

集団保育における幼児食のあり方 その2 2～3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 | 40 |
| ページ | 103-113 |
| 発行年 | 2000 |
| 出版者 | 東京家政大学 |
| URL | http://id.nii.ac.jp/1653/00009045/ |

集団保育における幼児食のあり方

その2 2～3歳児の食事

佐々木 聡子

(平成11年9月30日受理)

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

② Eating Behavior in 2～3year-old Children

Satoko SASAKI

(Received on September 30, 1999)

<はじめに>

幼児の食事については、平成10年11月に幼児食懇話会により「幼児食の基本」がまとめられ発行された。その中で幼児の食事を心身や摂食機能の発達に応じて考慮し、広く生活としてとらえ、個人差を理解し、楽しみながら食習慣を身につけていくことが大切であることが示された。そこでは幼児期を前期(1～2歳)と後期(3～5歳)に分け、さらに前期を前半(1歳)と後半(2歳)に分け幼児食のあり方を検討している¹⁾。

本研究では、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。前回その1として、前期前半の1～2歳の食事についてまとめたが²⁾、今回は前期後半の2～3歳児の結果について、1～2歳児との違いについて考察した。

<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行った。幼児食に移行した1歳3か月以降の幼児4名を対象に、各児ほぼ毎月1回、食事時の場面を収録した。

対象児は大学の保育室に在室しているT児(男)、K

児童学科 ナースリールーム

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面を観察対象とした。

観察期間は平成8年12月から平成9年11月である。この様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。行動は前回と同様に、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、としたが今回はこれらの項目には分類できない行動が見られたので、④その他の行動として加えた。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2歳の始め頃と半ば頃そして2歳の終わり頃の、幼児の食事の行動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。

<結果及び考察>

1. 食事の所要時間(表1)

食事用のイスに座りテーブルに向かってから「ごちそうさま」の意思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、④⑦⑨④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分前後で1歳代と変わらなかった。中にはK児②のように13分と他に比べると短い、食欲が無くて食べなかった訳ではなく、保育者や他児の様子を見たり話しかけたりしながらも口を動かし、全量食べた事例もある。又、S児③の様にならなくなったトラブル

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 | 2歳 0か月 | 23分 | 15分 35秒 | 7分 25秒 | |
| | ② | 2歳 4か月 | 23 | 16 59 | 6 1 | |
| | ③ | 2歳 8か月 | 18 | 14 48 | 3 12 | |
| K 児 男 | ① | 2歳 0か月 | 28 | 19 39 | 8 21 | |
| | ② | 2歳 5か月 | 13 | 9 44 | 3 16 | |
| | ③ | 2歳 9か月 | 20 | 16 34 | 3 26 | |
| R 児 女 | ① | 2歳 0か月 | 18 | 12 32 | 5 28 | |
| | ② | 2歳 6か月 | 27 | 11 21 | 15 39 | |
| | ③ | 2歳 10か月 | 26 | 14 40 | 11 20 | |
| S 児 男 | ① | 2歳 1か月 | 16 | 4 25 | 11 35 | △ |
| | ② | 2歳 7か月 | 25 | 8 35 | 16 25 | |
| | ③ | 2歳 11か月 | 30 | 5 18 | 24 42 | ▲ |
| 平 均 | | | 21分 55秒 | 8～19分 | 3～16分 | |

△=食欲なし ▲=食べる気持ちになれず

がきっかけになり食べる気持ちこそが、かといってごちそうさまをする気持ちにもなれないときは、長くなり30分以上に及ぶこともあった。

全食事時間の内⑦の食べている時間は、食欲がないとS児①の様に4分25秒、食べる気持ちになれないときはS児③の様に5分18秒と短かった。食欲旺盛なK児①や、黙々とマイペースで食べるT児②は19分39秒、16分59秒と長かった。1歳代の時の結果をみても、食欲のない時は3分～4分で、よく食べていた時は19分13秒、18分26秒と長く、食べている時間は2歳代も1歳代と同様であった。④の食事に関する探索・試行・遊びの行動や、⑤仲間とのかかわり、⑥保育者とのかわりは同時に現れることが多く分けることができない。その他の時間としてまとめたが、各児、各回の状況によって異なる。黙々とマイペースで食べて満足するごちそうさまをするT児③は3分12秒と短かった。逆にS児③のように他児とのトラブルなどに気持ちがいき、全食事時間の内ほとんどが食べていないその他の時間

(24分42秒)という事例もあった。1歳代と同様に2歳代も、その時の状況によって異なることが幼児の食事の特徴であり、「生活としての食事」の特徴であると思われる。

2. 食事中の行動内容 (表2-a, b, c, d)

紙面の関係で、12例の内興味ある行動がより多く見られた2歳前半頃のT児②2歳4か月と、K児②2歳5か月、2歳後半頃のR児③2歳10か月、S児③2歳11か月を例として考察した。

1) T児②2歳4か月 (表2-a)

| 献立 | 食べた量 |
|------------|-------------|
| 胚芽ご飯 | 大きさ3, おかわり |
| クイックソーセージ | 中位1本, おかわり |
| 新じゃが素揚げ | 一口大4個, おかわり |
| ふきと油揚げの炒め煮 | 手をつけず |
| わかめ・豆腐のみそ汁 | 豆腐のみ |
| 甘夏柑 | 3房 |

表2-a 食事の行動内容 T児② 2歳4か月

| | | |
|--------------------|---|---|
| <p>⑦ 食べている行動</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・S児がスプーンをまとめて持って配ってくれないので困っている。 ・ケチャップのついたソーセージをつかもうとして、手指を気にしてやめる。皿を持ってきて口を近づけて食べようとしてやめる。皿に口を近づけ指でソーセージを近づけて食べようとするがうまく噛み取ることが出来ない。 ・指についたトマトケチャップをなめて“酸っぱいなあ”という。 ・じゃが芋の素揚げを手づかみで一口量噛みとって食べる。 ・右手2本指でソーセージをつかみ、おそるおそる噛みとり、残ったソーセージを皿に置き汚れた(ケチャップが付いて)指先を気にする。 ・スプーンでご飯をすくって食べる。スプーンの柄を握り顔の横からスプーンを差し出し、茶碗に覆いかぶさるように口を近づけて食べる。山盛りにすくうのでこぼれたりする。 ・左手指を添える。口の周りについてご飯つぶは手指で口へ入れる。 ・夏みかんの皮がうまくむけない。 ・自分からおかわりを取りに行く。 | <p>食具で食べようとする</p> <p>手指を汚さないで食べる方法を工夫する</p> <p>酸っぱい味の確認</p> <p>食べやすいものから食べる</p> <p>手指の汚れを気にする</p> <p>スプーンの握り方 食具の扱い学習中</p> <p>手指を使う</p> <p>果物の食べ方 食べる量を自分で考える</p> |
| <p>⑧ 試行探索・遊び</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・空のガラスの器をいじり、“もっと…空っぽ…ペンペン…”とふざける。頭の上に乗せたり、口にくわえたり、のぞいたりする。 ・イスを立ちテーブルの周りをフラフラする。 | <p>食具をふざけていじって他児や保育者の反応を見る</p> <p>周囲の様子が気になる</p> |
| <p>⑨ 仲間とのかかわり</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・S児がスプーンを配ってくれないので困る。手を出してもらおうとするがもらえずS児に向かって“ダメっSちゃんは…”と言う。 ・他児がスプーンなしでどうやって食べているのかを見る。 ・保護者と他児の会話を聞く。 ・時々他児の会話に加わりながら食べるが、会話は当を得ていないようなところがあり余りはっきりしない。 ・保育者に頼まれて他児に夏みかんを配る。 | <p>S児に催促する S児を非難する</p> <p>他児の様子を見る</p> <p>保育者を仲立ちに他児との会話に加わっていく</p> <p>食べ物を配る</p> |
| <p>⑩ 保育者とのかかわり</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・スプーンがもらえないで困っていると保育者が“もうすぐスプーンがいくから待っててね…”“お芋は手で食べられるかなあ…”と言葉をかける。 ・食べ物を床に落としたとき保育者を見て“とって…”と言うがすぐ自分で拾う。 ・空の皿を保育者に見せておかわりをもらおうとする。 ・“できない”と夏みかんの皮を保育者にむいてもらう。 ・みかんを食べ終わるとイスを立ち保育者のところへ行く。“Tちゃんごちそうさま?”と言われ手と口を拭いてもらう。 | <p>知恵を授けてもらう</p> <p>自分で判断する</p> <p>自分から保育者にかかわる</p> <p>自分から食事を終わりにする</p> |
| <p>⑪ その他</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・スプーンがもらえず困っているとき、おかわりに添えてあるスプーンをつかみいじるがそれは使わず戻す。 | <p>自分のスプーンを使おうとする</p> |

この事例では、T児は食事を始めるつもりでイスに座ったのだが、皆のスプーンを配る予定だったS児がちょっとしたことでも気分を損ね泣いてしまい、スプーンを束ねて持ったまま配る気持ちになれなかった。

⑦食べている行動でT児は、ケチャップのついたソーセージを手づかみで食べることを躊躇していた。指がケチャップで汚れることを気にし、何とかうまく食べる方法はないかと皿を持ってきて口を近づけてみたり、指でソーセージを近づけて噛み取ることができないかと試みたが失敗した。仕方なく2本の指でソーセージをつかみおそろおそろ噛みとり残ったソーセージを皿に置き、汚れた指先を気にしていた。何でも手づかみで食べていた1歳代とは様子が全く違っていた。トマトケチャップの味についても、甘さの中にあるトマト特有の酸味を“酸っぱいなあ”と感じて表現していた。スプーンが配られるとご飯をすくって食べた。T児はご飯が好きでまずご飯から食べることが多いが、この時は最初はスプーンが無かったので、手でも食べられるじゃがいもの素揚げ等から食べた。

スプーンの扱いはまだ握る持ち方で手首の返しがみられない。山盛りにすくってしまい、スプーンに口を近づけて食べるのでこぼしたりしていた。うまくご飯が入らないときは左手指を添えたり、口のまわりについたご飯つぶは手指で口へ入れていた。T児は、気持ちの上では手づかみ食べは卒業し、食具を使って食べているのだが、食具の扱いが気持ちに見合ったところまで発達していない様子が見られた。この様な場合、保育者が食具の扱いについて、どこまで介入して指導するかという問題があるが、T児はどちらかという自分のペースで黙々と取り組むタイプなので、もう少し見守っていこうということになったと思われる。

⑧探索・試行・遊びの行動では、1歳代に多く見られた食具・食器・食べ物に対する探索・試行が見られなくなった。あってもそれは仲間や保育者の気をひくための行動であり、事例のガラス製の器についても同様である。

⑨仲間とのかかわり行動では、1歳代の頃は自分自身のことでも精一杯でありあまり見られなかったが、だいぶ見られるようになった。スプーンを配ってくれないS児に対して手を出して催促したり、それでもくれないと非難したりした。又、困って、他児がスプーンなしでどの様に食べているのか見たりもした。T児はこのグループでは月齢も低く、どちらかというあまりしゃべる方

はなかったで、保育者と他児との会話を聞き時々自分も参加していた。保育者もその点は配慮し、皮をむいた夏みかんを配る役などに誘って、保育者の援助を仲立ちにして他児とのかかわりが増すようにしていた。

⑩保育者とのかかわり行動では、1歳代の時は保育者の方からT児の様子を見てかかわることが多かったが、自分から働きかけることが多くなってきた。みかんの皮をむいてもらったり、ごちそうさまの時手や口を拭いてもらうような、手を添える介助もあるが、“お芋は手で食べられるかなあ…”のように言葉をかけることですむかかわりもみられた。又、食べ物を床に落としたとき、それまではやってもらっていたように“とって…”と言うが、すぐ思いなおして自分で拾うなど、自立していく様子も見られた。

⑪その他の行動では、スプーンがもらえず困っているとき、おかわりのごはんに添えてあるスプーンをいったんつかむが、それは自分のスプーンではないと理解し、戻している。毎日繰り返される「食事という生活」の場面の中で、色々な事柄を見聞きし学んでいることがわかった。

2) K児②2歳5か月(表2-b)

| 献立 | 食べた量 |
|------------|-----------|
| 胚芽ご飯 | 大きじ3 |
| 豆腐と挽肉のトマト煮 | 大きじ3 おかわり |
| 煮豆 | 大きじ1 おかわり |
| わかめのみそ汁 | 約90cc |
| 甘夏柑 | 3房 |

K児は1歳4か月まで家庭で過ごしていたが、3人兄弟の3番目で、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いようであった。摂食機能が未熟な上に食欲が非常に旺盛なため、周囲を汚すことにはなはだしく家族とは別の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していく捕食、咀嚼、嚥下の摂食機能が十分発達しないまま、1歳半頃まで過ごしたので、しばらくはわしづかみ食べてこぼすことが多かった。

⑦食べている行動では、2歳5か月の時点でも、おもにスプーンを使って食べているものの、スプーンの扱いは完全ではない。顔の横からスプーンを持っていき口をスプーンに近づけて掻き込むように食べていた。手づかみ食べが少し残っており、ご飯やみそ汁の具なども時々手づかみで食べた。

表2-b 食事中の行動内容 K児② 2歳5か月

| | | |
|-------------|--|---|
| ⑦ 食べている行動 | <ul style="list-style-type: none"> ・スプーンでご飯をすくい、顔の横からスプーンを持っていき口を近づけて掻き込むように食べる。すくうときに時々手首の返しが見られる。 ・煮豆など右親指と人差し指の2本指でつまむ。ご飯、みそ汁の具なども時折手づかみで食べる。 ・時に器をもう一方の手で持って食べる。 ・咀嚼しながら始終仲間や保育者を見たり話しかける。 | <p>スプーンの扱いはまだ完全ではない 手首の返しが見られる 手づかみ食べが一部続いている 利き手ともう一方の手の協調 食べることに余裕が出てくる</p> |
| ④ 試行探索・遊び | <ul style="list-style-type: none"> ・隣のイスに手をつき、横座りになり“ねんね、ねんね”という。 ・スプーンを持ったまま、わざとテーブルの横に尻もちをつく。 ・テーブルを大回りして“ただいまー”と帰ってくる。 | <p>仲間や保育者の気をひく 反応を確かめる</p> |
| ② 仲間とのかかわり | <ul style="list-style-type: none"> ・“いただきますよ！”と仲間に促す。 ・他児がK児の真似をすると“○ちゃん、ダメーッ”という。 ・他児の言うことを真似て同じことを言う。 ・おかわりを取りに行った他児の様子を立てて見に行く。 ・あいているイスに誰が座るか気にする。 ・他児に食べ物を分ける。 ・他児が食べ物を取り合って騒いでいる様子を見て“バカ”と怒る。 | <p>挨拶が身についてくる 仲間同士行動やことばを真似し合う 他児の行動に興味を示し自分で見とどける 仲間意識、分ける 他児同士の様子を見て心配したり注意する</p> |
| ④ 保育者とのかかわり | <ul style="list-style-type: none"> ・母親のこと、持っているおもちゃのことなど盛んに話しかける。 ・保育者の様子を始終見ている。 ・他児の残した物を食べていいかと聞く。保育者が“もらっちゃおうか…”と答えるが自分から“ダメッ…”と言って返す。 ・他児に食べ物を分けたことを報告する。 ・保育者の方に自分の頭を何度かぶつける。 ・手と口を拭いてもらう。 | <p>盛んに話しかけながら食べる 常に保育者の存在を意識する 保育者に了解を求めるが自分でいけないと判断する 甘え、依存 自分から“ごちそうさま”とイスを立つ</p> |
| ④ その他 | <ul style="list-style-type: none"> ・横を向いたり立ったり横のイスに手をついたり落ち着かない。 | <p>食べること以外の色々なことが気になる</p> |

他児では1歳11か月頃にみられた、器をもう一方の手で支えたり、持ったりして食べる、利き手ともう一方の手との協調が少しみられるようになった。1歳代の時は夢中でひたすら流し込んでいるような食べ方だったが、K児なりに余裕を持って食べられるようになり咀嚼しながら仲間や保育者を見たり話しかけるようになった。

①食事に関する探索、試行、遊びの行動では、1歳代の時は食品や食べ物の探索が主だったが、2歳代になると、イスの座りごちを確かめたり、わざとイスから落ちて尻もちをついたりして仲間や保育者の気を引き反応を確かめているところがあった。

②の仲間とのかかわりは1歳代の時はほとんどみられず、自分の世界で食べていたのに比べても活発になっ

た。他児の行動やことばを真似たり、おかわりを取りに行った他児の様子を立てて見とどけに行ったりした。あいているイスに誰が座るのかを気にしたり、他児に食べ物を分けたり、他児同士が食べ物を取り合って騒いでいる様子を見て心配したり注意したりしていた。

④の保育者とのかかわりでは、先のT児と同様に1歳代では保育者からの働きかけが主であった。しかし、2歳代では常に保育者の存在を意識し、色々なことを話しかけている。また、他児の残した物を食べることにしても、保育者に了解を求めるが、保育者が、“もらっちゃおうか…”と答えたにもかかわらず、自分から“ダメッ…”と判断して返していた。また、1歳代は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

と食べ物があるかぎり際限なく食べてしまっていたが、2歳代では自分から“ごちそうさま”とイスを立つようになった。この様に1歳代より仲間や保育者や周囲の様子に関心を持つようになったため、㊦のような、横を向いたり立ったり横のイスに手をついたり…と落ち着かない行動も見られるようになった。

3) R児㊦2歳10か月(表2-c)

| 献立 | 食べた量 |
|----------|--------------|
| 胚芽ごはん | 大きじ3 |
| 魚のから揚げ | 1切れ40g, おかわり |
| 野菜と大豆の煮物 | 大きじ1.5 |
| 卵とじ | 大きじ1位 |
| わかめのみそ汁 | 具は大½汁は40cc位 |
| みかん | ½個 |

㊦R児は1歳終わりの時点で手指や腕の動きと口の動きが協調していた。一口量を噛みとり咀嚼することも上手で、手づかみ食べから食器食べへと発達しつつあった。従って2歳の終わり頃のこの時期には、スプーンはペンダグリップで持ち、手首を返し顔の前方から口に入れていた。もう一方の手で茶碗を持ち上げ口へ近づけて、右手のスプーンですくって食べるなどの食具使用機能の発達段階に達していた。食べることに余裕が出てきたの

で、配膳を手伝ったり、味や形態に関心を持ったり、大人の真似をして食べたりするようになってきた。

㊦探索、試行、遊びの行動では、食事の雰囲気を楽ししく盛り上げるような言動が見られるようになった。父親の真似をして、麦茶をビールにみたてで“ウメーッ”と言って飲んだり、ほぐした魚に皮がついているのをエビにみたてたり、歌に合わせておしぼりで机をたたいたりした。T児、K児にも見られたがR児もイスに後ろ向きにすわって座り心地を確かめた。

㊦仲間とのかかわりでは、自分の食べ物以外の皿をさして誰の分かを確認したり、他児の好物を知っていて分けてあげたりした。又、寝ながら食べると苦しくなる…とか、魚しか食べずに(好きな物ばかり食べて)ごちそうさまするのはおかしい…とか、みかん(デザート)はごはんを食べてから食べる…というような食事の食べ方、マナーについて他児の様子を見て、自分の考えを確認している。この様に、ことばでの知識と実際の体験をとうして、生活習慣が確かなものとして身につけていくのではないかと思われた。そして、他児より先にデザートのみかんをもらえたことに優越感を持って得意がっていた。R児は食事を少し残していたが保育者はこの位食べればもういいだろう…と思ってデザートを与えた。このこと

表2-c 食事中の行動内容 R児㊦2歳10か月

| | | |
|--------------------------------------|--|--|
| ㊦ 食 べ て い る 行 動 | <ul style="list-style-type: none"> 自分の食べるもの(ごはん)を盆から取ってイスに座り食べ始める。 他児の様子を見ながら食べる。 スプーンは握って食べる。顔の前方から口にはいる。保育者に言われてスプーンをペンダグリップに持ち換える。 左手で茶碗を持ち上げて口の方へ近づけて右手のスプーンですくって食べる。 魚を一口噛み取り“あっ、あまい!”と言う。 “でっかいの!”と魚のおかわりをもらい“でっかいよ…”と言いながら食べる。 口の周りについたごはんつぶはスプーンで取って口へ入れる。(手は使わない) “かんぱい!”をして食べる。 みかんの皮をむき房を1つづつ袋ごと食べる。 | <p>自分で用意する</p> <p>余裕がある スプーンはペンダグリップ 手首を返し前方から口へ</p> <p>利き手ともう一方の手の協調 味、大きさに関心を持つ</p> <p>食具がうまく使える</p> <p>大人の真似 果物の食べ方</p> |
| ㊦ 探 索 ・ 試 行 | <ul style="list-style-type: none"> 麦茶をビールにみたてで父親の真似をして“ウメーッ”と言って飲む。 ほぐした魚が皮についているのを見て“アーくっついちゃった、エビだー”とエビにみたてる。 歌を歌いながらおしぼりで調子を合わせてテーブルをたたく。 イスに後ろ向きに座る。 | <p>大人のことばを真似る 他児の反応を見る 食べ物の形を面白いがる</p> <p>歌を歌ったりして他児を誘ったりする イスの座り心地を確かめる</p> |

| | | |
|--|---|--|
| <p>㊦ 仲間 との か か わ り</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・他の食べ物を指さして“Sの分？”と聞く。 ・魚を食べながら“S…皮あげるから…”と笑う（魚の皮がSの好物であることを知っている） ・隣のKの耳をひっぱってふざける。 ・T児が寝ながら食べる…と言ったのを聞いて“そうすると苦しくなっちゃうよ…”と言う。 ・食事のあい間にジェスチャー遊びをする。K児が両手ひと差し指を立てて“これなんだ？”“うさぎ…”“ピンポン” ・他児が床から輪ゴムを拾って“ガムテープ”と言いながら持ってくるのを見て“ガムテープじゃないよ、ゴム…” ・他児が魚しか食べずに“ごちそうさま”と言って保育者にたしなめられているのを見て“ごちそうさまなら食べて下さいよ…”と他児に注意をする。 ・他児の頬にスプーンを押し当てる。やられた子は“遊んであげないからねー”“Rちゃんは（自分のこと）ひとりで帰るもんねー”と言う。他児が“ご飯食べてるから！”と言い返す。 ・他児の真似をしてイスをずらして後ろ向きになる。 ・みかんをもらおうとまだみかんをもらえない子に向かって“Rちゃんみかんくれちゃった！、Rちゃんみかんくれちゃったもんねー”と得意がる。“みかん食べようかなー” ・まだみかんをもらってないS児が（R児が残している食べ物を見て）“みかん食べたら人参とかお豆とか食べなさいよ！”といわれる。 ・“Rちゃんはもうごちそうさまなんだ…みかんはご飯食べてからなんだ…”と言って遊びに行く。 | <p>他児の分を気にする 他児の好物を分ける</p> <p>ふざけて相手の様子を見る 行儀、マナー</p> <p>食事と関係のない遊び</p> <p>生活の知識</p> <p>他児の様子を見て自分も注意する</p> <p>他児にいたずらをして反応を見る、言い返し合い</p> <p>イスの座り心地を確かめる みかんをもらったことを得意がる</p> <p>残した物があるのにみかんをもらったことに気づき注意される 得意そうに捨てざりふ</p> |
| <p>㊧ 保 育 者 と の か か わ り</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・（あまり好きじゃないので）わざと持ってこないでいる食べ物を保育者が“忘れ物…”とR児の前に置く。R児が“いいの！”と押しやると“それは作ってくれた人に失礼じゃありませんか…”とたしなめる。 ・スプーンを握って食べているのでペンダグリップに直させる。もう一方の手を茶碗に添えるように言う。 ・好物だけ食べ、おかわりを欲しがると“他のものも食べて下さいね”という。 ・デザートは何かと聞く。 ・イスのすわり方が悪いので“お行儀が悪い…”と直す。 ・食事が中断していると“おいしい音が聞こえてきませんが…”と言う。 ・かんばいして食べるように促す。 ・ご飯をスプーンに載せ“ピンポン”と訪問者のようにして口に入れてやり食べさせる。 | <p>マナー なるべく何でも食べる</p> <p>食具、食器の扱い</p> <p>マナー</p> <p>デザートを気にする 行儀</p> <p>上手に促す</p> <p>気分を変えて食べる</p> |
| <p>㊨ そ の 他</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・手が汚れたのを気にしてオシボリで拭く。 ・手を洗うためにまくっていた袖を引き下ろす。 | <p>手の汚れを気にする 手を洗うときは袖をまくる ことをする</p> |

に気づいた他児が、“みかん食べたら人参とかお豆とか食べなさいよ”と注意した。それに対してR児は“もうごちそうさまなんだ、みかんはごはん食べてからなんだ…”と再度確認している。少し矛盾のある納得のし合いが2歳児らしくて、なかなか興味深かった。

食事をしながら、食事とは全く関係のないこと、他児の耳を引っ張ったり、スプーンを押しあてたりのいたずらや、輪ゴムのことをガムテープではないと教えたりもした。

④保育者とのかかわりでは、R児の場合、保育者に依存しているというよりは、安心して自分を発揮していて、それに対して保育者が様子を見ながら上手に行動を修正したり、マナーを指導していた。食具の扱いでは、手首を使って上手にすくって前方から口へ入れるという正しい完成した食べ方ができているのだが、今までの習慣からかスプーンを握って持ちかきこむように食べていることもあった。その様などとき、子どもの気持ちを傷つけない言い方で気づかせていくことも必要である。

又、食欲がないわけではないのだが、他のことに気がいってしまい、食べることがおろそかになっているときなど、工夫した声かけによって促すこともよいがあまり頻繁になると押しつけがましい。この事例でR児は仲間とのかかわりが活発だが食べることがおろそかになっている訳ではない。食事の所要時間をみてもわかるように、26分の全食事時間の内14分40秒は食べていて、その他の時間は11分20秒である。2歳代の後半はこの様に食事場面の中で多種多様の事柄を学んでいることがわかった。

4) S児③2歳11か月(表2-d)

| 献立 | 食べた量 |
|-------------|--------------|
| 胚芽ごはん | 大きじ2位 |
| 玉ねぎとレバーの煮込み | 手をつけず残す |
| 野菜炒め | 〃 |
| 煮豆 | 〃 |
| 豆腐わかめのみそ汁 | 豆腐は大1、汁は40cc |
| りんご | 一切れの1/2位 |
| ヨーグルト | 手をつけず残す |

この事例は食べる意欲はあったのだが仲間とのかかわりにつまずいてすっかり気持ちをそがれ、ほとんど食事が進まなかった例である。

⑦食べている行動では、S児は手つきが器用なタイプで、1歳の終わり頃には手首を返してスプーンを口の中

に入れたり、利き手ともう一方の手の協調動作も見られていた。従って、2歳の終わり頃のこのころにはスプーンの扱いも上達し、顔の斜め前からきちんと口の中に入り、マナーも身につけていた。

④の食事に関する探索、試行、遊びの行動では、スプーンや食器、食べ物についての探索、遊びは1歳代では見られたが、この時期は見られなかった。しかし、イスに対しては色々な格好で座っては座り心地を試している。スプーンの扱いも上達したことで食べることに余裕が出てきたようだ。

⑤の仲間とのかかわりではR児から投げるように渡されたスプーンをとって柄をなめながらR児を見た。表面的にはこれだけのかかわりだが、これには1週間ほど前にS児がスプーンを他児になかなか配らなかったことが関係している。3歳も間近い2人のこの時の心の中は結構複雑である。S児がイスを持ってR児の隣に移動してきたため、テーブルの辺に4人が並ぶことになった。R児に“きつい”と嫌がられたがそれでもどかず、機嫌を取るために頬にチューをしたら、逆に泣かれてしまい、S児としても傷ついてしまった。いきさつは表に記したが、手についたご飯のつぶを髪の毛にこすりつけながら仲間の様子を見ており、気を取り直して食べ始めるまでに10分もかかっている。すぐには気分を変えることはできないものの自分自身で何とかしようと努力しているよすが窺えた。

④保育者とのかかわりでは食事が進んでいないので食べるように促されたりするが、R児とのトラブルについて自分の気持ちを伝えたりしていた。この時の食事は全食事時間の内ほとんどの時間が仲間や保育者とのかかわりに費やされていた。この様な心の仕事は時間が必要なので、保育者は子どもの力を信じて共感しながら待つことが大切であると思われる。

④その他の行動としては、卵の除去をしているY児は肉が食べられるかなど色々質問している。食についての関心が広がり色々なことに気づいてその理由を確かめていた。

3. 2歳代の幼児の食事の特徴と保育者の援助

他の8例についても同様に分析、検討した結果、2歳代の食行動の特徴と1歳代の食行動との違いは次に様になった。

① 気持で食べる

表2-d 食事中の行動内容 S児③ 2歳11か月

| | | |
|------------|---|--|
| ⑦ 食べる行動 | <ul style="list-style-type: none"> ・スプーンでみそ汁の具(豆腐)をすくって食べる。 ・スプーンは顔の斜め前から口にはいる。 | スプーンの扱いが上達する |
| ⑧ 探索・遊び・試行 | <ul style="list-style-type: none"> ・イスの背もたれにお尻を乗せて座ったのでイスが倒れ落ちる。 ・テーブルに手をつきイスの背に片足をかけてイスをぐらぐらさせる。 ・イスの上にしゃがみ、ランラン…と歌いはじめる。 ・ごはんをスプーンで山盛りすくっては落とし、を繰り返す。 | <p>いろいろな格好でイスに座ってみる</p> <p>食べることに余裕が出てくる</p> <p>何となくおもしろくない</p> |
| ⑨ 仲間のかかわり | <ul style="list-style-type: none"> ・R児が“今日はRちゃんがスプーン屋さんだからね…”とS児にスプーンを投げると、スプーンをとって柄をなめながらR児を見る。 ・イスを持ってR児の隣に移動してくる。(テーブルの一边に4人が並ぶことになる)R児が“きつい”と言うが半ば強引に隣にイスを並べて座ったため、R児が“Sちゃんのバカ!”と言う。S児はR児の頬にチューをする。保育者がR児のイスをずらしS児も並んで食べられるようなスペースを作る。しかし、R児は“イヤーだSは!”とベソをかく。R児の様子を見ながらイスをR児の方へつめる。“Sちゃんも怒っているからね!”と言いながら食べ始める。R児が大声で泣き出すと“ねえーKちゃん…”とK児に同意を求める。R児の座っていたイスをわざと倒す。 ・ワアワア泣いているR児の様子を、指についたご飯つぶを髪の毛にこすりつけながらしばらく見ている。10分位もそうしている。 ・皆の会話は聞いてはいたが参加しないでした。自転車の話になると加わる。 ・他児の話に言いがかりをつけて、言い合いになり他児の頬をつねる。他児が“けんかしないの!食べてるんだから…”と言う。 | <p>以前にS児がスプーンを他児になかなか配らなかったことがある。(そのことを思い出している)</p> <p>R児の隣に座ったが嫌がられてS児は気分を害する機嫌を取ったりもする</p> <p>自分も怒っていると告げる</p> <p>R児も気分を害して泣く</p> <p>他児にも同意を求める</p> <p>R児の様子が気になり食べる気持ちになれない</p> <p>気分を自分で変えようとする</p> <p>気分がすぐれず他児に当たる</p> |
| ⑩ のかかわり | <ul style="list-style-type: none"> ・食事が進んでいないので食べるように促される。 ・イスの座り方が危ないので注意される。 ・他児とのけんかのことを報告する。 | 食習慣のしつけ マナー、安全のしつけ |
| ⑪ その他 | <ul style="list-style-type: none"> ・卵の除去をしているY児は肉が食べられるのか、いっぱい食べられるのか、Y児はどうしてデザートを先に食べていいのか、保育者のスプーンはなぜ大きいのか、等いろいろな質問をする。 | 食生活全般についての興味 |

1歳代の時と同様に食べたい、食べようという気持ちで食事に向かった。従って食欲のない時、食べようという気持ちになれないときは食べなかった。1歳代の頃はいわば本能的で、お腹がすいていることが第一条件だったが、2歳代は自我が発達してきて自分の気持ち、意欲が中心になっていた。従ってS児の事例のように最初は食べる

気持ちになっても、仲間とのトラブルで気持ちがそがれてしまうと、その気持ちを立て直して食べ始めるまでに随分時間がかかった。

② 食べ物や食器、食具に対する探索、試行、遊びの行動の減少
離乳食の後期から始まり、特に1歳代の半ば頃まで非

常に盛んだった食べ物や食器、食具をいじることが目立って減少した。これはどの幼児にも見られる大変はっきりした変化であった。大人は汚れるという点からこれらの行動を嫌う傾向があるが、幼児自身は、食べ物に対する好奇心が満たされ、食べる機能が発達してくれば突然に卒業してしまった。時に見られてもそれは仲間や保育者の気をひくための行動であって、1歳代の時のように純粹に食べ物への興味でいじっているのとは異なっていた。

③ 食べる機能の発達

1歳代の時は“自分で食べたい”という気持がとても強く、うまく食べられなくてもおとなに手を出されるのを嫌がった。自分で食べようとするためこぼすことも多く、手づかみで食べるので手や口の周囲が汚れることも多かった。食べる機能の発達には個人差が大きいのだが、それぞれの2歳代での発達はめざましかった。手づかみ食べの方が食べやすい物以外はスプーンを使うようになり、2歳の後半にはスプーンの扱いも上達した。又、器をもう一方の手で支えたり、もって食べるという利き手ともう一方の手との協調動作が見られてきた。しかし、一度できていた事が逆戻りしたり、ちょっとした癖が固定化してしまうこともあり、幼児の様子をよく観察することが大切である。柔軟な内に正しい機能を身につけておけば、今後著に移行する時もスムーズであろう。

④ 仲間や保育者とのかかわり行動が盛んになってくる

1歳代の頃は自分が食べることに夢中で他のことには気が回らない様子だった。2歳代になり、食べる機能が発達するに従い、少しずつ余裕が出てくると、仲間や保育者のことが見えてきて気になるようになった。大抵の場合は（食べながら）皆の様子を見たり、話し合ったりしながら食べる手もあまり休めなかった。時には仲間や保育者とのかかわりの方に気持が取られてしまい食べることがおろそかになってしまう事もあった。しかし、仲間と食べ物を分け合ったり、他児や保育者がおいしそうに食べている様子を見て自分も食べてみるということもよく見られた。

保育者の援助のあり方としては、1歳代の頃と同様に、好き嫌いをしないと、行儀よく食べるとか、残さず食べるなど、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をふまえて、仲間と一緒に楽しく食べることを大切に育てたい。観察をとうして、幼児は保育者の様子には常に注目し、その言動から非常に影響を受けている事がわかった。従って2歳代特有の

自立と依存を受け止め、食に対する意欲を育てながら保育者が手本を示し、食器や食具の扱い方もアドバイスしていく。又、食事の時間といっても、食べる事だけが目的ではなく、保育者が仲立ちとなって仲間とのかかわりを学んでいくことも大切なことのように思われる。さらに、食に関する知識もいろいろな経験や話題のなかで豊かにしていくことができる。

<まとめ>

集団保育場面における2歳代の幼児の食事の行動とその意味、1歳代との違い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その行動を収録し、検討した結果、以下のことが示唆された。

2歳代の幼児の食事時間は、その都度の状況によっても異なるが、全食事時間、食べている時間、その他の時間とも1歳代とほぼ同じであった。行動の内容には変化が見られ、手づかみの方が食べやすい物以外はスプーンを使うようになり、2歳の後半にはスプーンの扱いも上達した。探索、試行、遊びの行動が目立って減少し、時に見られても人目を引くための行動であって、1歳代とは目的が異なる。逆に、仲間とのかかわり行動が急激に増え食事がおろそかになる時もあった。保育者の様子には常に注目し、その言動が非常に幼児に影響を与えていることがわかった。従って、2歳代特有の自立と依存を受け止め、食に対する意欲を育てながら、保育者が手本を示し、良い食習慣を身につけていく大切な時期であることが再確認された。又、食事時であっても、食以外の、仲間とのかかわりや生活全般の事柄も学習しており、保育者の巾広い対応が求められた。

今後は3歳以上児の食事時の行動を分析、検討し、集団保育の中で食生活を豊かにする試みの実践例について考えていきたい。

<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、保育担当者、工藤佳代子先生と生き生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11年5月の第52回保育学会で発表した。その結果にさらに事例及び考察とまとめを加筆したものである³⁾。

<参考文献>

- 1) 幼児食懇話会編, 幼児食の基本
日本小児医児出版社 1998. 11
- 2) 佐々木聰子他, 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
- 3) 佐々木聰子他, 集団保育における幼児食
その2. 2～3歳児の食事
第52回日本保育学会 1999. 5. 1
- 4) 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
- 5) 矢倉巻和子他, 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
- 6) 向井美恵編, 食べる機能をうながす食事
医歯薬出版 1995. 11
- 7) 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
- 8) 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
- 9) 大塚義顕他, 摂食・嚥下時舌運動の経時的発達変化
第44回小児保健学会 1997. 11
- 10) 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
- 11) 保育所入所児童健康調査報告書
日本保育協会 1996. 3
- 12) 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