

# 楽しく食べる子どもに

～食からはじまる健やかガイド～

「食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」の視点から)のあり方に関する検討会」  
報告書

平成16年2月

厚生労働省雇用均等・児童家庭局

# 目 次

1	子どもの食をめぐる現状と課題	1
2	食を通じた子どもの健全育成のねらい及び目標	7
3	食を通じた子どもの健全育成からみた発育・発達過程に関わる特徴	10
	1) 心と身体の健康	
	2) 人との関わり	
	3) 食のスキル	
	4) 食の文化と環境	
4	発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”	14
	1) 授乳期・離乳期	
	2) 幼児期	
	3) 学童期	
	4) 思春期	
5	“食べる力”を育むための環境づくり	17

## 〈参考資料1〉 “食べる力”を育むための具体的支援方策（例）

	“食べる力”を育むための具体的支援方策（例）について	19
●	保育所からの発信	22
●	地域子育て支援センターからの発信	24
●	児童館・放課後児童クラブからの発信	25
●	学校からの発信	26
●	児童養護施設からの発信	32
●	地域からの発信	34
●	研究機関からの発信	44
レッスンA	食べる意欲を大切に、食の体験を広げよう	48
レッスンB	食の体験を深め、食の世界を広げよう	52
レッスンC	自分びったりの食事－なにを、どれだけ食べたいの？－	54
レッスンD	おやつのパワーってどれくらい？	56
レッスンE	どんな食事にしようかな？－食べる人の気持ちやからだにあった食事づくり－	62
レッスンF	一人ひとりの子どもの変化を評価しよう	66
レッスンG	成長曲線を描いてみよう	70
レッスンH	健康的な食環境づくりをしてみよう	74

## 〈参考資料2〉 行政関係資料

	次世代育成支援対策推進法の概要	77
	行動計画策定指針における「食育」の推進	79
	健やか親子21の推進について（概要）	80
	健康日本21 栄養・食生活分野について（概要）	82
	食生活指針	86
	改定「離乳の基本」	87
	「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、配慮事項等	90
	食に関する指導（文部科学省）	94

	「食を通じた子どもの健全育成（－いわゆる「食育」の視点から－）のあり方に 関する検討会」の開催経緯	96
	「食を通じた子どもの健全育成（－いわゆる「食育」の視点から－）のあり方に 関する検討会」名簿	97