

# 児童福祉施設等における 食事の提供について

---

東京農業大学 応用生物科学部  
栄養科学科 多田由紀

# 児童福祉施設等における 食事の提供ガイド

---

令和7年9月 こども家庭庁策定

- ガイドラインのポイント把握
- 日々の実務で実践できるチェックポイント
- 多職種連携の推進



# 「児童福祉施設等における食事の提供ガイド」の策定について

## 1. 背景

### 「児童福祉施設における食事の提供ガイド」(平成22年3月)

- ・児童福祉施設における食事の提供及び栄養管理の実践にあたっての考え方の例を示すもの
- ・食事の提供についての実務を担当する者を対象

### 「保育所における食事の提供ガイドライン」(平成24年3月)

- ・保育所における食事の提供の形態に関する現状と課題を明らかにすることなどを目的
- ・保育所の食事の運営に関わる幅広い者を対象

- ・10年以上が経過
- ・成育基本法(平成30年法律第104号)の制定

### ・食事・食生活をはじめとしたこどもを取り巻く環境や課題はさらに変化

- 児童養護施設等の小規模化及び家庭的養護の推進、貧困等の社会経済的な視点も含めた検討が重要

### ・より多角的な視点をもって、ひとり一人のこどもの発育・発達に対応し、食事の提供を通じたこどもの食生活全体の支援がより一層求められている

2つのガイドを統合し、よりわかりやすい内容となるよう全体を見直し  
「児童福祉施設等における食事の提供ガイド」を策定

## 2. 主な内容

### 第1部 児童福祉施設における食事の提供のあり方

- 施設における食事の意義・役割…施設における、一人一人のこどもの状況を考慮した食事・食生活の支援の重要性を示す
- 施設における食事提供の考え方…こどもの状態に応じた食事提供や食物アレルギー対応、誤嚥予防の取組など、食事提供の質の向上を図るための考え方等を示す
- 食事の提供体制(自園調理・外部搬入等)に応じた留意事項
- 自然災害等の非常時への備え

### 第2部 児童福祉施設における食事提供の実践

- 児童福祉施設における食事提供の取組事例を記載…一人一人のこどもへの対応、多職種が連携した保護者支援等を記載

	知りたいこと	ページ
PDCA の 進め方	食事提供における PDCA の進め方の全体像	p.13～p.17
	こどもの食事・食生活のアセスメントの具体的な進め方	p.18～p.21
	食事提供の目標を立てる時に注意すべきこと	p.22～p.24
	食事計画の立て方	p.25～p.30
	食育計画の立て方	p.30
	こどもの食事状況のモニタリング・記録作成の仕方	p.33～p.42
	施設の食事提供を評価する方法	p.43
	評価結果をもとに食事提供を改善する方法	p.44
多職種連携	施設長、管理栄養士・栄養士、調理員、保育士、養育者・支援者などの食事提供における役割	p.46～p.51
	保護者への支援	p.51～p.52
	施設職員への支援	p.52

こども家庭庁，児童福祉施設等における食事の提供ガイド（令和7年9月）

[https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic\\_page/field\\_ref\\_resources/5f30b36e-6d64-49c2-812f-71fdef462c98/9e082688/20250924-policies-boshihoken-jidoufukukshi-eiyou-01.pdf](https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/5f30b36e-6d64-49c2-812f-71fdef462c98/9e082688/20250924-policies-boshihoken-jidoufukukshi-eiyou-01.pdf)

こども 一人一人に 合わせた対 応	身体的な発育状況を踏まえた対応	p.54～p.56
	心身の不調のあるこどもへの対応	p.57
	食物アレルギーのあるこどもへの対応	p.57～p.58
	偏食のあるこどもへの対応	p.59
	摂食・嚥下機能に関する配慮が必要なこどもへの対応	p.60～p.61
	食事を通じた自立支援に必要な考え方	p.62
調理体制別 の留意事項	自園調理(外部委託含む)で注意すべきこと	p.63～p.68
	外部搬入を採用している施設で注意すべきこと	p.69～p.73
災害対策	非常時(自然災害等への備え)	p.74
食育	食育に必要な考え方	p.76～p.77
	食育の事例	p.81～p.92
取組事例	こどもに合わせた食事量や形態の調整	p.93
	多職種が連携した取組から保護者への支援	p.94
	職員間の食に対する考え方の共有方法	p.95～p.96
	管理栄養士とケアワーカーが連携した幅広い年齢層のこどもへの支援	p.97～p.98

# 児童福祉施設における 食事の意義・役割

- **発育・発達促進**

健全な成長に必要な栄養素を摂取し、  
身体的・精神的発達を支える基盤

- **QOL向上**

食事を通じた楽しみ・喜び・社会性の発達  
食卓での豊かな人間関係構築

- **望ましい食習慣の形成**

生涯の健康の基礎となる食習慣  
・生活リズムの習得

- **食育の生きた教材**

食の文化・知識・感謝の心を育む体験的な  
学びの場

ポイント:

- 食事は単なる栄養素等の摂取だけでなく、こどもの心身の健全な発達と将来の健康的な生活の基礎づくりという重要な役割を担う。
- 同じ月齢時・年齢児であっても個人差が大きいため、一人一人の状況を考慮して子どもの食事・食生活を支援することが大切。

# こどもの発育・発達段階に応じた食事の重要性

## 乳児期 食べる機能の発達

- ・哺乳反射から咀嚼への移行
- ・離乳食は形状と硬さの調整が重要
- ・月齢に合わせた食物形態の提供

## 幼児期 食の自立と食体験

- ・自分で食べる意欲と能力の発達
- ・好き嫌いの出現と対応
- ・食具の使い方の習得
- ・多様な食品への慣れ

## 学童期 生活習慣の確立

- ・基本的な食事マナーの習得
- ・栄養と身体の関係への理解
- ・食事の準備や片付けへの参加
- ・社会性を育む共食の機会

## 思春期 自己管理能力の獲得




- ・栄養バランスの自己管理
- ・食生活の乱れへの対応
- ・ボディイメージと食行動
- ・生涯の健康を見据えた食習慣の確立

### 実務での注意点:

- ・年齢だけでなく個々の発達状況に応じた支援を
- ・家庭環境や文化的背景も考慮した食事支援
- ・定期的な発達評価と食事内容の調整



# (6) 離乳の進め方の目安

		<div> <div>離乳の開始</div> <div></div> <div>離乳の完了</div> </div>			
		以下に示す事項は、あくまでも目安であり、子どもの食欲や成長・発達の状況に応じて調整する。			
		離乳初期 生後5～6か月頃	離乳中期 生後7～8か月頃	離乳後期 生後9～11か月頃	離乳完了期 生後12～18か月頃
食べ方の目安		○子どもの様子をみながら1日1回1きじずつ始める。 ○母乳や育児用ミルクは飲みたいだけ与える。	○1日2回食で食事のリズムをつけていく。 ○いろいろな味や舌ざわりを楽しむように食品の種類を増やしていく。	○食事リズムを大切に、1日3回食に進めていく。 ○共食を通じて食の楽しい体験を積み重ねる。	○1日3回の食事リズムを大切に、生活リズムを整える。 ○手づかみ食べにより、自分で食べる楽しさを増やす。
調理形態		なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	歯ぐきで噛める固さ
1回当たりの目安量					
I	穀類 (g)	つぶしがゆから始める。 すりつぶした野菜等も試してみる。  慣れてきたら、つぶした豆腐・白身魚・卵黄等を試してみる。	全がゆ 50～80	全がゆ 90～軟飯80	軟飯80～ ご飯80
II	野菜・果物 (g)		20～30	30～40	40～50
III	魚 (g)		10～15	15	15～20
	又は肉 (g)		10～15	15	15～20
	又は豆腐 (g)		30～40	45	50～55
	又は卵 (個)		卵黄 1～ 全卵 1 / 3	全卵 1 / 2	全卵 1 / 2～ 2 / 3
	又は乳製品 (g)		50～70	80	100
歯の萌出の目安			乳歯が生え始める。	1歳前後で前歯が8本生えそう。  離乳完了期の後半頃に奥歯（第一乳臼歯）が生え始める。	
摂食機能の目安		口を開けて取り込みや飲み込みが出来るようになる。 	舌と上あごで潰していくことが出来るようになる。 	歯ぐきで潰すことが出来るようになる。 	歯を使うようになる。

※衛生面に十分に配慮して食べやすく調理したものを与える

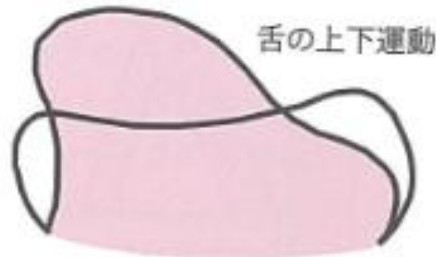


図2-5 7～8か月ごろに見られる唇と舌の特徴的な動き



左右同時に伸縮

- 上下唇がしっかり閉じてうすく見える
- 左右の口角が同時に伸縮する



舌の上下運動

- 数回モグモグして舌で押しつぶし咀嚼する

出典 金子芳洋、向井美恵、尾本和彦：食べる機能の障害 その考え方とリハビリテーション、pp23-29, 金子芳洋（編），医歯薬出版、東京、1987

図2-6 座った姿勢



# 食べる機能の発達の支援 手づかみ食べについて

- 手づかみ食べは、生後9か月頃から始まり、1歳過ぎの子どもの発育・発達にとって、積極的にさせたい行動である。
- 食べ物を触ったり、握ったりすることで、その固さや触感を体験し、食べ物への関心につながり、自らの意志で食べようとする行動につながる。
- 子どもが手づかみ食べをすると、周りが汚れて片づけが大変、食事に時間がかかる等の理由から、手づかみ食べをさせたくない考える親もいる。そのような場合、手づかみ食べが子どもの発育及び発達に必要である理由について情報提供することで、親が納得して子どもに手づかみ食べを働きかけることが大切である。

手づかみ食べが子どもの発育及び発達に必要である理由

1. 自分で食べる意欲を育てること
2. 目、手、口の協調動作を育てること

などができるため

# 幼児期の健やかな発育のための 栄養・食生活支援ガイド(確定版)

令和3年度厚生労働行政推進調査事業費補助金(成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業)  
「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援に向けた効果的な展開のための研究」

## 目次

1. はじめに
  2. 幼児期の栄養・食生活等をめぐる状況
  3. 幼児期の栄養・食生活の課題及び把握すべき基本的事項
  4. 幼児・保護者の栄養・食生活の課題改善のための支援の考え方と方向性
  5. 幼児期の栄養・食生活支援の取組事例の紹介
- 資料1 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方
- 資料2 幼児期の子ども・保護者の栄養・食生活支援に関するQ&A




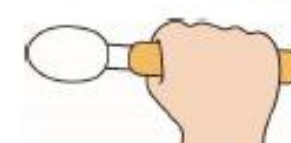




健やか親子21のウェブサイト(<https://sukoyaka21.mhlw.go.jp/>)の  
「参考資料」→「乳幼児期」から無料でダウンロード可能





# 資料1 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方(1歳頃から6歳頃)

		1歳									
		1-2か月	3-4か月	5-6か月	7-8か月	9-10か月	11-12か月	1-2か月	3-4か月		
口腔機能の発達		 <ul style="list-style-type: none"><li>・前歯(2番目の歯まで)が生えそろう。</li><li>・前歯でかじりとりが出来るようになる。</li></ul>		 <ul style="list-style-type: none"><li>・奥歯(第一乳臼歯、前から4番目の歯)が生え始める。</li><li>・奥歯での粉砕、すりつぶしが可能になり、食べられるものが増える。</li><li>・一口で食べられる適量がわかるようになり、食べ物の大きさや固さに適した食べ方が身についてくる。</li></ul>							
食べる機能の発達		<ul style="list-style-type: none"><li>・目・手・口の協調運動を覚える。</li><li>・食べる量や好き嫌いなど、個人差が出てくる</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>・スプーンを使う。初めのうちは上から手のひらで丸握みし、肘を曲げたり腕全体を動かしたりしながら口元にスプーンを持つ。</li><li>・手首を内側から外側に反すことができるようになると、指握りができるようになる。三つ指握りができるようになるとこぼす。</li><li>・手の機能が未発達のため、上手くすくえず、かき込んで食べてしまうことがある(左右の手指を協調して使いこなせるまで)。</li><li>・口に入れる動きは、初めのうちは横から取り込み、徐々に正面から入れられるようになる。</li></ul>							
		 <p>手掌にぎり (丸握み)</p>		 <p>横から 取り込む</p>		 <p>指握り</p>					
支援の例		自食準備期				食具食べ機能獲得期					
		<ul style="list-style-type: none"><li>・食べるときは、背中や足底も安定させる。</li><li>・食事の時はテレビを消すなど、食べることに集中できる環境にする。</li><li>・目を離さず、しっかり噛んで飲み込んでいるか確認する。</li><li>・手づかみ食べによって、食物を手で持ち、一口量をかじり取る練習をする。</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>・手づかみ食べによって、自分で食べる楽しみを増やす。</li><li>・「おいしいね」などの声かけをしたりすることで、楽しい雰囲気をつくる。</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>・一口の適量を知らせていく。スプーンにのせる量や、口の奥まで入れすぎないように、注意していく。</li><li>・一口量を覚えられるまで、手づかみ食べによって一口量をかじり取る練習は続ける。</li><li>・スプーンが上手になってから、フォークは使う。</li><li>・一口が大きくなりすぎないように食べやすい大きさにして、「もぐもぐ」「かみかみ」などと声かけをし、良く噛んで食べることを知らせる。</li><li>・飲み込みにくい様子が見られた時には、一度口の中から取り出す。</li><li>・口の中に食べ物がある時は誤嚥の危険性が高くなるので、おしゃべりなどしないよう声かけをする。</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>・歯の生える時期や食べるに食形態を進めすぎない。</li><li>・スプーンを上手く口まで持つ、正しい持ち方(三つ指握り)が出来るようになる。</li><li>・早食いにならないように、おなかのすくリズムがもたらす空腹感を我慢させる。</li><li>・いろいろな食品に親しみ、調理方法、味付けを工夫する。</li></ul>					

幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援カイト【確定版】

<https://sukoyaka21.mhlw.go.jp/useful-tools/thema4/>

# 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方

## 1歳1～4か月頃 ー自食準備期ー

### ・ 口腔機能の発達

- ・前歯（2番目の歯まで）が生えそろう。
- ・前歯でかじりとりが出来るようになる。

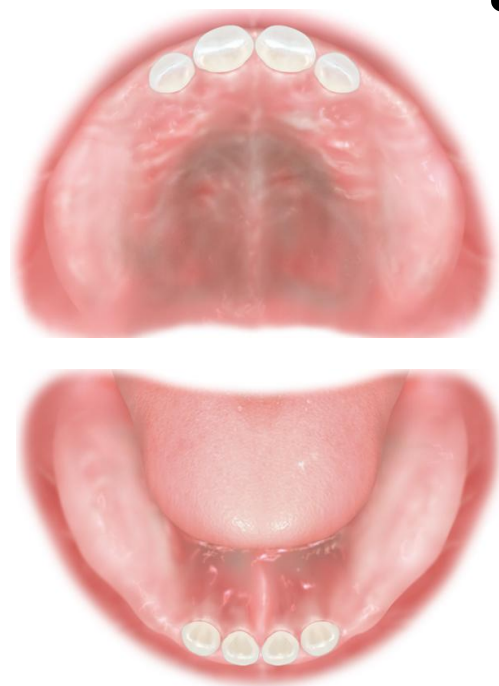
### ・ 食べる機能の発達

- ・目・手・口の協調運動を覚える。
- ・食べる量や好き嫌いなど、個人差が出てくる

### ・ 支援の例

- ・手づかみ食べによって、自分で食べる楽しみを増やす。
- ・「おいしいね」などの声かけをしたりすることで、楽しい雰囲気をつくる。

- ・食るときは、背中や足裏も安定させる。
- ・食事の時はテレビを消すなど、食べることに集中できる環境にする。
- ・目を離さず、しっかり噛んで飲み込んでいるか確認する。
- ・手づかみ食べによって、食物を手で持ち、一口量をかじり取る練習をする。



# 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方

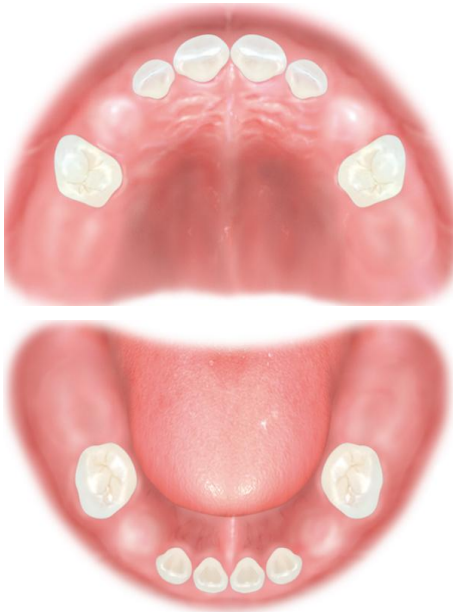
## 1歳5～12か月頃 ー食具食べ機能獲得期ー

### ・口腔機能の発達

- ・奥歯（第一乳臼歯、前から4番目の歯）が生え始める。
- ・奥歯での粉碎、すりつぶしが可能になり、食べられるものが増える。
- ・一口で食べられる適量がわかるようになり、食べ物のおおきさや固さに適した食べ方が身についてくる。

### ・食べる機能の発達

- ・スプーンを使う。初めのうちは上から手のひらで丸掴みし、肘を曲げたり腕全体を動かしたりしながら口元にスプーンを持っていく。
- ・手首を内側から外側に反すことができるようになると、指握りができるようになる。三つ指握りができるようになるとこぼすことが少なくなる。
- ・手の機能が未発達のため、上手くすくえず、かき込んで食べてしまうことがある（左右の手指を協調して使いこなせるまでは、かなりの時間を要する）。
- ・口に入れる動きは、初めのうちは横から取り込み、徐々に正面から入れられるようになる。





# 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方 3歳頃 ー食具食べ機能獲得期ー

## ● 口腔機能の発達

- ・乳歯が全て生える(20本)。
- ・奥に生える乳歯(第二乳臼歯)が咬み合うようになると、ほとんどの食物を咬んで処理することが出来るようになるが、咬む力は成人の1/5程度のため大人と同じ固さの食物を食べることが難しいことが多い。



## ● 食べる機能の発達

- ・ 自分で食事ができる
- ・ 食事中歩き回らずに座って食べられる
- ・ 集団での食事に関心をもつようになる

## ● 支援の例

いろいろな食材、固さを試し、奥歯をしっかりと使って噛む練習をする。

# 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方 6歳頃 ―食具食べ機能完成期―

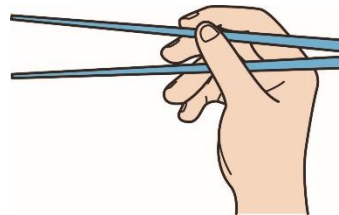
## ● 口腔機能の発達

- ・下顎の前歯が永久歯（中切歯）に生えかわる。
- ・続いて下顎の6歳臼歯（第一大臼歯）も生え始める。
- ・永久歯が生えかわる際の違和感で、一時的に固い物を嫌がる時期がある。



## ● 食べる機能の発達

お箸が上手に使えるようになる（目安は5～6歳）



正しいお箸の持ち方  
親指、人差し指、中指で上の箸をもつ。  
親指の根元で下の箸をはさみ、薬指と  
小指で支える。

## ● 支援の例

前歯が抜けている時は、小さくちぎり奥歯でしっかり噛むように声をかけていく。

# 食行動の発達と支援の重要性

- 食行動とは、食べる行為だけでなく、食品の選択・調理・文化的背景まで含む広い概念。
- 食べる行為は「自分の意志」で行う行動。意欲を引き出す支援が鍵。
- 食事の速度・姿勢・環境も「学習される行動」。大人の関わり方が食習慣形成に影響。
- 食事は栄養補給にとどまらず、**社会性と情緒の発達**を支える体験である。

# 味覚の発達と嗜好形成

- 人は出生時から甘味・塩味・旨味などを識別できる。
- 離乳期の食体験が味覚の発達と嗜好形成に影響。  
※甘味と塩味は本能的に好まれる食の味であり、摂りすぎてしまいがち
- 乳幼児期は薄味を基本とし、幅広い味を経験させることが大切。
- 多様な味経験が、偏食や過剰な味付けを防ぎ、将来の健康的な食習慣につながる。

# 自分で食べる力を育む 食事提供

- 摂食・嚥下機能は「食べさせてもらう」から「自分で食べる」へと発達。
- 手づかみ食べは重要な探索活動。手指と口の協調運動を育てる。
- 「自分で食べる経験」を重視。
- 食材の形・硬さ・味・触感を変化させ、経験を通して食べる力を伸ばす。

# 食欲を育む生活リズムづくり

- 起床・就寝・食事時間などの規則正しい生活リズムが食欲を育む。
- 食事と間食の時間を安定させることで「お腹がすくリズム」を形成。
- 食欲を満たすことで心身の安定と活動意欲が高まる。
- 生活リズムの確立は、発育・発達の基盤であり、食事支援の出発点。

## 家庭との連携と一貫した食支援

- 食事は施設だけでなく家庭との連携が不可欠。
- 家庭の食習慣・文化を尊重しながら、施設の対応を調整。
- 保護者に食事の様子を伝え、食への関心を高める。
- 通信・連絡帳・試食会・調理体験などで双方向の支援を。
- 食事を通して「家庭も含めた支援体制」を整えることが重要。



# 食事を通じた 発達支援のポイント

- 食事は  
栄養＋心身の健全な発育・発達  
＋人間性の形成 ＝生活の基盤
- 多職種連携により、こどもの発育段階に応じた食支援を。
- 家庭と施設が同じ方向を向くことで、こどもの“食を営む力”が育つ。

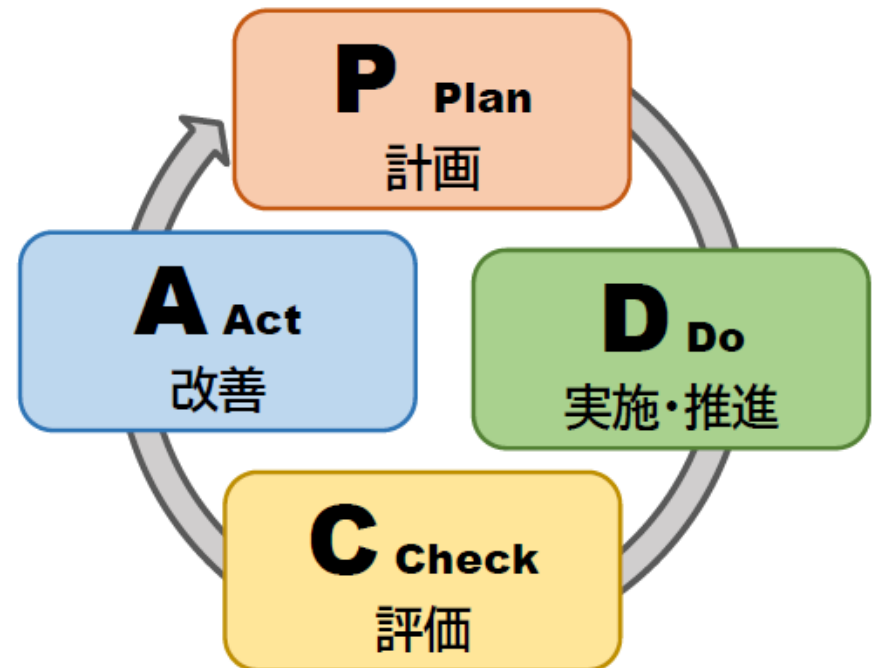
# 食事提供の考え方

## PDCAサイクルとは

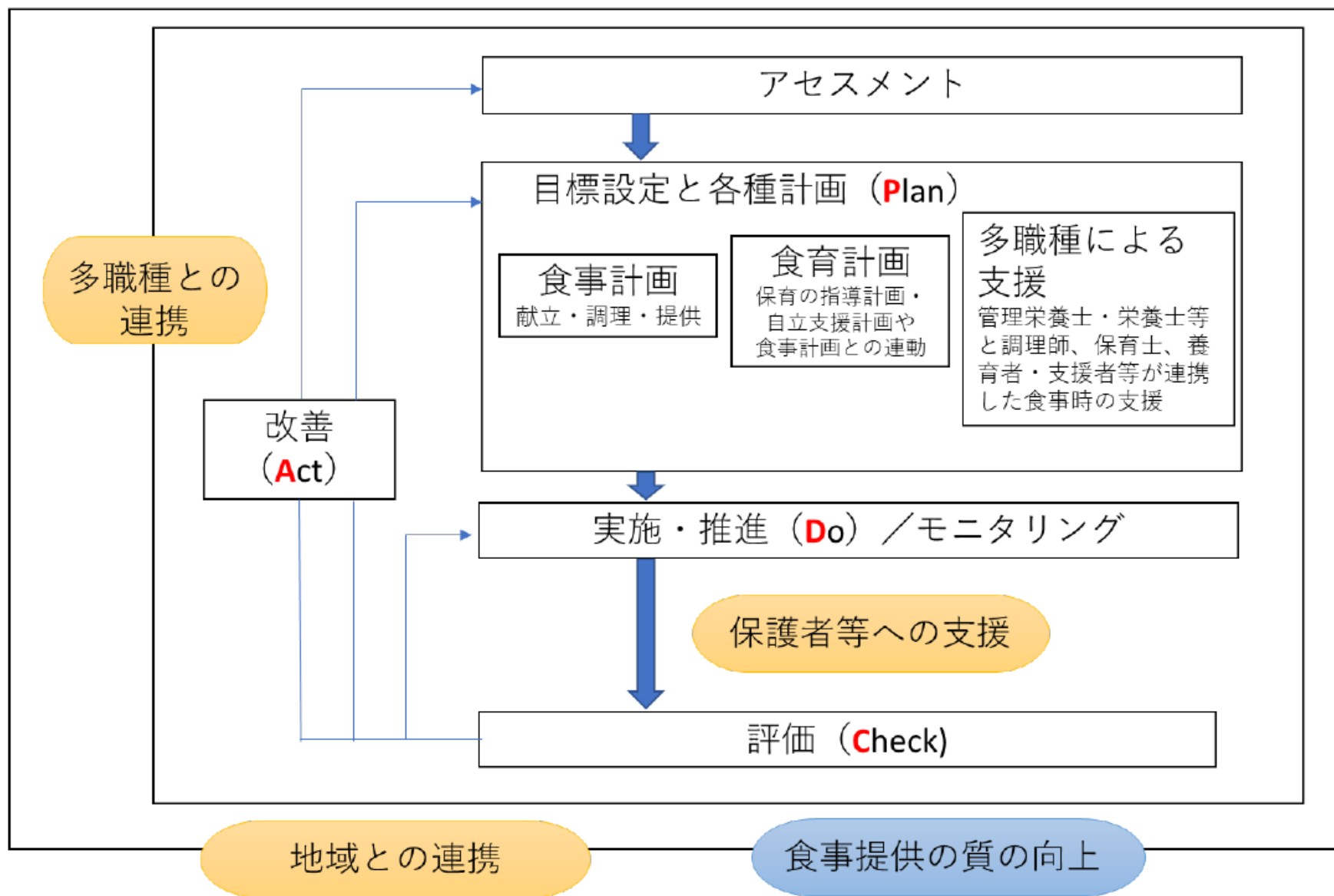
食事提供の質向上へ:

Plan→Do→Check→Act (PDCA) の繰り返し

- 計画に沿って業務を進め、評価し、改善につなげる継続的なサイクル
- 管理栄養士・保育士・調理員など多職種が連携して実践
- 施設内外の協働による食事提供・支援の質向上を目指す



# 児童福祉施設における食事提供のPDCAの構造



# PDCAを進めるうえで 必要な連携

## 多職種との連携

- 食事提供には複数職種（管理栄養士・調理員・保育士・養育者など）が関与。
- 職種ごとの専門性を活かし、共通目標を共有して協働することが不可欠。
- 特に、配慮を要するこども（アレルギー・摂食嚥下・偏食など）には、連携した支援体制を整備。

## 地域との連携による支援体制

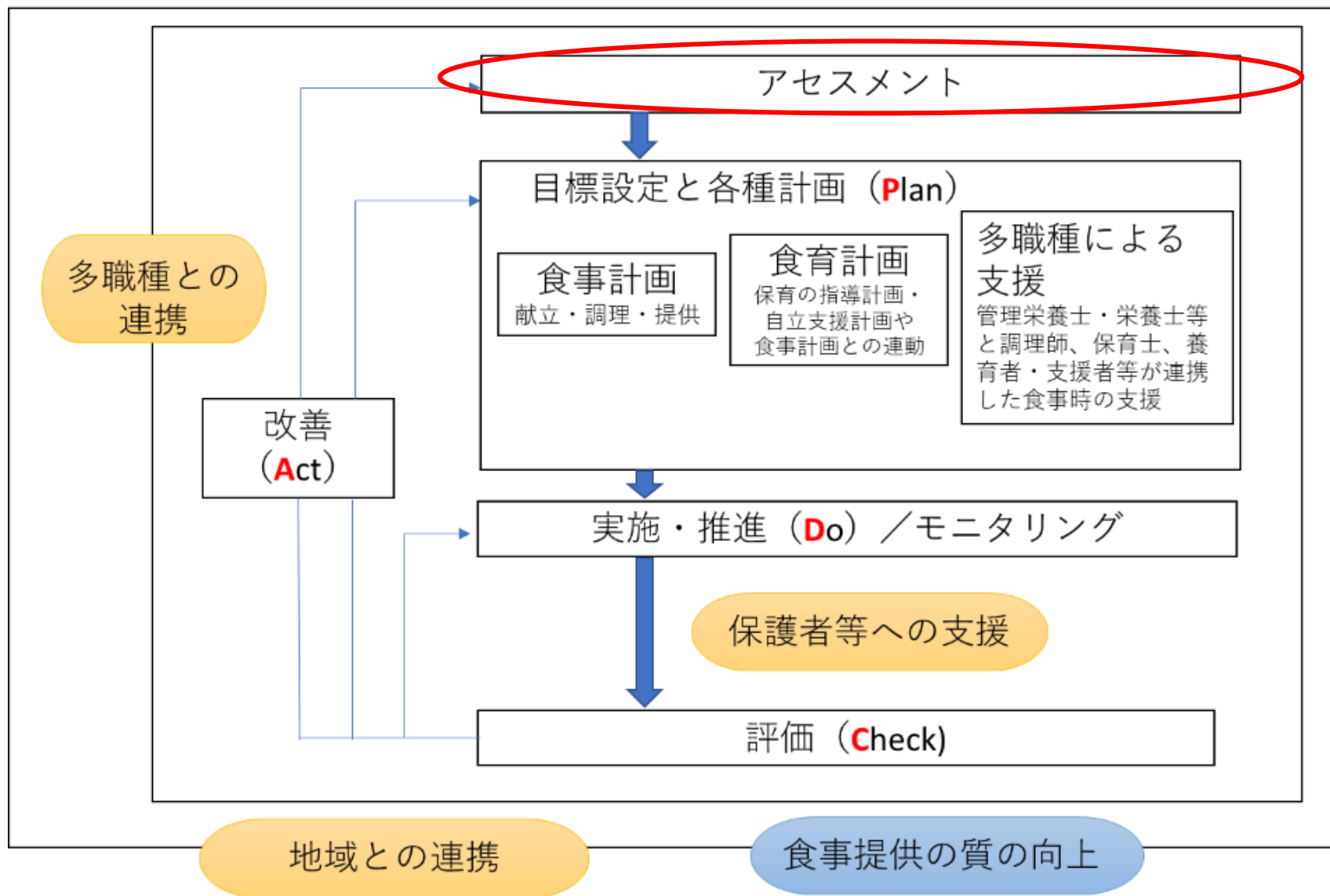
- 施設内対応だけでなく、地域の保健・医療・教育機関との協働が必要。
- 管理栄養士不在施設では、自治体や地域栄養士との連携が有効。
- 児童相談所・保健センター・療育センター等との情報共有で支援を強化。
- 地域の農業体験や食育活動などを取り入れると、食への関心・理解が深まる。

# PDCAで実現する 食事提供の質向上

～食事提供の質を高める10の視点～

- 1. 施設の理念・目標を踏まえた計画**  
食事提供の方針が施設全体の理念や目標と一貫しているか。
- 2. 職種間の連携体制**  
管理栄養士、調理員、保育士などが共通目標を持って連携しているか。
- 3. 発育・発達に応じた食事提供**  
年齢や発達段階、健康状態に合った食事を計画・実施しているか。
- 4. 生活・心身の状況に応じた支援**  
生活リズムや心理的安定に配慮した食事が行われているか。
- 5. 適切な食事環境・提供方法**  
食事姿勢、雰囲気、食具など、環境面の配慮がなされているか。
- 6. 「食」を感じる日常環境の整備**  
施設の日常生活の中で食に触れる機会が確保されているか。
- 7. 食育活動・行事の実施**  
こどもの成長や季節に応じた食育が計画的に行われているか。
- 8. 保護者への支援**  
食事や栄養に関する情報提供・相談対応がなされているか。
- 9. 地域への食育支援**  
地域の保護者や関係機関への食育支援ができているか。
- 10. 関係機関との連携**  
行政・保健・教育機関などと情報共有・協働体制を整えているか。

## 児童福祉施設における食事提供のPDCAの構造



# アセスメントの目的と基本の流れ

～入所時のアセスメントで確認することが望ましい事項～

評価項目	主な内容
健康状態	基礎疾患、服薬、食物アレルギー
栄養状態	肥満度から把握
身体状況	身長・体重・発育状況 (発育曲線で確認)
食経験	未経験食品 外国にルーツをもつこどもの 禁忌食品
食べる機能	歯の生え方、咀嚼・嚥下機能
嗜好	好みの硬さ、味・匂いの好き嫌い

- 食事提供の出発点は、こども一人ひとりを知ること。
- 入所時・定期的に、健康・栄養・発達・嗜好などを多面的に把握。
- 情報は、個別支援と集団の目標設定の両方に活用。
- 得られたデータを職員間で共有し、食事計画・モニタリング・評価に反映。

➡ 安全な食事提供と個別支援の優先度判断に直結する。



# 乳児院における入所時の アセスメント（トピック）

- 乳児院では、家庭事情や虐待からの保護等により入所することも多く、入所以前の食事の状況が良好とは限らない。
- 授乳や離乳食、食物アレルギーの有無などを、病院記録・ケースワーカー・家族等から把握する。
- 緊急入所等で情報が得られない場合は、身長・体重・月齢などから判断し、実際の喫食の様子を確認して食事内容を調整する。

## 定期的な身長・体重の測定

- 栄養状態は発育状況から推測できる。
- 毎月など定期的に測定し、発育曲線で確認する。
- 肥満・やせの判定を行い、該当者の割合の変化をモニタリング。
- 身長・体重の記録は看護師・保育士等が実施し、必要に応じて職員間で情報を共有・活用できる仕組みを構築する。
- 異常が見られる場合は、嘱託医やかかりつけ医と相談し、適切に対応する。

## 施設での食事の観察

- 献立に基づき調理された食事を、こどもがどのように食べているかを観察する。
- 食べ方や残菜の量から、
  - 食事形態（大きさ・形・固さ）が咀嚼や嚥下機能に合っているか
  - 食事量が適切か、s確認する。
- 一人一人の摂食状況を発育状況と併せて把握し、対応策を検討する。
- 管理栄養士・調理員は保育士や養育者・支援者と連携し、情報を共有して支援につなげる。

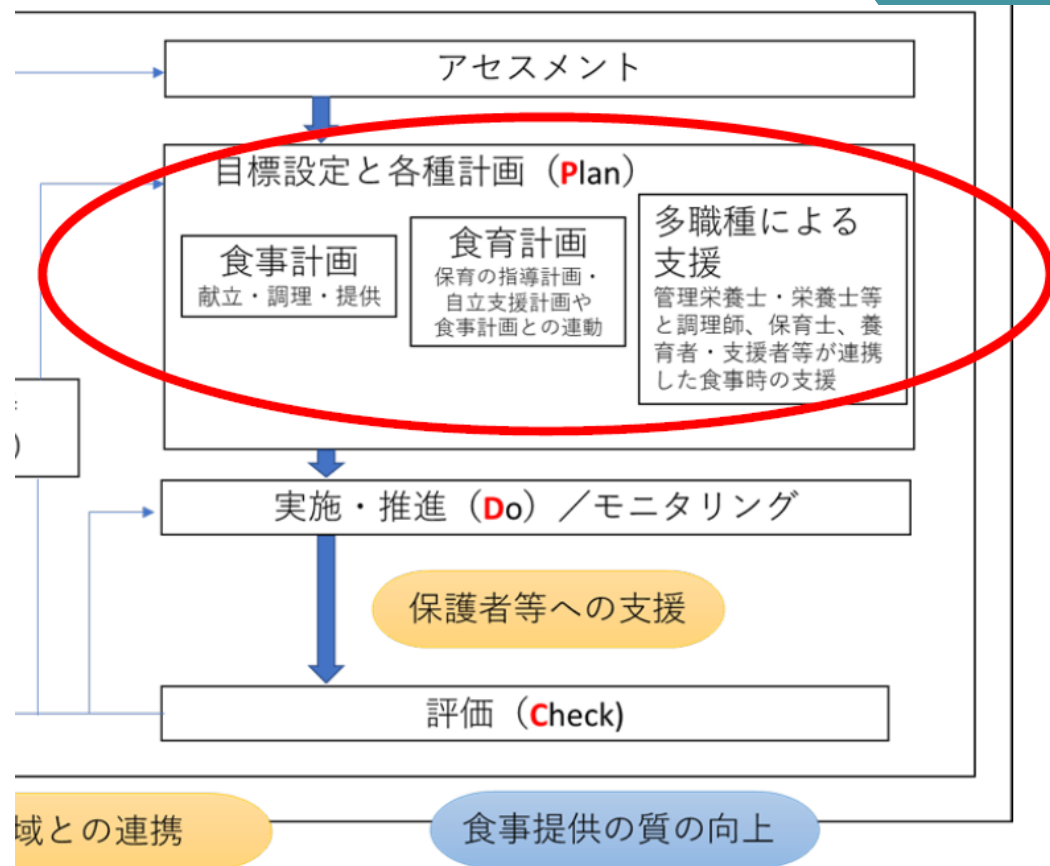
## 家庭での食事状況の把握

- 家庭での食事内容や食べ方も、施設での食事に影響を与える。
- 乳幼児では保護者との連絡ノート、学童期では本人・保護者への聞き取りで情報収集する。
- 必要に応じて食事記録（例：3日間）の記入を依頼する。
- 施設と家庭で食事の様子を共有し、保護者が家庭での食習慣や環境を見直すきっかけとする。

## 目標設定と各種計画 (Plan)

### 目的と位置づけ

- アセスメントの結果を踏まえ、食事の提供に関する目標を明確にし計画を立てる段階。
- 施設の理念や運営方針に沿って、こどもの最善の利益を中心に据える。
- 施設全体およびこども一人一人の目標を設定し、実現のための計画を具体化する。



アセスメントの視点		モニタリング項目・方法(例)	集団			個人	
			アセスメント／評価	目標	計画	アセスメント／評価	目標・計画
QOL	食べる意欲・楽しみ	食事の様子	集団全体としての傾向や問題の有無の確認	楽しく食べる	施設としての食事支援や食事提供の方針・目標設定		
身体状況	発育状況 栄養状態	身長・体重 ・発育曲線での確認 ・肥満度による判定	急激な変化がないかの確認 やせや肥満の児の割合及びその変化の確認 分布の確認(平均値・中央値)	急激な変化が無い やせ、肥満の割合が少ない	エネルギー等の給与量の計画・見直し 食事量の計画・見直し	要観察児の確認 対応方法の評価	
健康状態	食物アレルギーの有無 疾患の有無 禁忌食品	質問紙または聞き取り		施設で対応できている しっかり噛む、飲み込める	施設全体の食事提供で用いる食品の計画・見直し(個別対応とするか施設全体での使用をやるなど)	個別対応児の確認 対応方法の評価	対応方法の検討 支援方法の検討 実施後の変化の確認
口腔機能	発育状況 食べる機能 獲得状況	歯の生え方 咀嚼の状況 嚥下の状況	集団全体としての傾向や問題の有無の確認	多様な料理や食品を食べる	食事形態の計画・見直し	要観察児の確認	
摂取量等	摂取量 食経験 嗜好	盛り付け量の個人差の確認 はじめて経験する料理や食品の確認 食べ残しの多い料理や食品の確認		食べ残しが少ない	エネルギー等の給与量の計画・見直し 食事量の計画・見直し 味付けや食事形態(切り方・柔らかさ等)など品質設計・改善 食品構成・献立計画・見直し	要観察児の確認 対応方法の評価	

アセスメントを踏まえて適切に目標設定や評価を行うために  
(食事提供のアセスメントと評価の例)

# 食事内容を計画する

- ・ 施設で提供する食事は、こどもを対象とした集団への食事提供と捉える。
- ・ 年齢、性別、発育状況、体格、身体活動量を考慮して、提供することが適当な食事内容を複数計画する必要があるかを検討する。

## 【計画の流れ】

- ・ **提供区分**（朝食・昼食・夕食・間食など）を明確にする。
- ・ **食事時間・食具・配膳方法**を整理し、日課や生活リズムとの調和を図る。
- ・ **食事形態**（普通食、きざみ食、やわらか食等）を設定し、必要に応じ複数パターンを用意する。
- ・ **効率的な実務**（調理・配食条件）にも配慮する。

## 【留意事項】

- ・ 年齢や活動量が異なるこどもが共に生活する施設では、**複数の食事形態・内容**を設定することが必要。
- ・ **食べる意欲を育む**ために、彩り・香り・温度・盛付など、五感を意識した工夫を行う。
- ・ 個々の嗜好や宗教的配慮等も踏まえ、**個別対応と集団対応の両立**を図る。



# 給与栄養量の目標を決める

## 【基本的考え方】

- 食事は、こどもの発育・発達を支える基盤であり、**必要なエネルギー量・栄養素量を確保**することが重要。
- 「日本人の食事摂取基準」を踏まえ、**年齢階級別に1日当たり必要量を設定し、提供回数で配分**する。

## 【設定の手順】

- 施設の食事提供回数（例：3食＋おやつ）を確認。
- 提供食数に応じて、1回当たりの**給与栄養量の目標を配分**。
- **成長期にあるこどもは個人差が大きい**ため、月齢・発育曲線・身体活動量を考慮して調整。
- 必要に応じ、個人対応（やせ・肥満、食欲低下など）を加味する。

## 【目標設定することが望まれる栄養素等】

エネルギー、たんぱく質、脂質、ビタミンA、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンB<sub>2</sub>、ビタミンC、カルシウム、鉄、ナトリウム（食塩）、カリウム、食物繊維

## 第2章 児童福祉施設における食事提供の考え方

表：先行研究による児童福祉施設（保育所等）の給与栄養目標量（3～5歳児）の一例

エネルギー 及び栄養素	単位	食事摂取 基準の指 標	食事摂取基準※		食事摂取基準に 対する割合 (%)	給与栄養目標量 (計算値)		本研究で提案された 給与栄養目標量
			男児	女児		男児	女児	男女共通
エネルギー	kcal	推定エネルギー必要量	1300	1250	43	559	538	560
たんぱく質	%エネルギー	目標量	13～20	13～20		13～20	13～20	食事による摂取エネルギーの 13～20%
脂質	%エネルギー	目標量	20～30	20～30		20～30	20～30	食事による摂取エネルギーの 20～30%
ナトリウム(食塩相当量)	g	目標量	3.5未満	3.5未満	43	1.5	1.5	2未満
カルシウム	mg	推奨量	600	550	50	300	275	300
マグネシウム	mg	推奨量	100	100	43	43	43	40
鉄	mg	推奨量	5.5	5.5	50	2.8	2.8	3
ビタミン A	μg RAE	推奨量	450	500	43	194	215	220
ビタミン B <sub>1</sub>	mg	推奨量	0.7	0.7	43	0.3	0.3	0.3
ビタミン B <sub>2</sub>	mg	推奨量	0.8	0.8	43	0.3	0.3	0.3
ビタミン C	mg	推奨量	50	50	43	22	22	22
食物繊維	g	目標量	8以上	8以上	43	3.4	3.4	4以上
亜鉛(参考)	mg	推奨量	4	3	43	1.7	1.3	2

※本研究では、日本人の食事摂取基準（2020 年版）を用いている。

# 献立・調理・提供に関して計画する

## 1. 献立の作成

- 給与栄養量の基準および施設の食事提供の状況を踏まえ、**基準とする献立を作成する。**
- 料理区分ごとに、以下の項目を**基準として設定する。**
  - 一人当たりの盛り付け予定量
  - 調味割合（塩分%など）
  - 料理の形状

（なめらかにすりつぶした状態、歯ぐきでつぶせる固さなど）
- 実施予定の行事等も考慮し、**1週間または1か月単位**で献立を立てる。
- 献立は、こどもに食事を支援する職員や調理員など、**食事提供に関わる職員で構成する委員会等で決定する。**
- 使用食材については、**誤嚥・窒息につながりやすいものを避ける**よう留意する。

## 調理の標準化

- 誰が担当しても同じ品質で調理できるように、調理作業と品質の標準化を図る。
- 施設設備に応じた品質管理を担保するため、作業指示書や作業工程表を作成する。

### 内容例 ◆料理名

- ◆使用食材料と1人分の純使用量
- ◆調理食数・発注量・純使用量
- ◆作り方の手順やポイント(切り方、調味順序、加熱条件など)
- ◆出来上がり量や調味割合の指示
- 提供するこどもの咀嚼・嚥下機能に応じた調理方法となるよう計画する。
- 食事提供業務が衛生的・安全に行われるよう、職員の健康診断・検便・食品の衛生的取扱い・消毒なども含め、各種計画を立てる。

乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方

## 1歳1～4か月頃 ー自食準備期ー

### ・調理形態・料理の例

- 歯ぐきでかみつぶせるくらいの固さ(肉団子くらい)が目安。
- 手づかみ食べするものは手指の発達状況を確認し、スティック状など握って食べやすい形状にする。

#### 【穀類】

- ・軟飯…米に対して2～3倍の水で作る。炊き込みご飯など
- ・パン…手で持ちやすいように切る
- ・麺類…茹でたうどんや中華麺などを4～5cmに切って煮るか炒める

#### 【魚・肉・豆腐・鶏卵・牛乳・乳製品】

- ・魚…煮魚・ムニエル・天ぷら・フライ
- ・肉…肉団子・ハンバーグ・コロッケなど
- ・豆腐…煮豆腐・豆腐ステーキなど
- ・鶏卵…卵焼き・オムレツ・卵とじ等(中心部までしっかりと加熱)
- ・牛乳…シチュー・グラタンなど

#### 【野菜】1cm角やスティック状などにしてやわらかく煮る。

#### 【汁物】味噌汁・野菜スープ・ポタージュなど

#### 【果物】りんご・梨・柿(煮る、子どもの発達によって薄切り)、 みかん・オレンジ(薄皮をむいてくし形に切る)、バナナなど

# 1歳半～2歳頃までの調理形態・料理の例

※ 奥歯が生えそろうまでは、子どもの奥歯の噛み合う程度や噛む力などの機能に合わせる。

● 固さ：乳歯で噛めるくらい（大人よりはやわらかめ）が目安。

● 大きさ：手づかみ食べするものはスティック状にする。手づかみにくい料理は、スプーンに乗せやすい大きさ・長さ切る（麺類はフォークを使用）

## 【穀類】

- ・白飯…大人より少しやわらかめ～同じ固さ。おにぎり、炊き込みご飯、チャーハンなど
- ・パン…手で持ちやすいように切る
- ・麺類…スパゲティや焼きそばなど（麺の長さは10cm位）

## 【魚・肉・豆腐・鶏卵・牛乳・乳製品】

- ・魚…煮魚・ムニエル・天ぷら・フライなど
- ・肉…ハンバーグ・から揚げ・薄切り肉のソテー・フライ・ウィンナーなど
- ・豆腐…煮豆腐や豆腐ステーキなど
- ・鶏卵…卵焼き・オムレツ・卵とじ等（中心部までしっかりと加熱）
- ・牛乳…シチュー・グラタンなど

## 【野菜】お浸し・和え物・サラダ・野菜炒めなど

## 【汁物】味噌汁・野菜スープ・ポタージュなど

## 【果物】りんご・梨・柿（子どもの発達によって薄切りにする）、みかん・オレンジ（こどもの発達によってくし形に切る）、バナナなど

# 1歳半頃から2歳頃までの 食べにくい食材と対応例

## ●弾力性や繊維が固い食材

- ・系こんにゃく・白滝→1cmに切る(こんにゃくはすべて系こんにゃくにする)
- ・ソーセージ→縦半分に切って使用
- ・えのき、しめじ、まいたけ→1cmに切る
- ・エリンギ→繊維に垂直に1cmに切る、水菜→1cmから1.5cmに切る、わかめ→細かく切る

## ●誤嚥しやすいもの

- ・もち、こんにゃくゼリー、白玉団子、**硬い豆やナッツ類**→この時期には与えない
- ・形状(球形)が危険な食材(プチトマト、うずらの卵、アメ類、ラムネ、球形のチーズ、ぶどう・さくらんぼ)は、丸のままで与えない。

## ●唾液を吸収して飲み込みづらい食材

- ・鶏ひき肉のそぼろ煮→片栗粉でとろみをつける
- ・ゆで卵→細かくし、他の食材と混ぜて使用する
- ・煮魚→やわらかくしっとり仕上がるように煮込む・必要な場合は片栗粉などでとろみをつける
- ・のりごはん(きざみのり)→きざみのりを、かける前にもみほぐし細かくする
- ・ごはん、パン類、ふかし芋、焼き芋、カステラなど→水分を摂ってのどを潤してから、詰め込みすぎず、よく噛んで食べる。



## 提供に関する配慮

---

- 盛り付け・配膳・食事支援を行う職員間で、注意点を共有する。  
（例：こどもが口に詰め込みすぎないように配慮、よく噛む必要のある食材の有無など）
- 特に離乳食期には、家庭での喫食状況・食材の提供方法などを施設と家庭で共有する。
- 保護者には、献立表や食事の様子を知らせるなど、情報共有を行うことが重要。

### 献立の調整（トピック）

- 行政などから提供された献立を使用する場合でも、施設の提供体制やこどもの健康・栄養状態に応じて、使用食材や盛り付け量を調整すべき点がないか確認して計画を進める。



# 食育計画

## 【基本的な考え方】

- 児童福祉施設における食育は、「食を営む力」の育成に向けて、その土台をつくるために行うものである。
- 行事だけでなく、**日常の食事**も深く関わっており、継続的に取り組むことが重要。

## 【保育所における位置づけ】

- 食育は保育内容の一環。
- こどもが毎日の生活や遊びの中で、**自分から意欲をもって食に関わる体験を積み重ねることを重視**。
- 「食べることを楽しみ、人と楽しみ合う」経験を通じて、食を通じた人間関係や感謝の心を育む。

## 【計画と実践】

- 乳幼児期にふさわしい食生活を展開し、適切な援助が行われるように、**食事の提供を含む食育計画を全体的な計画に基づき作成**する。
- 食育計画は**指導計画と関連付け**、こどもの主体的な生活や遊びの中で食育が展開されるようにする。
- 実践後は、**こどもの姿を評価し、取組の改善**につなげる。

## 【評価の視点】

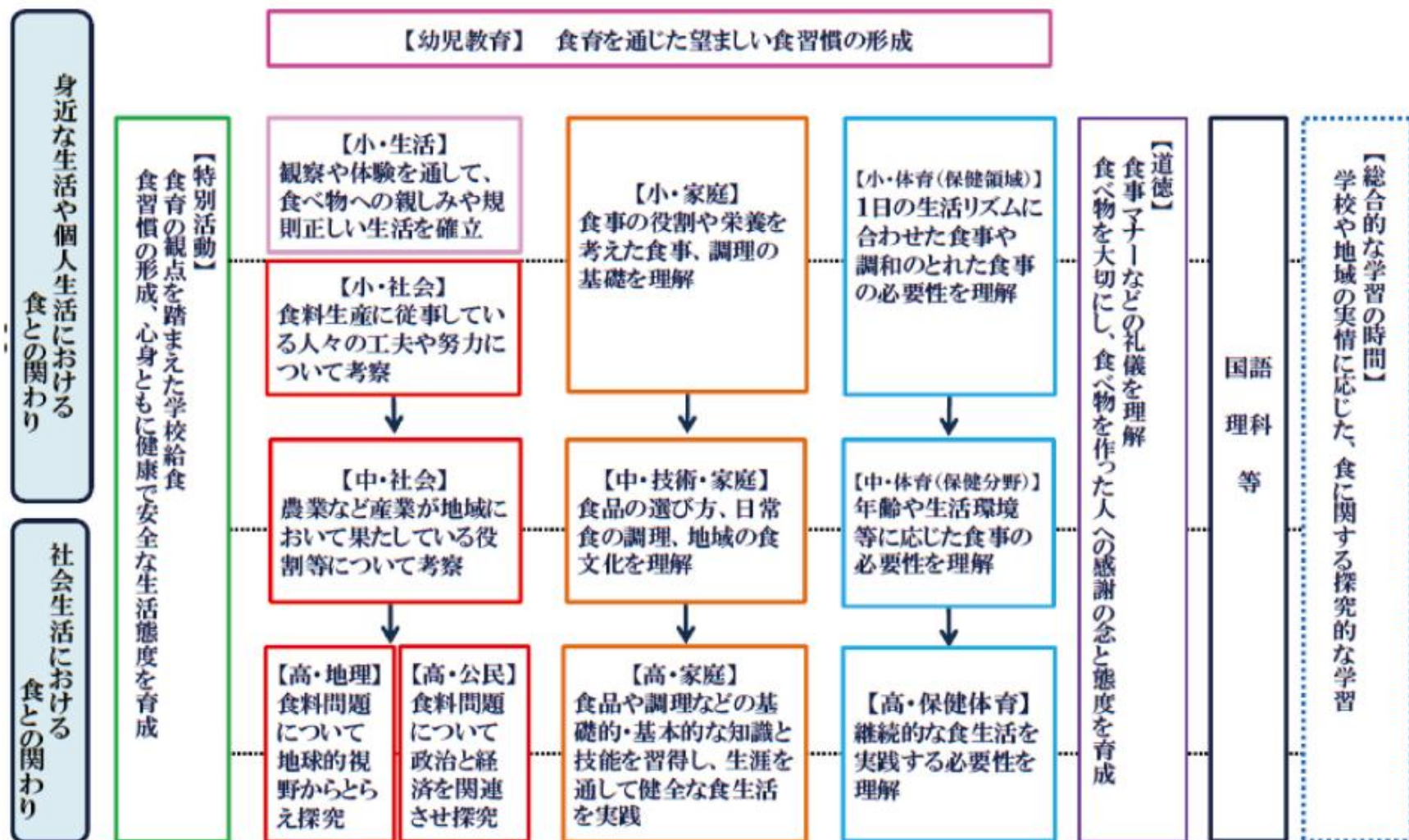
量的側面（必要な栄養量・エネルギー量の確保）だけでなく、**質的側面**（味・彩り・形・硬さ・香り・温度・食事中的様子・会話など）も含めて評価する。

# 保育所における保育の目標と 食育が目指す子ども像の関連

<b>保育の目標</b> (保育所保育指針)	<b>食育が目指す子ども像</b> (保育所における食育に関する指針)	<b>関連性</b> ( )内は特に関連の深い保育の目標
<p>(ア)十分に養護の行き届いた環境の下に、くつろいだ雰囲気の中で子どもの様々な欲求を満たし、生命の保持及び情緒の安定を図ること。</p> <p>(イ)健康、安全など生活に必要な基本的な習慣や態度を養い、心身の健康の基礎を培うこと。</p> <p>(ウ)人との関わりの中で、人に対する愛情と信頼感、そして人権を大切にすることを育てるとともに、自主、自立及び協調の態度を養い、道徳性の芽生えを培うこと。</p> <p>(エ)生命、自然及び社会の事象についての興味や関心を育て、それらに対する豊かな心情や思考力の芽生えを培うこと。</p> <p>(オ)生活の中で、言葉への興味や関心を育て、話したり、聞いたり、相手の話を理解しようとするなど、言葉の豊かさを養うこと。</p> <p>(カ)様々な体験を通して、豊かな感性や表現力を育み、創造性の芽生えを培うこと。</p>	<b>① お腹がすくリズムのもてる子ども</b>	(ア・イ) 1 日の生活リズムの基本的な流れを確立し、子ども自身が空腹感や食欲を感じ、それを満たす心地よさのリズムを獲得させる。
	<b>② 食べたいもの、好きなものが増える子ども</b>	(エ・カ) さまざまな体験を通して、いろいろな食べ物に親しみ、興味や関心を育てる。
	<b>③ 一緒に食べたい人がいる子ども</b>	(ウ) 人との関わりの中で人に対する愛情や信頼感が育つことで、「人と一緒に食べたい」と思う子どもに育っていく。
	<b>④ 食事づくり、準備にかかわる子ども</b>	(ウ・カ) 食事をつくることと食事の場を準備することを結びつけることで、食べることは、生きる喜びにつながっていることを自覚させる。
	<b>⑤ 食べものを話題にする子ども</b>	(エ・オ・カ) 食べ物を媒介として人と話すことができるような環境が多くあることが望ましい。

# 食育に関するイメージ

## 教科等横断的な視点から教育課程を編成





## 事例

# A 保育所における食と保育の一体化 —全職員・保護者が連携する食の営み 物語メニューの導入



ごはんには野沢菜を一つ加えただけでも「おおきなかぶ」の物語メニューになる。



6月に提供された「カエルさんサンド」  
季節や活動内容からメニュー名を考案  
することもある。

## 多職種による支援

### 【基本的考え方】

- 保育・養育と連動し、管理栄養士・栄養士、調理員、保育士、養育者・支援者など、様々な職種が連携して食事時の支援を計画する。
- 児童福祉施設では、各職種が専門的役割を担いながら、日々の保育・養育の中で食事の提供を実施している。

### 【施設内での連携】

- 「全職員で養育する」という観点から、職種に関わらず保育担当・調理担当などが協働して食事支援を行う。
- 保育者・養育者はこどもの生活状況をよく把握しており、その情報を食事提供に反映することが重要。
- 離乳食の移行、食物アレルギー、障害などの個別対応が必要な場合は、職種間の緊密な連携が求められる。
- 管理栄養士・栄養士は専門性を活かし、指示内容を正確に共有・具体化しながら保育者・調理員と連携する。

## 多職種による支援

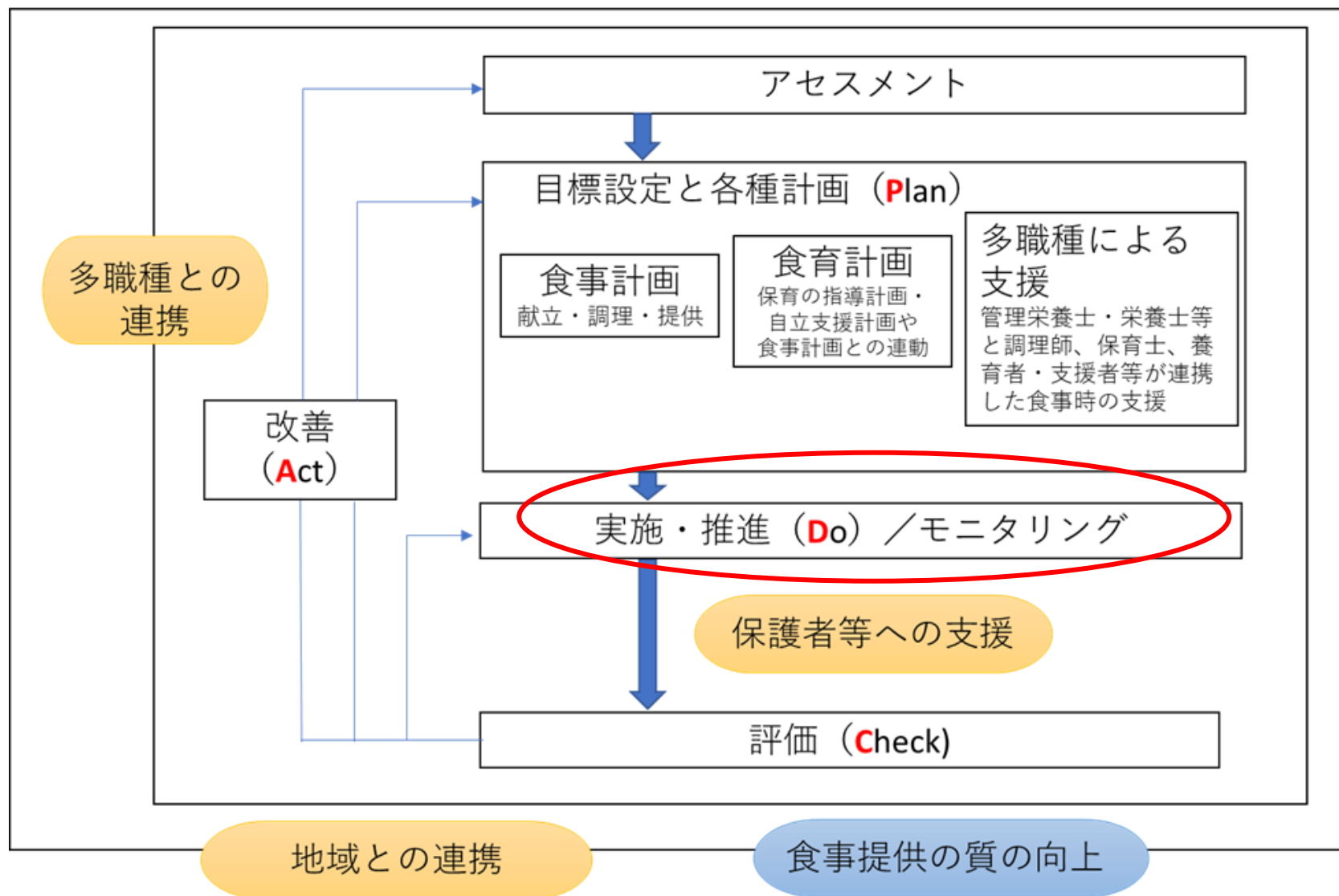
### 【地域・専門職との協働】

- 施設内だけでなく、**保護者・地域住民・医療機関・保健センター・学校等**とも協力し、地域の栄養・食生活に関する多職種と連携することが望ましい。
- 行政の児童福祉施設所管部署の**管理栄養士・栄養士の協力**も有効。
- 施設に管理栄養士が配置されている場合は、専門性を発揮し、**関係機関との調整・連携を積極的に行う。**

### 【障害児施設での取組】

- **栄養ケア・マネジメント**を導入することが、多職種連携を推進する重要な機会となる。
- 施設長・サービス管理責任者・関係職員が共通理解をもち、**栄養ケア計画を支援計画と連携させて実施する。**
- 栄養ケア・マネジメントを施設全体の支援計画に**組み込む体制づくりが連携の基盤**となる。

## 児童福祉施設における食事提供のPDCAの構造



## 実施・推進（Do）の基本方針

### 【目的】

- アセスメントと計画（Plan）で設定した目標の実現に向け、食事の調理・提供・支援を実際に行う段階である。
- 各種計画（食事計画・食育計画・多職種支援計画）に基づき、日々の食事提供とこどもへの支援を進める。

### 【実施内容】

- 調理・盛付け・配膳などの食事づくりを実施。食事時におけるこどもへの支援（食べ方の見守り、援助など）を行う。
- こどもと生活を共にする養育者・支援者への支援も欠かせない。



# 食事提供に関する推進体制

## 【1】食材料を発注する

- 献立に基づき、使用食材料を発注。  
種類・規格・量・品質を明示し、見積もりを取った上で予算に応じて決定。
- 在庫食品を定期的に確認し、**廃棄や無駄を防止**する。

## 【2】調理を行う（品質管理・衛生管理）

- **品質管理**: 献立・作業指示書どおりに調理・提供が行われたかを評価し、必要に応じて計画を改善。
- **衛生管理**: 職員の健康診断・検便・手指消毒、食材・器具の衛生保持などを徹底。
- **調理の標準化**: だれが担当しても同じ品質を確保できるよう、作業指示書、作業工程を作成する。

## 衛生管理の注意点

### 【基本方針】

- 児童福祉施設での食事提供は、**安全な食べ物の提供が前提**。食中毒の発生防止に努めることが必要。
- 衛生管理を「計画」「実施」「記録」「見直し」まで一体的に行う。

### 【HACCPに沿った衛生管理】

- 令和3年から、**HACCPに沿った衛生管理**が制度化。
- 使用原材料や調理工程に応じて、衛生管理を**計画・記録・保存**し、「最適化」「見える化」を図る。
- HACCP導入のための**7原則12手順**に沿って対応する。小規模施設では、厚労省確認済みの**手引書**を用い、温度管理・洗浄・消毒・殺菌手順などを簡便に記録する方法も可。

### 【大量調理施設衛生管理マニュアル】

食中毒予防のため、HACCPの概念に基づく「大量調理施設衛生管理マニュアル」に従う。

食中毒予防の3原則：

- ①付けない ②増やさない ③やっつける  
(殺菌する)

主な管理事項：

- 原材料受入れ・下処理段階での衛生管理の徹底
- 加熱調理食品は**中心部まで十分に加熱**
- 器具の洗浄・殺菌、交差汚染防止
- 温度管理(加熱・冷却・保管)を確実に行う

### 【計画と記録の重要性】

- 衛生管理計画と記録を作成することで、管理ポイントが明確化され、**効率的で説明可能な管理**が可能となる。
- HACCPは「工程管理の基準」であり、**施設設備の整備を求めるものではない**。

# 乳汁栄養・冷凍母乳の 衛生管理

## 【乳汁栄養に関する衛生管理】

- 育児用ミルクは製造工程で**完全な無菌化は困難**。
- 開封後の取扱いにより、病原微生物に汚染されるおそれがある。
- **乳児用調製粉乳の安全な調乳・保存及び取扱いに関するガイドライン**(WHO/FAO, 厚労省訳, 2007)を遵守する。

### 主な留意点:

- 使用する湯は **70℃以上**を保つ。
- 高温の湯を扱う際はやけどに注意。
- 調乳後 **2時間以内**に使用しなかったミルクは**廃棄**する。

詳細は厚生労働省ウェブサイトを参照。

<https://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/iyaku/syoku-anzen/qa/070604-1.html>

## 【冷凍母乳の取り扱い】

- 母乳育児を継続するため、**家庭から冷凍母乳を持参する場合がある**。
- 施設では、搾乳・保存・運搬方法等について**保護者と事前に十分な打合せ**を行い、衛生管理を徹底する。

### 主な取扱いの留意点:

- 家庭では滅菌済みの**冷凍母乳保存袋**を使用。
- **乳首の消毒・搾乳方法・保存温度**をマニュアルに従って管理。
- 施設では受入れ後の**保存・解凍・提供手順を明確化**し、職員間で共有する。
- **容器に氏名を明記**し、誤飲防止を徹底。
- 母乳を介する感染症にも留意し、衛生的な取扱い体制を整える。

# 衛生管理で参照する 通知・関連資料一覧

- **大量調理施設衛生管理マニュアル** 平成9年3月24日付 衛食第85号別添  
最終改正:平成29年6月16日付 生食発0616第1号 <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzenu/0000168026.pdf>
- **小規模な一般飲食店向けや旅館・ホテル向けの手引書等**  
「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理のための手引書」  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000179028\\_00003.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000179028_00003.html)
- **中小規模調理施設における衛生管理の徹底について**  
平成9年6月30日付 衛食第201号 厚生省生活衛生局食品保健課長通知最終改正:令和4年2月7日  
[https://www.mhlw.go.jp/web/t\\_doc?dataId=00ta5920&dataType=1&pageNo=1](https://www.mhlw.go.jp/web/t_doc?dataId=00ta5920&dataType=1&pageNo=1)
- **HACCPに沿った衛生管理の制度化に関するQ&A**  
平成30年8月31日作成、最終改正:令和3年5月31日  
<https://www.mhlw.go.jp/content/11130500/000787793.pdf>
- **食品衛生法等の一部を改正する法律の施行に伴う集団給食施設の取扱いについて**  
令和2年8月5日付 薬生食監発0805第3号 厚生労働省医薬・生活衛生局食品監視安全課長通知  
<https://www.mhlw.go.jp/content/11130500/000781466.pdf>
- **家庭でできる食中毒予防6つのポイント**  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/shokuhin/syokuchu/01\\_00008.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/01_00008.html)

# 提供する

## 【基本方針】

- こどもが安心して食べられるよう、**配膳・配食の条件と環境**に配慮する。
- **食事の固さ・形態・温度**を適切にし、衛生的かつ効率的な提供を行う。

## 【提供時の配慮】

- 調理室で基準量を均一に盛り付ける場合でも、現場で**個々の発達・咀嚼機能に応じて量や形態を調整**する。
- **取り分け皿**を活用し、一人一人に適切な量を提供する。
- 食事量・食具の扱い能力などを観察し、**発達段階に合わせて支援**する。

## 【トピック：延長保育・一時保育】

- 延長保育：おやつは摂取基準の約10%、夕食は25～30%を目安。
- 一時保育：面接等で健康状態や食習慣を把握し、個別配慮を行う。
- 保育担当が異なる場合もあるため、**食事提供量や注意点の共有が重要**。

# 食べる支援を行う

## 【基本方針】

- こどもが**仲間と一緒に楽しく食べる**場面をつくり、食べる意欲や喜びを育む。
- 食事内容・食事環境の両面に十分配慮する。

## 【観察と連携】

- 調理・配膳担当者も、**実際にこどもの食べ方を観察し**、食品の大きさ・硬さ・量・嗜好を把握する。
- 食事場面に立ち会えない場合も、**保育士・看護師等と情報共有**を行う。
- 他施設での食事のとり方に注意すべき点がある場合は、**職員全体で共有し**、管理栄養士・栄養士が保護者と協力して支援する。

## 【支援のポイント】

- 保育士・養育者・看護師等が、こどもにどのように声かけ・援助しているか観察する。
- 発達や健康状態に応じて、**無理なく食事を楽しめる工夫**を行う。
- 「食事を通じて心の成長を支える」視点を共有し、チームで支援を行う。



## 【コラム】 幼児期前半の食具食べ（スプーン）の発達と支援

幼児期前半(1～3歳)は、手づかみ食べから徐々に食具を用いて食べる自食機能を獲得する時期です。食具食べの支援のポイントは、一緒に楽しく食卓を囲む中で、子どもの食具を使った食べ方の発達を評価し、子どもが試行錯誤を繰り返し経験とともに上達する様子を見守りつつ発達を促す支援を行うことです。

1歳3～6か月ごろは「手づかみ食べ」が盛んな時期ですが、食具を持ちたがる場合があります。危険でない限り持たせるとよいのですが、食具を使って食物を摂り込む際の上肢、手指、口の動きの基本は手づかみ食べにあることから、「手づかみ食べ」を十分に行わせましょう（食事やおやつのメニューの工夫については巻末の資料1を参照）。「手づかみ食べ」が上手になった目安は、大きな食物を前歯でかじり取る

「手づかみ食べ」が上手になった目安：

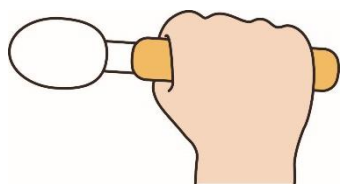
大きな食物を前歯でかじり取る際には一口量をうまく調節でき、また小さな食物を口に入れるときには指が口腔内に入らないよう口唇を使って捕食動作ができること。

# 食具を使い始めるときは

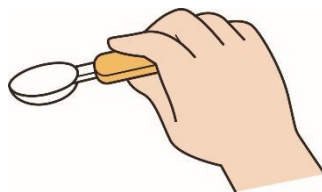
- 発達に合った食具を選択し、食具の正しい持ち方を教える。
- スプーンは、食物を口唇でとりやすいよう口に入るボール部（食物をのせる部分）の横幅が口唇幅（口の横幅）の3分の2程度のもの、ボール部の深さが深すぎないものを選ぶ。
- フォークにさした食物は、口唇でなく前歯や乳臼歯で摂り込む動きになりやすく、食物が口の奥に入ると誤嚥の危険性が高くなるので、スプーンが上手になってから使わせる。

# スプーンの持ち方の発達

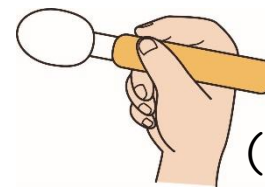
- 柄を手のひら全体で握る「手掌にぎり」から、第2関節よりも指先に力が入って握る「指握り」、親指、人差し指、中指で握る「三つ指握り」が、順にできるようになる。
- スプーンの柄の太さは、最初は「手掌にぎり」がしやすいように細すぎないものがよく、「指握り」「三つ指握り」については子どもが操作しやすい太さのものを選択する。
- とろみのある料理を深皿に入れることで、スプーンですくう練習ができる。



手掌にぎり  
(丸掴み)



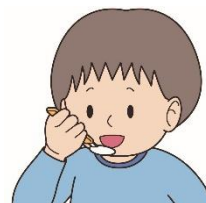
指握り



三つ指握り  
(えんぴつ持ち)



横から  
取り込む



前から  
取り込む

# 乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方

## 1歳5～12か月頃 一食具食べ機能獲得期

### • 支援の例

- 一口の適量を知らせていく。スプーンにのせる量や、口の奥まで入れすぎないように、注意していく。
- 一口量を覚えられるまで、手づかみ食べによって一口量をかじり取る練習は続ける。
- スプーンが上手になってから、フォークは使う。
- 一口が大きくなりすぎないように食べやすい大きさにして、「もぐもぐ」「かみかみ」などと声かけをし、良く噛んで食べることを知らせる。
- 飲み込みにくい様子が見られた時には、一度口の中から取り出す。
- 口の中に食べ物がある時は誤嚥の危険性が高くなるので、おしゃべりなどしないよう声かけをする。

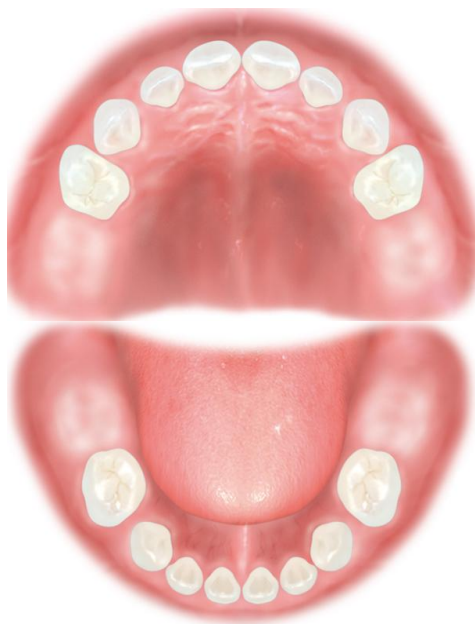
「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをすることで食べ始めと終わりの区切りをつける。

乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方

## 2歳頃 ー食具食べ機能獲得期ー

### • 口腔機能の発達      • 支援の例

前から4番目の歯まで  
生えそろう。



- 歯の生える時期や食べる機能の発達には個人差があるため、年齢に合わせて無理に食形態を進めすぎないように注意する(好き嫌いや丸飲みの原因になる)。
  - スプーンを上手く口まで運べるようになってきたら、親指と人差し指でスプーンの柄を持つ、正しい持ち方(三つ指握り)を伝える。
  - スプーンを三つ指握りができるようになったら、お箸の練習開始の目安。
  - 早食いにならないよう、集中してよく噛む時間をつくる。
- おなかのすくりズムがもてるように、十分に遊び、食事を規則的にする。
  - いろいろな食品に親しみ、食べたいもの、好きなものが増えるように、食品の種類や調理方法、味付けを工夫する。
  - 食事のマナーが身くように、声かけしたり、環境を整える。

乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方

## 3歳頃 ー食具食べ機能獲得期ー

### • 支援の例

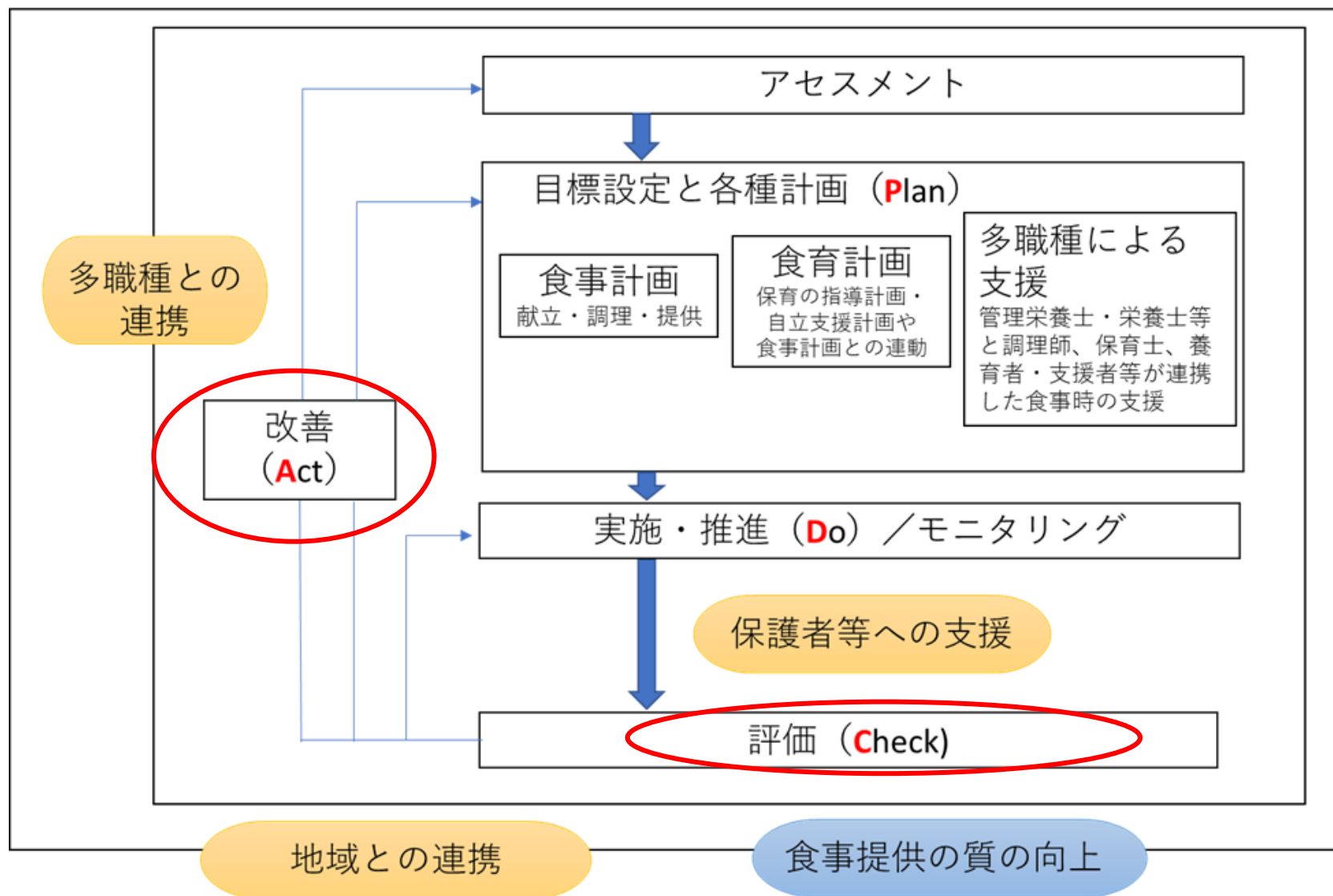
- 家族や仲間と一緒に食事を楽しめる環境を整える。
- 家族や仲間と一緒に食事づくりや準備に関わる機会を増やす。
- 栽培、収穫、調理を通して、わくわくしながら食べ物に触れる機会を増やす。
- 食べ物や身体のことを話題にする。

### • 調理形態の例

- 奥歯が生えそろったら、徐々に大人と同じ食品、固さにしていく。
- 大人と同じもの（特に固いものや繊維の多い食品）を食べるときは、一口量を小さくする、噛む回数を多くするなどの工夫が必要



## 児童福祉施設における食事提供のPDCAの構造



# 評価（Check） —PDCAサイクルの「検証」

## 【基本的考え方】

- Check（評価）は、次のサイクル（Act・Plan）につなぐためのアセスメントである。
- 目標の達成状況を確認し、**改善（Act）につなげる**ことで、栄養管理の質を継続的に高める。
- 実施前後の状況を、**計画時に設定したアセスメント項目**に基づいて評価する。

## 【評価のポイント】

- どのような指標で・いつ・どう評価するかを**事前に整理しておく**。
- 食育や身体状況の変化など、**6か月～1年単位での評価**も考慮する。
- 定期的なモニタリングと会議を通じ、**継続的なスパイラルアップ**を目指す。

## 【評価の流れ（アセスメントを踏まえた検証）】

### 1. 食事の摂取状況の把握

- 保育士が食事摂取量を記録（クラス単位・個人単位）
- 栄養士が下膳時の残菜量を確認・記録し、摂取傾向を把握

### 2. 身体状況の把握

- 身長・体重を定期測定し、発育曲線で発達状態を確認
- 肥満・やせの有無を判定し、栄養状態を評価

### 3. 把握結果の共有と検討

- 月1回など定期的に会議（園長・保育士・栄養士・看護師等）を開催
- 食事摂取量や身体状況、こどもの反応を共有
- 課題や改善点を整理し、次期計画に反映

# 改善 (Act) —PDCAの「次につなげる」段階

## 【基本的考え方】

- 評価 (Check) の結果を踏まえ、**計画 (Plan) と実施 (Do) の内容を見直し、改善する段階。**
- こどもの**発育・発達・栄養状態・生活状況**を考慮し、計画通りに食事提供が行われたかを把握・評価して改善する。

## 【改善の進め方 (例)】

- 提供する食事の**量と質を確保する計画**を立て、実施後に調理・提供の状況を評価。
- 結果をもとに、**調理方法の変更・工程の見直し**などにより食事の品質を向上させる。

## 【トピック:改善の取組内容】

- 発育曲線から外れている、やせ・肥満・摂取量が少ないこどもには家庭の食生活も含めて**総合的に要因を把握し対応する。**
- **残菜量が多い献立は見直しを行う。**

## 個別対応の例:

- 調理法・食材の切り方の工夫
- 食べる場面での支援  
例: 肥満→よく噛む、  
やせ→少量から完食の達成体験
- **家庭や医療機関との連携**による支援体制の強化

# 食事提供の 実施体制と全体構造

## 【基本方針】

- ・ 食事提供は、**施設全体で取り組む業務**であり、施設長・管理栄養士・調理員・保育士・看護師・養育者など、多職種の連携と共通理解のもとで進める。
- ・ 各職種が**自分の役割を理解し、組織的に連携**して取り組む体制づくりが求められる。

## 【施設長（管理者）の役割】

- ・ 食事提供および食育に関する**基本方針を策定・共有**し、全職員がこどもの育ちを支える視点で取り組める体制を整備。

## 主な取組：

- ・ 食事提供・食育に関する法令や社会情勢を把握し、職員に方針を示す。
- ・ 管理栄養士・保育士・調理員が対等に意見を交わす場（献立作成会議・食育会議）を設定。
- ・ 職員がこどもの食事場면을観察できるよう、環境を整える。
- ・ **基本方針の評価・改善**、職員研修や地域連携を推進。

# 食事提供における 職種ごとの主な役割

## 【管理栄養士・栄養士】

- こどもの発育・発達に応じた**栄養管理・献立作成・食事評価**。
- 保育士・調理員等と協働し、個々の状態（発育曲線・残菜量・嗜好）に基づく改善を実施。
- 食物アレルギー、障害、発達特性に応じて**個別対応を調整**。
- **多職種連携の中心的役割**として、健康状態・食習慣・家庭情報を共有。
- トピック：自園調理施設では、冷凍母乳管理、離乳食移行、アレルギー対応食、非常食備蓄などの支援を担う。

## 【保育士・養育者・支援者】

- こどもの食行動や健康状態を日常的に観察し、記録・共有する。
- 食事場面での援助や声かけを通して、食べる意欲と信頼関係、自立心を育む。
- 栄養士・調理員と連携し、こどもの食べる様子を観察・記録し、改善点を共有。

## 【調理員】

- 献立と作業指示書に基づき、**安全・衛生的な調理と提供**。
- 栄養士と連携し、**こどもの食べやすさ・嗜好に応じた調理上の工夫**を行う。
- 調理過程や提供の工夫を職員間で共有し、**品質の標準化を図る**。

## 【嘱託医・看護師等】

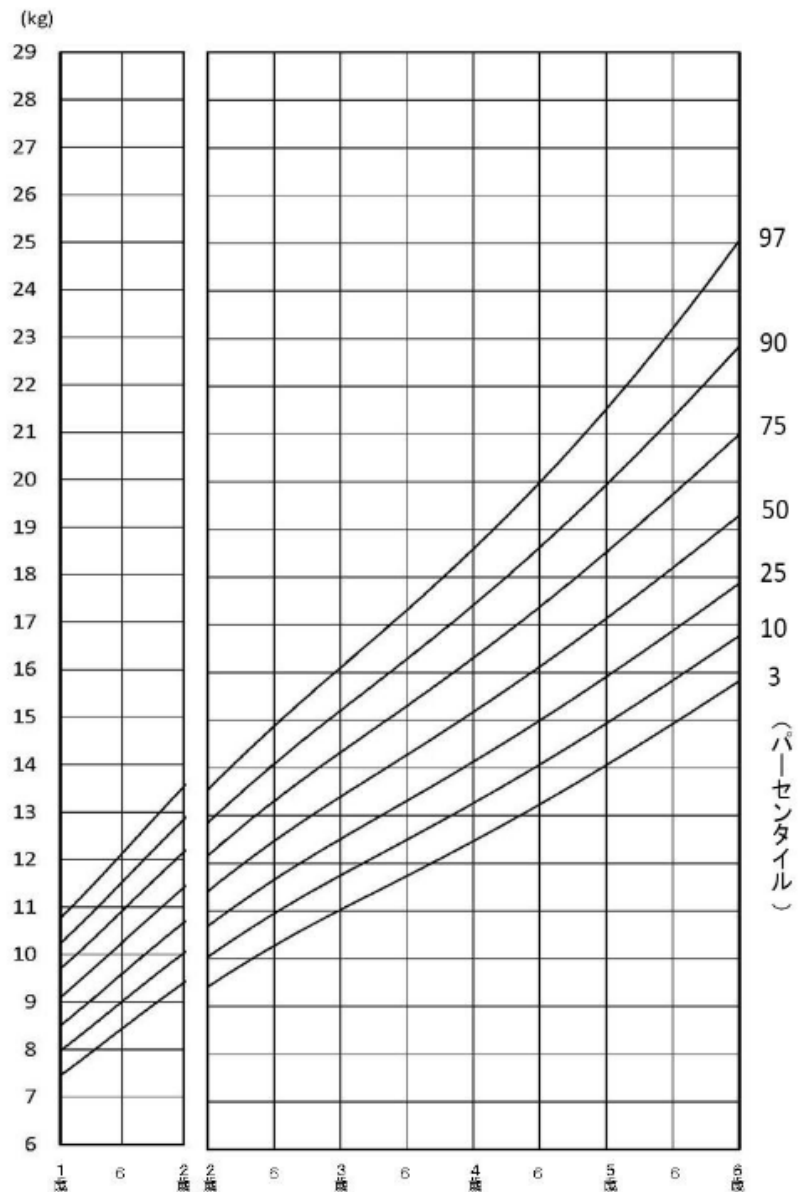
- こどもの**健康状態・服薬・アレルギー情報**を把握し、職員と共有。
- 栄養士・保育士と連携し、**健康管理と栄養管理の両面から支援**。

# こどもの状態に応じた食事の提供

## 1. 身体的な発育状況を踏まえた対応(ガイドP.55)

- 身長・体重を定期的に測定し、**発育曲線で成長の経過を確認**する。
- やせ・肥満・体重増加不良が見られる場合は、**摂取量・食事内容・生活リズム**などを確認し、必要に応じて改善。
- 栄養状態の評価結果をもとに、**家庭との連携や医療機関との相談**を行う。

幼児の身体発育曲線(男子, 体重)  
こども家庭庁, 令和5年乳幼児身体  
発育調査, [調査結果の概要](#)





# こどもの状態に応じた食事の提供

## 2. 心身の不調のあるこどもへの対応

- ・ 体調不良時は、嘱託医やかかりつけ医の指示に基づき、食事や水分補給を行う。
- ・ 心の状態が食生活に表れることもあるため、落ち着いて食べられる環境を整える。

## 3. 食物アレルギーのあるこどもへの対応

- ・ 医師の診断書・指示書に基づき、除去・代替食を計画的に提供。
- ・ 保護者と十分に連携し、献立・調理・配膳・提供・誤食防止体制を明確化。

## 4. 偏食のあるこどもへの対応

- ・ 偏食の背景（経験・感覚・心理）を把握し、**強制せず少しずつ慣れる支援**を行う。
- ・ 食材の**形状・味付け・調理法の工夫**により、食べやすくする。
- ・ 家庭との情報共有を行い、**家庭・施設が一貫した対応**を取る。
- ・ 食事時間を楽しく過ごせるよう、**雰囲気づくりと肯定的な声かけ**を重視。

参照； 保育所におけるアレルギー対応ガイドライン（2019）

[https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic\\_page/field\\_ref\\_resources/e4b817c9-5282-4ccc-b0d5-ce15d7b5018c/fb19f15a/20231016\\_policies\\_hoiku\\_37.pdf](https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/e4b817c9-5282-4ccc-b0d5-ce15d7b5018c/fb19f15a/20231016_policies_hoiku_37.pdf)

児童養護施設等におけるアレルギー対応ガイドライン（2025）

[https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic\\_page/field\\_ref\\_resources/e4b817c9-5282-4ccc-b0d5-ce15d7b5018c/fb19f15a/20231016\\_policies\\_hoiku\\_37.pdf](https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/e4b817c9-5282-4ccc-b0d5-ce15d7b5018c/fb19f15a/20231016_policies_hoiku_37.pdf)

## 【コラム】 保育・幼児教育現場における子どもの偏食対応について

子どもの偏食対応で大切にしたい点は、子どもの様子をよく観察し、子どもの気持ちに寄り添いながら、何が「好き」で、何が「嫌(いや)」なのかについて探ってみることでしょう。

食べられるものが限られている場合は、食べられるものの共通点を見出し、好きな食感があれば違う食材で試してみます。例えば食べられるものの共通点が「カリカリしているもの」であれば、別の食材を「カリカリ」するように調理して提供するなど、子どもの好みの形状や味付けにしたものを試してみる方法もあります。可能であれば、調理員、栄養士、看護師、保育士など多職種が連携し、子どもの食べる姿を見ることで、その様子から食事提供のヒントを一緒に探ってみるとよいでしょう。

p.30より抜粋

Q2. 食べられる食材が少ない子どもには、どのように食べられるものを増やしていけばよいのでしょうか？

子どもが食べられる食材の共通点を探り、似たような味や食感のものを試してみることで、食べられるようになったケースもあります。例えば、唐揚げやせんべいのようにカリッとしたものなら食べられる子どもに、じゃこを炒ってふりかけにしたところ喜んで食べた、ゆでたじゃがいもなら食べられる子どもに、にんじんをゆでてつぶし、ゆでたじゃがいもと似たような食感になるようにしてみたら食べた、というように、子どもの好みの食感を把握して少しずつ試してみる方法もあります。またその際も無理強いせず子どもと確認しながら進めていくことが大切です。

p.71より抜粋

# 食事の提供体制に応じた留意事項

## 【基本的考え方】

- ・「児童福祉施設の設備及び運営に関する基準」では、**自園調理が原則**とされている。
- ・自園調理、外部委託、外部搬入など体制は多様だが、いずれも施設の理念・方針に基づき、**地域特性に配慮した保育と食育の充実**を目指すことが重要。

## 【自園調理の長所】

### A. 保育・養育における意義

- ・調理員を含めた職員間で**総合的な対応**がしやすい。
- ・食材料を日々購入でき、**安心・安全な食事提供**につながる。

### B. きめ細やかな食事の提供

- ・離乳食・アレルギー対応食・発達段階に応じた食事など、**柔軟で個別的な対応**が可能。
- ・喫食時間など**臨機応変に調整**できる。

### C. 食育の推進

- ・調理室からの香りや調理の様子が、**五感で感じる食育**となる。
- ・調理員とこどもが関わることで、**食への興味と理解**が深まる。

### D. 保護者への支援

- ・食事の作り方や調理方法などを**家庭へ伝えやすい**。
- ・調理員の専門的知識を活かし、**具体的な助言や支援**を行いやすい。

# 食事の提供体制に応じた留意事項

## 【食事の外部搬入方式について】

- 自園調理が原則であるが、平成22年度より、「構造改革特別区域において講じられた規制の特例措置の評価に係る評価・調査委員会の意見に関する今後の政府の対応方針」(平成22年3月25日構造改革特別区域推進本部決定)を踏まえ、3歳以上児の食事の外部搬入方式が認められている。
- 一部自治体では、公立の保育所等の3歳未満児の食事についても、構造改革特別区域法の特例により、外部搬入方式が導入されている。
- 食材の一括購入によるコスト削減や給食センターの有効活用など、運営の効率化の面では一定の効果がある。一方で、調理者が個々のこどもを見て関わり、発達状況や喫食状況等を把握することが難しいという課題がある。特に3歳未満児については、一人一人のこどもの発達段階や日々の体調等に応じたきめ細やかな対応や、食育の推進等の面でも課題があると指摘されている。

## 【導入に当たって特に留意すべき事項】

1. 発達過程等に応じた給食
2. アレルギーのあるこどもへの対応
3. 体調不良児への対応
4. 食育への対応
5. 保育所等と外部搬入事業者の連携

# 自然災害等非常時への備え

児童福祉施設における業務継続ガイドライン（令和4年3月31日）を参照し、平常時から食料等を備蓄するとともに、地域や関係機関と災害時等の連絡・協力体制を構築しておくように努める。

## 備蓄食料等の確保（優先業務継続のため）

- 非常時においても優先業務（例：食事提供）を **最低3日間継続できる備蓄体制の構築** を求める。
- 食料品は、使用中の食材と併用して **常時備蓄（ローリングストック方式）** を導入し、賞味期限・消費期限管理を行う。
- アレルギー対応を含め、**アレルギーフリー食を備蓄**しておくことが重要。

児童福祉施設における業務継続ガイドライン

<https://www.deloitte.com/content/dam/assets-zone/jp/ja/docs/industries/government-public-services/2025/jp-gv-business-continuity-guidelines.pdf>



# 保護者への支援

## 【基本的な考え方】

- 乳幼児の食生活は、保護者の食生活に大きく影響されるため、**保護者自身の食生活も含めた支援が重要。**
- こどもの食事の様子や施設の食育の取組を伝えることで、**食を通じた子育て支援**につなげる。

## 【具体的な支援内容】

- 家庭の状況に応じ、**献立の共有・調理体験・情報提供**などを行う。
- 食事づくりが苦手な保護者、家庭で落ち着いて食べられない保護者など、それぞれの事情に合わせた支援を実施。
- 食事以外の課題がある場合は、**地域の関係機関と連携**して支援を行う。

## 【地域との連携】

- 児童相談所、福祉事務所、市町村相談窓口、保健センター、教育委員会など、**地域の子育て支援機関と協力体制**を構築。
- 献立表の掲示、試食・見学機会の提供などを通じて、**家庭と施設が連携した食育推進**を行う。



# おわりに

## 【ガイドの目的と今後の展望】

- 本ガイドは、児童福祉施設における**食事提供の留意点と具体的実践例**を示したものである。
- 今後は、施設の特性に応じた栄養管理の充実に向けて、**関係機関や施設間での好事例の共有と普及**が期待される。

## 【こどもの発達と食事の意義】

- こどもの発達段階に応じた栄養素の摂取は、**日常の食事で確保**される。
- 多様な食品や料理を体験することで、**基本的な食習慣が形成**される。
- 食事を通じて、健康的な生活の基盤を築くことができる。

## 【今後への期待】

- 従来の一律的な栄養管理から脱却し、**一人一人のこどもに応じた食事提供ならびに栄養ケア・マネジメントへの理解を深めることが重要**。
- 各施設において、**具体的な方針やマニュアルを整備し、実践に基づく継続的な改善が図られることが望まれる**。