

2014 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）

子どもケアセンターにおける「子育て応援講座：子どもの食について考えよう」の実施とそれを踏まえた「食」に関する保護者の悩みへの援助方法の研究」

■主任研究者 釜賀雅史

■共同研究者 安達内美子、塚原丘美、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となっており、子どもケアセンターを訪れる乳幼児の子育てをする親からも多くの相談を受けている。そこで、名古屋学芸大学・健康・栄養研究所と子どもケアセンターが連携を図り、乳幼児期の子育てをする親を対象にした講座を開催し、乳幼児期の子育てをする親の育児不安を軽減させるとともに（①）、子どもの健全育成を図るための実証的研究を推進する（②）ものである。

2) 方法

○食育講座の概要

申し込み時点で0歳6ヶ月～1歳0ヶ月の子どもとその保護者を対象に、子育て応援講座「子どもの食について考えよう！」を年4回同一メンバーで開催した。

第1回 日時：2014年6月18日 「テーマ：離乳食は大人の仲間入り」

参加者：16組の親子

講師：安達内美子、塚原丘美

場所：HB103 保育演習室（親の食育講座）

HB105 子どもケアセンター（子どもの託児）

第2回 日時：2014年9月17日 「テーマ：離乳食の摂り方と心の発達」

参加者：13組の親子

講師：安達内美子、塚原丘美

場所：HB103 保育演習室（親の食育講座）

HB105 子どもケアセンター（子どもの託児）

第3回 日時：2014年11月19日 「テーマ：離乳食の量と体の発育」

参加者：13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）

HB105 子どもケアセンター（子どもの託児）

第4回 日時：2014年1月22日 「テーマ：幼児食と家族の健康」

参加者：16組の親子

講師：安達内美子、塚原丘美

場所：HB103 保育演習室（親の食育講座）

HB105 子どもケアセンター（子どもの託児）

○毎回のプログラムの流れ

9:45 ～ 受付開始

10:00 ～ 親は講座へ（健康・栄養研究所が講師）、子どもは託児に（学生・保育士）

11:00 ～ 講座の終了、親が子どもを迎えに。学生は託児中の子どもの様子を親に伝える。

1:15 ～ 食に関する個別相談（健康・栄養研究所担当）

C棟食堂にて管理栄養学部の学生が考案したメニューで昼食もしくはおやつ（保護者の方の任意）

○結果（気づき）

実践（①） 塚原・安達（健康・栄養研究所）

平成25年度に引き続き、4回の講義をシリーズとして同じ参加者を対象に行った。そのため、講座は離乳前期または中期から始まり、離乳後期または完了期に終了した。講座内容を児の発育と離乳の段階に合わせることができ、参加者の満足度を上げることができた。

「児のいる家族の食卓」についての講座であり、単なる離乳食相談にならず、参加者それぞれが家庭できることは何か考える機会になった。

講座終了後の家族みんなで食べられる食事は、ほとんどの参加者が児と一緒に食べ、好評だった。その際、配付した資料についても好評で、「家庭で活用した」という多数の意見をいただいた。来年度も、本年と同じ要領で継続する予定である。

研究（②） 坂（子どもケアセンター）

子どもの食事の量、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ても、具体的でわかりやすいと好評であった。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、じっくりと日常の自分を振り返る機会ともなっているようだ。昨年同様、特に離乳食の進め方など、0歳児の親には悩みが多く、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ていることが分かった。

3) 次年度への提案

昨年度からの課題でもあるが、食育講座の内容の更なる充実、親と子の成長の姿が評価できるような基準の設定の検討を行う。