

集団保育における幼児食のあり方 その1 1~2歳児の食事

著者	佐々木 聡子
雑誌名	東京家政大学研究紀要 1 人文社会科学
巻	39
ページ	89-97
発行年	1999
出版者	東京家政大学
URL	http://id.nii.ac.jp/1653/00009016/

集団保育における幼児食のあり方

その1 1~2歳児の食事

佐々木聡子

(平成10年9月30日受理)

A Study on the Eating Behavior of Young Children in Day Nursery

① Eating Behavior of Early Childhood

Satoko SASAKI

(Received on September 30, 1998)

<はじめに>

離乳食については平成6年度厚生省心身障害研究をもとに改訂「離乳の基本」が示されているが、幼児食ではその概念、要件、実施に当たっての具体的な事柄が明確ではない状況であった。そこで、医師、歯科医師、心理、栄養、家庭育児、保育園などの関係者により、幼児の身体発育、精神発達(心理)、摂食機能(行動)、生活等を検討し、家庭および保育園などにおける実態調査の結果から、幼児食の要件等幼児の食事の基本がまとめられた¹⁾。

本研究で、筆者は保育室における幼児の食事時の様子を観察し、その観察結果から、1) 集団保育における幼児の食事時の行動とその意味を明らかにし、2) 保育者の援助のあり方について考察することを目的とした。

今回は、幼児食に移行したと思われる1歳3か月から2歳になるまでの結果に限定してまとめた。

<方 法>

観察はビデオカメラによる撮影と筆者の直接観察との併用法を用いた。撮影は幼児が慣れている保育者(筆者)が、約3メートルぐらい離れたところから8ミリビデオカメラで撮影観察を行い、幼児食に移行した1歳3か月以降の幼児4名を対象に、各児毎月1回、食事時の場면을収録した。一人の幼児を中心に、必要な場面では周囲の様子、他児の様子も含めて収録した。

対象児は大学の保育室に在室しているT児(男)、K

児(男)、R児(女)、S児(男)の4名グループで、保育室のコーナーで担当保育者1名とテーブルを囲んで食事をとっている場면을観察対象とした。

観察期間は平成8年4月から平成8年10月である。

このようにして収録した食事場面から、食事の所要時間と行動を記録し分析した。行動は、⑦食べている行動(食べ物を口に入れ咀嚼している行動)、④食事に関する探索、試行、遊びの行動、⑩仲間とのかかわり、⑨保育者とのかかわり、の4項目に分類し、同時に複数の行動が観察された場面については主たる行動に限定して取り上げた。

なお、今回は、幼児の食事の特徴的な行動が見られた、各児3例、計12例について分析した。

<結果および考察>

1. 食事の所要時間(表1)

イスに座りテーブルに向かってから、「ごちそうさま」の意志表示をしてイスを立つまでを全食事時間とした。⑦の食べている行動が見られる時を食べている時間、④、⑦、⑨をその他の時間としてまとめた。各児、各回の全食事時間は、献立やその時々状況によっても異なるが、大体22~23分前後で、他の研究によっても同様である。(大妻女子大学、八倉巻らの研究では1歳2か月~2歳7か月児のついて、食事時間はおおよそ23分~26分としている)²⁾ R児③のように、一度席を立ち14分周囲をフラフラして、また戻ってきて食べる、という例もある。

これらの結果から⑦の食べている時間は、食欲がないとR児③の3分36秒、T児②の4分10秒のように短い、

表1 食事の所要時間

	NO	年 月 齢	全食事時間	食べている時間	その他の時間	
T 児 男	①	1歳 3か月 29日	22分	12分 31秒	9分 29秒	※
	②	1歳 4か月 25日	15	4 10	10 50	
	③	1歳 10か月 29日	29	10 25	18 35	
K 児 男	①	1歳 5か月 2日	21	16 31	5 29	
	②	1歳 6か月 6日	24	19 13	4 47	
	③	1歳 11か月 24日	29	12 30	16 30	
R 児 女	①	1歳 5か月 17日	17	12 15	4 45	※
	②	1歳 6か月 29日	20	7 15	12 45	
	③	1歳 11か月 11日	7 (14) 4 △	3 36	21 24	
S 児 男	①	1歳 6か月 12日	21	17 35	3 25	※
	②	1歳 7か月 29日	23	7 51	15 9	
	③	1歳 11か月 23日	25	18 26	6 34	
平 均			22分 36秒	7～19分	4～20分	

※食欲なし

△一度席を立ち14分して又戻る

食欲が旺盛なK児②や、好物の魚をよく咀嚼するS児③では、19分13秒、18分26秒と長い。①食事に関する探索、試行、遊びの行動や、⑦仲間とのかかわり、④保育者とのかかわりは同時に現れることが多く分けることはできなかった。これらの時間も、各児、各回の状況によって異なり、このように状況によってその都度異なることが幼児の食事の特徴、生活としての食事の特徴と見ることができる。

2. 食事中の行動内容 (表2-a, b, c, d)

紙面の関係で、幼児食に移行した初めの頃のT児①1歳3か月とK児①1歳5か月、2歳近い頃のR児③1歳11か月とS児③1歳11か月を例として考察した。

1) T児①1歳3か月 (表2-a)

献立	食べた量
チャーハン	¾位
フィッシュボール	3 + 1 + 2個
野菜とトマトの煮込み	手をつけず残す
ささみスープ	½位
キウイ	全量

⑦食べている行動では、手づかみで食べる事が多く、ご飯など手づかみでは食べにくいものも指でつかんで食べていた。魚のフライなど、手でもって一口ずつ取り取って食べるときと、多少無理をしていっぺんに口に押し込んでしまうときがあった。口がいっぱいになり咀嚼に苦労したりしていた。このように、手づかみ食べ、咬断、一口量学習、咀嚼の学習行動が顕著に見られた。

スプーンの扱いについても、裏返してすくおうとした

表2-a 食事中の行動内容 T児① 1歳3か月

<p>⑦ 食べている行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・手づかみで食べることが多い。ごはんも指でつかむ。 ・左右の手を使うが右の方を多く使う。 ・一口づつ咬み取って食べるときとっていっぺんに口に入れてしまう時がある。 ・口に入りきらない時は指で押し込む。 ・口がいっぱいになり咀嚼に苦勞しているときがある。 ・よく口を動かし咀嚼する。 ・スプーンは右手で握っている。 ・うまくすすくえる時とすすくえない時とある。時々、裏返しのまますすくおうとする。 ・スプーンは口の横から持っていく。 ・スープに浸って味の変わったフィッシュボールは出してしまう。 ・何が入っていた皿が区別する。その皿に戻す。 	<p>手づかみ食べ 利き手をはっきりしてくる 咬断・一口量学習期</p> <p>咀嚼学習期</p> <p>スプーンになれる時期 試行する</p> <p>味を確認する</p> <p>日本の食文化 マナー</p>
<p>⑧ 遊び・試行</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・スプーンをいじる。スプーンで皿の底をたたく。口の中に入れてなめたり嚙んだりする。 ・皿をふたのようにカップの上に重ねる。皿をひっくり返して重ねる。 ・食べ物を移し替える。食べ物をこぼす。カップを持ちかえる。 	<p>スプーンへの興味、扱い方学習 食器への興味、食器になれていく</p>
<p>⑨ 仲間のかかわり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・他児に食べ物を取られるが気付かないかあまり気にしていない。 ・他児のようすを何となく見ながら食べる。 ・他児が泣くと泣き真似をする。 	<p>所有の区別があまりはっきりしない いっしょに食べている意識はない 模倣、他児のことはそれとなく気にしている</p>
<p>⑩ 保育者との</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・空の皿を下げてもらったり、おかわりをもらう。 ・ひと匙スプーンにすすくってもらい“どうぞ…”とすすめられる。 ・他児に“ごちそうさま？”と保育者が聞くと首を横にふる。 ・両腕をあげ何かを訴えるようなしぐさを。指をなめて“エーエー”と言う。 ・手や口をきれいに拭いてもらう。 	<p>保育者が気付いている。</p> <p>時々介助してもらう 自分はまだ食べる、との意志表示 “ごちそうさま？”と終わりのきっかけを作ってもら 生活習慣、マナー</p>

り、うまくすすくえても、肘関節の動きがぎこちなく、手首の返しが見られないため、スプーンを横から口の前に持っていき、口をスプーンに近づけて食べる食べ方となる。スプーンを持つ手と口の協調動作が完全ではないため、口元まで運んでも落としてしまったり、口唇にぶつかって落ちてしまうことがあった。食具使用の発達段階から見ると、学習開始期でトライ&エラーが見られた。

又、気に入って食べていたフィッシュボールがスープの中に落ちてしまい、拾って食べたが、風味が変わっているのに気づきだしてしまう、などから、最初のフィッシュボールの味を記憶し、確認していることがわかった。食べかけのものを皿に戻すときも、元の皿を探して戻しており、それぞれの料理がそれぞれの皿に盛られている

日本食の文化やマナーをいつの間にか自然に身につけているように思われた。

⑧探索、試行、遊びの行動では、食具、食器への興味が旺盛である。スプーンや食器をいじりながら確かめ、扱い方を学習していく。一見遊んでいるように見えるが、とても大切な行動と考えられる。食べ物に対しても興味が、つぶしてみたり移し替えたりしていた。

⑨仲間のかかわりはさほど見られず、自分自身のことと精一杯である。所有の区別があまりはっきりせず、近くであれば他児のものでも食べてしまうし、他児に食べられてもあまり気にならない様子であった。しかし、何となく他児の様子は見ていて模倣をしたりしていた。

従って、⑩にあげたような、それとない保育者の援助

表2-b 食事中の行動内容 K児① 1歳5か月

<p>㊦ 食べている行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ほとんど手づかみで食べる。スープやおろしりんごも手づかみで食べる。 ・左右の手を同じくらい使う。 ・親指をのぞいた4本の指と手のひらでつかみ、口へ押し込む。 ・前にあるものを次々と手づかみで食べ、なにを食べているとか自分の食器であるか否かなどは気にしていないようである。 ・咀嚼している様子はあまり見られず、次々と流し込んでいくような食べ方である。 ・時々スプーンを持つが、もう一方の手でご飯をつかみ食べる。 ・時々スプーンで食べ物をすくえてもうまく口に入らなかつたり、途中で落としてしまう。 ・スープの中に右手を入れ同時にご飯茶碗の中に左手を入れる。 ・おろしりんごは自分から要求して食べる。他のものは手当たり次第食べる。 	<p>手づかみ食べ</p> <p>両手を使う わしづかみ、手指の発達が未熟 手あたり次第食べる</p> <p>咀嚼が未発達 流し込む スプーンを食具として意識うまく使えない</p> <p>味わっていない</p> <p>気に入った味は意識する。</p>
<p>㊧ 探索・遊び・試行</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・スプーンを左右に持ち替える。(スプーンでは食べない) ・ご飯茶碗をスープのカップの上に重ねておく。 ・時々スプーンを使ってみようとする。 ・マカロニを食べ、口から出してスープの中に入れる。 	<p>スプーンへの興味</p> <p>食器に取り分けられた食べ物の意味不理解 スプーンの扱い方学習 食べ物への興味</p>
<p>㊨ 仲間のかかわり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・他児の食器に手を入れ食べる。 ・他児の食器を引き寄せる。 ・他児に“どいて…”と言われてどうということかわからず席を立つ。(他児がK児のイスに座りK児の食べ物を食べる。) 	<p>自分のもの、他児のものという意識がない 当惑したような表情をする</p>
<p>㊩ 保育者とのかかわり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・おかわりをもらう。 ・食べ物をスプーンですくってもらい食器ごと前へ出してもらう。 ・食べさせてもらう。 ・イスを他児にとられて当惑して保育者を見る。 ・保育者に“あれ〜”と言われて照れたように笑う。 ・“ごちそうさま?”と言うとそのまま行こうとする。“このままじゃだめよ…”と言われて、手と口を拭いてもらう。 	<p>状況によって介助してもらう 時折食べさせてもらう 他児とのかかわりの意味づけ おかわりのきっかけを作ってもらおう 生活習慣、マナー</p>

が必要となる。自分から食事を終了するきっかけははっきりしないが、保育者が他児に“ごちそうさま?”と聞いているのを耳にして、自分はまだ食べたいのだと意志表示して首を横に振っていた。そして、自分がもうそろそろ終わりにしたいときは、両腕をあげ、何かを訴えるような仕草などをして保育者にごちそうさまのきっかけを作って貰っていた。

2) K児①1歳5か月(表2-b)

献立	食べた量
胚芽ご飯	全量 おかわり
大豆のミートソース	全量 おかわり

ごまポテト	全量	おかわり
マカロニサラダ	全量	おかわり
おろしりんご	全量	

㊦ほとんどの食べ物を手づかみで食べるが、その際、食器に手を突っ込みわしづかみにし、口を食器に近づけて手のひらや指で押し込む。量の加減もなく、たまたまつかめた分を口に押し込む。多量に入れすぎたり、食べ物から手を離すタイミングも学習不足で、こぼしたりいつまでも指をなめていたりしていた。このような食べ方は手づかみ食べの初期の食べ方で、普通1歳頃に顕著である。K児は1歳4か月まで家庭で過ごしていたが、姉

が2人おり自営業の親は忙しく、食事に関しては適切な介助があまりされていなかったようであった。摂食機能が未熟な上に食欲が非常に旺盛なため、周囲を汚すことがはなはだしく、他の家族とは別テーブルで食べていた時期もあったという。離乳食の後半期に、介助されながら獲得されていく補食、咀嚼、嚥下の摂食機能が未熟なまま、1歳5か月に至っている例と見られる。

従って、咀嚼があまり見られず、流し込むような食方で、あたかもミルクを哺乳びんで飲んでいるときのように放心状態で一気に食べていた。しかし、スプーンが食事に必要なものであるという意識はあり、時々気付いたようにスプーンを探して持つが、実際食べるのはもう一方の手を用いていた。たまにスプーンで食べ物をすくってみるが、手や腕の動きと口の動きとの協調運動の経験も不足しているためうまくいかない様子であった。

食べ物を味わう余裕もなく、同時に両手で別々のものを口に入れることもするが、おろしりんごのおいしさには気付いたようで、他の物とは区別して食べた。このように好きな物がわかることは、食事を味わって食べるという観点から言うと発達の一つの段階だと考えられた。

④探索、試行、遊びの行動は少ない。表1の食事の所要時間にも見られるように、全食事時間21分中⑦の食べている行動に費やした時間は16分31秒、その他は④、⑤、⑥合わせて5分29秒であった。スプーンや食べ物への興味が少し見られた。また、食べ物が入っている食器同士を重ねて食べている様子から、それぞれの食器に分けられた日本の食事の形態にもなじんでいないように見えた。

⑤仲間とのかかわりもほとんど見られず、自分の世界で食べている様子であった。他児の食べ物を食べるのも手のとどく範囲にあるから食べるというわけである。他児が周りにいることも特別意識していないから突然“どいて…”と言われてどうしてよいかわからず言われるままに席を立ってしまった。

⑥についても保育者の方からのかかわりが主であった。おかわりをあげたり、介助してもらったり、ごちそうさまのきっかけをつくってもらったり、汚れた手や口の後始末してもらったりした。体も大きく、食欲も非常に旺盛で、保育者の方から様子を見てごちそうさまのきっかけを作らないと、食べ物がある限り際限なく食べようとした。他児が残して置いたままになっている食べ物も食べてしまった。この時は、K児の食べたい気持ちをかなえてあげたいという保育者の気持ちがあって、K児に

任せるようなかわり方であった。しかし、後になってビデオを再生しながら検討してみると、保育者の介助や指示がもう少しあってもよかったのではと反省させられた。

3) R児③1歳11ヶ月(表2-c)

献立	食べた量
胚芽ご飯	2口
レバーソース揚げ	手をつけず
切り干し大根煮物	ほんの少し
じゃがいも素揚げ	手をつけず
小松菜・白菜みそ汁	手をつけず
みかん	全量

⑦R児は1歳11ヶ月で手指や腕の動きと口の動きが協調している。一口量を咬み取り咀嚼することも上手になり、手づかみ食べから食器食べへと発達している。みかんの外皮も自分でむき、一房ずつつぶさないようにとって食べることもできる。しかし、この日は体調は普通だったが食欲が無く(朝食が遅かったため)表1にみられるように、全食事時間25分の内(中断した14分も含む)食べていたのは3分36秒と短かった。その中でも好物のみかんを食べるのに費やした時間がほとんどで、他の物は、ご飯2口と切り干し大根をほんの少し摘みただけであった。

⑧食欲がないためイスに座っていても遊びの行動が多く、それも他児や保育者の気を引くような行動であった。この場合の、スプーンで机をたたいたりする行為は、T児①の④で見られるスプーンでの探索行為とは区別される。T児の場合はスプーンをいじることに真剣で、自分が納得すればやめるが、R児は、手もち無沙汰のためや、他人の反応を見るためにやっていた。そして好物の果物だけを食べたいと考えるが、それがかなわないとなると、自分から“ごちそうさま”と言って廊下へ遊びに行った。後で戻ってきてみかんを食べることを許された時も、ふざけてみかんの皮を食べて見せて、照れ隠しをしているようであった。

⑨仲間とのかかわりでは、相手の反応をみる行動が多かった。自分の自我を出してみても相手の自我を確かめる。皆といっしょに食べる“社会食べ”への第一段階とも考えられた。

⑩保育者に対しても、わざといけないことをしてみたり、赤ちゃんの真似をしてみたりして反応をみていた。このような行動に対し保育者はさりと受け止め、食事

表2-c 食事中の行動内容 R児③ 1歳11か月

⑦ 食 べ て い る 行 動	<ul style="list-style-type: none"> ・スプーンは右手に持ち、上手に適量な量をすくう。 ・肘を上げ前方へ移動し、手首を返してスプーンを口の前方からうまく口へ入れる。 ・よく口を動かして咀嚼する。 ・一口量を少しづつ咬みとる。 ・みかんの外皮をむき一房づつちぎって袋ごと食べる。 	利き手が決まる スプーンの扱い 肘、手首の動きがスムーズ 咀嚼学習期 一口量学習期 みかんの食べ方
⑧ 探 索 ・ 試 行	<ul style="list-style-type: none"> ・スプーンで机をたたいたり両手をたたいたりする。 ・カップの縁をなめる。 ・麦茶を飲みブクブクする。 ・席を立っておかわりの盆をのぞきに行き、皿をいじる。 ・自分から“ごちそうさま”とエプロンを外して遊びに行く（中断） ・ふざけてみかんの外皮を食べてみせる。 	遊び、食欲がない うがいの練習、マナー おかわりへの関心（好物のみ） 自分で終了する わざとやって保育者の気をひく
⑨ 仲 か か わ り の	<ul style="list-style-type: none"> ・わざと他児の食器を自分の方へ引き寄せる。 ・他児がついでくれるお茶のおかわりを待つ。 ・他児の真似をして机に脚を乗せる。 ・他児のスプーンを取って、他児が“Sちゃんのー”というとき自分のスプーンを持って“Rちゃんのー”という。 ・一度ごちそうさまと言って席を立った後も時折皆の様子を見に戻ってくる。 	相手の反応をみる 模倣 誰のスプーンであるかを確認する 仲間のことが気になる
⑩ 保 育 者 と の か か わ り	<ul style="list-style-type: none"> ・カメラの方をむいて皆といっしょに“せんせーい”という。 ・保育者の食器に手を入れ反応をみる。 ・“パプチャン”と言って赤ちゃんになり、スプーンを保育者に渡し一口食べさせて貰う。 ・ご飯や人参が待ってたよ…とさそう。 ・明日はご飯を食べてから果物ね、果物だけ食べるのはおかしい…と言われうなずく。 	周囲の人を意識する いけないとわかってやってみる 時折食べさせて貰いたくなる いろいろなものを食べるしつけ 約束
⑪ 中 断 し て い る 時 の R 児 と 保 育 者 の	<ul style="list-style-type: none"> ・廊下へ行きスポンジブロックで遊ぶ。 ・時折皆の所へ戻ってくる。 ・食事のテーブルの周囲でフラフラ遊ぶ。 ・保育者がぬいぐるみをS児のイスに座らせ“オラウータンが代わりにご飯食べてる…”という。 ・他児がみかんを食べていると戻ってきて“みかんちようだい”と言う。 ・保育者に“ごちそうさましたでしょ、変だよ…”と言われる。 ・ままごとコーナーで遊ぶ。 ・みかんを食べたくて又戻ってくる。 ・“遊びに行っていてみかんだけは食べられないのよ”と言われる。 ・他の食べ物も食べる約束でイスに座りみかんをもらう。 	他の場所で遊ぶ 仲間のようにすが気になる 保育者が誘う みかんを欲しが マナー 一応納得 やはりみかんが食べたい マナー 他の食べ物も食べるように誘う、マナー

のマナーを示していた。この時期、特に食欲がない場合などによくみられる行動である。どのように関わることがよいか、保育者としては悩むところである。

④この事例でR児は食事を中断して他の場所へ遊びに行った。しかし、仲間や保育者が食事をしていることが気になりしばしば戻ってきた。そして、他児がデザートのみかんを食べていると自分もみかんを食べたいといった。保育者は食事のマナーを示し、他の物も食べる約束をさせてみかんを食べさせた。結局はみかん以外の物はほとんど食べなかったのだが、保育者はR児が食欲がな

いと察しているため無理強いしなかった。このような場合、約束だからと無理強いすると、食事が楽しいものではなくってしまう。フラフラ遊びながら食べたり、一度ごちそうさまをして又食べたくなったりすることは、好ましい行動ではないことをはっきり示しながらも、この時期特有の、理屈に合わない自己主張には柔軟に対応する方がよいようだ。それは、今後の発達の過程で、客観的に状況を認識するようになれば、学んでいくことができるからである。

表2-d 食事中の行動内容 S児③ 1歳11か月

<p>⑦ 食べている行動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・切り干し大根の煮物を親指と人差し指 2本でつまんで食べる。 ・ほとんどうまく食べられるが、口のまわりにつくと左手指で口へ入れる。 ・スプーンを右手に持ち、顔の斜め前から、手首を少し返して口へ入れる。 ・スプーンを使うときは左手で器を支えたり、器を傾かたり、手首を返してスプーンをたてたりしてすくいやすいようにする。 ・気に入った物ばかりを食べておかわりを欲しがらる。 	<p>手づかみ食べ、指がうまく使える</p> <p>肘を前方にあげる、手首を返す、利き手が決まる</p> <p>利き手ともう一方の手の協調</p> <p>好みの味がはっきりする味わう、食べる意欲</p>
<p>⑧ 遊び・試行</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食事前の手洗いの時、しばらくの間、石鹸入れに水をためたり石鹸をいじったりする。 ・飛んでいる虫を気にして両手でたたく。 ・汁でブクブクする。 	<p>生活習慣、しつけ</p> <p>生活、大人の模倣、周りを気にする</p> <p>生活習慣、うがいの練習、マナー</p>
<p>⑨ 仲間とのやりとり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・他児のようすを見ながら食べる。 ・他児に食事をとられそうになると“ダメーッ”と言って手でふたをする。 ・他児に自分の食べないものを“おかわり”として分けてあげる。(保育者にうながされて) ・あまり気の進まない食べ物も他児が食べさせてくれると食べる。(保育者が仲立ちをする) 	<p>仲間とともに食べていることを意識</p> <p>自他の食事の区別、取られることを防止する</p> <p>分ける、ゆずる体験</p> <p>社会食べへの経験</p>
<p>⑩ 保育者とのやりとり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・保育者がおかわりを持ってきたり、他児に関わっているようすをよく見る。 ・おかわりがなくなると保育者の分を分けてもらう。 ・口をふこうとするとふさげて反対側から逃げる。 	<p>食生活、大人の模倣</p> <p>ゆずってもらう経験</p> <p>生活習慣、マナー、楽しく食べる</p>

4) S児③1歳11ヶ月(表2-d)

献立 食べた量

きのこ入りクリームライス 1/3位

切り干し大根のスープ煮 全量、おかわり

さつま芋のグラッセ 全量、おかわり

豆入りチキンスープ 手をつけず

おろしりんご 全量

⑦1歳の終わり頃のS児は、手づかみで食べたりスプーンを使ったりしていた。手づかみの時は2本の指でうまく摘んで口へ入れた。利き手も決まり、スプーンの扱いても、肘の前方への移動、手首の返しによって、顔の斜め

前から口へ入れることができていた。スプーンに口をもって行かなくても、スプーンをうまく口の中央に差し込むことができていた。もう一方の手が協調して働き、食器を傾けたり、手首を返してスプーンをたててすくいやすいようにしていた。

又、味わって食べるようになったため、好みがはっきりして好きな食品を集中して食べていた。そして、好きな物ばかりおかわりしたがった。

④食器や食具をいじる行動はみられなかったが、食前の手洗いにこだわったり、汁でブクブクとうがいのような真似をしたりした。子ども自身の興味の側からすれば、これらの行動も、生活習慣を身につけていく初期の段階の一つと分析することができる。食べる行動に少し余裕が出てきたためか、周囲の様子をよく見て、飛んでいる虫なども気にするようになった。

⑤仲間とのかかわりでは、咀嚼しながらも目はしっかりと他児や保育者の方を見ていた。仲間といっしょに食べていることが意識され、食べ物を取ったり取られたりがトラブルになる。このような経験と保育者の仲立ちによって(④)、自分の食べないものを他児に分けたり、逆に譲って貰ったりする。あまり気の進まない食べ物も、他児が食べさせてくれると食べるなど、一人ひとりが中心だった食事が仲間とともに食べる食事、“社会食べ”へと発展しつつある様子が見られた。

保育者がおかわりを持ってきたり、他児にかかわっている様子をよく見ており、食生活全般への関心が育ち、大人の行動を模倣しつつ、いろいろなことがらを学習しているようすが見られた。

3. 1歳代の幼児の食事の特徴

他の8例についても同様に分析・検討した結果、1歳代の食事の特徴をまとめた。

①食べたいから食べる

食べたい、食べよう、という気持ちで食事に向かう。従って、食べたくないとき、食べようという気持ちになれないときは食べない。いわば本能的でお腹がすいていることが第一条件になる。又、好奇心、探索心が旺盛になり、“何だろう”という気持ちで食べ物や食器、食具に興味を持つ。そのため、一度口に入れたものを出してみたり、手でいじったり、つぶしたり、落としたり、たたいたりいろいろな行動がみられる。一見いたずらをしているように見えるが、最後には食べてしまう。集団

生活の食事では、自分が“食べたい”と思ったら、全員が揃っていただきますをするまで待てない。逆にお腹がすいていても、機嫌を損ねてしまったり、他のことに気が向いてしまうと席を立ってしまう。

②自分で食べる

離乳期のように食べさせて貰うのではなく、“自分で食べたい”という気持ちがとても強い。この頃の心理的特徴である“自我の芽生え”による。うまく食べられなくても大人に手を出されるのを嫌がり、何とか自分で食べようと試みる。スプーンなど食具には興味があり、持ってみたい、使ってみたいのだからうまく使えず、手づかみで食べることが中心になる。この手づかみ食は、自分にあった一口量を咬み取ること、手と口の協調動作の学習にとって大切な行動である。手づかみで食べやすい献立を用意しても、この頃の食卓は戦場のようだ。汚れてもよいように床にはシートを敷き、水のみめないエプロン、扱いやすい食器、食具を用意する。幼児が食べ物との戦いに疲れた頃を見計らって少し手助けをする。しかし、個人差はあるが、このような時期は長くは続かない。2歳になるとこぼす量は目に見えて少なくなってくる。

③夢中で食べる

このような状態から、食べることを楽しむといった余裕はなく、むしろ食べ物と格闘しているようである。自分中心で他のことには気が回らず、見ているようでも見えていない。特に初めの頃は、目の前の物は他児の物でも食べてしまうし、味わっている余裕もなく、ひたすら夢中で食べる。集団生活ではこのような幼児が数名で食卓を囲んでいるので、いろいろなトラブルやかかわりの体験が連日繰り返される。このような経験によって、周囲の様子を見ながら食べるという“社会食べ”(仲間と食べること)へのきっかけが比較的早いうちから見られるようである。

<まとめ>

集団保育場面における1歳代の幼児の食事時の行動と、その意味を明らかにすること及び保育者の援助のあり方について考察することを目的とし、4名の幼児について、ビデオカメラによる撮影と直接観察との併用法を用いて検討した結果、以下のことが示唆された。

食事の行動はおとなとは異なり、数々の事柄を経験しながら学習していく過程であるから、広く、生活としてとらえる必要がある。又、その時々状況にも左右され、

食べる機能、量、好みなど、個人差も大きいので、特に集団生活においては、一人ひとりの意欲や興味を中心に、画一的にならない援助や配慮が必要である。

又、保育者の援助のあり方としては、好き嫌いをしないとか、行儀よく食べるとか、残さず食べるなどのいわゆる“しつけ”にこだわらず、この時期の摂食機能の発達や心理発達の段階をふまえて、第一に食への意欲と興味を育てることが大切であると考え。

今後は、2歳代、3歳代の幼児の食事時の行動を分析・検討し、それぞれの発達段階にみあった保育者の援助のあり方を考えていきたい。

<謝 辞>

本研究をまとめるに当たり、幼児食懇話会の、巷野悟郎先生を始め諸先生方のご示唆をいただきました。論文をまとめるに当たり、日暮眞先生にご指導いただきました。又、担当保育者、工藤佳代子先生といきいきとした食事場面を見せてくれた子どもたちにもお礼申し上げます。

なお、本研究の一部は、平成10年5月の第51回保育学会で発表した。その結果に、さらに事例および考察とまとめを加筆したものである³⁾。

<参考文献>

- 1) 今村榮一他、幼児食のあり方についての検討
その1. 幼児食の基本
その2. 幼児食の実際
第44回日本小児保健学会1997.11
- 2) 八倉巻和子他、幼児の食行動に関する研究
「遊び食べ」行動分析の事例 第一報
小児保健研究56 1997.11
- 3) 佐々木聡子他、幼児食のあり方についての検討
集団保育における幼児食
その1. 1~2歳児の食事
第51回日本保育学会 1998.5
- 4) 向井美恵編、食べる機能をうながす食事
医歯薬出版 1995.11
- 5) 小児歯科臨床「食する③幼児食の現代考」
東京臨床出版 1996.8
- 6) 倉本絵美他、乳児の摂食行動の研究
第1報・スプーンの実態調査
第2報・スプーンの形状検討
第44回日本小児保健学会 1997.11
- 7) 大塚義顕他、摂食・嚥下時舌運動の経時的発達変化
第44回日本小児保健学会 1997.11
- 8) 田村文誉他、食事における口と手の協調発達
第44回日本小児保健学会 1997.11
- 9) 保育所入所児童健康調査報告書
日本保育協会 1996.3
- 10) 保育所入所児童健康調査報告書
保育所における食事と健康
日本保育協会 1997.3