顔
FACE
2006

国立保健医療科学院人材育成部長

水嶋春朔さん

「○○であること」を議論するより「○○ができるのか」を考える視点が大切です

photo：Sei Kamiyasu

介護、医療の大改革が一段落し、これからは専門職の資質向上が課題になると言われています。地域保健で働く公衆衛生専門職、保健師、管理栄養士に求められる資質とは何か、公衆衛生領域の人材育成について常に斬新な提言をし続ける水嶋春朔さん（国立保健医療科学院人材育成部長）にお話を伺いました。

みずしま・しゅんさく
1987年横浜市立大学医学部卒業。島根医科大学大学院修了、京都大学大学院人間・環境学研究科国際予防栄養医学講座助手、横浜市立大学医学部公衆衛生学講師、東京大学医学教育国際協力研究センター講師などを経て、2005年から現職。「予防医学のストラテジー」のローズ教授を敬愛し、1998年に翻訳出版。アフガニスタンの医学教育復興支援にも関与。好きな言葉「暗いと不平をいうよりも、進んで灯りをつけましょう」

人材投入のアウトカムが問われる時代が来る

―最近、公衆衛生従事者の人材育成で「コンピテンシー」という言葉を見かけるようになりましたが、どのような意味なのですか。

コンピテンシーは、職務遂行能力を表す実践的な概念で、海外の公衆衛生分野では頻繁に使われています。WHO（世界保健機関）でも「公衆衛生専門職が有すべきコンピテンシー」という使い方をして、WHOグローバル・コンピテンシー・モデルでは、コア・コンピテンシー、マネージメント・コンピテンシー、リーダーシップ・コンピテンシーを定義しています。

米国の人事管理庁ではコンピテンシーを「仕事上の役割や機能をうまくこなすために、個人に必要とされる、測定可能な知識、技術、能力、行動および特性のパターン」と包括的に定義しています。わが国では人事院人材局長の私的研究会である「人物試験技法研究会」が昨年8月に「人物試験における『構造化』の導入」というコンピテンシーと報告書を出しています。国家公務員I種試験にコンピテンシーの考え方を導入しようというもので、報告書の中でコンピテンシーを「行動に表われる能力、特性」「結果成果と結びつく能力、特性」と定義しています。

このように海外や国家公務員の人材育成・評価ではコンピテンシーの概念が重視されつつあります。その一方で、わが国の公衆衛生の世界では、「保健師であることとは」「管理栄養士であることとは」と依然としてアイデンティティの議論に終始しています。アイデンティティを確認するための技能・技術の差別化に熱心で、それらを統合して組織として問題解決をはかるという公衆衛生従事者が本来果たすべき方向に向かっていないように思います。

特集

0歳からの食育

現在厚生労働省において「授乳・離乳の支援ガイド（仮称）」策定に関する研究会が開催されています。H17年度乳幼児栄養調査結果からの最新知見を踏まえ、10年前に出された「改定離乳の基本」の内容が見直されています。その中では、出産直後のさまざまな不安を取り除くため、授乳や離乳食の開始・進行についての適切な支援も求められています。

今月号は、母乳栄養や幼児栄養の最新知見と民間企業の食育の取り組みを紹介します。乳幼児健診などでお母さんたちに接する際に、どのように支援をすすめていけばいいかを考えるきっかけにしてください。

p8 子どもの健康づくりと子育て支援
厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課　栄養専門官
河野美穂

p18 生活習慣病の素因は胎児期に作られる
東京大学大学院医学系研究科発達医科学助教授
福岡秀興

p28 母乳育児と子どもの健康
母子愛育会総合母子保健センター愛育病院　母子保健科・小児科
佐藤紀子

p38 民間企業から食育を学ぶ

オケタニ式母乳マッサージから始まる育児支援
オケタニ企画株式会社（教務主任　助産師）
武市洋美さん

和光堂の離乳食支援
和光堂株式会社
営業本部　育児＆ファミリー営業部（次長）
佐藤美雪さん
研究開発部　第一研究室（専任研究員）
石井克明さん

ん交流会で、お友達がそろそろ始めたからうちも」というお母さんたちも中にはいました。昔はおばあちゃんや近所のおばちゃんたちから離乳食や子育てについて聞いていたかもしれませんが、今はそれができないので、ベビー雑誌を見たり、地域の交流会へ出向いて情報を得たりすることが多いんですね。

佐藤さんが言うには、離乳食を始めるのは「育児書や母子手帳に書いてある〇カ月だから始めましょう」というのではなく、5―6カ月ぐらいになって、お子さんがお母さんのお食事に興味を持ち手を出そうとしたり、講習会に参加したときにちょっとチャレンジさせてみたりというきっかけを生かすのがいいタイミングなんだそうです。

また、新しい食品をチャレンジするタイミングは午前中がベストだと言います。アレルギー反応を起こしたり、具合が悪くなったときに、午後からお医者さんに診てもらうことができるからだそうです。

今回は和光堂の製品を使った離乳食のメニューを紹介しました。製品をそのまま使うのではなく、人参、さつまいもなどの食材を使いながら、アレンジしてメニューを作ることがポイント。佐藤さんが説明しながら、お料理の手順を見せていきます。メニューは用意されていますが、佐藤さんが強調することは「離乳食はおうちにある食材を利用しましょう」ということです。感覚的には残りものを工夫して晩ご飯を作ろうというイメージです。旬の食材を使いながら、お母さんとお子さんが同じ材料で、季節感を楽しめるように工夫することがポイントです。

本日の離乳食メニュー

「さつまいもとりんごの重ね煮」では、今回は季節感を出すためにりんごを使いますが、りんごのほかに余った果物などでも代用できます。野菜を摂りたい場合は、『果実と野菜』を入れ一煮立ちし完成です。ゆで加減を調整したり、つぶし加減を調節することで、離乳初期から後期などの時期に合わせた離乳食ができます。

『米がゆ』は、お湯を注ぐだけでおかゆができる製品です。お湯の量でおかゆの固さを変えることができるので、初期から後期まで離乳期にあわせたおかゆが簡単に作れます。育児書やパンフレットの中のおかゆの固さを見ると、「どろどろ」とか「べたべた」という表現になっていますが、離乳食を作ったことがないお母さんには、そ

本日の離乳食メニュー

さつまいもとりんごの重ね煮

①さつまいもはうすく切り（5mmぐらい）、水にさらしてアクを抜く。
②りんごは皮をむき、うすく切る（5mmぐらい）
③①と②を重ねてやわらかくなるまで煮る。最後に「果実と野菜」を加えて一煮立ちする（あかちゃんの発育段階にあわせてつぶす）。

きのこ汁

① 人参はうすい短冊切りにし、やわらかくゆでる。
② しいたけ、えのきは細かくきざみゆでる。
③ 豆腐はさいの目に切りゆでる。
④ ①②③を「和風だし」で煮る。

芋がゆ

①さつまいものは8mmぐらいのさいの目に切り、水にさらしてアクを抜きやわらかくゆでる。
②「米がゆ」を後期離乳食の固さにし、①を加えて混ぜ合わせる。

さつまいものフルーツソースがけ

①さつまいもをうすく切り、水にさらしてやわらかくゆでる。
②「くだものまんま」をかける。

豆腐のりんごソースがけ

①豆腐はさいの目に切りゆでる。
②りんごをすりおろし、「くだものまんま」と和え①にかける。

特集
0歳からの食育

平成17年度乳幼児栄養調査結果より

子どもの健康づくりと子育て支援

厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課　栄養専門官
河野美穂

女子栄養大学大学院博士後期課程修了。博士（栄養学）。管理栄養士。1994年厚生省保健医療局健康増進栄養課（当時）入省。栄養調査係長、栄養指導係長を経て、2002年より現職。

はじめに

平成17年9月に実施された「乳幼児栄養調査」の結果の概要がまとまり、18年6月29日に公表しました。乳幼児栄養調査は、4歳未満の子どもを対象にした調査で、昭和60年以降10年ごとに実施され、今回が3回目の調査になります。

本調査は、授乳方法や離乳期・幼児期の食生活の実態を把握することにより、母乳育児の推進、食育の推進等、子どもの健康づくりや子育て支援に関するさまざまな施策に役立てることを目的として実施しています。

調査の概要

調査の対象は、17年国民生活基礎調査において設定された単位区内の世帯の世帯員で、17年5月31日現在で4歳未満の子どもです。無作為抽出された2千単位区内の世帯のうち、調査協力が得られ、かつ年齢等の必須情報が得られた2722人（2305世帯）を解析の対象としました。調査項目は、授乳や離乳食の状況、子どもおよび親の生活習慣等であり、調査票の記入は子どもの母親に依頼しました。

結果の概要

1 授乳や食事について不安な時期

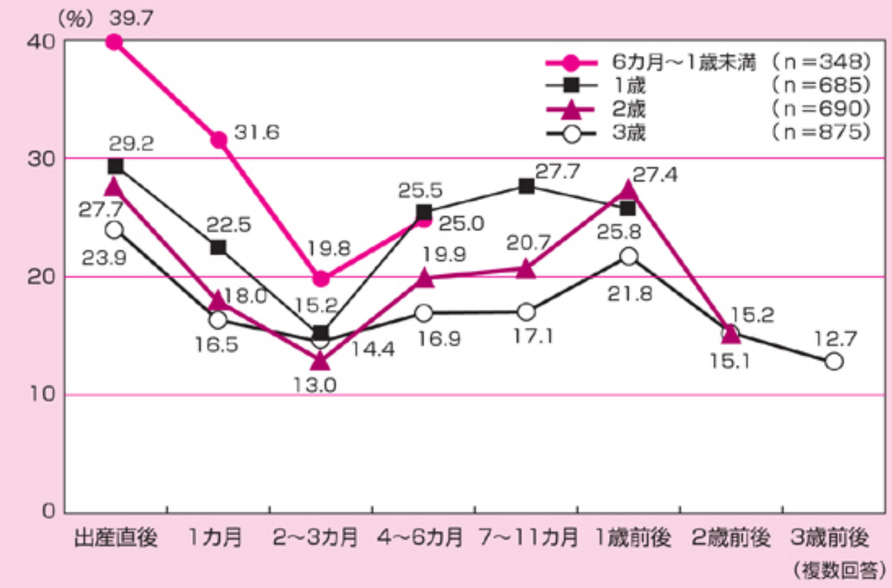
授乳や食事について不安な時期は、出産直後をピークに減少し、4～6カ月で再び増加し、1歳前後で高くなる傾向。

授乳や食事について不安な時期について、子どもの年齢別にみると、いずれの年齢においても、「出産直後」が最も高くなっており、授乳に対する不安がうかがわれました（図1）。また、「2～3カ月」では不安だったとする割合が低くなり、「4～6カ月」で不安だったとする割合が再び高くなる傾向がみられ、離乳食開始の時期での不安もうかがわれました。

2 栄養方法と母乳育児に関する出産施設での支援状況

生後1カ月で、母乳を与える割合（母乳栄養と混合栄養の合計）は約95％。母乳だけを与える割合は42・4％。母乳育児に関する出産施設での

図1　授乳や食事について不安な時期



特集
0歳からの食育

民間企業から食育を学ぶ

和光堂の離乳食支援

営業本部　育児＆ファミリー営業部　次長
佐藤美雪さん（写真左）
研究開発部　第一研究室　専任研究員
石井克明さん（写真右）

ママのための無料講習会

日本で初めて育児用粉乳を作った和光堂株式会社は、今年で100周年を迎えました。現在もミルクやベビーフードを作りつづけ、最近では家庭用食品や健康食品、高齢者ケア製品も開発しています。この伝統ある和光堂では、お子さんをもつお母さんのために食育事業が展開されています。「なかなか母乳が出なくて」「働いているから、離乳食を作る時間がないの」などというお母さんをサポートする活動をし、区や保育園など、講師に出向くこともあります。

本日は、荒川区子ども家庭支援センターが主催する「小台橋保育園子育て交流サロン」が、小台橋保育園の空き教室で開かれました。今日の参加者は、大きい子は1歳半、小さい子は5カ月のお子さんを持つお母さんとお子さんたち、それぞれ10人です。この子育て交流サロンは、小台橋保育園に通園しているお子さんを持つお母さんが参加しているのではなく、荒川区の広報で交流サロンを知った人たちが参加しています。

荒川区から離乳食の教室を依頼され、営業部の栄養士の佐藤美雪さんが講師を務めました。離乳に関する一般的なことを講演する形式ではなく、参加されたお子さんの月齢やお母さんの状況を聞きながら、講演を進めていきます。お母さんたちは離乳食の進め方を勉強するだけではなく、離乳食メーカーならではの話を聞きながら、子どもの食について考えていくことができます。

参加者に合わせた離乳食体験会

離乳食をまだ食べていないお子さんもいたために、まずは離乳食の説明から始まりました。離乳食は厚生労働省の「改定離乳の基本」に進め方の目安が示されており、ベビーフードはそれに基づいて作られていることや、育児書に記載されている離乳食開始時期があくまでも目安であることの説明です。離乳食をまだ開始していないお母さんたちは、離乳食がどのように作られていて、離乳の開始時期がいつなのかなど、わからないことだらけのようでした。また、保健所で言われたことと、育児書に書いてあることが違うというお母さんもいました。健診などでお母さんを指導する保健師さんは、知識を提供するだけではなく、育児の根本の部分を伝え、安心して子育てができるようなサポート力が必要なのだと思いました。

すでに離乳食を開始したお母さんたちに離乳食の開始時期を聞くと「なーんとなく」という答えです。「ママさ