

第1回「食を通じた子どもの健全育成のあり方に関する検討会」 議事要旨（案）

（文中、下線は事務局作成）

〈本検討会の意義、ねらい〉

- 小学校の1，2年生では対先生と自分とのコミュニケーションで進むが、3，4年生になると自分が仲間の中でどうやって生きようかと考え始める時期にあり、5，6年生になると誰かのためにしてあげようと考え始める。このような子どもの発達段階に応じて具体的な食育に関する指針を出していく必要があると考える。
- 発育・発達に個人差があるように、食べ方も一人ひとり違うので、マニュアルを作成する際にはその点を考慮すべき。
- もう少し理想と現状とのギャップがないような形で、こういった形であれば理想に近づけるといようなバリエーションがあるといい。
- 食というものを部分としての食ではなく、生活全体に位置づけて、さまざまな生きる営みと連動していると位置づけていることが、本日の会の最初で強調されていて嬉しく思った。
- 子どもの食事について、1つは「食事を楽しむ」ことに注目して検討してほしい。2つ目は問題点の連動性に注目してほしい。実際に幼児の場合にも、小学生の場合にも、食事を楽しんでいると答えているグループ、又は幼児の場合であれば、周りの人たちが食事を楽しんでいると答えているグループは、そうでないグループに比べて、ここで説明のあったいろいろな側面についてはっきりした特徴が出てきているのを確認している。
- みんなで楽しく食べて、人と関わりながらいろいろなことをするというのが「社会的健康」につながり、おいしく食べるということが「心理的健康」につながり、最終的には身体によいということが「身体的健康」につながる。楽しい、おいしい、健康によいということが、社会的、心理的、身体的健康につながるといった視点が大切。
- 「楽しい食事」というのがひとつの大きな核になるが、キャッチフレーズとしていい言葉を見つける。
- なぜ、今、楽しい食事になっていないのかという観点からの分析が必要。食事を楽しむということが、子どもの心と身体にどのような関わりをもっていて、それをよりよい方向に持っていくにはどのような対応をしていけばいいのか。

－年齢区分について－

- 例えば乳児期というと1歳未満ととらえられるが、離乳完了は1歳でなくてもよいので、次の段階にうまくつなげていけるように弾力的な区分も必要ではないか。
- 心と身体の発育・発達に視点を置いた場合の区分と、最終的に支援ネットワークを

考えたときにどういう区分がいいかということも考えていく必要があるのではないか。

〈子どもの食をめぐる現状（子どもの変化、親・親子の関わり・家庭の変化、環境等の変化）について〉

- 最近では、入学後、好き嫌いをはっきり示す子が増えている。また、そういう子どもの中には、嫌いな食べ物を床に落としていくといったような食べ物を大事にしない行為も見られる。
- 子どものマナーが悪くなってきている。食べようとする意欲が子どもたちに欠けてきている。
- 日本は、もうすでに家庭や地域の子育て機能、つまり子どもの養育機能に関する機能不全が始まってから20年が経っている。大学生の中に四本足の鶏を描く者が3割程度いたり、小学生では魚がパックで泳いでいると言って譲らない子どももいる。つまり生き物の現場と私たちの生活の乖離減少が激しくなっている。そして自分自身が生きているという実感が持てない。そういう子どもたちが20年前に出現した。つまり、現在の20代から30代後半までの世代が、そういう人たちだという深刻さをどう克服するかということが最大の問題と考えている。
- 自分をもっとやせたいと思っているような子どもの基本的な生活習慣や食生活の改善意欲などはどうなっているのか。
- 生活習慣病の増加などが子どもの世界にどのような影響を及ぼしているのか。
- 子どもの食をめぐる現状について、塾や習い事など子ども自身も忙しく、理想だけでは成り立たない。例えば塾通いの子どもが多ければ、塾が、学習を効果的に行うために食事をとる必要があるとの観点からお弁当の時間をとるというように、夕食のことも考慮し親に情報提供していくことも必要ではないか。
- 現代の子どもたちの悪いところばかりが指摘されているが、とても良いところもあることを理解すべき。例えば、わがままであったり、自己中心的であったりと言われるが、その反面、好きなことには一生懸命になる、はっきりと自分の意見を言えたりする。子どもたちは漫画や文字を組み合わせることで言葉以上に雄弁に気持ちや意思を伝えることができる。大人びているとか成長が早いと言われるが、これは一見いいようにも聞こえるが、実際は体験不足や情報過多による問題も生じているなど。
- 今の子どもはパソコンも動かせる。保育園の子どもも、例えば泥だんごをつくっていて、作り方がわからないと、泥だんごの上手な作り方をちゃんとパソコンで出す。
- 幼児健康度調査などにおいても、子どもの食環境のひとつとして、親自身に精神的に余裕がもてないといった結果が出ている。
- 現場では、若い頃から摂食障害を引きずったまま妊娠・出産されたお母様方がだんだん増えてきて、その指導に困っているという声もあり、お母さん自身が作る、食べるということにつまづきを持っているので、話しがなかなか入っていかない状況も生じている。
- ベビーフード、ファーストフード等の考え方や取り上げ方についても、多様な育児

環境の中で、いかにすれぱうまく関わっていきけるのかという観点も必要。

- おやつについて、日本人が1年間に消費する米の購入代金が一昨年で平均4万2千円、これに対してスナック類の購入代金が平均8万7千円になっており、スナック類と米の購入代金の変化が起こったのは1987年であり、このときから消費行動の変化は起きている。

〈子どもの食を通じてどのような力を育てていくか、どのように支援していくか。〉

- 小学校5年生が自分たちで食事を作り、保護者の方も交え弁当づくり大作戦というものをした時に、それが終わってから子どもたちが今日はすごく楽しかったと言っていて、どうして楽しかったのかと聞いたら、一人の子が「手作りだから楽しいのだ」と言った。すると他の子が「でも、家でもお母さんは手作りじゃないか」と言ったら、みんな考えていて、「わかった、みんなで手作りだからおいしいんだ」と言って拍手が沸いた。そういった体験を通じて、楽しいということを感じることが大切で、楽しくなければ続かないと感じている。
- 「楽しく食べる」ことは、自分が楽しく食べればよいということではないはず。「一緒に食べる人が不快を覚えず、一緒に食べる人みんなが楽しくべること」をマナーとして教えている。
- いただきます、ごちそうさまといったあいさつをしているかどうかで、子どもたちの食をめぐる側面についての実態を比較してみたときに、はっきりとした連動性が見えているので、食事のときの挨拶といった視点も1つの見方としてあるのではないか。
- 子どもは、広告によって食品やおやつを選んでいるので、そういった広告に対する見方、分析する力のようなものも発達段階に応じて育成していく必要がある。
- 子どもが口を押さえて走ってきて、口が変になったと言う。田植えグミを食べてしまって変だと言うのだが、「渋い」という言葉も、私たちがいくら言葉で教えようとしても伝わらない。
- 私たちの中に、食べるという行為そのものが、生命を食らうということと、それらを私たちは食べやすい形にして、つまり農業や食品産業、そして調理する人々が様々な関わりを持って汗を流した結果をいただくということを、基本理念として再生できるのかどうか考えている。
- 保育所では食事はランチルームで食べていて、子どもたちは実に楽しそうに食べている。こういう経験をすれば、家族や友達と一緒に食べるのが楽しいということが原体験として子どもの中に残っていくと考えている。
- 食事を準備した人が、さあご飯だよといった時に、その指揮者がタクトを振ることによってほかの人が初めて操られるのではなく、みんなが心をひとつにしていて、調和して、共に生きるということを子どもたちに見せていく。子どもたちに身体で食べさせていくということが、食事の場面のもつ一つの象徴的な機能だと思う。
- 少なくとも、1日に1回、1週間に1回でもいいから、家族がほんとうに共に生きていいなと思える食べ方をする。

- 拒食症だったお母さんたちが、今は離乳食にとらわれてしまって、離乳食をどのようにすりつぶすかに一日中夢中で、子どもはほったらかしで、そのことにとらわれて、完璧にやりたくて仕方がない、完璧にやらなくては気が済まない。その気が済まないという不安定な気持ちを、ほどよいアバウトな自然のバランスにしていくまでの治療には、実は5年から10年かかる。お母さんは世界一の離乳食を食べさせようと思っていても、お母さんが気づいていない間に、赤ちゃんとお母さんの関係がまずくなっていて、子どもはそのまずい環境で食べているという皮肉な状況にある。その時にどうやって治療的アプローチをするかという、その心意気をすごく喜んであげて、すばらしい意欲だ、それだけの気持ちで十分だから、あとは缶詰を使っていいから赤ちゃんと遊んであげましょう、二度とない時間だからというように、信頼関係をつくって少し広げてあげるということを進めていく。
- 拒食症を防ぐためには、子どもたちのストレス、見捨てられるという不安、それらを食べないという表現に持っていつてはいけないということをよく浸透させること。その浸透で一番大事なのは、やはり家庭とお昼の給食のある学校現場と思う。
- 「食」という字は上に傘がある。これは支え合っているという意味の「人」という字にも似ていますし、屋根にも似ている。その下によい関係がなくてはいけない。居心地の良さがなければいけない。拒食症の子どもたちが教えてくれるのは非常に単純な原点。共にいい感じで向き合って、お母さんも一緒に座るし、お父さんも座って、そしておいしいねって言って、そして特にお父さんがお母さんに、今日のハンバーグは特別おいしいなというようなことを一言言わないと、やはり食卓は成り立たない。
- 親子の関係以外に、高齢者を含めた家族という視野も必要ではないか。
- 子ども料理番組の草分け番組である「ひとりでできるもん」は、子どもに料理を作らせることが目的ではなく、子どものできることを増やしていこうという考えから出発した。子どもの身近にあり、多くの発見がある場所が家庭のキッチンだった。キッチンには火や水、刃物などの道具の発見もあるし、それらを駆使して料理を作り、それを食べるということで満足感や達成感も味わえる。料理を作ることが子どもやってみたいという気持ちの一番近いところにあった。親が子どもに教える場合でも、最小限の言葉なりヒントなり与えることで、子どもが自分自身で考え、自発的に行動していくという流れを作ることが大切。子ども料理の環境は食育を進める上でもとても役立つものではないか。
- できるだけ本物の食品、食材を使用したり、菜園で野菜の栽培をしたり、食を通し実体験を大切にしている。
- 子どもに、どんな言葉で語りかけて、どんな関係性を持って相對していったらいいのかというようなことがポイントになると思う。
- 我々大人も子どもを通じて変わっていく、我々も変わりながら子どもと一緒に育っていくという発想の転換も必要。