実践 良アイテア 第9回

監修 酒井治子
東京家政学院大学助教授

4歳児の食育実践

相模原市立文京保育園

～栽培から調理まで―地域の人びとや保護者をまきこんだ食育～

数年前までは年齢に応じてクッキングを行っていましたが、O-157が大流行して以来、かなり制限されてきました。しかし、食育の取り組みでは命の大切さを伝えていきたいと、衛生面でのマニュアルを作成し、野菜の種まき、栽培、収穫、下ごしらえ、クッキングという年間計画を立て、クッキング活動を再開することにしました。

活動の概要

4歳児の姿

春にプランターでミニトマト、きゅうり、落花生の栽培を始め、命の不思議さに気づき興味をもち始めた4歳児です。地域で農業を営む嶋野さんの協力により、さつま芋の苗植えからかかわり、成長を観察し、収穫、クッキングへとつなげていきました。

《日誌より》

6月7日　さつま芋の苗を植える

嶋野さんの畑に苗植えに行く。新しい体験に子どもたちの心も浮き立つ。畑に入り、足の裏に感じる土の感触を「デコボコする」「気持ちいい」といっていた。嶋野さんがくわを使ってうねを作るようすをみて、「すご～い」と感心していた。説明を聞き実際に植えると「土がやわらかかったよ」と嬉しそうだ。

6月14日　あそびのなかでイメージを膨らませる

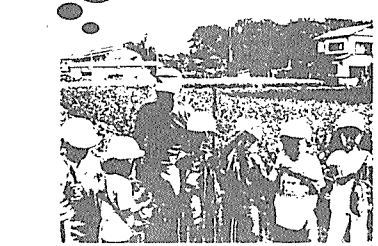
嶋野さんを思い出し、砂場でシャベルを使ってうねを作っていた。葉を拾い、「こうだったよね」と横に寝かせて植えるまねをしたり、「私のさつま芋大きくなったかな～？」と苗植えを思い出していた。自分が植えた苗がどうなったか、しっかり確認できるよう観ていきたい。

7月11日　観察画を描く

「さつま芋畑を見に行こうね！」と話すと「やったー！嶋野さんの畑に行くの？」と喜んでいた。すぐに名前が出てくるほど身近な存在になってきている。「今はまだ小さなお芋だけど、だんだん大きくなっていくよ」と嶋野さんに話してもらい、さつま芋の葉の形がハートに見えることや、新しい葉は黄緑色で小さいことを発見して喜んでいた。子どもたちは、つるが長く伸び葉をたくさんつけたようすをていねいに描いていた。

9月25日　いよいよ芋掘り

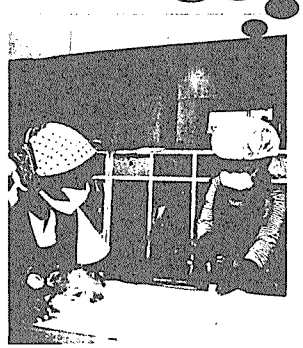
久しぶりに葉の繁ったようすをみた子どもたちは、「地面が見えないよ」と表現していた。嶋野さんが鎌で葉を持ち上げ芋を探し出すと、その色と太さに「おいもがあった！」と興奮し、掘り出したさつま芋を手にして「大きいねぇ」「重いね」と歓声をあげていた。



実践 良アイテア

左手は"猫の手"ね

9月27日　待ちに待ったクッキング



3歳から5歳までが一緒になった縦割りグループでさつま汁を作る。材料はさつま芋とこんにゃく、ニンジン、大根。ピーラーや包丁を初めて使う子どもには、保育士がひとりずつ使い方を教えると、しだいにひとりで使えるようになった。緊張していた子どもも、終わる頃にはホッと息をつき、満足した表情に変わった。調理員が子どもたちの前でさつま汁の手順を説明し、鍋を火にかけ調味料を入れて汁を仕上げていく。部屋中においしい匂いがたちこめ食事となる。子どもたちは一つひとつの野菜を「これは白組が切った大根」などといいながら味わい、「いつもよりすごくおいしいよ」「おかわりしよう」とモリモリ食べていた。

活動のまとめ

農家の嶋野さんとの交流を通して、子どもたちは自然と食材に興味や親しみをもち、新たな発見が増えたようです。「私、いつもお芋のこと考えているんだ。お日さまの栄養をもらってきっと大きくなっていると思うよ」と〝自分たちのさつま芋〟を大切に思い、より大きな意欲へとつながりました。

家庭でも休日に子どもの道案内で畑を見たり、クッキングがきっかけで怖がっていた包丁を使うようになるなど、食に関する話題・体験が増え、食育の輪が地域・家庭へと広がっています。

メモ　食物を育て、収穫し、調理をして食する。その連動性を通して「食」を楽しみにする子どもに

園での食育を通して、4歳児のなかにさまざまな心が育ってきています。さつま芋のうねを作る農家の嶋野さんに「すごい」と感心する心。さつま芋の成長を期待し、命の育ちを待ち焦がれる心。「新しい葉はどうして黄緑色で小さいのかな」と不思議に思い科学する心。包丁を使えて達成感もいっぱいです。そして調理の先生が作るさつま汁のいい匂いが部屋にあふれるなかで、友だちと一緒に「おいしくできたかな」と心を弾ませる子どもたち。

文京保育園の保育目標は「心身ともに健康な子ども」「地域との交流を大切に、豊かな心をもった子ども」「さまざまな活動を通して自主的に行動し、協調性のある子ども」。この目標のすべてを、食育を通して培っている実践です。お友だちや嶋野さんなど地域の人、調理の先生とのかかわりを深めるなかで、今まで一人ひとりの子どもがためてきた力を伸ばし、「自分で考えて行動できる子」に育っていくことでしょう。

「食」の場はおとなの生活や仕事に関心を向けさせることのできる場です。さまざまな人と出会うことで食の世界をどんどん膨らませていきたいものです。そんな経験のなかで、人はひとりで生きているのではなく、多くの人たちに支えられて生きていることを学ばせていくことも大切です。

5歳児クラスになる春の頃には、「こんなものを育ててみたい」と自分たちで育てる食物を考え、「こんな料理を作ってみよう」と期待する子どもに育っていることでしょう。そんなことを自由にのびのびと想像し、楽しめる子ども。これこそが"楽しく食べる子ども""食を期待する子ども"といえるのではないでしょうか。

（酒井治子）

実践 良アイテア 第10回

監修 酒井治子
東京家政学院大学助教授

4歳児の食育実践

川崎市立戸手保育園

ランチルームを通して育つもの

当園で食育に取り組むことになったとき、子どもたちの現状をみて、「子どもたちが食事の大切さに気づき、楽しみ、わくわくする気持ちなどをどうしたらもつことができるか?」あらためて職員が感じたことを率直に出し合い、考えました。

取り組んだのは異年齢のランチルーム。各年齢の発達、一人ひとりの性格、子どもの動線、テーブルの数・配置など、さまざまな課題を試行錯誤していくうちに、少しずつかたちができてきました。異年齢が集まる場では、日々、子ども同士のかかわりにドラマが生まれます。そこでは楽しく食事をするだけでなく、子ども自身がさまざまな友だちの存在を知り、相互に刺激し合っているのです。

活動の概要

子どもたちの朝食の時間はさまざまです。そこで、ランチルームで昼食をとる時間帯を11時15分~12時30分までと広げ、子どもたちが食べ始める時間に違いをつけることにしました。

食事の前後の時間は玄関ホールを利用してマットコーナー、座卓コーナーを設け、異年齢の子どもたちが自分の好きなあそびに取り組めるようにしています。そして、あそびの区切りを自分でつけてからランチルームを利用するようにしています。

また、戸外でたくさんからだを動かし、食後は静かにというように、あそび→食事→静かなあそび→午睡というリズムの必要性を子どもたちに伝え、それらを行うときの約束も子どもたちと決めました。

子どもの姿

いつでも一緒　仲良しグループ

4歳児になると、気の合う友だちとの関係がより深まってきます。あそぶのも食べるのもいつも一緒…これは当然の姿です。男児3人の仲良し組は必ず固まって座り、おしゃべりの度が過ぎたりふざけたり、食事が進まないなど、注意することが多くなっていました。

テーブルを別々にして食べてみよう

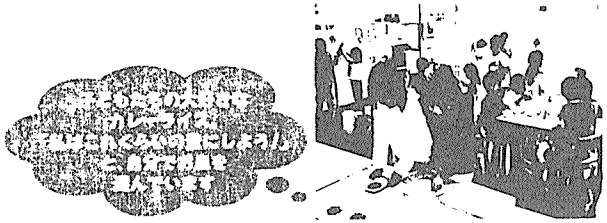
そこで保育士は「たまには別々のテーブルに座って食べてみたら?」と声をかけました。「え~っ!」と初めは不満そうな顔でしたが、担任のことばを受け別々に食べ始めました。すると、それぞれ食べるペースが速くなり、ふざけて食べることも減ってきました。

ほかの友だちともあそんでみたい

そのなかでもK君に変化が生まれました。K君と同じテーブルに座った友だちが積極的に話しかけ、会話をしながら楽しそうに食べています。とくにT君とは紙飛行機であそぶなど、ランチルーム以外でのあそびの場面でもかかわるようになりました。

いつも一緒にいたほかのふたりも、その後それぞれ別の友だちとあそぶ姿がみられました。

楽しく食べる食事を通して、友だち関係が広がりました。"一緒に食べて楽しかったからあそんでみたい"そんな気持ちがきっかけになったと感じています。



ランチルームからみえた4歳児の成長

まだまだ手助けが必要な3歳児、"みんなのために"を意識できる5歳児。それに比べ、4歳児は私たち保育士も特徴がつかみにくく、その育ちを見落としがちです。あらためてみてみると、4歳児は年長児の姿をよくみている、聞いている、憧れを抱いている。でも、"5歳児をさし置いてはできない"という遠慮があるようです。

ある日、年長の5歳児が行事で留守だったときの出来事です。ランチルームに行くと、4歳児たちは、テーブルの設営、ティッシュペーパーや台ふきんの準備、3歳児の主食が入ったお弁当箱をランチルームに運ぶなどの一連の準備を、保育士の指示なしにみごとにやりこなしました。それはまさに今まで5歳児に憧れ、観察し、蓄えてきた力を発揮できた場面でした。今後はこのような機会を意図的につくり、経験を自信につなげていきたいと思います。

活動のまとめ

食事を各保育室からランチルームでとるようになり、子どもの主体的な活動が増えました。それによって、保育士が配膳や後片づけ、着替えなどに追われることなく、子どもと一緒に食べることを楽しみ、子ども同士のかかわりにより視線を向けることができるようになっています。

ランチルームは子ども・担任・そのほかの職員がかかわりを広げられる場でもあり、クラスだけの生活ではみられない姿を発見したり、子どもの気づきに感動する場面も多々あります。とくに、4歳児クラスは特定の人とのこだわりから少しずつ殻を破って社会性を高めていく段階であることも、ランチルームの実践から学びました。

子どもたちの姿から、「お腹がすくリズムのもてる子ども」「一緒に食べたい人がいる子ども」などの、食育指針の目標とする5つの子ども像に近づきつつあることを実感しています。

コメント "食卓を囲む"という拘束力が人間関係を深め・広げる

「一緒に食べよう!」と友だちを誘ってみたけれど、「またね!」や「○○ちゃんと食べるの!」といわれる…。座る席が決まっていないからこそ、生まれてくるひとコマ。「仲良くしたいから、一緒に食べたい!」そんな気持ちが育っているようです。

おとなも人との関係を良くしたいとき、会食の場を設けます。反対に、仲の良くない人と一緒に食卓を囲むのは息苦しい感じがします。人とのぶつかり合いが起こったとき、食事が終わるまで容易に席を立てないという食卓の拘束力が働くからこそ、しかたなく互いに折り合いをつけ、人間関係を深くも広くもしていくのです。

4歳児クラスはより一層仲間関係が重要になっていく時期です。食卓以外の場で意見のぶつかり合いが起こったときにはその場から逃げることができますが、食卓では「お腹もすいているし、最後まで食べなくちゃいけない」と、逃げることができません。お互いに相手を許し、認めるという、社会生活に必要な基本的な能力を身につける格好の場といえるでしょう。そこから仲間のひとりとしての自覚や自信がもてるのです。

異年齢のランチルームでは、5歳児を観察しながら、楽しくおいしく食事をするために自分のやるべきことや、決まりを守ることに気づいていきます。3歳児への思いやりやいたわりの気持ちも育ってくることでしょう。

ランチルームは、単に物理的な環境を整えるだけではなく、子どもと子ども、そして、保育者との人的な環境・かかわりをどのように整えるかが重要であることを示唆してくれる実践です。（酒井治子）

実践 長アイテア 第11回

監修 酒井治子 東京家政学院大学助教授

5歳児の食育実践

川崎市立上作延保育園

食育を通して、自分で考えて行動できる

子どもたちが植物の命やはぐくみを感じ、野菜を育ててくれる人の大変さや思いを知ってほしいと、上作延保育園では広い園庭を生かし、春から栽培に取り組んできました。

しかし、さつま芋を除き、かぼちゃ、トウモロコシはしっかり育てることができず、5歳児の興味を十分引き出す活動ができませんでした。

そこで今度は、冬野菜の栽培にチャレンジしました。

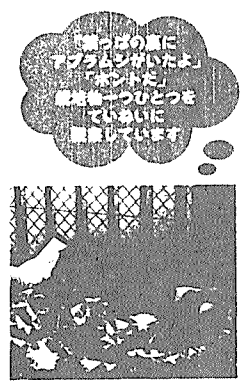
活動の概要

子どもの姿

春に植えたさつま芋は順調に成長し、収穫することができましたが、かぼちゃは途中でウドンコ病が発生して小さなかぼちゃがひとつできただけ、トウモロコシは全体的に小さく、食べる部分はほとんどありませんでした。そのときの子どもたちは、保育士にいわれると畑を見に行き、水やりをしていましたが、畑への興味はあまりないように見受けられました。「夏をみつけて描く」という活動では、4歳児の育てているスイカやナス、3歳児のトマトを中心に描いていました。

冬野菜の栽培開始

冬の野菜（ブロッコリー、大根など）を植えるに当たり、これまでの栽培から、担任保育士には大きな課題が残りました。それは「子どもの栽培への興味を持続させること」「冬野菜をよりよく育てること」でした。



畑のおじさんに質問する

そこで、七夕の笹をもらったり、芋掘りでお世話になっている畑のおじさんに話を聞くことにしました。子どもたちと相談して、「今まで何を育ててきましたか？」「どうやって育てていますか？」「何が一番大切ですか？」という3つの質問をしました。

「何が一番大切か？」の質問に対する答えは「毎日見ること」。「風で倒れていたら起こし、栄養が足りなければ肥料をやり、雑草があったら抜いてやるなど、毎日ようすをみることが一番大切だな」と畑のおじさんは教えてくれました。

野菜の何を見るかを考える

園に戻ると「今まではちゃんと見ていなかったからうまくできなかったかも」「今度はちゃんと見たらいい」と子どもたち自身が気づき、冬野菜の栽培に向けての気持ちが高まってきました。そして、子どもたちと相談し、当番表を作り、交代で毎日見ていくことにしました。見るポイントも子どもたち自身が決めました。

【ポイント】
①倒れていないか　②水は足りているか
③雑草は生えていないか　④栄養は足りているか　⑤葉っぱのようすは元気か
⑥虫がいたらどかす

活動のまとめ

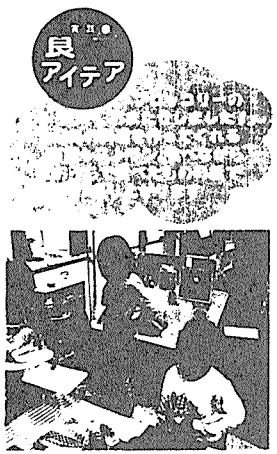
野菜への関心が広がる

子どもたちは畑の少しの変化も気になり、保育士や友だちに知らせたりしています。そして「愛情を込めて世話するとおいしくなるんだって、おばあちゃんがいってたよ」などと話しています。

そのほかにも自発的にブロッコリーや大根の成長について図鑑で調べたり、ほかの野菜と比較するなど、年長ならではの知的好奇心がめばえ、興味が膨らんでいるようです。子どもが「アブラムシが来たら銀色の紙を敷くと来なくなるんだって」と自分で調べ、実践し、納得する姿もありました。

また、保育士はままごとコーナーの料理カードに栽培中の野菜を入れ、子どもとあそんだり、お話作りを楽しむなど、環境の工夫をしました。

これらの活動を踏まえ、自分たちで調べてきたことを読み札にする「やさいかるた」を作ろうと子どもたちと計画しています。



上作延保育園の目標のひとつは「自分で考えて行動できる子ども」です。年長としてこれを十分意識し、保育を計画してきましたが、栽培に関しては、夏野菜では保育士の提案したものが主となったせいか、子どもたちは夏野菜の失敗をとくに何とも思っていないようでした。しかし、その失敗をもとに工夫することで、植物の命やはぐくみ、農家の人の大変さや思いをより強く感じることができたようにも思います。失敗したからもういいとあきらめるのではなく、次にがんばるという意欲が、野菜の成長と共に子どもたち自身の成長になってほしいと思いました。

子どもたちの興味を引くには自分たちで育てたいものを決めること。今なら迷うことなく子どもたちと相談し、決めていけると思います。

保育士の「子どもに経験させたい」という思いはもちろん必要ですが、子どもに考える場を与え、それによりそうことが何よりも重要だと感じています。子どもの気づき・考えを受けとめる助言者の立場で保育を行うことが「自分で考えて行動できる子ども」への大きな助けとなると思っています。

メモ　食を通しての「なぜ？」「なぜ？」が、考える力をはぐくむ

子どもにとって、食の場はさまざまな「なぜ?」でいっぱい。「どうしてトマトは色が変わるの」「せっかく水をあげたのに、どうして育たなかったの」「卵って、焼くといろんな形になっちゃうのはなぜ?」「どうしてぐちょぐちょウンチになるの」と。

食べものを育てるために水をあげたり、卵を焼く前にかき混ぜたりと、手指の巧緻性が高まりさまざまな体験ができるようになるほど、「なぜ?」が多くなっていきます。この事例でも、農家のかたへの3つの質問には「今まで何を育ててきたのか」「どうやって育てているのか」「何が一番大切なのか」と、年長児ならではの視点がキラリと輝いています。また、今までの栽培活動をふりかえり、改善策も子ども自身が生み出しています。かたわらの保育士も、子どもの「なぜ?」の気づきの芽を大切に育てています。

ところで、小学1年生の「生活科」の教科書をのぞいたことがありますか？ 健康で安全な生活をするための給食の大切さを学んだり、植物を育てたり、おとなの仕事を観察することで時間や季節の概念を知るなど、自分と身近な人びと、社会および自然とのかかわりに関心をもち、自分自身や自分の生活について考えることがねらいとなっています。こうした授業での学びを含めて、乳幼児期の食育が学童期で深まり、広がっていくことを期待したいものです。

年長児は6年間の総仕上げの時期です。小学校との連続的な学びの重要性が指摘されるなか、家庭と保育所でのさまざまな体験で蓄えた力を、「生きる力」として十分に伸ばすことができるよう、子どもの「なぜ?」という気づきの芽を大切にはぐくんでいきたいと思います。

（酒井治子）

実践

良アイテア

第12回

監修 酒井治子
東京家政学院大学助教授

5歳児の食育実践

相模原市立上矢部保育園

いのちの成り立ちを通して考える総合的な食育

昨年度から取り組んでいる食育。食べる環境を整える／給食を作ってくれる人とのふれあいの場をつくる／さやえんどうのすじとりやトウモロコシの皮むきなど給食の下準備にかかわる／ランチ当番など、さまざまな食に関する取り組みをしてきました。

でも、食べることだけが食育ではないはず。もっと総合的に、多角的に食育をとらえることはできないか？ いのちの輝きを知る体験はできないか？ という視点から、身近な栽培活動を通して、いのちの成り立ち、変化を体験した5歳児の事例を紹介します。

活動の概要

いのちの成り立ちを考える

朝顔が育つようすをみる

自分の鉢に小石と土を入れ、指先で穴をあけた所に、種をまきました。水やりの大切さを伝えましたが、一人ひとりの意識には違いがありました。友だちの分も水やりをしたり、忘れていることを伝え合うなど、子ども同士で朝顔の成長を共有する姿がみられました。

ひとりの発芽が始まると、自分のそのときを待ち、成長を心待ちするようになってきました。図鑑と同じように葉が変化していくのを、興味深く感じるようでした。

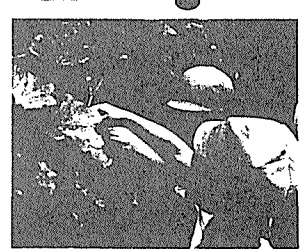
めぐるいのちを感じる

給食でかぼちゃが出たその日…種をとっておき、みんなでまいてみました。するとどうでしょう。見事に発芽し、さらにプランターに植え替え環境が変わってもグングン成長し、しっかりと根を張りました。「先生、これ給食で食べたやつだったんだよね？」「かぼちゃからかぼちゃの芽が出たね」と、子どもなりにめぐるいのちを感じることができたようでした。

発芽したかぼちゃの芽は、ひとつずつ牛乳パックに分け、希望する保護者に持って帰ってもらいました。

成長に合わせて世話をする

おっ！ これがかぼちゃになるのかな？



朝顔の背が高くなってくると、横からつるが出てきました。自分の力で立っていることが大変になってきたことを伝え、保育士と一緒に支柱を組み立て、鉢に差しました。巻きつきながら伸びていくつるが隣の友だちの支柱に伸びてくつくと、「切れないように外そう」と慎重に外しています。

かぼちゃのつるをフェンスにはわせると、子どもの背よりも高くなってきました。黄色の花を咲かせ、実をつける準備が整ってきました。

いのちのつながりを感じる

朝顔のつぼみができ始めると、巻いているつぼみの色から「私のはピンクが咲くみたい」「ぼくのは紫だと思う」などと、花の色を楽しみに待つようになりました。花を楽しみながら、しぼんだ花で色水あそびもしました。

そして夏の終わり、「これをまくとまた花が咲くんでしょ！」と種をビニール袋に集め、いのちがつながっていることを感じることができました。

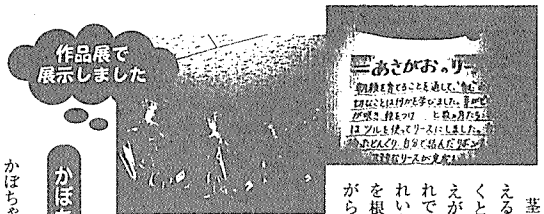
朝顔のリース

茎が茶色になり、終わりの時期を迎える頃に、「リースって知ってる？」と聞くと、「知ってる！」「わからない」と答えが返ってきました。「このままだとこれで終わりだけど、リースにするときれいな飾りになるんだよ」と話し、茎を根元から切ってクルクルとねじりながら輪にしました。後日、神社にどんぐりを拾いに行き、自分で結んだリボンと合わせて飾りにし、ボンドでとめました。

「朝顔も喜ぶね」と話をし、種からリースまでの過程や、その時どきには成長に合わせた世話が必要であったことを、みんなでふりかえりました。

かぼちゃの実り

かぼちゃは、数は少なかったもののしっかりと実をつけ、収穫をすることができました。一方、家庭に持ち帰られたかぼちゃの芽は、成長の報告をしてくれる保護者がいて、実ったかぼちゃでコロッケを作り、食べている写真を保育園に届けてくれるなど、みんなで育てたかぼちゃが家庭と保育園をつなぐ架け橋となってくれました。



活動のまとめ

これまで毎年、5歳児クラスで行ってきた栽培活動の視点を変え、食育への取り組みのひとつとしてとらえたことで、取り組みの幅を広げることができました。また、「食育」というと食べることばかりに視点がいってしまったり、イベント的な展開をしてしまいがちですが、〝食育のヒントは園内の日々の生活のなかにあり、つなげていくことができる〟、ということを認識することができました。

これまでの具体的、直接的に食の環境を整えてきた取り組みとは違い、子どもにどういう影響を与えたかということは、すぐに結果をみることができません。しかし、保育者が柔軟な心で食育を考え、環境を構成することは、子どもが小さなものや動植物への思いやり、自分や他者を大切に思い、慈しむ心をはぐくむ一助になると考えています。

今後も子どもたちの現状を見据えながら、食べることの大切さと合わせて、生活に密着した総合的な食育への取り組みに努めていきたいと思います。

コメント　食を軸に「総合的な保育」をとらえ直す

食べ物も植物も、いのちあるもの。お友だちも先生も、いのちあるもの。この園では子どもがさまざまないのちと出会う環境づくりを大切に「総合的な食育」を進めることを目標としています。「総合的な食育」とはどんなものなのでしょうか。

最近では、小学校でも教科の枠を超えた総合学習が導入され、幼稚園や保育所の保育と接近してきたといわれます。しかし、小学校の総合的学習は教師が総合となるテーマを選んで「総合する」のに対して、保育所の保育はあそびが中心であり、あそびは必然的にさまざまな側面の発達につながる経験を内包しており、おのずから「総合的になっていく」ために、同一ではないのです。

食を軸にとらえ直してみると、「子どもに食べさせる」という、子どもを受け身の存在としてとらえるのではなく、子ども自らがさまざまな環境とかかわって主体的に食べ、自分の世界を広げていくことが期待されます。食べ物を含めたさまざまないのちあるもの、また、その育ちに出会うなかで人とかかわり、自分が食べること、大きくなることに期待感を膨らませる。さらには、主体的に食事作りや準備にかかわり、まさに、自己が充実し、生きることそのものを実感していくことができるでしょう。あそびや食事を含めた生活全体で子どもが何を経験し、それがどのような育ちにつながっているかといった理解や、あるいはそこでの保育者の援助のあり方に注目することが、今求められているのでしょう。「子どもにとって総合とは何か」という、食を軸にした子どもの視点からの問い直しが必要とされているように思います。

（酒井治子）

実践 食アイテア

監修 酒井治子
東京家政学院大学助教授

第13回

2006年度、当コーナーでは、1年間を通して保育所での食育の実践をご紹介していきました。子どもの「食を営む力」の育成に向け、子どもの発達に応じながら物的・人的な環境を計画的に構成し、職員全体で取り組んできました。今号では、これまでの計画・実践を踏まえた評価・反省を行い、2007年度の再計画へとつなげていきたいと思います。

食育を通した子どもの育ちを支えるために

相模原市立上矢部保育園園長　大島公子

当園では、平成17年度から「食育を通して子どもの育ちを考え実践してみよう」と目標を立て、各クラスで子どもの実態に合わせた取り組みを始めました。当初2名だった食育係を5名とし、食育実行委員に組織したことで、クラスごとの取り組みから園全体の取り組みへと広がっていきました。

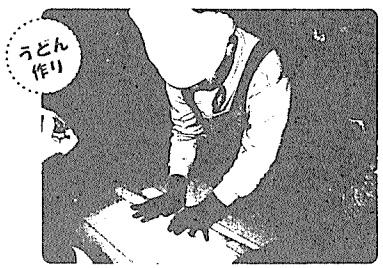
この委員会が園全体のパイプ役となり、クラス、幼児や乳児、給食室、また、地域の外部機関とも話し合いを重ね、疑問や意見を交換し合い、職員間で学び合う姿がみられるようになっています。

連携と工夫

給食室と保育室との連携は、食育を進めていくのに大きなポイントとなります。そこで「ランチルームのバイキング」を実施することとしました。調理員が保育室で配膳することで子どもとふれあうことができるようになり、子どもの育ちを支える力となりました。また、職員の連携によって子どもの活動が広がることにつながりました。

食を通した人との出会いのなかで、子どもが育つ

食を通した人との出会いは、子どもの育ちに新たな支えとなっています。保護者への給食試食会、公民館主催の親子クッキング、食を進める地域の会の協力によるうどん作り、地場野菜を持参してくれる地域の方がたとの交流など、できるだけ地域との連携も深めることができるように工夫しました。



食の大切さは、保護者への啓発や保護者間での情報交換によって、家庭での親子のかかわりのヒントとなりました。さらに、子どもたちが地域の方がたとかかわり合うなかで、そばにおとながいる安心感を抱くことができ、食を通した人とのかかわりは子どもの成長の原動力となっています。

職員の学び

地域のかたの支援で取り組んだクッキングに目を輝かせる子どもの姿や食い入るように説明を聞くその集中力に、子どもの力の大きさをあらためて感じ、「食育が子どもの生きる力の基礎を培う営みである」ことを学ぶことができました。保育園だけでなく、地域と連携して、子どもの成長を見守り育てることで、もっと大きな力になることを職員一同で感じることができました。

この1年間の食育を通して、常に好奇心をもって園の外を意識し交流のチャンスをつくること、そして何より職員の力を信じることの大切さを、私自身が学ぶことができた大きな1年になりました。これからも子どもの育ちを職員と共に見守り、応援していきたいと思います。

実践 食アイテア

栽培物を通した食育実践から学ぶ

川崎市立上作延保育園園長　高橋孝子

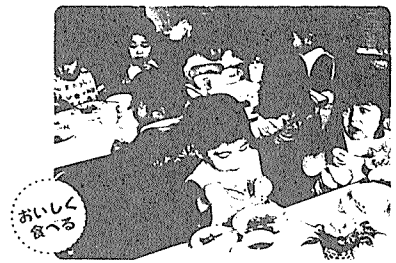
当園では、食育の実践に当たり、どんな子どもに育てていきたいのかについて、保育士だけではなく、栄養士、看護師、調理員、用務員など、子どもにかかわる全職員で話し合いを重ねました。そして、食育目標を「おいしく食べる」とし、実践へつなげていくことにしました。

計画では、園庭が広く、実のなる木がたくさんあり、畑もあることから、収穫物や栽培物を利用し、調理保育を実施したり、収穫物を家に持ち帰って調理して食べてもらうなど、保護者も巻き込んでいきたいという希望が出ました。

いのちとの出会いを通して

実際の栽培ではなかなか思うように育たず、また収穫直前に虫や鳥に食べられてしまって全滅したりと、失敗と挑戦の繰り返しでした。子どもの「なぜ?」をそのままにせず、図鑑を見たり、園芸の本を読んだり、農家の人に聞いたりと、子どもたちと一緒に考えながら栽培し、実を食べてしまった虫や鳥たちも生きていることを学んできました。

夏野菜でのいくつかの失敗の教訓を生かし、冬野菜にはどのクラスも畑らしく野菜が実りました。こうしたなかで、苦手だった物を自分から食べてみようとしたり、こんな物、あんな物が作りたいと、次々と野菜や果物の名前を出してくる子どもたちの顔は、キラキラと輝いていました。おとなも子どもも食育を楽しみ、生きることへつなげていけるといいなと感じています。



毎日の生活を大切に

調理保育のようなイベント的な食育の取り組みだけではなく、日常の生活に根づいた取り組みにしたいと職員全員が考えていました。目標の「おいしく食べる」を実現できるように、保育室では食事のときにテーブルクロスを敷いて花を飾り、できる限りおとなも一緒に食べる、また忙しい時間ですが、ゆとりをもって接することができるよう配慮してきました。保護者には、子どもたちのようすや取り組んだこと(行事・調理保育)などをその日のうちに写真で掲示し、家庭と保育所と次の保育につなげていくことができるように工夫しています。

職員の学び

食育を通して、一人ひとりの子どもの育っていく環境の大切さや、生きていく力の素晴らしさを職員全員で確認できたことが大きな宝になっています。親と子が、保育士と保護者が食の話題を共有し、連続した子どもの育ちを支えることができてきていると思います。これからも子どもと共に、家庭と共に、食育を楽しみながら育んでいけるよう見守り、手助けをしていきたいと思っています。

コメント アイデア提示園からの学びを共有し、わが園の食育実践を

これまで、神奈川県川崎市と相模原市の4保育所で食育の実践から創造されたアイデアを、1年間を通してご紹介してきました。「うちの園でもやっているわ」「そんな取り組みもできるんだ!」など、読者のご意見もさまざまでしょう。

全国的にみれば、これらの園を上回る実践をしているところもあると思います。しかし提示園では、食育を名実共に生きたものとするために、職員が一丸となって計画、実践、評価を繰り返し、再計画というプロセスを通して日々研鑽を積み重ねています。食育実践では、職員のチームワークが鍵となっています。たった2ページのアイデアの提示が、食育の視点で子どもの育ちを支える原動力となっているのです。

次号からも引き続き、各園の計画や実践の背景について、「なぜ、このような食育実践になったのだろうか?」と読者が思いをめぐらし、共に考えていただければと思います。その学びが読者の食育実践に反映されれば嬉しく思います。では、この1年もお楽しみに。

(酒井治子)

Ⅵ. 保育所間及び保護者との情報共有ツール（ホームページ）の開発

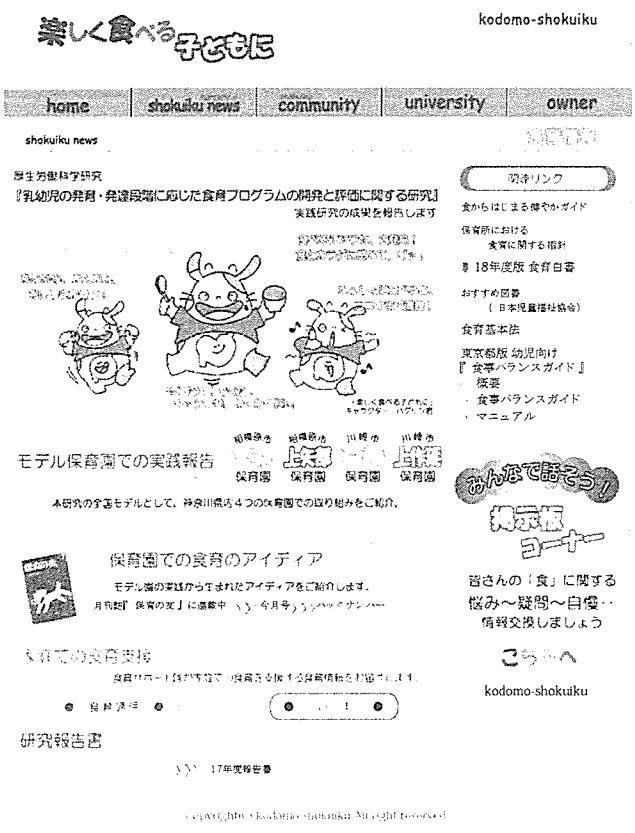
各食育プログラムの実施の計画及び実施のプロセスを保育所間で、また、保護者との情報の共有をするためのツールとして、ホームページ（http://www.kodomo-shokuiku.jp/）を開発し、９月から運用した。

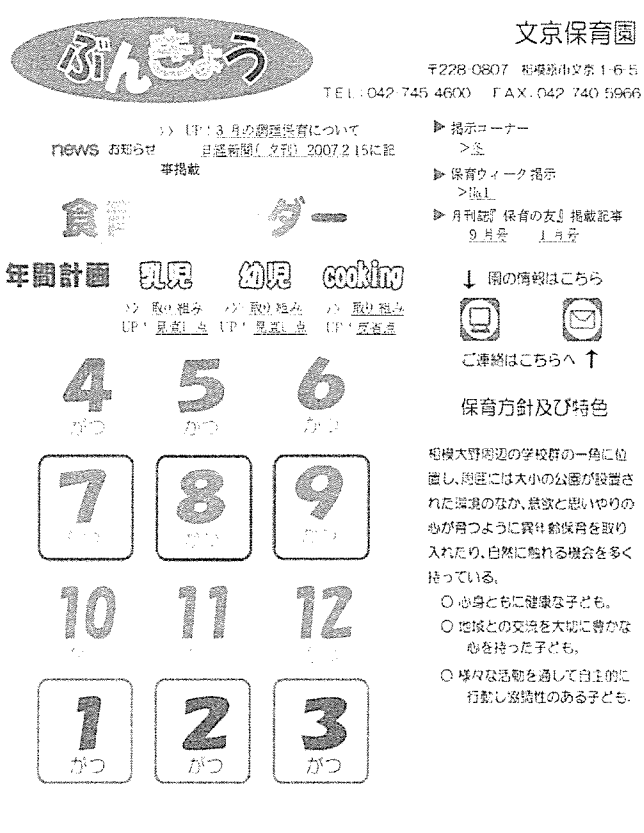
ホームページは主任研究者のホームページの下位に厚生労働科学研究の成果を示すページとして各モデル園での実践報告、保育園での食育のアイディア（前頁　雑誌「保育の友」への掲載ページ）、家庭での食育支援、研究報告を位置づけた。各モデル園での実践報告は、食育の計画や、毎月の食育カレンダー、発達過程別の取り組みの実践状況や評価、保護者に向けて各園で作成した食育だより、園内のクッキングの様子などの掲示物を電子媒体で研究班にメールに送り、研究班で PDF ファイル化をして更新する形式をとった。各園でのホームページに掲載する内容やレイアウトなども園の職員の要望により決定していった。こうした取り組みによって、モデル園では食育カレンダーに掲載する内容やその資料作成について園内カンファレンスを持つ必然性が生じ、職員間で連携が深まっていた。

掲示版コーナーには、保護者からの悩み、園での取り組みへの感想などが寄せられた。以下は、ホームページに対する保護者からの感想を一部紹介する。

○「自分の子どもが載っていたのでうれしかった」という声が寄せられた。
○「先生方がいろいろ取り組んでいることをホームページで知り、自宅でも挑戦してみたい」という声が寄せられた。
○「ホームページがあることを知って見てみた。皆かわいく載っていてよかった」という声が寄せられた。
○「ホームページの検索はどう見たらよいのか」という質問が園にあった（複数）
○ホームページのアドレスをメモする人が数名いた

今年度は月に 280 件のアクセスがあり、本ホームページが保育所間及び保護者との情報共有ツールとなっていた。更新の状況も園によってさまざまであるが、次年度はいずれの園でもホームページによる保護者や他の保育所に向けた情報発信をなお一層充実していくことを計画していた。今年度は市のホームページからのリンクが現状では実現していないが、アクセスの可能性も高めたいと考えている。本ホームページの開発が、子どもの育ちを支えるモデル園での食育のための計画・実践・評価により有効な手段となって運用されるよう更に検討を進めたい。





D．考察

1．　食育プログラム開発のための体制づくり

保育所保育において新たに取り組むべき課題となった食育に関して、４つのモデル園は、園全体で取り組むことを意図し、その体制づくりに努めた。特に、食育の計画作成、及び実践にあたっては、担当部署を定め、取り組んだことも共通していた。

そのうち、戸手保育園と文京保育園は、食育の推進をプロジェクトとして位置づけた上で、取り組むべき内容別にいくつかのチームを組織した。具体的には、戸手保育園が健康と環境の２つの窓口、文京保育園が乳児ランチ、幼児ランチ、クッキング、掲示・レシピの４つの窓口を掲げた。食育を保育の一環として取り組むためには、食が持つ多面的な機能、あるいは園生活全体を視野に入れた活動設定が不可欠となるが、両園が食育を様々な要素から成り立つプロジェクトと捉える試みは、職員間でこうした見方を共有・深化させる機会ともなろう。いいかえれば、食育を総合的な観点から計画、実践することにもつながるだろう。また、上矢部保育園は実行委員会制を採用し、０～５歳児までのクラス担当から１名ずつの参加に加え、事務室からも１名担当者を出し、計５名の実行委員体制を組織した。そして、実行委員会の第一の役割を、保育実践の場と給食室、事務室、市保育課の栄養士とのパイプ役と位置づけ、その連携に努めた。職域を超えた連携を促す試みとして、ひとつの可能性を示した体制づくりといえよう。さらに、上作延保育園は食育を主に担当する係を定めつつも、基本的に全職員で協議・検討する姿勢を重視した。

このように、４園は独自に食育を推進する体制づくりに努めた。一つとして、同じ体制を組織した園はないが、それだけ各モデル園が自園の状況、スタッフの質などを見極めた上での選択であったと思われる。いずれかに理想を求めることなく、自園にあったスタイルを模索し、それを定着させる中で得られたものが“わが園の理想である”といった姿勢が感じられる。また、次年度に向けて体制を再編する動きも出てきており、自律的な園運営のあり方を追求する姿ともいえるだろう。

2．　保育の計画・実践との連動性

モデル園は、こうした自律的な園運営のもと、食育プログラムの開発に関しても、それぞれ独自性を発揮している。それらは、大別すると「保育の計画」に「食育の計画」を融合させた園、「保育の計画」とは別に「食育の計画」を作成した園の２つに分けられる。

そのうち、「保育の計画」に「食育の計画」を融合させた園は、上矢部保育園と戸手保育園である。

上矢部保育園は「保育の一環として食育を捉え、生活や遊びを通して『食を営む力の基礎』を培うよう取り組んでいくことを目指し」ていく中での決断であった。また、戸手保育園は「保育そのものが『食育』というイメージで捉えて、保育計画、指導計画に反映」させることを意図した中での決断であった。その上で両園は、既存の各年齢の年間指導計画、月の指導計画について、食育の視点をふまえた内容に青色のアンダーラインを引く中で、食育を意識した保育実践を展開することを図ったわけである。

これに対して、「保育の計画」とは別に「食育の計画」を作成した園は、文京保育園と上作延保育園である。このうち文京保育園は、調理員も含めた全職員一人ひとりが食育に関する意識を明確に持つために、あえて「保育の計画」とは別に「食育の計画」を作成したと報告している。上作延保育園も同様な姿勢である。

前述した通り、保育所における食育は、保育の一環、つまり園生活全体を通して取り組むことが求められている。『楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針』においても、その方向性は強調されているところである。体験を通して、具体的に物事を理解していく乳幼児期の発達特性を考えれば、当然のことではある。そこが、教科指導を旨とする小学校以上の教育と保育の相違点でもある。

とすれば、「保育の計画」とは別に「食育の計画」を作成した文京保育園と上作延保育園の試みは、あまり歓迎すべきものとはいえない。しかし、両園があえて「保育の計画」とは別に「食育の計画」を作成している点に注目したい。両園ともに、食育を保育の一環として推進したい点では、上矢部保育園と戸手保育園と違いはないはずである。にもかかわらず、あえて別立てで「食育の計画」を作成したのは、両園

の職員間で、食育に対するイメージが一律ではないことを自覚したからである。おそらく保育士の中には、食育をあまり身近に感じない方もいただろう。一方、栄養士や調理員の中には、「食育だから私たちが何かせねば」と身構えた方もいただろう。それぞれの立場を考えれば、無理からぬ姿でもある。ただ、そうした意識を放置していたままでは、食育を保育の一環として実践するどころか、職員連携さえもはかれない。同様の事情は、他の保育園でも少なからず見かける傾向でもあろう。文京保育園と上作延保育園は、こうした事実にしっかりと向き合う中で、現実的な方策として選択されたものといえよう。園の体制づくりと同様、計画そのものの位置づけも、各園の事情に合わせて立案していくことがまずは望まれるが、文京保育園と上作延保育園の試みは、そのヒントを与えるものといえよう。今後、それをどのように「保育の計画」と連動させていくのかという点と合わせて注目したいところである。

なお、各モデル園の計画の内容構成だが、「保育の計画」に「食育の計画」を融合させた上矢部保育園と戸手保育園は、基本的に５領域に代表される『保育所保育指針』に示された保育内容に含めるかたちで、食育の「ねらい」及び「内容」が設定されている。これに対して、「保育の計画」とは別に「食育の計画」を作成した園のうち、上作延保育園は「栽培・収穫・調理」「活動」「配慮」の３項目から「年間食育活動計画」を立案している。一方、文京保育園の内容構成は、基本的に『保育所保育指針』を踏まえた指導計画の保育内容をそのまま使用している。そのため、食育として取り組むべき活動の計画というよりも、食育に関して期待する子どもの育ちを質的に表現したものとなっている。あえていえば、上作延保育園は食育に関する「活動の計画」を特化し、文京保育園は食育に関する「ねらいの計画」を特化したものとなろう。

ただ、「活動の計画」について、上作延保育園だけでなく、他の３園も作成はしている。特に、短期的な指導計画となると、より「活動の計画」となる傾向は強い。今後は、長期的な指導計画といえる年間レベルのものではなく、実践に身近な月・週・日レベルの指導計画をどのようなコンセプトで作成するのかが課題となろう。それらが、どういった方向性を持つかによって、食育プログラムと保育との連動性が確保されるか否かも変わってくる。言いかえれば、食育プログラムと保育を連動させるポイントは、短期的な指導計画の位置づけ方にあるといえよう。これらが具体的、かつ総合的な視点から立案される時、食育の評価も保育への評価とつながることであろう。また、評価の観点も具体的なものとなるだろう。次年度への課題としたい。

３．　モデル園での食育プログラムの特徴

いずれのモデル園でも０～６歳までの園児の発達過程に応じた食育プログラムを開発・実施してきているが、その中でいくつかの特徴がみられた。

第一に、「お腹のすくリズムがもてる」ことをさまざまな目標の基盤として捉えようとする点である。戸手保育園や文京保育園で強調されたように、０歳児では睡眠と食事のバランスによる生活リズムの獲得に主眼が置かれていた。他の年齢児においてもどれだけ食事前までにその子どもなりにたっぷりと遊ぶことができ、お腹がすいたことを実感して、食事に向かうことができえているか、まさに、食事の場や調理体験をするといった特定の時間だけを「食育」として扱うのではなく、保育所での生活すべてであることを意識化した取り組みをすすめていた。「お腹がすいた」「今日は何？」「早く食べたいから、準備しよう」「一緒に食べよう」「たっぷり食べて満足。次に何をして遊ぼうか」と、さまざま意欲を表出していく子どもの姿が浮き彫りになった。「お腹のすくリズムがもてる」ということが『楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針』で示した他のめざす子ども像の基盤となっていることを実証しているといえるであろう。

第二に、第一とのつながりの中で、異年齢の混合のランチルームを設置するなど、日常的な生活の場を食育の柱とする点である。戸手保育園と文京保育園のように、大人に配膳されたものを食べるという待ちの姿勢ではなく、自分で食事のための準備や片付けを行っている。食事の前、中、後という流れの中で、次の行動を組み立てていく力を引き出そうとする試みである。また、ランチルームでの人とかかわり、場を共有することで、培われる人間関係に着目している。そのために、人的なかかわりやランチルームの環境構成をどのようにしたらいいのか、子どもの動きと大人の動きを予測するなかで、さまざまな試行錯誤

がなされた。子どもが食事の場をどのような場として欲しいのかについて十分な話合いがもたれたことであろう。これはすべての保育実践の展開において基本となることであろう。しかし、食事の場は日常の生活であるがゆえに、新たな取り組みや現状の成果も課題もみつけにくい。次年度は各園の取り組みを分かち合い、高めることができるように、モデル園間でも相互に評価・改善をする機会を設けていきたい。

第三に、いずれの園でも強調されたように、栽培から収穫、調理、食事と、作る場と食べる場をつなぐ中で、子どもの食べる意欲を引き出そうとする点である。いのちの育ちにふれることを通して、自分が食べること、生きていることを子ども自身が気づくことをねらいとして掲げている。

年度初めには各園共に「何を植えたらいいのか」「何を作ろう」と計画づくりに張り切りすぎてしまう一面もあったが、次第に、子どもに「何を育てようか」「この食材で何を作ろうか」と、「子どもに聴く」という保育者の姿勢がみられるようになっていった。子どもが「どのようにすれば元気に育つのか」と図鑑で調べたり、農家の方に質問に出かけたりと、生活探求者としての子どもが育っていた。食育が生活に根ざした科学的な実践であることを示唆していた。

第四に、食育を総合的な観点から計画、実践しようとする点である。上矢部保育園では「子どもがさまざまないのちと出会う環境づくりを大切に『総合的な食育』をすすめること」をねらいとしていた。遊びの中で「箸の使用」の準備をしたり、「食育」を健康に関する知識の習得や調理体験といった単独で展開するのではなく、「いのち」をつなぐことを意識して「健康」「人間関係」「環境」「表現」「言葉」といった５領域をつなぐ切り口として「食育」を捉え、総合的な視点からの取り組みをめざしていた。子どもにとってはすべての活動はつながっているものであり、特化することの方が容易ではない。子ども自身に眼を向ければ、否応なく総合化していくということなのかもしれない。職員全体で「食」の多面性を理解することや、それをわが園での取り組みの中で総合的に展開しようとする意図を共有することが大きなポイントとなっていくであろう。

４．　家庭・地域との連携、地域の子育て家庭への支援

子どもの生活を考えれば、保育所のみならず、家庭との連携は不可欠である。いずれの園でも、保護者に向けて、掲示物やお便りなどによる保育所での取り組みの情報発信や、給食献立の展示やレシピの配布、学習会や試食会の実施、園での収穫物の持ち帰りなどが実施されてきている。戸手保育園では、保護者を園のランチルームへ招待し、保育園での食事を保護者と共有しようとする試みである。一方、上矢部保育園のように、保護者による食育モニターの募集、試食会での保護者間のディスカッションなど、保護者から保育園への要望や意見を伝える機会を増やしていくなど、いわゆる双方向性の情報の共有が実施され始めたことが特徴といえる。

地域との連携に関して、食物の栽培や調理の体験は園内の職員だけではなく、保護者や地域の人々との交流をもつ可能性を広げることができる場であることを確信できた。農家や、地場野菜「ふるさとの生活技術指導士」、食品店、食生活推進団体などがあげられた。日頃から、子どもにどんな経験をしてもらいたいかを考え、地域のどのような関係機関や団体があるのか、地域に向けたアンテナを高く持つことの必要性が示された。

地域の子育て家庭への支援については、園庭開放や保育見学など保育所での取り組みに触れる機会や育児相談などが実施されているが、そこにどれだけ「食」の注目した取り組みを絡めていったかが園によって異なっていた。相模原市の２園では「保育ウイーク」という年間行事において、保育所の食事や「食を通したさまざまな体験活動を紹介したり、「食を通した子どもの育ち」と題して子どもの食行動の発達過程を掲示物として表現したりと、園での活動をふり返る機会としていた。

いずれの園でも今年度は子どもの食育を園内で実施していくことに力点がおかれ、家庭や地域との連携についてはまだまだ十分ではないという課題が寄せられていた。連携していくことによる子どもの育ちや活動のあり方の成果と課題を確認していくことが重要である。

E. 結論

４園での独自性をもって展開された今年度の食育プログラムの開発と実施によって、以下のような観点が保育所を拠点とした食育プログラムとして重要な鍵となっていく可能性の高いことが明らかになった。

１）保育所職員が子どもの食育について共通理解をもって食育を推進する体制づくりをすすめること
２）保育計画との連動性を持った食育の計画が総合的な視点から立案・実施、評価すること
３）対象児が０歳～６歳と発達が著しい時期であることを考慮し、子どもを観察し、実態を把握する中で、発達過程に応じたカリキュラムを計画・実施すること
４）食育という特別な課題活動としてではなく、食べものを栽培し、調理し、喫食するというつながりを重視し、日々の生活の中に位置づいて展開すること
５）保育所を拠点とし、食物の生産・流通業者、飲食店等のフードシステムとの連携に着目した地域ベースでの食環境づくりの視点も重視できること
６）在園児の食育プログラムの実施にあたっては家庭との連携は不可欠であり、食育のねらい及び内容を保護者と共有すると共に、家庭での食育の支援にも重点をおくこと
７）「食」を窓口に未就園の地域の子育て家庭への支援を展開することは在園児に向けた食育の充実にもつながること

次年度は分担研究３のプロセス評価の結果を踏まえて実態を加味しながら、モデル園での食育プログラムを発展させ、食育プログラムの評価方法を提案したい。

文　献

1) 酒井治子：平成 17 年度厚生労働科学研究補助金（子ども家庭総合研究事業）報告書「子どもの食育プログラムの開発と評価に関する研究」2006
2) 厚生労働省雇用均等児童家庭局保育課：「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」，2004

厚生労働科学研究費補助金（子ども家庭総合研究事業）
分担研究報告書

3．保育所の食育プログラムのプロセス評価

分担研究者	酒井治子	東京家政学院大学	助教授
	安梅勅江	筑波大学	教授
	榊原洋一	お茶の水女子大学	教授
研究協力者	廣瀬志保	愛知教育大学	非常勤講師

研究要旨：

昨年度のベースライン調査結果を基に、平成 18 年度から平成 19 年度の 2 年間、食を通した子育ち環境の整備と子育て支援を目標とし、保育所を拠点に家庭と地域とが連携した食育プログラムを計画し、実施している。1年目のプロセス評価を明らかにするために、神奈川県川崎市及び相模原市の8保育園に在籍する0～6歳児 926 人に保育士及び保護者回答の質問紙調査を行った。昨年と今年の質問紙が回収できた 635 名を分析対象とした結果、モデル園群4園では対照園群4園と比較して昨年から以下の変化が明らかになった。

1）保護者が保育所にニーズを伝える機会や、食に関する情報などを保育所から得ることが多くなり、食品会社や外食店からや地域の食育に関する情報を得る機会も高まってきていた。
2）保護者のバランスのとれた子どもの食事の与え方への理解や、発達に応じた食べ方への理解が進んだが、保護者自身の朝食摂食状況や食事内容など食行動の変化はみられなかった。
3）家庭での子どもの食育では、残さず食べさせることや、食具使用、行事や旬・特産物をいかした食事の提供や、自然の恵みに感謝の気持ちを持たせること、子どもが調理をすることの実践度が上がっていた。
4）子どもの起床時刻や食事の時刻など生活リズムはよくなっているが、食事内容や朝食摂食状況、共食等には影響を及ぼしておらず、保護者の食知識・食態度と大きく関わる項目については改善がみられなかった。
5）本食育プログラムの保育所や家庭での取り組みにより、子どもの食事中の姿勢やマナー、食具の使用、自発的な挨拶などの食事行動に変化がみられた。また、先生や友達と一緒に食べることや食事づくりの準備、食べものを話題にすることなどへの意欲の向上が認められた。
6）1年の食育プログラムの実施により、保護者は子どもの食に関する情報を積極的に入手するようになってきたが、来年度はさらに関心や理解を深められるような内容の情報発信や、保護者が入手した情報を活用して、多様な食材や地場で生産された食材を使用した食事づくりや食事内容の向上につながるよう、進めていきたい。

A．研究目的

少子化時代の子育て環境に、かつてなかったほど深刻な関心が寄せられてきている。繰り返され虐待や子ども自身が引き起こすさまざまな事件の一端には、核家族化や地縁の希薄化にともなう家庭や地域の育児機能の低下がある。

こうした社会背景のなか、平成 15 年には次世代育成支援対策推進法が制定され、それに基づく行動計画策定指針において「食育の推進」が「母性並びに乳児及び幼児などの健康の確保及び増進」の一項目として盛り込まれている。平成 17 年には食育基本法も施行され、家庭や保育所における食育への関心がますます高まってきている。子どもにとって食の原点となるのはやはり家庭である、安梅らは年次ごとの追跡結果から、家庭で一緒に食事をする機会の頻度などの家族のかかわりや子育て支援の利用の可能性が子どもの発達に影響することを報告してきている[1~3]。

本研究班では、昨年度のベースライン調査結果を基に、平成 18 年度から平成 19 年度に

かけて、食を通した子育ち環境の整備と子育て支援を目標とし、保育所を拠点に家庭と地域が連携した食育プログラムを計画し、実施しているところである。

そこで、本報の目的は、上記の食育プログラムのプログラム評価として、保護者の食育に対する態度と家庭での食育実践状況、子どものライフスタイルと、そのための保育所や地域への食育情報の提供についての認識への影響について明らかにすることである。

B．研究方法

1．調査対象

川崎市４園、相模原市４園の計８園に在籍する０歳児から６歳児の計 926 名の乳幼児を対象とした。両市から２園ずつ、計４園を食育プログラムの「モデル園群」とし、他の４園を「対照園群」とした。

2．調査方法

本研究事業は昨年度から３年間にわたり、行政と研究機関との共同プロジェクトとして、モデル園を設定し事業展開している。その中間評価を目的として、市保育担当課から保護者に紙面により調査への協力を依頼した。

調査方法は、対象園の担当保育士及び保護者に 2007 年２月、アンケート調査を行った。調査票は保育士対象の「子どもの発育・発達診断シート」と、保護者対象の「子どもの食と生活に関するアンケート」の２種類である。

保護者対象の調査票における有効回答は 920 名（回収率 99.4%）、担当保育士対象の調査用における有効回答は 926 名（回収率 100%）であった。そのうち、昨年の調査と今回の調査について、両調査票の回収が可能であった 635 名を分析対象とした。今年度の０歳児の調査データは結果に含まれていない。分析の対象児はモデル園群 322 名、対照園群 313 名である（表１）。

表1　群別年齢別分析対象児数

	1歳児（人）	2歳児（人）	3歳児（人）	4歳児（人）	5歳児（人）	6歳児（人）	合計（人）
モデル園群	1	38	49	76	77	81	322
対照園群	3	39	49	66	72	84	313
合　計	4	77	98	142	149	165	635

3．調査内容

乳幼児に関する調査内容は、属性、QOL 身体発育と疾病状況、発達状態、家庭でのライフスタイルと食事行動の評価についての項目である。

保護者に関する調査内容は、家庭での乳幼児への食育、食行動、食知識、食態度、保育所や地域の食環境についての項目である。食行動、食知識、食態度、保育所や地域の食育の現状やニーズは、各項目を５点満点の５段階尺度で検討した。

家庭での食育に関する項目として、著者らが策定に関わった「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」[4,5]をもとに、家庭での食事の提供を含めた「食と健康」「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」の視点から５領域 26 項目とし、５点満点の５段階尺度により評価する指標を用いた。

4．分析方法

本対象年齢が子どもの発達による違いも大きいことから、年齢別に、また、モデル園群・対照園群の群別に、昨年度 2006 年 11 月のベースライン調査時と今年度の二点時で比較を行なった。対応のある t 検定、Wilcoxon の符号付順位検定および McNemar の検定を、有意水準５％で統計分析を行った。統計パッケージは、SPSS Ver.14.0 を用いた。なお、分析結果に示した対象児の年齢は 2007 年２月末日時点の年齢である。

5．倫理面への配慮

対象地域の保育担当課と研究機関の共同プロジェクトとして、調査の目的を書面にて保育者および、保護者に説明し、研究の協力の旨、同意を得た。調査票は無記名とし、個人が特定できる内容を含まないように配慮した。調査票の回収にあたっては、封筒に入れて回収し、研究機関にて開封した。２種類の調査票を ID 番号にて照合し、番号は対象園で管理し、個人情報の漏洩等を防ぐ対策をとった。

C．研究結果

1．保護者への効果

1）保護者への食情報・学習の場の提供及び食知識・食態度の変化

（1）食に関する情報・学習の場の提供の変化（表２）

モデル園・対照園の群別に昨年と今年を比較した。ほとんどの項目で平均評点は上がっていた。「子どもの食に関わる要望を、家庭から保育所に伝える機会」は、両群において有意にその頻度が変化し、平均評点も上がっていた。「園だよりや連絡帳による子どもの

食の情報（保育所での食の取り組みを含む）」では、両群において有意差はないものの平均評点は上がり、４点の「まあまあ得られている」を超えている。これら保育所からの発信に関する２項目以外は、平均評点２～３点の「あまり得られていない」から「どちらともいえない」の間に分布しており、提供度が低いといえる。しかし、「食品会社、食料品店や外食店からの、子どもの食についての情報」「食品店や外食店による栄養面・安全面など、子どもに適したメニュー」は、両群において平均評点が上がり、有意にそれらの機会を得ることに変化があった。また、モデル園群においては「地域での、子どもが食べものの栽培や収穫に関わる機会」「市内で生産された特産物を食べる機会」「保健所や保健センターによる、子どもの食の情報や、講習会・料理教室などの学習の機会」は、有意に意識の変化がみられた。

（２）保護者の食知識・食態度（表３）

食知識のうち、「バランスのとれた子どもの食事の与え方を、十分理解している」「子どもの発達に応じた食べ方を十分に理解している」について、モデル園群では昨年に比べ今年は有意に理解度が変化し、平均評点も上がった。一方、対象園群では、有意に理解度に変化が認められたが、平均評点は下がった。「子どもの適切な食事量を、十分に理解している」は、両群とも有意な理解度の変化は認められなかったものの、平均評点はわずかではあるが上がっている。

食態度では、「子どもの食事に大変関心がある」について対照園群において有意に関心度に変化が認められ、平均評点は下がった。モデル園群においても、有意差は認められないものの、同様に平均評点は下がった。有意差は認められないものの、モデル園群においては「おいしく楽しくきちんと食べることに、とても心がけている」では平均評点は変わらず、「食事を作ることが、とても好きだ」では、平均評点はわずかに上昇した。しかし、対照園群においては平均評点が下がった。

２）家庭での食育（表４－１～４）

家庭での食育実践状況を、群別に昨年と今年の比較を行なった。

『食と健康』の領域では、両群において「嫌いなものでも残さず食べさせる」「食べ物栄養・健康の情報伝達をする」では評点平均が上がり、「早く食べるように急がせない」は評点平均が下がり、有意に実践度が変化した。モデル園群においては、「身体を動かす遊び時間の確保」で有意に実践度の変化があり、平均評点が下がった。一方、対照園群においては、「子どもが自分で食べようとすることを尊重する」が昨年の 4.28 点から 4.14 点に、「睡眠時間の確保」が 3.77 点から 3.63 点に平均評点が下がり、有意に実践度に変化した。「子どもが自分で食べようとすることを尊重する」は、両群において、昨年も今年も平均評点は「まああてはまる」の４点を超えており、実践度は高い。「食欲の個人さの尊重」も、両群において、有意差は認められないものの、実践度は高い。

『食と人間関係』の領域では、「子どもと一緒に食べる」について、モデル園群では実践度の変化に有意差はみられないものの、平均評点が下がっているが、対照園群では有意に実践度が変化しており、平均評点は上がった。また、両群において有意な実践度の変化は認められないが、昨年も今年も実践度の高い「食事中、子どもに話しかける」ではわずかに平均評点は下がり、「家族以外の人との食事」では平均評点は上がった。

『食と文化』の領域では、両群において「箸の使い方を教える」で実践度の有意な変化が認められ、平均評点は上がった。モデル園群においては、「スプーン・フォークの使い方を教える」や、「行事や旬をいかした食事の提供」「特産物をいかした食事の提供」について実践度が有意に変化し、平均評点は上がった。両群において、「あいさつをさせる」「食器を配慮した食事の提供」の２項目は、有意な実践度の変化はみられなかったが、昨年も今年も平均評点は高かった。

『いのちの育ちと食』の領域では、「動植物からの自然の恵みに、感謝の気持ちを持たせる」について両群において有意に実践度が変化し、平均評点も上がった。飼育や栽培収穫に関する項目では、平均評点は上がってはいるものの実践度は低く、有意な変化は認められなかった。

『料理と食』の領域では、両群においてほとんどの項目で有意に実践度が変化し、平均評点も上がった。また年齢別の平均評点もほとんどの項目で上がる傾向があった。

3）保護者の健康状態・食行動の変化

（1）保護者の健康状態（表5）

両群の両親においてＢＭＩ「ふつう」が70％以上である。一方、父親の約 25％は「肥満」である。対応のあるｔ検定により昨年と今年の結果を比較したところ、有意差は認められなかった。

（2）保護者の食行動の変化

（表6－1・2）

群別に昨年と今年を比較したところ、朝食の摂食状況は、モデル園群においては、有意な摂食状況の変化は認められないものの、「週2、3日」「ほとんど食べない」と回答する保護者は減少し、「ほぼ毎日」が約8割いた。対照園群においても、摂食状況が改善されており、有意に摂食状況の変化が認められた。

主食・主菜・副菜の出現状況は、両群において有意な出現状況の変化は認められなかった。「毎食」及び「日に2食以上」で、約7割に達していた。

「十分な時間をかけて、ゆとりをもった食事をしている」では、両群において、ほとんどの年齢で平均評点は下がり、有意に行動変化が認められた。「食事をうす味にしている」では、両群において有意差は認められないものの、モデル園群の3，4，5歳児では評点が上がっていたが、全体の平均評点は下がっていた。「できあいの惣菜や冷凍食品を、よく使う」では、両群において平均評点が下がり、使用頻度が減ってきたようであるが、有意差は認められなかった。また、モデル園群においては、「市内で生産された農産物を、とても利用している」「子どもの食に関する情報を積極的に入手している」で、有意な行動変化ではないものの、平均評点は上がった。

2．本プログラムの子どもへの効果

1）子どものライフスタイル

（表7－1～13）

保護者回答の子どものライフスタイルについて Wilcoxon の符号付順位検定により、群別に昨年と今年を比較した。起床・就寝時刻は、モデル園群と対照園群において平日と休日とも、有意に起床・就寝時刻に変化が認められた。起床時刻は早くなる傾向であった。平日の就寝時刻は 21 時～22 時に就寝する対象児が増加しており、また 22 時以降に就寝する対象児が減少している。しかし、依然 22 時以降に就寝する対象児がモデル園群で 49.4％、対照園群で 54.1％と遅い傾向である。休日ではモデル園群では 23 時以降に就寝する対象児が減少している傾向がうかがえるが、対照園群では増加傾向にある。

朝食時刻は、モデル園群と対照園群において平日と休日とも、有意に朝食摂食時刻に変化が認められた。両群とも8～9時に朝食を摂る対象児が少なくなっており、8時前が多くなっている。

夕食時刻は、モデル園群と対照園群において平日と休日とも、有意に夕食摂食時刻に変化が認められた。両群とも平日は 20 時以降に夕食を摂る対象児が減少し、休日は 18 時～19 時に夕食を摂る対象児が増加した。

歯磨き習慣は、モデル園群と対照園群において有意に習慣が変化した。両群とも「ほぼ毎食後」歯磨きをする対象児が増加している。

排便習慣は、モデル園群においては有意にその習慣の変化が認められた。

朝食の料理別の摂取頻度は、モデル園群において「牛乳・乳製品」と「果物」の摂取頻度がさがった。対照園群においても「牛乳・乳製品」の摂取頻度が有意に少なくなった。

夕食の料理別の摂取頻度は、両群において「果物」の摂取頻度が有意に少なくなった。

朝食の摂食頻度については、両群とも昨年と今年の間で有意差がみとめられなかった。モデル園群においては約 90％、対照園群においては約 86％の対象児がほぼ毎日朝食を摂っている。「ほとんど食べない」も依然存在するが、その数は減少した。

共食の状況は、対照園群において、平日と休日の夕食で、有意に共食状況に変化が認められた。特に休日の夕食で「一人で」「子どもたちだけで」「食べない」対象児がいなくなった。

間食の機会は、モデル園群において有意に夕食後に間食を摂る対象児が増加した。対照園群においては、いずれの時間帯も有意な変化はみられなかった。

外食の頻度は、対照園群において有意に外食の頻度に変化がみられ、週に一回以上の外食が 30.4％から 33.5％に増加した。有意差はみとめられないものの、モデル園群においては週に一回以上の外食は昨年の 42.9％から 37.6％に減少していた。

テレビの視聴については、モデル園群で有意に視聴頻度に変化がみられた。特に5歳児では増加している。食事中のテレビの視聴は、両群とも有意な変化は認められなかった。

２）子どもへの効果

（１）食事行動の変化（表８）

乳幼児の食事行動を、保育所で評価を行ない、群別に昨年と今年を比較した。両群において、ほとんどの項目で有意に変化が認められ、またすべての項目の平均評点は上昇し、平均評点は３点以上で、「どちらともいえない」から「まああてはまる」の間に分布していた。特に、食具の使用に関する項目は、両群とも変化の度合が大きかった。

２）「食」への意欲・態度の評価（表９）

各年齢別クラスの担当保育士が評価した乳幼児の食事行動を、昨年と今年を比較したところ、両群においてほとんどの設問項目で有意な変化が認められた。詳細にみると、「お腹がすくリズムができている」では、モデル園群においては、１歳児以外の園児で平均評点が下がっており、有意に食事行動が変化している。しかし、対照園群においては、４歳以降児では各年齢の平均評点が上がっており、有意差はないが、全体の平均評点は上がっていた。「食べたいもの、好きなものが増えている」では、モデル園群では５，６歳児では平均評点が上がってはいるものの、他年齢児では下がっており、全体の平均評点は降下していた。一方、対照園群でも同様の傾向がみられたが、有意に食事行動が変化しており、全体の平均評点は上昇していた。「先生や友達など、一緒に食べたがる」「食事づくりや準備にかかわろうとする」「食べ物を話題にする」の３項目は、両群において平均評点は上昇しており、有意に食事行動が変化した。

Ｄ．考察

１．保護者の食育に対する食意識・食態度への効果

食育に関する情報を得る機会は、両群とも園だよりや連絡帳あるいは保育所での食育の取り組みや懇談会など、保育所から発信されるものが多かった。平成17年乳幼児栄養調査[6]において、保護者が家庭と共に取り組みが必要な機関としては、「保育園、幼稚園」が最も多かったことをみても、保育所に期待を持っていることが分かる。酒井ら[8]は、保護者からの、食品会社、食料品店や外食店からの子どもの食について食環境整備についてのニーズは４割と高いことを明らかにしている。これらからの子どもの食についての情報は、両群において昨年に比べると情報を得る機会は増えたもの、まだ活用度は低い。情報やモデル園群では、地域での食べものの栽培や、収穫に関わる機会や市内で生産された農産物や特産物を食べる機会が増えていたり、保健所や保健センターによる、子どもの食の情報や、講習会・料理教室などの学習の機会も増加した。モデル園群では昨年に比べ、バランスのとれた子どもの食事の与え方や、子どもの発達に応じた食べ方への理解が進んだ。一方、対照園群では、バランスのとれた子どもの食事の与え方や、子どもの発達に応じた食べ方への理解、子どもの食事への関心が低くなった。

一方、保護者自身の健康状態や食に関する行動の変化をみると、ＢＭＩ分類において、父親において、肥満の割合は、全国の結果[7]と同様に25％をしめており、変化がみられなかった。

モデル園群においては、ゆとりをもった食事をすることは、有意に低くなってしまった。しかし、朝食摂食状況や、主食・主菜・副菜のそろった食事の頻度、できあいの惣菜や冷凍食品の使用頻度は、有意差はないものの、改善の傾向にある。地場食材の使用頻度や、食情報の入手については、有意差は認められないものの、対照園群では減少したが、モデル園群では、増加してきていた。

本プログラムの実施により、保育所での食に関する取り組みや、保育所からの保護者への発信や情報提供などにより、保護者の食に対する知識や態度が変化したものの、１年目としては保護者自身の健康状態・食行動の変化に影響を及ぼす効果が現れなかった。

２．家庭での食育実践状況の変化

モデル園群では、特に「嫌いなものでも残さず食べさせる」や、食具の扱いやあいさつをさせるなどに関する『食と文化』の領域で家庭での食育実践状況が高く変化した。『料理と食』の領域では両群において、食育実践度が高くなり、有意に変化した。しかし、「早く食べるように急がせない」などの『食と健康』の領域や、「子どもと一緒に食べる」などの『食と人間関係』の領域では、実践度が低く変化した項目もあった。

保育所での食に関する活動や発信などにより、保護者の食育に対する知識や態度が変化したことで、家庭での食育の実践度が高まっている。しかし、保育所での栽培・収穫の活動や調理体験などや、発信される内容からの変化はみられるが、忙しい日常生活のライフスタイルの中で実現しにくい「身体を動かす

時間の確保」や「早く食べるように急がせない」などの実践度が低くなった。保育所では日常的に保育の中で配慮していることを、もっと保護者に伝える必要がある。

3．子どものライフスタイル・食事行動への効果

両群において、起床・朝食時刻は早くなる傾向にあり、規則的になってきている。起床時刻は、平成 17 年度乳幼児栄養調査の結果[6]と同様の傾向で、対象園児の約6割が7時台でもっとも多く、ついで6時台、8時台であった。就寝時刻は、改善されてきているものの、未だ遅い傾向にある。平成17年度乳幼児栄養調査の結果[6]では 21 時台に就寝する子どもが約 46%に増加し、22 時台に就寝する子どもは約 25%だったが、本調査では、両群の1～3歳児において、21 時台、22 時台に就寝する子どもはそれぞれ約 40～50%であった。これは、平成 12 年度幼児健康度調査報告書の結果[6]に比べて改善されてきているものの、依然規則的な生活習慣の形成には引き続き対応が必要である。

朝食の摂食頻度は、昨年から変化はみられず、モデル園群においては約 90%、対照園群においては約 86%の対象児がほぼ毎日朝食を摂っている。また平成 15 年の林らの調査報告[10]では、「毎日食べている」幼児の割合は 78.3～87.5%であった。乳幼児栄養調査の結果[6]では子どもの 9.4%に欠食がみられると報告されているが、両群の1～3歳児においては、10%を超えていた。夕食時刻は両群において、21 時以降に摂る対象児が昨年に比べ、半数近くまで減少した。

共食状況や食事の内容については、モデル園群においては、改善の傾向はうかがえるものの、有意な変化には至っていない。また間食を夕食後に摂る対象児がモデル園群において有意に増加していた。一方、間食を夕食後に摂る対象児がモデル園群において有意に間食を摂る機会が増加している。

約4割の対象児が、外食が週一回以上と高頻度であるので、食品会社や外食店からの情報提供が期待されている。

テレビの視聴は、モデル園群において、頻度が上昇していた。

子どもの食事行動について、モデル園群では、子どもの食べる姿勢やマナー、食具の使い方が良くなったり、挨拶を自分からするようになるだけでなく、「先生や友達など、一緒に食べたがる」「食べものを話題にする」「食事づくりや準備にかかわろうとする」などの姿がみられるようになってきた。

以上のように、本食育プログラムの1年の実施では、起床・朝食・夕食時刻は早まり、生活リズムはよくなり、こどもの食事行動の発達もみられたが、食事内容や摂食頻度、共食等、保護者の食態度と大きく関わる項目については改善がしにくいことが示された。

4．本食育プログラム2年目に向けた課題

保護者は子どもの食に関する情報を積極的に入手するようになってきたものの、その情報の活用状況はまだ十分とはいえない。

来年度に向けた食育プログラムの課題としては、保護者がさらに理解や関心を深められるような内容の情報を発信し、入手した情報を活用し、保護者自身の食行動が変化し、多様な食材や地場で生産された食材を使用した食事づくりや家庭での食事内容の向上につながることを重点課題としたい。

E．結論

神奈川県川崎市及び相模原市の8保育所に在籍する0～6歳児 926 名を対象に、保護者の食育に対する態度と家庭での食育実践状況、子どものライフスタイルと、そのための保育所や地域への食育情報の提供についての認識への影響について明らかにするために、中間評価として保育士及び保護者回答の質問紙調査を行った。そのうち、昨年と今年の両方の調査を回収することのできた 635 名について、解析を行なった。

その結果、モデル園群では昨年に比べ、保護者は、バランスのとれた子どもの食事の与え方や、子どもの発達に応じた食べ方への理解が進んだ。また、保護者が食育に関する情報を得る機会は、保育所から発信されるものが多かった。食品会社、食料品店や外食店からの、子どもの食についての情報を得る機会は増えたもの、まだ活用度は低いようである。家庭での食育において、「嫌いなものでも残さず食べさせること」や、食具の扱い、行事や旬、特産物をいかした食事の提供や、動植物からの自然の恵みに感謝の気持ちを持たせる」こと、調理に関して食事の準備や片付け、買い物に子どもを関わらせたり、食材に触れさせることなどの項目について、実践度が上がっていた。

子どもの生活リズムはよくなっているが、食事内容や摂食頻度、共食等には影響を及ぼしていない。保護者の食態度と大きく関わる項目については改善がみられていない。

保育所での食に関する取り組みや、保護者への発信により、保護者の食に対する知識や態度が変化していき、家庭での食育の変化につながっていったが、保護者自身の食行動の変化はみられなかった。保育所からの子どもの食に関する活動や発信が、保護者自身の食行動の変化に影響を及ぼすことを期待したが、行動変容には至らなかった。忙しい日常生活のライフスタイルの中で実現しにくく、実践度が低くなった「身体を動かす時間の確保」や「早く食べるように急がせない」などの保育所では日常的に保育の中で配慮していることを、もっと保護者に伝える必要がある。

モデル園での保育所や家庭での食育の取り組みにより、子どもの姿に変化がみられた。食事中の姿勢やマナー、食具の扱い方がよくなったり、自発的に挨拶をするなどの食事行動の変化がみられ、また、「先生や友達など、一緒に食べたがる」ことや、食事づくりの準備にかかわろうとしたり、食べものを話題にするなどの変化が認められた。

F. 研究発表

1．論文

黄川田美玲，安梅勅江，丸山昭子，田中裕，酒井初恵，宮崎勝宣：保育園を利用する4歳児の発達への複合的な関連要因に関する研究－母親のストレスに焦点をあてて－、日本保健福祉学会誌、12(2)、15-24、2006

丸山昭子，大関武彦，安梅勅江：保育園を利用する2歳児の発達・社会適応・問題行動・健康状態への複合的な関連要因－母親のストレスに焦点をあてて、厚生の指標、53(8)、25-33、2006

安梅勅江，篠原亮次，杉澤悠圭，田中裕，酒井初恵，宮崎勝宣，丸山昭子：子どもの発達の全国調査に基づく園児用チェックリストの開発に関する研究、厚生の指標、54(1)、33-48、2007

丸山昭子，大関武彦，安梅勅江：保育園児の社会適応の関連要因－保育時間に焦点をあてて－．保育と保健　12（1）：25－30，2006．

安梅勅江：生活リズムのあり方と子どもの育ちとの関係，現代と保育　64：2006

酒井治子：食育―子どもが生活文化を創造する，児童福祉文化年報　平成16年度版，17-22，2006

酒井治子：食を通じて、子育ち・子育てを応援する－地域拠点としての保育所の役割―，食育活動，No.225，38-43，2006

2．学会発表

酒井治子，廣瀬志保，飯田栄子：家庭での子どもの食育と、保護者のQOL及び育児環境との関連，第53回日本栄養改善学会学術総会（つくば　2006年10月）

廣瀬志保，酒井治子，師岡章：保育所における食育実践状況（第2報）常勤栄養士の配置の有無による実践状況の違い，第53回日本栄養改善学会学術総会（つくば　2006年10月）

加藤理津子，酒井治子，吉田真美：グループインタビューによる食育ニーズの検討―第1報　保護者を対象として―，第53回日本栄養改善学会学術総会（つくば　2006年10月）

吉田真美，酒井治子，加藤理津子：グループインタビューによる食育ニーズの検討―第2報　保育専門職を対象として―，第53回日本栄養改善学会学術総会（つくば　2006年10月）

酒井治子，廣瀬志保：保育所と家庭における食育の実践状況，第53回日本小児保健学会（甲府　2006年10月）

文　献

1) 安梅勅江：長時間保育の子どもの発達への影響に関する追跡研究―2年後の子どもの発達に関連する要因に焦点を当てて－，社会福祉学，2002；43(1)；12-133

2) Anme T, Segel U : Implications for the development of children placed in 11+ hours of center-based care, Child Care, health and development, 2004；30(4)；345-352

3) 安梅勅江、田中裕、酒井初恵、庄司ときえ、宮崎勝宜、渕田英津子：長時間保育が子どもの発育に及ぼす影響に関する追跡研究―1歳児の5年後の発達に関連する要因に焦点を当てて，厚生の指標 2004：51(9)；20-26

4) 厚生労働省雇用均等児童家庭局保育課：「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」，2004

5) こども未来財団：平成 15 年度　児童環境づくり等総合調査研究事業報告書　「保育所における食育のあり方に関する研究酒井治子（主任研究者）」1-170，2004
6) 厚生労働省：平成 17 年度乳幼児栄養調査結果，2006
7) 厚生労働省：平成 16 年度国民健康・栄養調査，2004
8) 社団法人日本小児保健協会：「平成 12 年度幼児健康度調査報告書」2001
9) 酒井治子，高橋千恵子：食育の観点からみた幼児用外食メニューの食事構成と、養育者の食育ニーズの解明，すかいらーくフードサイエンス研究所、平成 13 年度食に関する助成研究調査報告書，2002
10) 林辰美、伊東るみ、波呂和代、辻野初子、肘井千賀、三好恵美子、仲宗根信枝、桑野和代、大澤洋子：望ましい食習慣づくりをめざした食育モデル構築のための幼児の食生活調査－特に朝食摂取習慣と生活習慣の関連について－，栄養日本，48，548－550

表2 食育に関する情報・学習の場の提供の変化

		モデル園群						対照園群					
		昨年			今年			昨年			今年		
		n	Mean	S.D.	*n*	Mean	S.D.	*n*	Mean	S.D.	*n*	Mean	S.D.
子どもの食に関わる要望を、家庭から保育所に伝える機会（懇談会など）	1歳児	1	4.00	.	1	4.00	.	3	3.67	1.53	3	4.33	1.15
	2歳児	38	3.32	1.12	38	3.47	1.03	39	3.31	1.03	38	3.87	0.91
	3歳児	48	3.42	1.11	49	3.69	0.94	49	3.29	1.08	48	3.56	1.01
	4歳児	74	3.34	1.06	75	3.87	0.64	66	3.18	0.99	65	3.32	0.95
	5歳児	73	3.21	1.04	76	3.41	0.95	70	3.24	1.15	71	3.37	0.96
	6歳児	81	3.35	0.99	81	3.64	0.99	82	3.49	0.86	84	3.54	0.83
	全体	315	3.32	1.05	320	3.63	0.92	309	3.31	1.02	309	3.50	0.94
	前後の差	*						*					
園だよりや連絡帳によるお子さんの食の情報（保育所での食の取り組みを含む）	1歳児	1	4.00	.	1	5.00	.	3	4.33	0.58	3	5.00	0.00
	2歳児	38	4.26	0.72	38	4.03	0.85	39	4.23	0.67	38	4.37	0.59
	3歳児	48	4.40	0.68	49	4.08	0.79	49	4.10	0.77	48	4.00	0.77
	4歳児	74	3.95	0.95	76	4.18	0.63	66	3.86	0.88	65	3.97	0.88
	5歳児	74	3.81	0.93	76	4.00	0.82	70	3.87	0.96	71	3.90	0.81
	6歳児	81	3.95	0.92	81	4.25	0.75	82	3.89	0.86	84	4.11	0.82
	全体	316	4.02	0.89	321	4.12	0.76	309	3.96	0.86	309	4.06	0.81
	前後の差												
食品会社、食料品店や外食店からの、子どもの食についての情報	1歳児	1	2.00	.	1	2.00	.	3	2.67	1.53	3	2.33	0.58
	2歳児	38	2.61	1.05	38	2.76	1.08	39	2.46	0.82	38	2.63	0.91
	3歳児	48	2.63	0.94	49	2.78	1.07	49	2.41	0.91	48	2.50	0.95
	4歳児	74	2.61	0.86	75	3.00	0.81	66	2.41	0.89	65	2.69	0.93
	5歳児	74	2.65	0.85	76	3.12	0.88	69	2.55	0.98	71	2.63	0.99
	6歳児	81	2.47	0.94	81	2.90	0.86	82	2.56	0.86	84	2.89	0.96
	全体	316	2.58	0.91	320	2.94	0.92	308	2.49	0.90	309	2.69	0.95
	前後の差	*						*					
食料品店や外食店による、栄養面・安全面など、子どもに適したメニュー	1歳児	1	3.00	.	1	3.00	.	3	2.67	1.53	3	2.33	0.58
	2歳児	38	2.74	1.08	37	2.86	0.98	39	2.51	0.91	38	2.92	0.97
	3歳児	48	2.48	0.95	49	2.96	1.15	49	2.61	0.84	48	2.67	0.97
	4歳児	74	2.62	0.95	75	3.01	0.83	66	2.64	1.03	64	2.77	0.92
	5歳児	74	2.82	0.87	76	3.05	0.96	69	2.74	1.04	71	2.79	1.00
	6歳児	80	2.69	0.96	81	2.93	0.95	82	2.70	0.78	83	3.06	0.95
	全体	315	2.68	0.95	319	2.97	0.96	308	2.66	0.93	307	2.85	0.97
	前後の差	*						*					
地域での、子どもが食べものの栽培や収穫に関わる機会	1歳児	1	1.00	.	1	1.00	.	3	1.33	0.58	3	1.33	0.58
	2歳児	38	1.84	0.95	38	2.11	1.18	39	2.08	0.98	38	2.29	0.96
	3歳児	48	2.00	0.85	49	2.45	1.23	49	2.22	0.96	48	2.44	0.94
	4歳児	73	2.14	1.02	75	2.35	1.07	66	2.14	0.99	65	2.25	1.03
	5歳児	74	2.19	0.95	76	2.46	1.08	70	2.39	1.13	71	2.41	1.08
	6歳児	80	2.33	1.09	81	2.43	1.20	82	2.71	1.06	84	2.48	1.19
	全体	314	2.14	0.99	320	2.38	1.14	309	2.34	1.06	309	2.37	1.06
	前後の差	*											
市内で生産された農産物や特産物を食べる機会	1歳児	1	4.00	.	1	4.00	.	3	1.67	0.58	3	1.67	0.58
	2歳児	38	1.84	1.03	38	2.26	1.29	39	2.28	1.07	38	2.37	1.17
	3歳児	48	1.98	0.93	49	2.31	1.00	49	2.29	1.06	48	2.71	1.25
	4歳児	73	2.25	1.05	75	2.55	1.18	66	2.36	1.00	65	2.42	1.13
	5歳児	74	2.23	1.01	75	2.48	1.02	70	2.87	1.15	71	2.76	1.10
	6歳児	80	2.51	1.03	81	2.62	1.20	80	2.78	1.04	84	2.77	1.17
	全体	314	2.23	1.04	319	2.48	1.14	307	2.56	1.09	309	2.62	1.16
	前後の差	*											
保健所や保健センターによる、子どもの食の情報や、講習会・料理教室などの学習の機会	1歳児	1	1.00	.	1	1.00	.	3	2.00	1.00	3	1.33	0.58
	2歳児	38	1.95	0.98	38	1.89	0.89	39	2.08	0.96	38	1.82	0.83
	3歳児	48	1.92	0.87	49	2.00	1.06	49	1.96	0.93	48	1.94	1.02
	4歳児	74	1.84	0.91	74	1.99	0.96	66	1.77	0.89	65	1.77	0.79
	5歳児	74	1.91	0.88	76	2.13	1.01	70	1.91	0.94	71	2.00	0.91
	6歳児	80	1.88	0.86	81	2.09	0.99	82	2.02	0.92	84	1.95	0.98
	全体	315	1.89	0.89	319	2.03	0.99	309	1.94	0.92	309	1.90	0.91
	前後の差	*											

（未回答を除く）

5点満点（十分に得られている：5点～全く得られていない：1点）　　Wilcoxonの符号付順位検定　＊　$p<0.05$

表3 保護者の食知識・食態度

			モデル園群						対照園群					
			昨年			今年			昨年			今年		
			n	Mean	S.D.	*n*	Mean	S.D.	*n*	Mean	S.D.	*n*	Mean	S.D.
食知識	子どもの適切な食事量を、十分に理解している	1歳児	1	4.00	.	1	4.00	.	3	3.00	1.00	3	3.33	0.58
		2歳児	38	3.58	1.00	38	3.53	0.76	39	3.36	0.84	38	3.58	0.76
		3歳児	48	3.56	0.87	49	3.65	0.80	47	3.66	0.73	48	3.52	0.74
		4歳児	74	3.66	0.78	76	3.76	0.75	65	3.55	0.87	65	3.69	0.75
		5歳児	74	3.51	0.94	76	3.57	0.82	70	3.70	0.89	71	3.73	0.81
		6歳児	80	3.81	0.70	81	3.77	0.78	81	3.68	0.72	84	3.74	0.76
		全体	315	3.64	0.85	321	3.67	0.78	305	3.61	0.82	309	3.67	0.77
		前後の差												
	バランスのとれた子どもの食事の与え方を、十分に理解している	1歳児	1	4.00	.	1	4.00	.	3	2.67	0.58	3	2.00	0.00
		2歳児	38	3.45	0.95	38	3.42	0.83	39	3.36	1.01	38	3.21	0.81
		3歳児	48	3.52	0.85	49	3.57	0.98	47	3.45	0.95	48	3.33	0.86
		4歳児	74	3.38	0.82	76	3.59	0.72	65	3.42	0.79	65	3.37	0.80
		5歳児	73	3.23	0.87	76	3.39	0.75	69	3.57	1.04	71	3.46	0.94
		6歳児	80	3.51	0.83	81	3.63	0.86	81	3.51	0.74	84	3.36	0.80
		全体	314	3.41	0.86	321	3.53	0.82	304	3.46	0.89	309	3.35	0.85
		前後の差	*						*					
	子どもの発達に応じた食べ方を、十分に理解している	1歳児	1	4.00	.	1	4.00	.	3	3.00	1.00	3	2.33	0.58
		2歳児	38	3.37	0.88	38	3.29	0.73	39	3.44	0.88	38	3.29	0.87
		3歳児	48	3.38	0.98	49	3.51	0.98	47	3.36	0.90	48	3.33	0.75
		4歳児	74	3.35	0.87	76	3.50	0.72	65	3.29	0.82	65	3.20	0.87
		5歳児	74	3.11	0.85	76	3.34	0.72	69	3.39	0.99	71	3.25	1.00
		6歳児	80	3.36	0.92	81	3.56	0.87	81	3.47	0.78	84	3.39	0.82
		全体	315	3.30	0.90	321	3.45	0.81	304	3.39	0.87	309	3.29	0.87
		前後の差	*						*					
食態度	子どもの食事に大変関心がある	1歳児	1	5.00	.	1	5.00	.	3	4.00	0.00	3	3.00	1.00
		2歳児	38	4.13	0.96	38	3.87	0.91	39	3.69	1.03	38	3.61	0.86
		3歳児	48	3.98	0.84	49	3.96	0.68	47	3.85	0.93	48	3.54	0.85
		4歳児	74	3.96	0.78	76	3.91	0.75	65	3.71	0.84	65	3.66	1.00
		5歳児	74	3.73	0.96	76	3.68	0.77	70	3.89	0.96	71	3.69	0.87
		6歳児	80	3.83	0.84	81	3.81	0.81	81	3.85	0.84	84	3.65	0.78
		全体	315	3.90	0.88	321	3.84	0.78	305	3.81	0.90	309	3.63	0.87
		前後の差							*					
	おいしく楽しくきちんと食べることに、とても心がけている	1歳児	1	5.00	.	1	5.00	.	3	3.67	0.58	3	3.00	1.00
		2歳児	38	3.92	0.97	38	3.82	0.77	39	3.97	0.90	38	3.74	0.98
		3歳児	48	4.00	0.88	49	3.80	0.87	47	3.85	0.69	48	3.98	0.76
		4歳児	74	3.81	0.75	76	3.96	0.70	64	3.78	0.84	65	3.72	0.99
		5歳児	74	3.70	0.81	76	3.72	0.83	70	3.84	0.93	71	3.86	0.74
		6歳児	79	3.73	0.76	81	3.74	0.79	81	3.99	0.80	84	3.89	0.82
		全体	314	3.81	0.82	321	3.81	0.79	304	3.88	0.83	309	3.83	0.86
		前後の差												
	食事を作ることが、とても好きだ	1歳児	1	4.00	.	1	4.00	.	3	3.00	1.00	3	3.00	0.00
		2歳児	38	3.26	1.03	38	3.26	0.89	39	3.33	1.03	38	3.39	0.86
		3歳児	48	3.19	1.16	49	3.12	1.17	47	3.21	1.08	48	3.19	0.96
		4歳児	74	3.41	0.98	76	3.58	0.98	65	3.14	0.95	65	3.15	1.08
		5歳児	74	3.27	1.15	76	3.25	0.98	70	3.37	1.12	71	3.27	1.07
		6歳児	80	3.23	1.02	81	3.27	1.05	81	3.38	0.89	84	3.37	0.95
		全体	315	3.28	1.06	321	3.32	1.02	305	3.29	1.00	309	3.27	0.99
		前後の差												

（未回答を除く）

5点満点（とてもよくあてはまる：5点～全くあてはまらない：1点）　　Wilcoxonの符号付順位検定　＊　$p<0.05$