



# 児童福祉施設給食関係者研修 (食育の推進のための関係者研修)

目的：「健やか親子21（第2次）」において、乳幼児をはじめとした子どもの健全な食生活の重要性の観点から、「食」を通じた健康づくりの推進がより一層図られており、本研修では、児童福祉施設における発達段階に応じた栄養管理の改善や食育の推進を図ることを目指す。

対象：市町村、都道府県の児童福祉主管課の給食施設の指導担当職員及び栄養主管課の栄養指導担当職員並びに児童福祉施設の施設長及び栄養関係担当職員

※本資料は当日参加ができなかった方にも講義内容が理解しやすいように、実際の講義と当日配布した資料を元に事務局において作成した資料となります。詳しい内容は、特設HP内の終了報告に掲載の資料をご覧ください。

## 講義 1 児童福祉施設等における社会経済的要因を踏まえた栄養・食育の推進について

### ① わが国での世帯別の社会経済的状况はどのような状況なのかを理解をする。

- ・非正規雇用の割合が増えている。
- ・生活保護世帯数は、1994年ごろから急増し増加傾向にある。
- ・小学生、中学生に対する就学援助も増加傾向にある。

○ひとり親家庭の数の推移：

1988年が65.4万世帯なのに対し、2012年には91.2万世帯に及ぶ全体の7.6%)

引用：厚生労働省 国民生活基礎調査

### ② 世帯の社会経済状態によって、子どもの食生活にどのような違いが生まれているか理解をする。

★以下、3つの関連性を報告する

#### ①世帯収入の差と児童の朝食摂取頻度の関連性

世帯収入が少ない世帯の児童は、世帯収入が多い世帯児童より、朝食を毎日食べない割合が多かった。

#### ②世帯収入の差と児童の自宅での食品の摂取頻度の関連性

世帯収入が少ない世帯の児童は、世帯収入が多い世帯より自宅での野菜摂取頻度が少なく、魚や肉の加工品、インスタント麺を食べる頻度が多かった。

#### ③世帯収入の差と保護者の生活の質についての関連性

世帯収入が少ない世帯の保護者は、子どもの食事について知識を持つ人が少なく、児童の成長に必要な食物を入手できなかった頻度が高かった。

### ③ 全ての子どもの食事を確保するために

一例として「子ども食堂」と「フードバンクの活動」を紹介する

#### ★「子ども食堂」

経済的要因で食事が十分にとれない子どもや、親が忙しく1人で簡単な食事を食べる子どもの増加を背景として、主に地域のボランティアにより運営され、2013年頃から急激に増加している。

⇒設置のメリット：子どもの居場所の確保、誰でもそして子どもだけでも参加できる。みんなで食べることにより、孤食を避け食事の時間の楽しさを感じてもらえることなどがあげられる。

#### ★「フードバンクの活動」

日本国内では2,000年頃から活動を開始。NPOや任意団体を含め全国に約40のフードバンク団体が存在する。

活動の目的：安全に食べられるのに包装の破損や過剰在庫、印字ミスなどの理由で、流通に出すことができない食品を企業などからの寄贈により確保。その確保した食料を必要としている施設や団体、困窮世帯に無償で提供する活動。

**食から見た子どもの貧困の連鎖を断ち切るためには、給食の提供や子ども食堂のような食事ができる場所の確保をすることで、生活上の食の体験の機会が等しく保障されることが重要である。特にわが国の給食は、栄養格差を縮小させる効果があることが期待できることが分かっている。**

発展途上国などは学校給食がない国が多く、幼児教育があったとしても給食が無いことが多い。また、先進国になると食事の提供はあるが、ビュッフェ方式のように自分が好きなものを食べる方法がとられていることもあり、偏食になる可能性が潜んでいる。

一方、世界の中でもわが国の給食というのは、栄養管理がきちんとされており、非常にクオリティが高い。これまでの取組により、提供する側と食べる側の放送への教育が行き届いている。

**学校給食の提供が、わが国にとって食育の推進という面から今後益々重要であることが言える。**

## 講義2：児童福祉施設における食物アレルギーの対応

食物アレルギーがあっても十分な栄養素を摂取できる食事やその後の食習慣をきちんと作っていくためには、どのような点を理解するべきかを学ぶ

### 食物アレルギー対応の重要性

重度な症状を引き起こす可能性がある食物アレルギーの保育園児の有病率は4.9%※とされておりそれは小学生の約2倍にもおよび、保育所に通う年齢層の率が高いことがわかっている。そして現在でもその有病率は増加傾向にある。

同時に食物アレルギーは、他のアレルギー疾患の中でも重症化に及ぶ率も高いため、保育所での食物アレルギーの対応は、今後益々重要になっていく背景がある。そのために、保育所に勤める全職員が食物アレルギーについての共通認識を持ち、給食提供時など子どもの健康及び安全の確保に取り組む必要がある。

※引用元：平成23年保育所におけるアレルギー対応ガイドライン

#### ① 食物アレルギーの基本的知識の確認

食物アレルギーとは、その原因となる食物によって、免疫反応を介して体にとって不利益な状態となり皮膚や消化器、呼吸器、循環器、神経などに対して様々な症状を起こす。

また、一度に複数の臓器に症状があらわれる「アナフィラキシー」は食物、薬物、ハチ毒などが原因で起こる即時型のアレルギー反応で、血液低下など生命にかかわる危険な状態のことを「アナフィラキシーショック」と呼ぶ。症状出現から進行が早く危険な場合があるので十分な注意が必要である。

わが国の3大アレルギー食物（原因食物抗原：アレルギー反応を起こしやすい食物）  
鶏卵 39%、牛乳 22%、小麦 12%で全体の約7割に達する。

その他、ピーナッツ 5%、魚卵 4%、甲殻類 3%、蕎麦 2%などが抗原となる。

引用元：平成23年全国即時型食物アレルギーモニタリング調査

#### ② 除去する食物ごとの特徴

**鶏卵**：卵白のたんぱく質が主な原因で発症し、卵黄から解除できる場合が多い。  
なお、加熱卵が食べられても、生・半熟卵などの摂取には注意が必要である。  
ただし、鶏卵アレルギーの人は、鶏肉まで除去する必要は基本的にない。

**牛乳**：加熱や発酵による変化を受けにくい。  
ただし、牛肉は牛乳と原因たんぱく質が異なるため、除去する必要は基本的にない。

**小麦アレルギー**：パン類・うどんなど多くの加工品につかわれているが、**醤油**の原材料に利用される小麦は、醤油を作る過程で、小麦のたんぱく質が完全に分解されるため、完成した醤油には、小麦の食物アレルギーの原因物質は残存していない。

→小麦アレルギーの人は、**醤油**が使える。醤油が使えるのは、日本人にとって食卓（味付け）の幅を広げる。



### ③ 食物アレルギーの原因食物による栄養素不足改善の工夫。

一例) 乳製品を食べられない場合の不足しがちな栄養素 ⇒ カルシウム  
代用品 ⇒ 大豆製品、小魚、ひじき、青菜など上手く食事に取り入れ補完をすることが大切である。

1つのアレルギー食品が食べられなくても、代用品があることを理解する。

### ④ 離乳食の進め方

基本的な考え方は、食物アレルギーのある食品以外は、離乳食の基本にそって進めることである。

注意すべきことは、以下の通りである。

1. お子さんの体調が良いときに始める
2. 月齢にあった新鮮な食材選びをする
3. 十分に加熱し消化しやすくする
4. 少量ずつ食べさせる（肉や魚はだしなどから）

※食物アレルギーの症状が出てしまっても、すぐに病院で診察を受けられる平日昼間の時間帯を選ぶと安心である。

具体的な離乳食進め方 Q & A

Q：離乳食って送らせたほうが良い？

A：食物アレルギーであっても、他の赤ちゃんと同じように5～6ヶ月から始めます。

Q：離乳食完了までに食べないようなものって、いつ食べたら良いの？

A：食物アレルギーと診断された原因食材以外は、消化や食感、衛生上の面から検討する。

### ⑤ アレルギー食対応の調理における3つの工夫

- ① アレルギー食を先に調理
- ② 食材、調理後の食品の管理
- ③ 時間を考慮した専任の調理員、専用の調理場の工夫

※調理後も担当栄養士と担当調理員により、複数回の確認が重要である。

### ⑥ 子どもたちに対しては、保育所での情報の共有化が重要

いつでも、誰でも、情報の確認ができるようにする。

幼児の誰が、具体的にどんなアレルギーを持っていて、緊急時に必要な「エピペン（アナフィラキシー補助治療剤）」などは幼児の手が届かないところで、なおかつすぐに取り出せるところに保管をし、その保管場所については、全職員で把握することが重要である。

給食を提供する児童福祉施設は、アレルギーを持つ子どもに対しても他の児童と同じように安心して過ごすための支援をできるように心がける。

その支援のために重要なことは、事前に保護者と十分に相談し、施設内での手順や連絡方法などを具体的に決めて情報の共有を徹底することである。