

おわりに

～保護者へのメッセージ～



東区にある保育施設の管理栄養士・調理師・保育士や、地域支援者の食生活改善推進員、民生委員・児童委員からいただいた、いつも子育てに励む皆さまへのメッセージを紹介します。

日々の子育ての中で、他者には小さな悩みに見えることも当事者になると深刻だったりするので、その悩みの解決の糸口になり、子どもとの時間が幸せな時間になるとよいと思います。／地域型保育事業

子育て中は何でも大変に感じたり、悩むことはたくさんあると思います。特に「食」は「生きる力」にもつながると思うので、あまり悩まず、いろいろな人の力をかりて楽しく子育てをしてほしいと思います。／認定こども園

仕事をされて忙しいなかで、子どもときちんと向き合いたくても難しいことも多いと思います。保育園は育児の手助けやアドバイスができる場でもあるので、一人で悩まず気軽に話してもらえると一緒に解決、改善できるかもしれません。一緒に楽しんで育児しましょう！／保育園

「食」に対しては、慎重に向き合われている方がたくさんいると思いますので、ぜひ園の保育士に何でも相談してほしいです。／認定こども園

食事は楽しく食べることが一番だと思うので、手がかかるのも今のうちだけだと思って気を楽にして一緒においしくご飯を食べましょう！
／地域型保育事業

自分だけで考え込まないで、まわりの人に聞いてみましょう。
大変です、子育ては。でも周りには助けてくれる人がきっといます。
いろいろ利用しましょう。／食生活改善推進員

保育園でしっかり食べているので大丈夫です！無理せず楽しい食事を。
いつも子育てお疲れさまです。／認定こども園

おわりに

～保護者へのメッセージ～



初めてでわからないことばかりですよ。今はSNSで色々と情報発信されていて余計に難しいです。身近に聞けるところ…子育て支援センターや保健こども課などをいっぱい頼ってほしい！／子育て支援センター

あまり不安になりすぎなくても大丈夫です！！
子どもたちのペースや子どもの様子を見ながら、長い目で食育をしていくといいのではないかと思います。／認定こども園

子どもの成長は本当に一人一人違いますので、焦りたくなる気持ちは分かります。一番大事なのは、その子によりそった関わり方だと思いますので、大きな気持ちで構えることが大切かと思います。／保育園

一人一人の子どもさんのステップアップのタイミングは違うので、他者と比べることよりそのお子さんの様子を見てほしいです。／認定こども園

自分が辛く子育てに悩んでいるとは思いますが、自分の子だけではなく、皆がそれぞれ思っていることなので、責任を感じず、誰でも良いので話してみてください！／保育園

好き嫌い、偏食があっても、けっこう元気に育つので、食事の時間ももっと楽しくすごしましょう。／保育園

子どもは日々成長しています。その瞬間を見逃さないように、時には手抜きでも大丈夫です。／保育園

頑張りすぎず、ときには親も子も力を抜いて休みながら子育てを楽しんでもらいたいです。／保育園

日々、頑張っている保護者の方も、時にはゆっくりリフレッシュしてほしいと思います。／地域型保育事業

おわりに

～保育者へのメッセージ～



保育施設の保育士さんはじめ、子どもたちの保育に関わってくださっている皆様へ、こどもの食育ネットワーク東エリアのメンバーからの応援メッセージです。いつも本当にありがとうございます！

やはり、子どもの「心」を動かす点で右に出る者はいないと感じています。
食事面で困ったときにとても頼りになる保育のプロです。／保育園

子どもたちの命を預かるとても責任ある仕事ではありますが、日々の子ども達の成長を感じることができるやりがいのある仕事でもあります。
頑張っていきましょう！／認定こども園

正解がないことなので、答えが見つからず、悩むことも多いですね。
一番は「保育者も楽しんで」保育ができたら、幸せなことだと思います。
／保育園

先生方のアドバイスをいつも参考にしています。保護者の方へいろんなお話をしてあげてください。／食生活改善推進員

保護者の方、職員みんなで話し合い、力を合わせて子どもたちによりよい食べる楽しさを感じることができる環境作りをめざしましょう！！
／認定こども園

子育てにマニュアルはありません。一人一人個性が違うと思うので、焦らないでください。／保育園

同じ状況で戦っている方がたくさんいると思いました。保護者さんとの関わりも難しいと思いますが、お互い情報交換、共有しながら頑張しましょう。／保育園

おわりに

～保育者へのメッセージ～



いつも子どもに真剣に向き合っていただき、ありがとうございます。
悩み、困り感を共有し、より良い子育てをしていきましょう。／認定こども園

子どもに関する悩みはすぐに解決するものではないのですが、解決した時の
喜びは大きいので少しずつ頑張っていきましょう。／認定こども園

保護者対応も、子どもたちとの毎日大変です。1日の中で園で過ごす
時間が長い中、たっぷり関わってくださり、おいしいご飯、おやつを作っ
てくださってありがとうございます。／子育て支援センター

いつもありがとうございます。子どもがまっすぐに育つのも、皆様のおかげです。
／認定こども園

参考資料等

- ▶ 令和7年（2025年）8月29日開催 こどもの食育推進ネットワーク
東エリア地域研修会 グループワーク
- ▶ 授乳・離乳の支援ガイド（2019年改訂版）
／厚労省ホームページ
- ▶ 授乳や離乳について・食事中に食べ物で窒息
／こども家庭庁ホームページ

