育講座）

※それぞれの講義の後に個別相談の時間を設けた。

○運営

募集および当日の管理運営は子どもケアセンターが、講座の展開は健康・栄養研究所が当たった。子どもケア学科の学生のボランティアに、参加者の子どもの託児を委ね、その間、参加者（親）は講座を受講するという形をとった（10:00～11:00）。講座終了後、正午まで、食に関する個別相談を受けた。

3）結果（気づき）

《子どもケアセンター：坂》

少子化・核家族化が進行する中で、食事の量、楽しく食べられるようなかかわり方など、具体的な方法が分からないという親の声に対して、どの講座の参加者アンケート結果をみると、具体性のある内容で、とてもわかりやすかったと好評であった。また、子どもの託児があることで、親が少しの間、子どもと離れて学習ができる環境が整っていることは、日ごろ子育てに追われている親にとっては、心の中に風が入り、じっくりと日常を振り返る機会になったという声も多かった。特に、0 歳児の頃は、離乳食の進め方など、親の抱える悩みが多い実態があり、食に関する専門家に相談ができることが、育児不安の軽減につながったことが分かった。

《健康・栄養研究所：塚原・安達》

事前に質問を受け、その事を中心に個別相談を行なったので、参加者の問題は解決された。それに加えて、食育講座を受講してもらったことで、子育てにおける「食」というものを違った視点からも考えてもらえるようになり、取り巻く環境を含めた幅広い視野で、また今後の将来を見据えながら、「食」について考えてもらえる機会となった。しかし、参加者が毎回異なるために、講座を受けたことによる母親の考え方の変化と児の成長による悩みの変化については、継続的にフォローすることはできなかった点が課題である。

4）次年度への提案

今年度の内容を踏まえて、次年度は、食育講座の内容をより具体性のあるものに発展させる。そのため、子ども・親・親子の関係性の成長をとらえられるよう、同じメンバーが期間をあけて継続的に参加できる企画を考える。また、食育講座で学んだ内容をもとに、C 棟食堂を活用し、管理栄養学部の学生が考案したメニューの提供を行う。子どもケアセンターは、食堂の運営業者・学部事務と相談し、食器・乳幼児用のいすなどの環境を整備する。

さらに、この企画をヒューマンケア学部と管理栄養学部双方の教育に反映させるべく、具体的検討を始める。