

## 提 言

## 子どもの食を見直そう！

小渡有明 (社)沖縄県小児保健協会  
(財)沖縄県公衆衛生協会

乳幼児健診や家庭教育相談等を通して、子どもたちと係るようになって、はや40年になろうとしています。

少子化、子育て不安、虐待、子どもの成長発達、子どもの食生活など、子どもの姿、子どもをとりまく環境は、大きく変化しています。制度的には、昭和40年、母子保健法の制定により母と子の一貫した健康管理ができるようになり、平成6年、母子保健法の改正にともない、地域に根ざした母子保健活動が展開されるようになりました。乳児死亡率は着実に低下し、世界長寿国になりました。

しかしながら、危惧されるものが散見されています。その中の一つに子ども（乳幼児）の食の変化があげられるかと思えます。自然志向、エコライフが叫ばれていますが、果汁はりんご水、イオン水、離乳食は市販のベビーフードと手軽に手に入るものが出まわり、手作りが少ないように思われます。乳幼児の肥満、子どもの虐待、子どもの心の不安定、集中力の欠如などが増えつづけており、社会問題視されていることは衆知の通りです。そして、国をあげ、地域ぐるみで、その対策にのりだしているのも事実です。これらは乳児期に始まり幼児期へと結びつく食に対する安易さ、希薄さが一つの要因になってはいないでしょうか。

家庭の味、おふくろの味が懐かしく感じられる昨今、子どものために、心をこめて、愛をこめて食事をつくり、子どもの微笑みいっぱいの食卓にしたいものです。

幼児期には、子どもと一緒におはなしをしながら、歌を唄いながら食事の支度をするのが、子どもにとってどんなに楽しいものなのか、ここから母と子の太い絆が生まれ、不安のない、人を愛する心が芽生えてくるのではと思います。

離乳食指導要領が変わる？とも聞いていますが、この機会に少しでも手づくりの離乳食、子どもと楽しい手づくり食事と呼びかけ、手づくり子育ての輪を広げていけたらと思います。

如何でしょうか。



みんな仲よく

写真提供 小渡有明