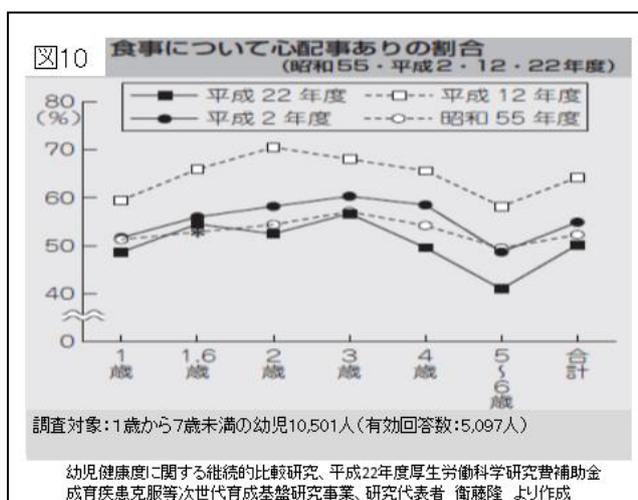


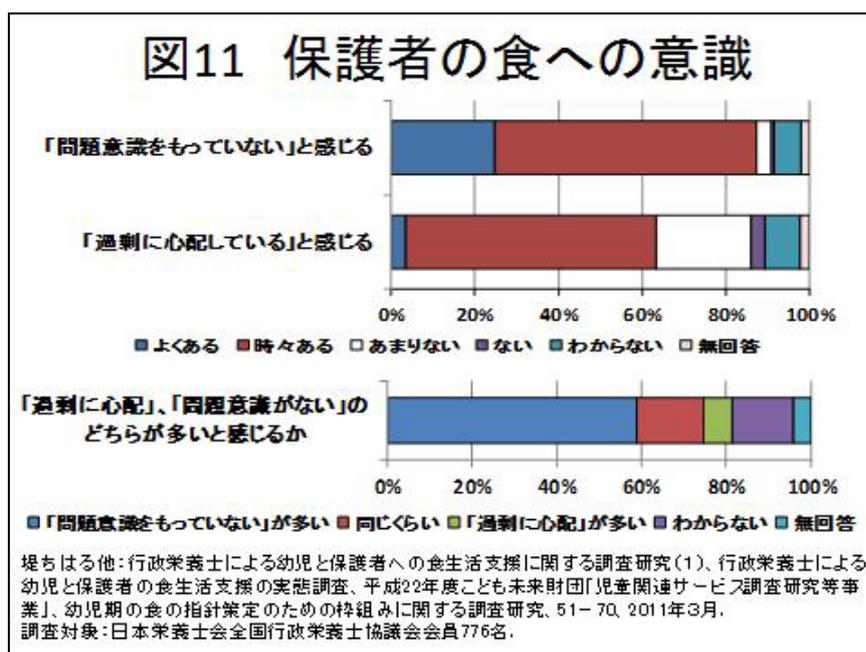
(2) 保護者の食の状況

① 子どもの食について保護者の意識

1歳から7歳未満の幼児の保護者に、食事について心配事の有無を問うと、平成22年は3歳までは「心配事あり」の割合が増加し、その後、食事の自立の進む5～6歳にかけて減少していく。経年変化を見ると平成12年に比べて平成22年の「心配事あり」の割合は10～20%程度減少している(図10)。これは、実際に食事の問題がこの10年間で少なくなったためであろうか。その回答の助けとなる子どもの食を支援している行政栄養士へのアンケート結果を次に紹介する。

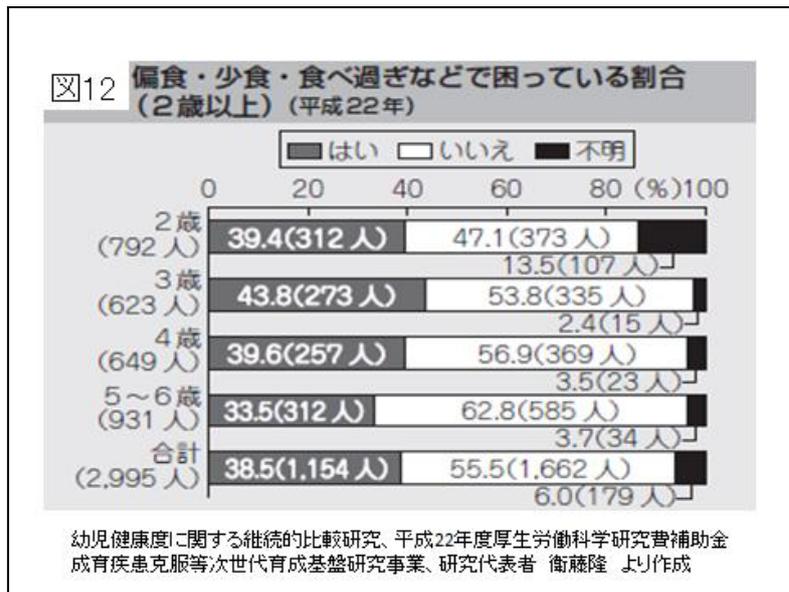


保護者の食への意識として行政栄養士は「問題意識をもっていない」と感じるものが「よくある」、「時々ある」のは約90%、一方「過剰に心配している」と感じるものが「よくある」、「時々ある」のは約60%であった。「問題意識をもっていない」と「過剰に心配している」のどちらが多いと思うかでは、「問題意識をもっていない」と感じるものが多いは約60%に対して、「同じくらい」は約15%、「過剰に心配している」と感じるものが多いのは10%にも満たなかった(図11)。



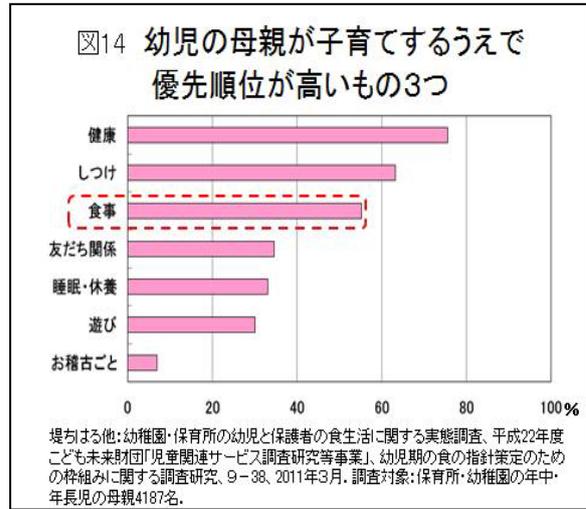
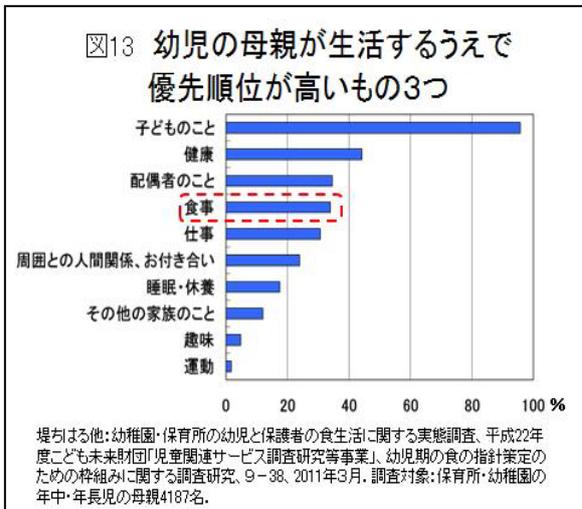
この行政栄養士と先の保護者への調査結果を考え合わせると、食事の問題が少なくなったと考えるよりは、保護者の食事への関心度が低下したために、これまでは心配していた事にも関心が向かなくなったと考える方が現状に即していると思われる。

2歳以上の子どもの保護者のうち、「偏食・少食・食べ過ぎなどで困っている割合」をみると、どの年代においても約40%と不安や心配は多く、それが子育て不安の一因になることもある（図12）。こうした点から、保育所における保護者への食を通じた子育て支援は、家庭からの相談に応じたり、試食会、おたより、講演会等の様々な形で助言や支援を行うことが求められている。



② 保護者の生活上の食の位置づけ

保育所、幼稚園に通う4、5歳児の母親が生活するうえで優先順位が高いものを3つ選んでもらったところ、「食事」を選んだのは約35%であった（図13）。また、母親が子育てをするうえで優先順位が高いものを3つ選んでもらったところ、「食事」を選んだのは約55%であった（図14）。このことから、現在、自分や子どもが病気や肥満、低体重（やせ）でないなど、健康上の心配事がなければ食事の優先度はあまり高くないと思われる。しかし、現在、顕在化した症状がなくても、潜在的な栄養素の過不足状況にある可能性も否めないことから、長期的な視点に立脚した食育を進めることを重要視したい。



さらに、保育所、幼稚園に通う4、5歳児の母親の食生活をみると、「1日の食事は3食である」、「食事の時刻は決まっている」人は約80%である。しかし、裏を返すと、残りの約20%の人は1日の食事が3食でなかったり、食事の時刻が決まっていないことを示している。また、「食事を菓子ですませることはない」という人は約60%であるが、残りの約40%の人は食事を菓子ですませている。「自分の食事に気を使っている」人は約20%で、残りの約80%の人は自分の食事に気を使っているとは答えていない(図15)。これらの結果は、幼児の母親の食生活の乱れを示すものであるから、幼児期の食生活を考える場合には、親子を一体に考えて食育を進めていくことが重要である。

