

第5章

保健は保育の土台

第1節 病気や怪我に気づく

1. 心と体

保健は、保育を支える重要な土台です。ところが一般的に保育現場では、保健というと病気の早期発見と予防、怪我の初期手当と防止、そして子どもと保護者への健康・安全教育に終始しています。生活リズムや栄養バランスの大切さ、適度な運動の必要性、清潔意識の重要性を子どもと保護者に伝えながら、医療機関の検診や検査、計測などによって身体及び身体機能の異常を早期に発見することに努め、園環境における衛生と安全の向上に怠らないことで、保育園の保健は担保されるとするのが一般的なようです。でもそれだけでは、保育の観点から重要な何かが欠落しているように思われます。それは、子どもの心と体を別々に論じることはできないということです。

たとえば発熱ですが、“なんだかいつもの元気がないなあ”と思った保育者は、子どもの体に触れて熱がないかを確認し、少しでも不安があれば体温計を用います。このとき、その子の平熱を知っていることも重要ですが、なにより子どもの様子から発熱の程度を予測することが大切です。それは体温計が計測時の体温しか表示しないからです。子どもの様子に熟知した保育者なら、“これから熱が上がるかもしれない”という予感がはたらく場合があります、それが医師の治療を遅らせずに済むことも少なくないからです。

さて、身体が発熱に対する対応はこれで十分でしょうが、医師に子どもをゆだねた後にも保育者の仕事はあります。いえ、正確に言えば、発熱の把握とその対応に並行して保育者はその子が元気を取り戻すまで、その子の気持ちを思い、その子の辛さやしんどさを引き受け、その子の不安や痛みを治療とは異なる保育者らしい方法で和らげるという仕事があります。保育者であれば、病院で受付を済ませて子どもと診察を待つ苦労も一度や二度ではないはずですが、待合室の子どもの様子を思い出せば、子どもの心と体を別々に論じることができないことは容易に理解できるのではないのでしょうか。

保育者が“なんだかいつもの元気がないなあ”と感じ取れるのは、その子の“いつもの様子”を知っているからに違いありませんが、その“いつもの様子”は、その子の検診や計測の記録からではなく、その子と保育園生活を積み重ねて保育者がいつとはなしに感じ取ってきたものであり、心と体を切り分けない“まるごとのその子”です。身体だけではないれば気持ちや思いといった心だけでもありません。まさに「心身」なのです。身体の異常は心に影響を及ぼし、その心が表情や身振り、仕草、話しぶりなどを“いつもと違う”状態にさせます。あるいは身体に異常がなくても、心が弾まない、心に何かわだかまるものがあるというときもやはり、“いつもと違う”ことになり、それが長く続けば、やがて身体や身体機能にも影響を与えずには置かないでしょう。

2. まるごとのその子を抱える

子どもの心と体は別々に論じることができないのであれば、子どもの普段からの心の在りようが、保健に重要な意味を持つことはいうまでもありません。あるいは保育という営みが「子どもの心が育つこと」であるなら、なおさらのことです。

家庭環境や家族との繋がりといった家でのその子の心の在りようと、保育園に居場所があるか否か、保育者や他児との関係はどのようなものであるかといった保育園でのその子の心の在りようから保育者が読み取り、その読み取りが変容する過程が保育者にとっての「子どもの心」です。だからこそ保育者は、“なんだかいつもと違う”と、感じ取れるのです。そのためには、何ができて何ができないといったような個体能力の発達にのみ目を向けるのではなく、その子のその子らしさに目を向け、その子の“ありのまま”をまずは尊重することが大切になります（そのために、保育者の一方的な指示命令だけの“させる保育”では、子どもの“ありのまま”を読み取ることができないことは言うまでもありません）。

子どもが健康であるとは、子どもがいつものように保育園にいることに他ならないのです。子どもの“いま・ここ”の様子がいつもの様子と変わらないことが、子どもが健康であることの証しなのです。

3. バイタリティ アフェクト

保育者が“なんだかいつもと違うなあ”、“今日はおしゃべりが少ないなあ”、“目に力がないなあ”、“外に出たがらないなあ”、などと感じ取ることが重要だと述べてきましたが、それは保育者が子どもからその子のいつもの「バイタリティ アフェクト＝力動感」（鯨岡峻）を感じ取れないことでもあります。

健康な子どもは、いつも自分の興味関心によって気持ちが環境に開かれています。それは活発な子に限らず、おとなしい子でも“いつもの様子”を知る保育者なら分かっていることでしょう。環境に対して開かれている気持ちが少しでも反応を起こすと、たちまち子どもからバイタリティ アフェクトが溢れ出します。保育者はそれを感じ取れないとき、“いつもと違う”と思うのです。子どもが見るからにぐったりしていれば、通りすがりの赤の他人でも子どもの病気や怪我に気づくでしょう。でも、そのようになってしまう前の、環境に開かれているはずの気持ちがほんのわずかでも萎えていけば、保育者は敏感にそれを感じ取ることができるのですが、それは目にはみえない「バイタリティ アフェクト＝力動感」に負うところが少なくないのです。

第2節 予防ということ

1. 生と死

有機体として生まれたものは必ず死を迎えます。死を迎えた有機体をそのままに放置すると腐り始めます。腐ったものは悪臭を放ったり有害であったりしますが、一方で肥料として活用される場合もあります。たとえば森の循環がそうでしょう。落ち葉や老木は堆積して、水分や熱によって腐葉土となり、森の肥やしになります。私たちの風景から田畑の

肥溜めが無くなって久しいですが、人糞もかつては肥やしでした。子どもたちに身近なところでは、たとえば食べ物を放置しておいたり、枯れた花を花瓶に挿したままにしておくなどすると“いい香り”がしたはずのりんごやバラが、やがて鼻も曲がりそうな“臭い！”に変わっていきます。では“いい香り”が良くて、“臭い！”が悪いかというとそうでもありません。腐ったものは悪臭を放つことで私たちに警告を発してくれているのです。その最たるものが“うんこ”でしょう。でも、それはかつて肥やしにもなっていたのです。

尿や便の排泄時に子どもは臭いことを知り、その臭いが不快なものであることは教えられなくても分かります。園庭に落ちた果物が腐ったり、人工的に腐葉土を作る場所から異臭が漂ったりすると、やはり子どもは臭いと訴えるでしょう。そのような体験なしにバラやユリの花の匂いをいい匂いだと教えても、おそらく悪臭も知る子のそれには遠く及ばないのではないのでしょうか。それはあたかも、保育者が溶いた絵の具で描かれた絵よりも、子どもが自分で混色を重ねた絵のほうに深みがあるのに似ています。濁った色や暗い色があることできれいな色がよりきれいに見えるように、悪臭を知ることで“いい香り”をより深く味わうことができるのです。

2. 衛生とは何か、安全とは何か

有機物は死ぬということ、死ぬと腐るということ、腐ると悪臭を放つということを体験的に知ること、不潔とは何かを子どもが知ることになればと思います。汚れてもいない手を外から帰ったからという理由だけで丁寧に洗えといわれても、細菌やウイルスは目には見えませんから子どもの理解の外のことになります。でも泥で汚すだけでなく、悪臭も含めて手が汚れ、それを石鹸で洗い流していい匂いになったとき、子どもは体験的に清潔とは何かを知るのではないのでしょうか。発汗を放置したときの臭気も同じです。

安全も同様に、危険を言葉だけで教えても無理があります。だからといってわざわざ子どもを危険にさらすわけにはいきませんが、子どもに判断を委ねることで子どもが危ないことを実感する機会が生じることもあります。

岩屋保育園には木登りのできる木が何本もありますが、落下して救急車を呼ばなければならないような怪我は幸いにして一度もありません。だからといって安心してはならないのですが、なぜ大怪我に至らないかというと、保育者が登り方を教えたり、危ないと制したりしないからです。子どもは自分ができることとできないこと、できそうなこととできそうにないことをよく分かっています。ですから、懂れるのです。抱いた懂れをいつかは実現したいとそのときを待っています。そのために少しずつですが実現に向けた努力を重ねます。大人から見れば同じことの繰り返しに見えても、子どもの中では刻一刻と変化しているのです。あるいはしばらくそっと取っておいて、半年も一年も経ってから再び挑戦する姿も稀ではありません。でも、そこで保育者が先を急いで登り方を教えてしまうと、子どもは心と体で判断することができなくなり、無謀な戦いを挑むことになり、それが怪我に繋がってしまうのです。

3. 死が生を照射する

一日に昼と夜があるように、太陽と月が交互に昇るように、この世に男と女がいるように、和音にメジャーな響きとマイナーな響きがあるように、うれしかったり悲しかったりするように、生と死があります。それはどちらが良くどちらが良くないというようなことではなく、両方あるから世界が豊かになるのではないのでしょうか。先の混色も、濁った色や暗い色があるから明るく透明な色が意味を持つといいましたが、明るく透明な色が濁った暗い色の存在を意味づけてもいるようでもあります。そうだとすれば、死は忌み嫌うものではなく、生と共に人の生涯を豊かにしてくれるものなのではないのでしょうか。

腐葉土に陽光が降り注ぐと、隠れていたどんぐりが発芽を始めます。新しい生命の息吹きです。幼木は成長してたくさんの葉や実を森に落としますが、いつかは朽ち果ててゆき、腐葉土と化します。その腐葉土に陽光が降り注ぎ・・・と、森の物語は循環を繰り返します。このように単体としての有機体の生死は循環に回収され、永遠の命に回帰してゆきます。その循環の美しさが私たちの生活に彩りを与えてくれるのです。もっとも自然も文化も陰陽に二分できるほど単純ではなく、その営みは多様性に富んでいますが、すくなくとも清潔や安全が絶対視されてしまえば、すなわち陽だけに価値が認められてしまうと、人の生きる意味は奥行きを失い、薄っぺらなものになってしまうでしょう（その薄っぺらな価値観で子どもを評価してはいないのでしょうか）。

死が生を照射しているからこそ、人生が豊かになる。保育の場がそのことを忘れて、臭いものに蓋をしてお仕舞いにしてしまえば、肥やしが不足して保育は痩せてしまいます。

第3節 保護者に求めたい理解

1. 保健を“わかちもつ”

保育園に起因して子どもが怪我をしたり病気になったりすると、保育園や保育者は保護者の信頼を失うことになります。そのようなとき、どこまで子どものことを案ずる保護者の気持ちを、我がこととするかが問われます。適切な対応をとった、原因は不可抗力と思えるものであった、謝罪もした、保険にも加入していたなどと並べ立てても、親の気持ちは収まるものではありません。親と同じように親の気持ちになって子どもの身を案じ、その気持ちが伝われば、少しは赦してもらえるのかもしれない。

次章の「保護者と保育を“わかちもつ”」に詳しく述べますが、保健は保育の土台ですからやはり、保護者と“わかちもちつ”ことが求められます。それは単に子ども的一天を分担することではなく、子育ての喜びもしんどさも親と分かち合うのです。そのように親との信頼関係を築くことができれば、いろいろなことを赦し赦される関係にたどり着けるのではないのでしょうか。

園だよりなどで早寝・早起き・朝ごはん・朝排便を奨励しても、なかなか理想どおりに行かない家庭もあるでしょう。親の横着にみえることがあっても、それもその家庭の“いま・ここ”なのだと認め・支えられなければなりません。そのような理解が保護者に伝わり、子どもの成長に手応えを感じられれば、保護者は少しずつでも子どものために良かれと思うことを実践してくれると信じましょう。“わかちもつ”ことの第一歩は、保育者が保護者の“いま・ここ”を認め・支えることから始まります。

2. 素朴な発達観

大きくなったね、最近お兄ちゃんになったね、お姉ちゃんになったね、しっかりしてきたね、もういつでも小学校に上がれるね、などと子どもの成長に私たちは目を細めることがしばしばあります。そのようなとき子どもの育ちは、子どもの「なった姿」として喜ばれているのですが、発達が「できないことができるようになること」と捉えられてしまうと、発達段階は「ならなければならない姿」の物差しとなり、「させる保育」が求められることになります。

保健が保育の土台であるというとき、そのときどきの子どもの成長を保護者と共に喜び、分かち合うことで十分だとする素朴な発達観を保護者と共有していないと、行事なども子どもの頑張る姿ばかりが求められ、そのため保育者は保護者に「見せるための行事」に追い立てられて、子どもを追い立ててしまうことになりかねません。「気がつけば、大きくなったものだね」と、子どもの育ちを後から喜ぶ素朴な発達観こそ、保健を考える上で重要です。なぜなら、そのような素朴な発達観によって保育が用意されないと、子どもの“いつもの様子”を、保育者は手に入れられないからです。

3. 戸外活動で十分

岩屋保育園は、体操の指導員を招くこともしませんし、マラソンや裸足保育を取り入れることもありません。運動会の練習も遊びやゲームの延長線上にあります。それは岩屋保育園の戸外活動が充実しているからです。子どもたちは戸外で遊ぶことで、必要な運動量を充足しています。保育園時代の子どもたちは、必要な運動量を運動として摂取するのではなく、遊びの中で取り込むことが大切です。それは、遊びを通して心と体の両面が育って欲しいからに他なりません。

4. 年間保健計画

※ 別添のサンプルを参照してください。

5. 具体的な取り組みについて

- (1) 医師による検診
- (2) 身体計測
- (3) 検査
- (4) 入園時の聞き取り内容
- (4) 事故や急な病気への具体的な対応
- (5) 予防に関する取り組み
- (6) 関係機関との連絡体制
- (7) 環境衛生対策

(8) 給食業務への配慮

第4節 食育の計画

1. はじめに

平成17年6月17日法律第63号に公布され、平成17年7月15日に施行された「食育基本法」の「第一章 総則」の「第十一条（教育関係者等及び農林漁業者等の責務）」において、保育園の食育の推進が努力義務として位置づけられました。そこには次のように書かれています。

教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下、「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下、「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念のっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

また、平成18年4月26日付けで京都市保健福祉局子育て支援部保育課長から民営保育所（園）長宛に「食育推進基本計画」について内閣府から通知があったことのお知らせがありました。それは「食育基本法 第二章 食育推進基本法等」において、国及び地方公共団体に学校、保育所等における食育の推進のため必要な施策を講ずることを義務付けたからです。その第二十条には次のように書かれています。

国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一環として行われる農場等における学習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

これをうけて、「食育推進基本計画」の「第3 食育の総合的な促進に関する事項」の「2. 学校、保育所等における食育の推進」の「(2) 取り組むべき施策」の「(保育所での食育推進)」において、保育園での「食育の計画」が義務付けられましたが、そこには次のように書かれています。

保育所は、乳幼児が生涯にわたる人間形成の基礎を培う極めて重要な時期に、その生活の多くの時間を過ごすところであり、食材との触れ合いや食事の準備をはじめとする食に関する

様々な体験や指導を通じ、乳幼児期からの適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着、豊かな人間性の育成等を図ることが重要である。

このため、平成16年3月に作成・公表した「保育所における食育に関する指針」を参考に、保育所において、所長、保育士、栄養士等の協力の下、保育計画に連動した組織的・発展的な「食育の計画」の策定等が推進されるよう支援を行う。また、保育所の関係者は、在宅の子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談への対応や情報提供等に努めるほか、地域と連携しつつ、積極的に推進するよう努める。

保育園が食育をすすめる法的根拠は以上のような概要になっていますが、そもそも食育は環境教育とともに岩屋保育園が平成11年度に行った創立50周年記念事業の一環としてすでに取り組みを進めていたところでもあり、今回の法整備によってあらためて取り上げるまでもないことはいふまでもありません。子ども一人ひとりの育ちを大切に思うのであれば、食育基本法が制定された背景にある問題点は、すでに保育現場では深く認識されてきており、それが給食のメニューや保護者への啓発に反映されてきたのではないのでしょうか。

そもそも私たち大人のつけを子どもにまわすような暮らしぶりこそ見直されなければならないのであり、さらに言えば、生きる基本である「食」を法に位置づけなければならないまでに“いびつ”になってしまった日本の食生活、食習慣に根本的な問題があるのではないかという疑いを一方でいただきながらの「食育の計画」であることを、あえて冒頭に記しておきます。

2. 計画の柱

子どもたちの健やかな育ちにとって必要で安全な食材によっておいしく調理された給食が提供され、それを子どもたちが保育者や周りの友だちとともに楽しく食べることができる、これが食育のはじめの一步ではないのでしょうか。そのような日々を積み重ねて、やがて子どもたちは保育園を巣立ってゆきますが、そのときには家庭も含めてのぞましい食文化を身に備えていてくれれば、それにまさる保育者の喜びはありません。

ここから見えてくる食育の計画の柱は、(1) 献立、(2) 食べるよろこび、(3) 家庭との協働、(4) 地域や業者との協働、(5) 子どもへの直接的な食育の5つです。それぞれについての基本的な考え方を次に提示します。具体的な内容は岩屋保育園のホームページに紹介されている給食に関するコンテンツを参照してください。

(1) 献立

献立は給食とおやつを用意する上での基本となるものです。その献立は次のような点に留意して立案されます。

- ①栄養バランス
- ②地域の伝統食と旬の食材、食材の安全性
- ③子どもたちの嗜好
- ④家庭の献立とのバランス

⑤離乳食、除去食との関連

⑥調理法

⑦予算

（２）食べる喜び

食の楽しみ、食べる喜びはどのような点にあるのでしょうか。給食の時間が楽しい時間であるか、苦痛な時間であるかは食育を考える上でも重要な要素です。留意点を以下に示します。

①お腹が空いていること

②体調がよいこと

③好き嫌いを受け止めてもらえること

④一緒に食べたい人がいること

（３）家庭との協働

子どもの心身の育ちに心配なことがあるとき、岩屋保育園では睡眠、食事、排泄に関して保護者と協力して２４時間の記録を１週間にわたり取る場合があります。それは保育園での子どもの様子だけでは子どもの状態を充分把握できないからですが、それは何も心配な子どもに限ったことではありません。食育についても家庭との協働は欠かすことはできません。協働する上でのポイントを以下に示します。

①献立表のていねいな提供

②保護者の思いをフィードバックする

③食に関する情報提供

④質問や悩みに積極的に協力する

（４）地域や業者との協働

京都の町の言い伝えに、「四里四方のものを食べていれば健康でいられる」というのがあります。地産地消を京都らしく言い換えた言葉ですが、たとえば子どものアレルギーは日本人が食べてこなかった食品、まだ摂取するようになって日の浅い食材を多く取るようになった食文化の変化が大きいといえます。また、子どもの基礎的な免疫力についても衛生管理に関する過剰な要求や、戸外遊びの減少とともに食生活の内容が注目されています。このような観点から、地域や取引業者との協働も食育の課題となってきました。留意点を挙げておきます。

①地産地消を検討する

②保育園の食に関する理念を明確にする

②食に関する理念を共有する

（５）子どもへの直接的な食育

お腹が空く生活、一日の終わりには眠くなる生活を子どもや家庭と創ることが子どもへの直接的な食育の原点ではないでしょうか。栄養の話にかこつけた好き嫌いの是非を子どもに伝えて、いけないことだから好き嫌いしないと子どもが自覚することを乳幼児期に求

めることに岩屋保育園はあまり積極的ではありません。同様に、環境問題とも関連する「もったいない」を強調して、食べ残さないことを過剰に強要するのもどうなのでしょう。大人のつけを子どもに回すような環境教育や食育には謙虚でありたいと考えます。