

200719004B

厚生労働科学研究費補助金

子ども家庭総合研究事業

乳幼児の発育・発達段階に応じた  
食育プログラムの開発と評価に関する研究

平成17～19年度 総合研究報告書

主任研究者 酒井 治子

平成20年 3月

# 目 次

## I. 総括研究報告

乳幼児の発育・発達段階に応じた食育プログラムの開発と評価に関する研究

酒井治子 .....1

## II. 分担研究報告

1. 保育所における保育実践と連動した食育プログラムの開発

師岡 章・酒井治子 .....15

2. 食育による幼児の注意欠陥多動性行動の変化についての検討

榊原 洋一・長谷川 武弘 .....90

3. 保育所の食育プログラムのプロセス評価と結果評価

酒井治子・安梅勅江・榊原洋一・廣瀬志保 .....105

厚生労働科学研究費補助金（子ども家庭総合研究事業）  
総括研究報告書

乳幼児の発育・発達段階に応じた食育プログラムの開発と  
評価に関する研究

主任研究者 酒井 治子 東京家政学院大学 准教授

研究要旨：

本研究の目的は、食を通じた子どもの健全育成にむけて、乳幼児とその保護者の食育プログラムを開発すると共に、乳幼児の食育のねらいの達成度、発育・発達、家庭での食生活、保護者への育児不安の軽減への効果とその評価方法を解明することである。平成 17 年のベースライン診断の結果を踏まえ、神奈川県川崎市及び相模原市の 4 保育所（モデル園）の 0～6 歳児の計 472 名の乳幼児を対象に食育プログラムを約 2 年間かけて開発・実施し、その成果と課題を分析した。

保育所における食育の長期的な評価として「児童票（食育に関する記録）」を開発し、食育目標の達成度をみると、モデル園では概ね食育のねらいは達成できていたが、子どもの評価に対する判断基準が園あるいは保育者によって異なっていた。今後は主観性を大切にしながら、そのバラつきを無くすため、園あるいは保育者の視点を間主観性のレベルまで引き上げることが課題となることが明らかになった。

本食育プログラムの効果として、①子どもの「食」への積極的な意欲・態度が高まった。②子どもの朝食の摂食頻度が高まり、外食の利用頻度は少なくなった。③保護者は 1 年目には子どもの食に関する知識が高まったが、2 年目に大きな変化はみられなかった。④注意欠陥多動行動との関連では、モデル園の保育者・保護者評定、双方において、「じっとしてられない、落ち着きがない、または多動である」「かんしゃくを起こしやすい」の 2 項目について経年的に顕著に低下した。⑤育児環境との関連では、育児についての相談相手がいる保護者の割合、ゆったりとした気分子どもと過ごせる時間がある母親の割合は年齢が上がるに従い、対照園群で低下する傾向が見られたが、モデル園群では有意に低下しなかった。⑥発達との関連でみると、言語発達の表現領域での発達リスクが少なくなる結果であった。これらの変化をもたらした食育プログラムの主要因については本研究では明らかにできないものの、以上の食育プログラムの総合的な効果が明らかになった。

こうした限界があるものの、3 年間の本研究班の成果として、家庭での食を通じた子育て環境の整備状況を確認する母子保健・福祉的視野から「家庭での食育実践評価票」を作成することができた。また、保育所での食育の計画から評価までの連携度や取り組み、未就園の子育て家庭への支援を含めた評価ツール「保育所の食育実践総合評価票」も提案した。特に、計画づくりについては、厚生労働省雇用均等児童家庭局保育課が通知した「保育所における食育の計画づくりガイド」の「子どもの食の育ちの評価表（食育指導に関する記録）」の実践資料を提供することができた。また、これにより市町村の保健・福祉行政担当者が家庭及び保育所での食育の現状と、展開する事業効果を公衆栄養学的に評価することを可能にした。

## 研究組織

### 主任研究者：

酒井治子 東京家政学院大学 助教授

### 分担研究者：

安梅勅江 筑波大学 教授

榊原洋一 お茶の水女子大学 教授

師岡章 白梅学園短期大学 教授

### 研究協力者：

長谷川武弘 お茶の水女子大学 講師

廣瀬志保 愛知教育大学 非常勤講師

## 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。

子どもにとって望ましい環境、すなわち望ましい「子育て環境」とは何か。本研究では、ひとりひとりの子どもの力を最大限に引き出し、いきいきとした子どもの育ちをはぐくむ環境、と考える。安梅は、この「子育て環境」を支える「子育て支援」と、それを実現するための保護者へのサポートである「子育て支援」との両輪を重視すべきであると述べている<sup>1)</sup>。

こうした社会が背景の中、平成15年に公布された次世代育成支援対策推進法が公布され、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等の健康の確保及び増進」の一項目として盛り込まれ、次世代育成の視点から「食育」への期待が高まった。また、子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくために、食の様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる目的で、平成17年に「食育基本法」が公布された。

家庭を結び、地域の食育の重要な拠点として、保育所の役割が重視される中、平成16年3月には厚生労働省雇用均等児童家庭局保育課から「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」<sup>2)</sup>が提示された。近年、保育所などの実践現場において食育の実践度は高まっているものの、保育所において食育の計画についての体系だった計画のあり方やその評価方法についてはいまだ不明瞭である。科学的な根拠に基づいた食育プログラムについて総合的・実証的・追跡的な検証が喫緊の課題である。

諸外国においても、欧米の栄養教育プログラムは子どもの発達段階や行動科学の理論に基づいて開発され、その有効性を介入研究により検証したものが若干みられるが、他のライフステージと比較して格段に少ない。その効果判定としてKABモデル（知識、態度、行動）を修正して用いられてきた<sup>3)</sup>が、乳幼児期の特性を十分に加味し、仲間や大人によるモデリングや保育所給食等の食物ベースの活動を中心として、食への積極性の形成を目標とする長期間の教育プログラムの必要性が提唱されている。また、プログラムや教材を評価するツールの必要性も強調されている<sup>4)</sup>。

そこで、本研究は、社会的にニーズの高い『食育』を食を通じた「子育て環境」の整備とそれを支える保護者への「子育て支援」の視点、乳幼児期から「食の育ち」の視点<sup>5)</sup>で捉え、乳幼児の発育・発達段階に応じた食育プログラムを開発すると共に、その評価方法を解明することが目的である。そのために対照園群を設定した介入研究を実施し、長期的な評価の一つとして、子どもの多動性や衝動性などの行動パターンを含めた発育・発達面、食をめぐる心情・意欲・態度面にどのような影響を及ぼすのか、食育の効果を解明する。

本研究の特徴は主として、次の5点である。

1. 保護者の子育て不安を解消する視点を重視し、保護者の子どもの食育ニーズについて

グループインタビュー法を用いて質的把握を行う点。

2. 保育所の保育カリキュラムとの整合性を図った長期プログラム開発と評価システムを連動させることで、保育者が有効に機能し得る実践方略を導き出そうとする点。
3. プログラム内容として、「保育所における食育に関する指針」で示されたように、食に関する知識の形成のみならず、動植物などの自然との触れ合い、料理づくりや食べることを通して、さまざまな人や食文化とのかかわるなど、食のもつ多面的な関わり重視したアプローチを用いる点。
4. 乳幼児と保護者に向けて情報ベースだけではなく、保育所給食という食物ベースでのアプローチを重視する点。
5. 介入研究の評価項目として、乳幼児のこころと身体の発育・発達面、食をめぐる心情・意欲・態度面について多面的・量的な評価を試みる点。

## B. 研究方法

- I 子どもの発育・発達・ライフスタイルと、家庭での育児環境及び食育実践状況のベースライン調査
  - 1) 食育プログラムのベースライン診断として、神奈川県川崎市及び相模原市の22保育所に在籍する0～6歳児2,692名を対象に、保育士及び保護者回答の質問紙調査を行い、子どもの発育・発達・ライフスタイルと、家庭での育児環境及び食育実践状況を検討した。
  - 2) 1)で収集したデータを用いて、もの注意欠陥多動傾向と食育との関連を検討した。さらに、保育園児の集中力を定量的に測定するパソコンを利用した検査ソフトである「もぐら一ず」による測定を行った。

## II モデル園及び地域での保育所の食育プログラムと保育実践との連動性に関する課題分析

- 1) 保護者と保育専門職の食育のニーズを把握するために、乳幼児をもつ保護者2グループ及び、保育専門職5グループを対象に、食育の実践を通して期待する子どもへの影響・効果、そのための食育の方法論について、1時間半程度の時間で、グループインタビューを行い、食育ニーズの分析を行った。
- 2) 川崎市、相模原市と、稲城市、町田市、平塚市の保育所を対象に、食育の視点を含めた保育計画及び指導計画の資料提供を依頼し、郵送法にて回収。収集した保育計画及び指導計画の様式を類型化し、その傾向と課題を分析した。
- 3) 次年度の食育プログラムを開発・実施する川崎市、相模原市から、4つの公立保育所を選定し、面接法により、各保育所の現状を把握。同時に保育計画及び指導計画等の資料を収集。収集した保育計画及び指導計画の傾向と課題を分析した。
- 4) 食育プログラム開始時における保育所職員の食育に対する認識について、4つのモデル園と、同園が位置する自治体から各1園ずつを抽出し、アンケート（フェイスシート1部、質問紙3部）を配布し、各園の職員に回答してもらった上で、郵送にて回収した。

## III 保育所での子どもの調理との関わりにおける衛生・安全面の配慮事項に関する検討

- 1) 保育園での子どもの調理との関わりの実施状況を明らかにするために、63園の保育所での食育に関する指導計画、実践計画および記録を分析した。
- 2) 神奈川県内の保育4施設を対象に、保育園での子どもの調理との関わりにおける

細菌学的検討、衛生面・安全面の行動観察を行った。

- 3) 4市、2区の保育園を対象に、保育園での子どもの調理体験活動の実態について郵送法による質問紙調査を実施した。また、保育園厨房で調理された食材・調理食品の衛生細菌学的検討も実施した。

#### IV 保育所における食育プログラムの実践

食を通した子どもの健全育成をめざし、神奈川県川崎市及び相模原市の4保育所の0歳児から6歳児の計472名の乳幼児を対象に食育プログラムを二年間かけて開発・実施し、その成果と課題を分析した。その結果から、保育所を拠点とした食育プログラムの重点項目を整理するとともに、保育実践の質的向上と連動した食育実践のあり方について考察し、保育と連動した食育プログラムを整理した。

#### V 保育所における食育プログラムの評価

- 1) 食育プログラム実施後における保育所職員の食育に関する認識の変化を把握するために、食育プログラムの開発とその評価方法の検討を進める4つのモデル園を含めた計6園の保育所職員を対象にアンケート（フェイスシート1部、質問紙3部）を配布し、各園の職員に回答してもらった上で、郵送にて回収した。調査内容は食育プログラム実施後の食育に関する認識の実態である。
- 2) 児童票に見る食育目標の達成度の観点から、4つのモデル園に導入した児童票を手がかりに、子どもの成長・発達の度合いを把握し、食育目標の達成度を考察した。
- 3) 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。平成17年度と平成19年度の調査で有効回答がえられた422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、本プログラムの成果を検討した。

#### （倫理面への配慮）

すべての研究過程において、保健・福祉行政担当部署との間で、調査の実施、データの取り扱い、対象者への説明方法に関して十分な協議を行った。保護者及び施設長に対し、書面にて研究の主旨、方法、個人情報の保護などを説明し、対象児及び保護者、施設の負担を少なくする最大の配慮を行って実施した。プライバシーの保護のため、個人特定情報とデータは切り離して管理し、個人情報の漏洩、不正アクセスなどを防ぐ対策をとった。得られたデータが家庭などで活用できるように、結果説明や指導を行った。

#### C. 研究結果

- I 子どもの発育・発達・ライフスタイルと、家庭での育児環境及び食育実践状況のベースライン調査

- 1) 子どもの発育・発達・ライフスタイルと、家庭での育児環境及び食育実践状況食育プログラムの開発にむけたベースライン診断を行い、次の結果が得られた。

モデル園群と対照園群を比較により、項目により若干の群間差はみられたが、一定の傾向を示すには至らなかった。

次年度のモデル園のみの課題ではないが、子どもの就寝時刻が遅い、朝食での共食状況が低い、外食の頻度が高い、保護者においては家庭でのゆったり過ごす時間が少なく、育児に自信がもてない親が多いことなど視野に入れた食育プログラムの開発が重要であることが明らかになった。特に、モデル園群では、現在4歳児（次年度4歳児クラスが中心）において、家庭での食育実践度が低く、保護者の食行動に課題があり、食知識が低く、食態度が積極的ではな

いことを十分に考慮して食育プログラムを立案する必要のあることが示された。

さらに、保護者において、保育所での食育の取り組みに関して、双方向で情報を受発信すると共に、地域の食情報やフードシステムを含めた地域ぐるみでの食育に対してニーズが高いことも確認できた。

## 2) 食育と注意欠陥多動傾向との関連

ベースライン調査結果から、3～5歳児では肥満度が高いほど、生活リズムの混乱度が高いほど、食事のマナーが良い子どもほど、テレビを見ていない子どもほど、有意に注意欠陥多動性スコアが高いことが明らかになった。このように、食と、肥満、生活リズム、食事の姿勢やマナー、食事のテレビ視聴と有意な関連がみられた。

また、「もぐら一ず」による測定により、結果は4つのパターンに分類された。親あるいは保育士による多動性スコアと、もぐら一ず成績との相関を見たが、統計的に有意ではなかったが、多動性スコアともぐら一ず正答率の間には負の相関傾向が認められた。

## II モデル園及び地域での保育所の食育プログラムと保育実践との連動性に関する課題分析

### 1) グループインタビューによる乳幼児の保護者と保育専門職の食育のニーズ

保護者は食育の実施直後の成果として心身の発達、偏食の改善、食材の興味をもつこと、食べ物を大切にすること、数年後には健全な食習慣の習得、感謝の気持ちをもつこと、将来的には自己管理能力や社会性、食事マナー、命を尊ぶ心等を育むことを期待していた。一方、専門職は、食育の実施直後の成果として食品・栄養学的知識の獲得、食事時間を楽しむこと、伝統を知ること、自然や食物・料理に興味をもつこと、数年後には、食事選択能力の育成、思いやる気持ちの獲得、コミュニケーション能力の育

成を、将来的には健全な成長・発達や心の育成、社会マナーや生きる力の育成を期待していた。両者とも心身の発達や人間性の育成に重点をおいているものの、特に専門職からは知識やスキルを強化するアプローチ法を重視する傾向がみられた。子どもへの成果と共に、家庭への食育の成果として、育児不安の軽減や虐待の防止、すなわち、子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減を期待している傾向が示された。

本研究でグループインタビューの手法を用いたことにより、保護者・専門職双方にとって、参加者自身の意識改革につながり、食育の連携体制の重要性に気付くきっかけづくりの機会としても有効であった。

### 2) ベースライン時の保育所での食育実践状況

「食育の計画」と保育計画との連動や、職員との連携は、食育実践場面に比べて、計画及び評価の順で、連携がとれていなかった。また、栄養士・看護師の配置や地域特性によりに保育所における食育の実践状況に違いがみられ、それが食育の内容と関連があった。栄養士・調理員が「子どもと一緒に喫食する」「地域の特産物を食事に取り入れる」において実践度が低かった。高年齢児においても「給食のための食材の買い物や下準備」「調理への関わり」において実践度が低かった。子どもが調理に関わる上で衛生・安全面リスクマネジメントが十分でない。家庭との連携は、低年齢では強いが、年齢が高くなるに従って低くなっていった。地域の子育て家庭への相談や、他機関との連携は十分ではなかった。

### 3) 保育所の食育プログラムと保育実践との連動性に関する課題

現状の保育所において、保育の計画と食育プログラムの間には乖離が見られた。その結果、実践レベルにおいても、いまだ食育を保育の一環として取り組むまでには至らず、食育プログラムと保育実践が連動しているとは言い難い状況にあった。食育プログラムと保育実践を連動

させるために、①保育の計画を食育の視点を含めて作成すること、②学校教育とは異なる保育実践の特質、特に生活あるいは体験を通して子どもの発達を支える営みである保育実践のあり方に見合った評価方法を確立すること、③「計画－実践－評価」といった保育者の保育活動を全職員が連携する中で循環的に展開できるシステムづくりを推進すること、④家庭・地域の協力を促すための方策を考案、実施することが必要であることを提案した。

#### 4) 食育プログラム開始時における保育所職員の食育に対する認識

食育実践に関する期待度は、職員連携、保育への連動性ともに高い期待感を持っていること、食育実践の実績は栄養・食品中心のアプローチが強かったこと、今後については、計画・評価ともに具体的な方法が見出しきれていないことがわかった。

### III 保育所での子どもの調理との関わりにおける衛生・安全面の配慮事項に関する検討

1) 保育園での子どもの調理との関わりの実施状況は、栽培、収穫、下処理、加工、調理に至るまで実践度が高かった。また調理において、衛生面では加熱前の「下処理」の段階と、加熱後の「盛り付け」に、安全面では下処理での切断とその後の加熱に、それぞれ重要なポイントがあることが明らかになった。

2) 夏季における保育園厨房の衛生細菌について調査したところ、衛生上問題となる衛生細菌類・細菌数は検出されなかった。しかし、二次汚染によるものと推測される一般細菌数が検出されたので、調理保育時において、より一層の調理器具・施設、ヒトの手指等の衛生管理の徹底が必要である。保育園の調理保育の行動観察の結果、安全面では、包丁の使用後の管理や、加熱器具の取り扱い、床の濡れによる転倒などの防止策を確認することが必要であった。子どもの調理との関わりでの事故防止のために、子どもの身支度から調理・

配膳・喫食までの調理の衛生・安全面における配慮のポイントが確認できる計画の様式やマニュアルの必要性が提案された。

3) 保育所での子どもの調理体験での衛生・安全性に関する調査の結果、調理体験活動を実施していると回答した園は276園(75.9%)であった。衛生面では「子ども、保育者の調理前・中・終了後の手洗い」をいつもしている園は98.2%、「調理後2時間以内の喫食」97.1%、「調理前の包丁・まな板・調理台・器具などの洗浄殺菌」95.7%と高率であった。しかし、「食材料、及び調理済食品の保存」「調理前の下痢・発熱の症状、手指や顔面の怪我・化膿創の有無などの健康観察」や「メニューを加熱調理品に限定すること」「加熱調理品では中心温度の確認」については、いつも実施しているとは限らない保育所が10%以上みられた。一方、安全面では「包丁やピーラーの使い方指導や付き添い指導」の実践状況、「床が水でぬれていないかどうかの確認」について、いつも実施しているとは限らない保育所が15%前後みられ、最も注意事項として見落としがちな項目であった。また、実施前に調理体験活動の実施計画書の作成は76.8%、実施後の反省事項・実施効果等の記録は75.7%であり、安全・衛生面での事故防止を考えると、原因究明のためにも保存食の摂取および保存と共に、実践率を高める必要があった。しかし、園での衛生面・安全面マニュアルの有無とその周知については34.1%と低く、ただマニュアルの有無だけでなく、なぜ留意しなくてはならないのか、なぜ計画書や記録をするのかなどの意義を全職員で共通理解をもつことの必要性が示された。

### IV 保育所での食育プログラムの開発と実践 川崎市・相模原市でのモデル園での食育プログラムの開発と実践から、以下の保育所を拠点



とした食育プログラムの重点項目であることが明らかになった。

第1点として、食育プログラムを開発するための組織は、その枠組みの強度が問題となる。強固な組織体によるプログラム開発であれば、計画をトップダウン的に提示する可能性が高くなる。一方、組織体の枠組みが弱ければ、計画もボトムアップ的に作成される可能性が高い。全職員が子どもの食育について共通理解をもって、計画をより一層ボトムアップ的に作成する可能性を有する組織を編成すること。

第2点として、食育プログラムは想定する開発モデルに影響を受ける。モデル園の場合、計画作成の段階は目標分析モデルに近いが、実践段階ではゴール・フリーモデル、あるいは状況分析モデルに近いものであった。今後は、経験学習の促しにつながるゴール・フリーモデル、あるいは状況分析モデルを採用すること。また、計画と実践の連動させるため、開発モデルの統一性を維持すること。

第3点として、食育プログラムは、食に直結する内容だけにとどまらず、園生活全体を視野に入れて開発されることが重要である。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、子どもの主体性を重視したカリキュラムを計画・実施すること、また、保育計画との連動性を持ち、食をテーマとした総合的な活動を盛り込むこと。

第4点として、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育ネットワークづくりの視点も重視すること。

第5点として、在園児の保護者に対して、園の保育内容である食育の公開・情報発信だけにとどまらず、保護者が子どもの食への知識と援助技術を高め、養育力の向上につながるよう食を通した保護者支援の視点を重視すること。

第6点として、「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、保育所での食育の評価改善にもつながることである。

本研究のモデル園での実践記録をもとに、保育実践の質的向上と連動した食育実践のあり方について考察し、保育全体を見通す食育プログラムを整理した。具体的には、実践内容全体を網羅しつつ、かつ具体性を有する指導計画である月案（月別指導計画）例を、食育と保育の両視点をもとに検討し、保育所保育の対象となる年齢別に提示することができた。

## V 保育所における食育プログラムの評価

### 1) 食育プログラム実施時における保育所職員の食育に対する認識の変化

開始時と比較して、食育実践に関する期待度、食育実践の実績と工夫の双方にわたって期待感が高まっていることがわかった。特に、自覚的に食育に取り組んだモデル園職員の認識が、一般園と比較して、総じて認識の高まりを見せていることもわかった。

### 2) 児童票に見る食育目標の達成度

モデル園では、概ね食育のねらいは達成できていた。ただ、園別に見ると、モデル園の間にも達成率に差が見られ、子どもの評価に対する判断基準が、園あるいは保育者によって異なっていることもわかった。今後は、主観性を大切にしながら、そのバラつきを無くすため、園あるいは保育者の視点を間主観性のレベルまで引き上げることが課題となる。

### 3) 保護者の食知識・態度、育児環境、家庭での子どもの食育、ライフスタイル、QOL、身体発育・発達への成果

保護者が食育に関する情報・学習の場の提供度が高まったという認識を持っていた。特に、モデル園で「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」、「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の提供」

が得られるようになったと認識する者が有意に高くなった。しかし、保護者自身の食知識及び、食態度に変化はみられなかったが、「市内で生産された農産物の利用」が有意に高くなった。

家庭での子どもの食育では、子どもと一緒に食べることなどの「食と人間関係」の実践度は変わらず高く、特に、残さず食べさせることや、食べ物栄養・健康の情報伝達をすることなどの「食と健康」、食具使用、行事や旬・特産物をいかした食事の提供などの「食と文化」や、自然の恵みに感謝の気持ちを持たせることなどの「命の育ちと食」、子どもが調理をすることなどの「料理と食」、いずれも実践度が高くなった。

生活リズムについて、両群において起床時刻・朝食時刻・夕食時刻が早くなった。特に、モデル園群において 22 時以降に就寝する対象児が減少し、子どもの生活リズムが良くなった。また、朝食の摂食頻度が有意に高まったが、食事内容についての変化はみられなかった。外食の利用頻度は対照園群で高くなったのに対して、モデル園群では高まらなかった。

保護者の QOL については、両群で「生活や仕事に、はりが全くもてない」、モデル園群では「保育所で親同士の連帯感を全く感じない」保護者が増えるなど良好な状態ではなかった。育児環境については、育児の相談相手がいる保護者の割合、ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある保護者の割合は年齢が上がるに従い、対照園群で低下する傾向がみられたが、モデル園群では有意に低下しなかった。

保育者の評価による食事行動の変化をみると、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すべての項目が有意に高くなった。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、すべての項目でモデル園群のほうが対照園群に比べて平均評点が高かった。

子どもの身体発育と疾病状況をみると、肥満度は両群ともに「ふつう」が減少し、「ややふとりすぎ」「ふとりぎみ」がわずかではあるが増加する傾向がみられた。子どもの発達状態では、理解領域のリスクがモデル園群で有意に少なくなった。

以上のように、対照園群においても食育の実践度が高まっている中で、モデル園群において以上のような成果が明らかになった。しかし、これらの変化をもたらした食育プログラムの主要因については本研究では明らかにできない。また、年齢によるバイアスなどを含めた解析は途上であるため、今度、多面的な解析をすすめたい。

#### D. 結論

本研究により、食を通じた子どもの健全育成にむけて、保護者や保育者のニーズを踏まえ、保育所を拠点とした食育プログラムの開発の手法を提案した。また、家庭での食を通じた子育て環境の整備状況を確認する母子保健・福祉的視野から「家庭での食育実践評価票」、および、保育所での食育の計画から評価までの連携度や取り組み、未就園の子育て家庭への支援を含めた評価ツール「保育所の食育実践総合評価票」を提案した。特に、計画づくりについては、厚生労働省雇用均等児童家庭局保育課が通知した「保育所における食育の計画づくりガイド」の「子どもの食の育ちの評価表（食育指導に関する記録）」の実践資料を提供することができた。また、これにより市町村の保健・福祉行政担当者が家庭及び保育所での食育の現状と、展開する事業効果を公衆栄養学的に評価することを可能にした。

## E. 研究発表

### 1. 論文

<酒井治子>

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：公衆栄養 地域における食育 (1)  
食を通して“子どもと親の育ち”を支える地  
域での食育ネットワーク，臨床栄養  
Vol. 108 No. 2, P. 128, 2006

酒井治子，東京都多摩立川保健所：公衆栄養活  
動 地域における食育 (2)おいしく食べて  
元気で長生きしてもらい隊運動の展開 臨  
床栄養 Vol. 108 No. 4, P. 108, 2006

畠山佳代子，酒井治子：公衆栄養活動 地域に  
おける食育 (3)「私たち楽しく食べる子ど  
もを増やし隊」の地域食育ネットワーク活動，  
臨床栄養，Vol. 108 No. 7, P. 848, 2006

田村 直，酒井治子：公衆栄養 地域における  
食育(4)縦割りの食行政を横つながりへ—新  
潟県三条市の取り組みから 臨床栄養，  
Vol. 109 No. 2, 2006

酒井治子：公衆栄養 地域における食育 (6)  
住民と専門職とが一体になって食育のニーズ  
アセスメントから計画へ 臨床栄養，  
Vol. 109 No. 7, 2006

酒井治子：食を通じて、子育て・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

酒井治子：保育所における食育の計画づくりの  
状況と課題，子どもの栄養 620 : 2-8, 2007

酒井治子：食を通した子どもの健全育成 (食  
育)における子育て・子育て支援の視点の検  
討，小児科 48 (8) : 1203-1211, 2007

酒井治子：食育 一食を通じて子どもの育ちを  
支える—，看護学生 54(2) : 34-35, 2007

酒井治子：気になるこれからの乳幼児・保護者  
の食育—乳幼児栄養調査等から—，食生活  
101(4) : 89-95, 2007

酒井治子：子どもの食をめぐる現状と食を通し

た子育て・子育て支援，小児看護 30 (7) :  
874-879, 2007

酒井治子：保育所での食育の現状と、それを支  
える行政管理栄養士，公衆衛生情報  
37(9) : 32-34, 2007

酒井治子：食育一食を通して子どもの育ちを支  
える，これからの管理栄養士 第II部 管理  
栄養士の専門性と活躍の場，からだの科学，  
2008

<安梅勅江>

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

安梅勅江，篠原亮二，杉澤悠圭，田中裕，酒井  
初恵，庄司ときえ，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 厚生指標  
54(1) : 22-35, 2007

安梅勅江，矢藤優子，篠原亮次，杉澤悠圭 子  
どもの社会能力評価「かわり指標」の妥当  
性と信頼性 日本保健福祉学会誌  
14(1) : 23-32, 2007

Tokie Arne, Uma Segal Implications of Japan's

- center-based night care: A one-year follow-up Early Childhood Education Journal 35(3) : 293-299 2008
- Tokie Anne, Ryoji Shinohara, Yuka Sugisawa, Mary McCall, Social Interaction and Longevity: An Eleven-Year Longitudinal Study of Older Persons in a Japanese Village. Hallym International Journal of Aging. 9(2). 2007
- Tokie Anne, Uma Segal. Implications of Japan's center-based night care: A one-year follow-up. Early Childhood Education Journal. 29. 2007
- 高橋雄介, 岡田謙介, 星野崇宏, 安梅勅江 就学前児の社会的スキルコホート研究による因子構造の安定性と予測的妥当性の検討ー教育心理学研究 56 (1) 掲載予定 2008
- <榎原洋一>
- 榎原洋一: 脳科学研究と保育, 現代と保育 64 : 2006
- 榎原洋一: 子どもの生きる力、キリスト教保育、1:6-11, 2006
- 榎原洋一: 臨界期とインプリンティング、2:6-12, キリスト教保育、1:6-11, 2006
- 榎原洋一: 脳科学研究と保育、現代と保育、64:43-47, 2006
- 榎原洋一: アスペルガー症候群と非言語性学習障害、現代のエスプリ 464:187-196, 2006
- 榎原洋一: 3歳児神話と母乳育児、小児歯科臨床、11:63-76, 2006
- 榎原洋一: ワークショップ「日本の子どもの発達コホート研究の開始にあたって」計画の紹介、脳と発達、38 : 260-261, 2006
- 榎原洋一: 3歳児神話と母乳保育、小児歯科臨床、11 : 63-65, 2006
- 榎原洋一: 小児プライマリーケア 4 小児虐待 日本臨床 64 : 1380、2006
- 榎原洋一: 小児プライマリーケア 6 落ち着きのないうちの子たち。日本臨床 64 : 1744、2006
- 榎原洋一: 小児プライマリーケア 8 一見診断 日本臨床 64 : 2164、2006
- 榎原洋一: 高度情報化社会における心の発達 母子保健情報 54 : 24-28, 2006
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 10 下痢と小児科 日本臨床 65 : 2164、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 11 子どもの喘息 日本臨床 64 : 164、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 12 予防接種には国境がある 日本臨床 65 : 556、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 13 起立性調節障害 日本臨床 65 : 762、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 14 ほら吹き男爵症候群 日本臨床 65 : 956、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 15 言葉の遅れ 日本臨床 65 : 1134、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 16 中耳炎 日本臨床 65 : 1336、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 17 麻疹 日本臨床 65 : 1528、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 18 子どもの泌尿器 日本臨床 65 : 1714、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 19 揺さぶられっこ症候群 日本臨床 65 : 1912、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 20 発達健診 日本臨床 65 : 2112、2007
- 榎原洋一、小児プライマリーケア 21 アトピー性疾患 日本臨床 65 : 2362、2007
- 榎原洋一、自閉症児の言葉、日本音響学会誌 : 63:365-369,2007
- 榎原洋一、非言語性学習障害、日本臨床 65:492-496,2007
- 榎原洋一、不器用、運動が苦手な子どもと社会性 65:20-29,2007
- 榎原洋一、発達障害について、ケース研究、293:29-59,2007
- 榎原洋一、ADHDの診断基準 訳文の問題点を問う 実践障害児研究、412:48-49,2007
- Saito M, Sakakihara Y, Mizuguchi M, Ito M, Takashima S, Iwamori M, Kamoshita S, Igarashi T, Increase of ceramide monohexoside and dipalmitoyl

glycerophospholipids in the brain of Zellweger syndrome.

Neurosci Lett, 417:165-170, 2007

Saito M, Horikawa M, Iwamori Y, Sakakihara Y, Mizuguchi M, Igarashi T, Fujiki Y, Iwamori M. Alterations in the molecular species of plasmalogen phospholipids and glycolipids due to peroxisomal dysfunction in Chinese hamster ovary-mutant Z65 cells by FAB/MS method. Neurosci Lett. 2007 May 1;417(2):165-70. Epub 2007 Mar 15.

<師岡章>

師岡章：保育所の食育活動—保育所の『食育指針』発表のその後—，こどもの栄養，こども未来財団，604，2006

師岡章 幼児の食育の考え方・組み立て方の検討 食生活 102(1), pp.78-82 2008

師岡章：新学期こそ見直したい 食事マナー・しつけ 指導の心がけ，少年写真新聞 たのしくたべようニュース，271，2007

師岡章：レッツ食育，マザーブック あそぼ，44-1~12（フレーベル館），2007-2008

師岡章：2歳児の食育，キンダーブックじゅにあ，4-1~12（フレーベル館），2007-2008

師岡章：3歳児の食育，キンダーブック 1, 21-1~12（フレーベル館），2007-2008

師岡章：4歳児の食育，キンダーブック 2, 44-1~12（フレーベル館），2007-2008

師岡章：5歳児の食育，キンダーブック 3, 62-1~12（フレーベル館），2007-2008

師岡章：幼児の食育の考え方・組み立て方，食生活，102-1（全国地区衛生組織連合会），2008

## 2. 著書

<酒井治子>

酒井治子：保育所食育実践集Ⅲ 一保育所における食育に関する調査研究報告書一，保育所における食育の計画づくりの状況と課題，日本保育協会 255-263，2008

酒井治子：食を通した子育ての環境と子育て支援，子どもの食育 第1章 子どもたちの食と健康は今，カザン 42-48，2007

<安梅勅江>

安梅 勅江：保育パワーアップ講座—長時間保育研究をもとに子どもたちのすこやかな成長のために，日本小児医事出版社，2007

<榊原洋一>

榊原洋一，今井和子：乳児保育の実践と子育て支援，ミネルバ書房，2006

榊原洋一：脳科学と発達障害 188頁，中央法規出版，東京，2007

榊原洋一：ササッとわかる最新「ADHD」対処法，講談社，2007

榊原洋一：知能検査：病気予防百科，日本医療企画 556-557，2007

榊原洋一：性器への関心：病気予防百科，558-559，日本医療企画，2007

榊原洋一：化膿性髄膜炎，高久史磨・水島裕監修，今日の処方 4版，872-874頁，南江堂，東京，2007

榊原洋一：敗血症，高久史磨・水島裕監修，今日の処方 4版，875-876頁，南江堂，東京，2007

榊原洋一：急性腎盂腎炎，高久史磨・水島裕監修，今日の処方 4版，877頁，南江堂，東京，2007

汐見稔幸、小西行郎、榊原洋一、乳児保育の基本、（フレーベル館、東京）2007

<師岡章>

師岡章：食を育む—食育実践ガイドブック，総監修，2006，フレーベル館

## 3. 学会発表

<酒井治子>

堀端薫，上田成子，酒井治子：保育園での子どもの調理との関わりにおける衛生面・安全面の行動観察，第65回日本公衆衛生学会総会（富山 2006年10月）

上田成子，堀端 薫，酒井治子：保育所食環境における細菌学的研究，第65回日本公衆衛生学会総会（富山 2006年10月）

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)

堀端薫, 酒井治子: 保育所での子どもの調理との関わりにおける衛生・安全面の配慮事項の検討, 保育所での調理保育の実施状況, 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)

酒井治子, 中坪史典, 堤ちはる, 廣瀬志保, 森眞理, 師岡章: 保育所における食育の計画づくりの実態, 第17回日本乳幼児教育学会(東京), 2007

酒井治子, 堤ちはる, 師岡章, 清野富久江: 保育所における食育の計画づくりに関する全国的な動向, 第54回日本栄養改善学会学術総会(長崎), 2007

酒井治子, 堤ちはる, 師岡章, 清野富久江: 保育所における食育の計画づくりに関する全国的な動向, 第54回日本栄養改善学会学術総会(長崎), 2007

清水詳子, 廣瀬志保, 師岡章, 酒井治子: 保育所における食育プログラムの開発と評価—第2報 そのプロセスと雑誌連載やホームページ運用による効果, 第54回日本栄養改善学会学術総会(長崎), 2007

廣瀬志保, 師岡章, 酒井治子: 保育所における食育プログラムの開発と評価, 一第3報

保護者の食知識・食態度と子どもの食事行動の変化, 第54回日本栄養改善学会学術総会(長崎), 2007

堀端薫, 酒井治子: 保育所における子どもの調理体験活動の実態について, 第54回日本栄養改善学会学術総会(長崎), 2007

上田成子, 堀端薫, 酒井治子, 桑原祥浩: 保育園厨房で調理された食材・調理食品の衛生細菌学的研究, 平成19年10月, 第66回日本公衆衛生学会総会(愛媛), 2007

<師岡章>

師岡章, 酒井治子: 保育所における食育実践状況(第1報)食育プログラムの様式にみる食育実践の位置づけと課題, 第53回日本栄養改善学会学術総会, 2006

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, 2006

飯田栄子, 酒井治子, 師岡章: 保育所における食育推進にむけた川崎市の体制づくり, 第53回日本栄養改善学会学術総会, 2006

<師岡章>

師岡章・酒井治子・廣瀬志保・金田利子: 保育所における食育のあり方を考える, 第17回日本乳幼児教育学会(東京学芸大学), 2007

師岡章・酒井治子: 保育所における食育プログラムの開発と評価—第1報 モデル園での食育プログラムの内容構成の特徴と課題, 第54回日本栄養改善学会学術総会(長崎), 2007

## 文 献

- 1) 安梅勅江: 子育て環境と子育て支援、勁草書房、2004
- 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

- 3) Cason KL: Evaluation of a preschool nutrition education program based on the theory of multiple intelligences. J Nutr Educ Behav. 2001 33(3):161-164
- 4) Contento IR, Randell JS, Basch CE.: Review and analysis of evaluation measures used in nutrition education intervention research, J Nutr Educ Behav. 2002;34(1):2-25.
- 5) 足立己幸、衛藤久美：食育に期待すること、栄養学雑誌 2005;63(4)：201-221.

【研究の目的】

食を通じた子どもの健全育成のために、乳幼児の食育プログラムを開発すると共に、その評価方法を解明することである。食育のプロセス評価と共に、長期的にみて、子どものこころと身体の発育・発達にとって、どのような効果を及ぼすのか(アウトカム評価)について検証する。さらに、子どもの食育をアセスメントする方法として、保護者と保育専門家の双方が確認し、食を通して子どもにとってよりよい環境を模索することができるチェックリストを開発する。

【研究仮説】

家庭と保育所の双方を場とする本食育プログラムを実施した乳幼児は、コントロール地区の乳幼児に比べて、「食を営む力」の基礎を培うことができる。また、健やかな発育・発達をする。保護者は家庭での食育のための環境を適切に整えることができる。保育所では、保育所職員、家庭、保健所などの保健機関と連携を深め、食育プログラムの計画・評価を実施することができる。

【研究デザイン】

無作為割りつけをせず、地域ベースで食育プログラム実施群とコントロール群を設ける非無作為比較試験(準実験デザイン)

【1年次:平成17年度 ベースライン診断】

1. 諸外国の幼児教育における食をめぐる取組の現状の把握(担当:酒井)
2. 保護者と保育専門職を対象としたグループインタビューによる食育ニーズ分析(担当:安梅・酒井)
3. 横断調査(全員) ⇨対照地区を含めたベースライン診断
  - ①保育所での食育実践度調査(4市 計402園 観察指標190項目 5段階尺度を用いた実践度の評価)
  - ②子どもの発育・発達・食行動と、家庭での食育実践度に関する調査  
⇒0~6歳児を対象に、2地域で計2500名の乳幼児の発育・発達(運動機能、社会性、言語機能、精神機能の評価)と、生活リズムや食事内容や食行動など、家庭と保育所や地域での食育ニーズ
4. 子どもの調理との関わりの実践場面における衛生・安全面の現場実験(担当:酒井)
5. 保育所で実施されている食育の課題分析
6. 対象地域及び対象園の選定と体制づくり(担当:全体)



【2年次:平成18年度 プログラムの実施と、プロセス評価】

1. 市全体での保育所を拠点とした食育推進計画の立案(担当:全員)
2. 乳幼児を対象とした保育所での食育プログラムの実施(担当:酒井・師岡)  
⇒食育実施園2地域計4園の0~5歳児クラス 472名を対象に、本食育プログラムを実施
3. 園児の家庭向けの食育プログラムの開発と評価(担当:酒井・安梅・榊原)
4. 子どもの調理との関わりにおける衛生・安全の配慮事項の検討(担当:酒井)
5. 日の短期的な指導計画および、年・期の長期的な指導計画の評価・改善(担当:全員)
6. 注意欠陥多動傾向と食育との関連の検討(担当:榊原・酒井)



【3年次:平成19年度 乳幼児自身、家庭や保育園へのインパクト・アウトカム評価 食育実施園と対照園の追跡調査】

- 乳幼児を対象とした食育プログラムの開発と、下記の1~4)の側面から評価指標の提案  
⇒食育モデル園2地域計4園の0~5歳児クラス(0~2歳児の各クラス約15名, 3~5歳児の各クラス約20名, 1園平均約100名)を対象に約1年半にわたる介入研究実施。
- 1)保育所での週日の短期的な指導計画および、年・期の長期的な指導計画の評価・改善と通じた食育プログラムの開発(全員)
  - 2)食育プログラム実施時における保育所職員の食育に対する認識(師岡)
  - 3)児童票に見る食育目標の達成度の評価(師岡)



- 乳幼児を対象とした家庭と保育園・地域が連携した食育プログラムの開発
- 保育所における子どもの調理との関わりにおける衛生・安全マニュアルの最終案を提案
- 子どもの身体発育、多動性・衝動性などの精神機能・運動・社会性・言語機能の発達状況、保護者の育児不安の軽減度への効果の実証
- 保護者と保育者の双方が確認し、食を通して子どものよりよい環境を評価することができるチェックリストの開発

図1 本研究の目的とそのための年次計画



## 1. 保育所における保育実践と連動した食育プログラムの開発

分担研究者 師岡 章 白梅学園短期大学 教授  
酒井治子 東京家政学院大学 准教授

### 研究要旨：

食育モデル園の取り組みを通して、保育実践の質的向上と連動した食育実践のあり方について考察し、保育と連動した食育プログラムを整理することを目的とした。その結果、食育モデル園の取り組みが食育の実践内容、職員意識、子どもの成長度の全てにわたって一定の成果が見られることを指摘した。また、モデル園が開発した指導計画を分析し、保育に連動した食育内容のあり方を考察した。以上を踏まえ、実践に身近な食育を視点とした月案例を0～5歳児にわたって提示した。

### A. 研究目的

本研究の主題は、食を通じた子どもの健全育成のために、乳幼児とその保護者に向けた食育プログラムを開発するとともに、その評価方法を解明することである。

そのうち、本分担研究の目的は、保育実践の質的向上と連動した食育実践のあり方について考察し、保育全体を見通す食育プログラムを整理することである。具体的には、実践内容全体を網羅しつつ、かつ具体性を有する指導計画である月案（月別指導計画）例を、食育と保育の両視点をもとに検討し、保育所保育の対象となる年齢別に提示する。

### B. 研究方法

以下の方法により、研究課題の検討を実施した。

- 1) 食育モデル園が作成した食育プログラムの妥当性を検証するため、各モデル園が取り組んできた食育実践の内容とその成果を整理する。
- 2) 食育モデル園が作成した食育の計画のうち、実践に身近な指導計画の成果と課題を整理する。
- 3) 食育モデル園に見られる食育プログラムの成果と課題をもとに、食育と保育の両視点を含んだ年齢別の月案（月別指導計画）例を提示する。

（倫理面への配慮）

食育プログラムの資料収集にあたっては、保護者及び施設長に対し、書面にて研究の主旨、方法、個人情報の保護などを説明し、負担を軽減する最大の配慮を行う。プライバシーの保護のため、個人が特

定される情報と研究に必要な基礎資料は切離して管理し、個人情報の漏洩などを防ぐ対策もとる。

### C. 研究結果と考察

#### 1. 食育モデル園における食育実践の実施内容とその成果

よりよい食育プログラムは、よりよい実践的な成果をもとに作成されるべきである。

では、食育モデル園として選定され、平成18年度から2年弱、食育プログラムの開発と実施にあたった4つの保育所（相模原市立上矢部保育園、相模原市立文京保育園、川崎市立上作延保育園、川崎市立戸手保育園）にはどのような実践的な成果が見られたのであろうか。以下、食育の実践内容、職員意識、子どもの成長度について整理してみる。

#### 1-1. 食育モデル園の実践内容

平成18年度から2年弱、4つの食育モデル園は様々な食育実践を工夫、実施してきた（詳細は、平成18・19年度総括・分担研究報告書参照）。

代表的な実践内容は、ランチルームの設置、栽培・調理体験活動の重視、食物の生産者・流通業者等のフードシステムとの連携、「食育情報」の発行・「食育コーナー」の設置を通じた保護者との連携、未就園の地域の子育て家庭への支援などであった。

#### 1-1-1. ランチルームの設置

代表的な実践内容のうち、ランチルームに関しては、モデル園全てが、集団生活への適応力が増す3

歳児を境に、3歳未満児と3歳以上児それぞれにランチルームを設けた。スペースについては、既存の保育室を活用し、衝立、配膳台等で仕切りをし、独立した空間を確保した。理想を言えば、ランチルームの必要性を感じたとすれば、新築あるいは増築するべきであろう。ただ、経費等の関係で現実には困難な園が大半である。モデル園も同様な状況にあった。しかし、前述した通り、モデル園は既存のスペースを工夫する中でランチルームを確保した。他園でも導入できる方法を示したと言えよう。

こうしたランチルームの設置は、子どもの成長・発達を促す上で、様々な効果をもたらした。第一は、食事空間を遊びや睡眠の空間と分けた事により、子どもが食事に集中できたことである。第二は、食事のスペースに配膳・下膳のスペースがまとめられたことにより、3歳以上児を中心に、食事の準備や片付けを子どもにまかせることができ、子どもが食事を主体的に運営することができるようになったことである。第三は、3歳以上児を中心に、クラスの仲間や担任だけでなく、異なる年齢やクラスの子どもや保育者などと食事をする事で、人間関係の広がりが図られたことである。大人に対しては、栄養士や調理員とのかかわりあいも意識された。

また、ランチルームの設置は、保育者にとっても、食環境の大切さを改めて自覚することにつながった。各モデル園は、ランチルームを設ける中、配膳から食事、下膳に至るまで、子どもが主体的に行動できるような動線に配慮した。楽しい食事の雰囲気を出すため、テーブルクロスやBGM、生花を飾るなどの工夫もこらした。さらに、その日の食材を栄養素別にまとめられる掲示物も用意し、子ども自身が少しずつ栄養バランスを意識しながら食事を進められるような配慮も行った。

このように、ランチルームの設置は、保育の基本とされる「環境を通して行う保育」に基づきながら、自立また自律した生活の運営や、異年齢交流などの人間関係の深化・拡大、知的好奇心の育成といった保育において重要な課題とされる点と密接に絡みながら展開された取り組みであった。

なお、モデル園のうち、戸手保育園は実践の積み重ねの結果、ランチルームでの取り組みを特色とすることに至った園となった。そのため、食育の計画もランチルームに特化するかたちで作成、整理した。表1～4は、そのうちの3～5歳児の幼児組を対象としたランチルームを通じた食育の年間指導計画である。食育に視点をあてた指導計画のうち、園の特

色となる活動、あるいは場を対象とした作成例のひとつと言えよう。

#### 1-1-2. 栽培・調理体験活動の重視

栽培・調理体験活動を重視したことも、モデル園における食育実践の代表的なものであった。

このうち、栽培体験は以前から取り組まれていた活動であったが、アサガオに代表されるように自然観察が主眼となるケースが多かった。言わば、理科教育の前段階的な取り組みが主流だったわけである。

また、調理体験はO157問題以降、全くとってよいほど取り組まれてこなかった。しかし、食育を意識する中、モデル園は両活動を積極的に取り組み、食育の一貫として位置づけていった。

ちなみに、栽培活動は、専用の畑やプランターなどを用い、キュウリ・ナス・はつか大根・ピーマン・ミニにんじん・インゲン・枝豆・ホウレン草・トウモロコシ・ポップコーン・サツマイモ・ジャガイモ・ワケギ・カボチャ・ブロッコリーなど、多種多様な野菜づくりを進めた。文京保育園のように、稲作まで挑戦するモデル園も見られた。

調理活動では、3歳以上児を中心に、おにぎり・ちらし寿司・カレー・うどんなど主食に関するものを始め、さつま汁・豚汁などの汁物、大福・べっこう飴・よもぎ団子・フルーツ白玉・ポップコーン・ホットケーキ・ハンバーガー・野菜チップ・スコーン・ジャム・クッキーなどの和洋の軽食やデザートづくりなどが取り組まれた。食材の一部には、子どもたちが栽培した野菜も使われた。3歳未満児についても、蒸しパンのソースがけや、ケーキクリームしぼりなど、調理の一部を体験させる取り組みがなされた。さらに、トウモロコシの皮むきや、枝豆・グリーンピースの莢むきなど、調理の下ごしらえを手伝う活動も試みられた。

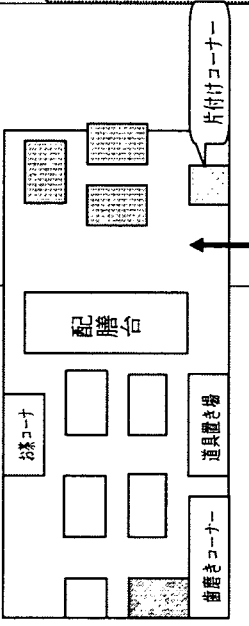
このように、栽培と調理体験は、時に連動する活動として展開されながら、数多く取り組まれてきた。こうした取り組みを通して、子どもたちは「つくる(生産・調理)」行為と「食べる」行為のつながりを実感し、食べものを大切にすることを体験的な学んだ。

同時に、愛情を持って野菜を育てる中、そこにいのちを感じ取り、それを食することの意味にも気づき始めた。こうした体験は、感謝の念を持って食事に向かう姿も育み、提供された食べものを残さず食べる姿にもつながった。また、食材の調達や調理にかかわる体験は、食事の受身化を改善し、主体的な食事を進めることにもつながった。

表1 ランチルームを通した食育の幼児組年間指導計画 (戸手保育園)

項目	ねらい・内容	3才	4才	5才	6才	
食と健康	<p>おなかの空くリズムの検定子ども</p> <p>お腹が空いたら自分でランチルームに行き食事する</p> <p>*自分の適量を知りながらいろいろな食べ物を進んで食べる</p> <p>*健康と食物の関係や基本的な習慣や態度を身につける</p>	<p>11:30 一部屋で手洗い、うがい、着替えを済ませ一斉にランチルームに入る</p> <p>ランチルームでの生活習慣を知る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>手拭はペーパータオルを使用</li> <li>歯磨きコーナーで歯磨きをする</li> <li>汚れた手や口の周りをティッシュできれいに拭く</li> <li>備え付けの車上ゴミ箱に捨てる</li> </ul> <p>食後・サブルームの着替えコーナーで着替えたらかつろさスペースで過ごす</p> <p>・苦手な物は残したり、減らしてもらって背中を伸ばして食べる</p> <p>・排便リズムの大切さを知る</p>	<p>2Qに時差をつけ準備のできた子から順次ランチルームに入る。</p> <p>*コーナード、ベル、道具写真</p>	<p>1 1・3月</p> <p>ベルの合図でおなかの空いた子から準備を済ませランチルームへ向かう</p>	<p>4才</p> <p>・テラスで手洗い、うがいを済ませ、着替えはサブルームで済ませる</p>	<p>6才</p>
	<p>好きなものをおいしく食べる</p> <p>慣れない食べ物、嫌いな食べ物にも挑戦する</p> <p>自分の健康に関心をもち必要な食品を摂ろうとする</p>	<p>・3歳は担任(2人)が中心になり一人ひとりの様子を把握指導する</p> <p>・4、5歳についてはリーダー保育士が中心に把握する</p> <p>・3才が2Gに分かれ入室時間を選択する際(最終入室時間を11:45とする)</p> <p>・3歳児が自分で判断、判断準備のするに余裕を持たすためにランチルーム開店の合図を10分早め11:20分にする</p> <p>・盛り付け量の違う皿(小皿や盛り付けの多少)から自分の食べられる量を選ぶようにする</p> <p>・背中を伸ばし、足を床に下ろし姿勢よく食べられるように言葉がけや絵カードを提示する等で意識を持たせる</p> <p>・遅くとも2:45までには自立起床するリズムを身につけられるよう、カーテンを2:15頃から開ける等日覚めの準備を進めにする</p> <p>・栄養士、看護師からの指導も取り入れ健康と食の関係を持たせる</p> <p>(箸について、元気な骨、繊維の聲し、食べ物と体の話し)「食べ物と体の仕組み、手洗いについて</p>	<p>・慣れない食べ物にも挑戦する</p> <p>・好きなものも1口食べる</p>	<p>・慣れない食べ物にも挑戦する</p> <p>・食べ物と身体の関係に関心をもち</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・苦手な物や減らしたい物・量を伝えたり、自分で行う</li> <li>・自分で盛り付けたいものを残さず食べようとする</li> <li>・苦手な物でも自分の健康に関心をもちなるべく残さず食べようとする</li> </ul>	<p>・好きなものをおいしく食べる</p> <p>・慣れない食べ物、嫌いな食べ物にも挑戦する</p> <p>・自分の健康に関心をもち必要な食品を摂ろうとする</p>	

表2 ランチルームを通した食育の幼児組年間指導計画（戸手保育園）

<p>食と人間関係</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 一緒に食べたいから子ども</li> <li>* 自分で食事ができる</li> <li>* 友達と一緒に食べる</li> <li>* 担任以外の保育士や調理員、など身近な人と一緒に食べる楽しさを味わう</li> <li>* 異年齢の友達と会食を通して愛情や信頼感を持つ</li> <li>* 食事に必要な基本的な習慣や態度を身につける</li> <li>・ 身近な大人と食事の話題を共有する</li> </ul>	<p>・ 3テーブルに固まって、クラスの気の合う友達と食べる。</p> <p>担任以外の職員や保護者と食べる事を楽しむ</p>  <p>* 片付けコーナー等の写真</p>	<p>テーブルに3、4人で座り異年齢とも親しみを持って食べる</p> <p>・ 食事に必要な準備、片付け全て自分でする</p> <p>・ ランチョンマットを拭いて片付けるやり方を知り行う</p> <p>・ お茶を運ぶ</p> <p>・ 自分で汁椀を両手で運ぶ</p> <p>・ 残飯は専用ケースに分け器の中をきれいにして片付ける</p> <p>・ 器は原に合わせた順番に並べておく</p>	<p>・ 気の合う子だけでなく色々な友達と一緒に食べようとする</p> <p>・ 異年齢を意識して食事し、思いやりの気持ちを持ったり、楽しく食べる</p> <p>・ こぼしたものを拾って卓上ゴミ箱に入れる</p> <p>・ こぼしたら、台布巾やモップで拭く</p> <p>・ 食後のサブルームの準備をする</p> <p>・ サブルームのごさ敷き、パジャマかごの準備をより引き継いで4才が手伝い行う。徐々に「ガム」の友達する。</p> <p>2月一年長のランチ当番を見て、手伝う</p> <p>3月一当番を引き継ぎ4歳児で行う</p> <p>・ 食習慣やマナーをできていない子に伝え促し教えあう</p>
	<p>目</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 落ち着いた雰囲気を保つ為にも、ランチルームでの動線を吟味し、毎日の繰り返しの中で見通しができるよう置き場を固定し、表示で明確にする。</li> <li>・ 3才児はランチルームでの流れや習慣を覚えられようように、子どものやろうとする気持ちを大事にしながらくくりと繰り返して伝えていく</li> <li>・ 指導するとき保育士の動きが大きくなかないように、3歳児は前半は3テーブルに集まって食べる。</li> <li>・ ランチルームで一緒に食べる友達が広がるように、くつろぎスペースや異年齢で関わって遊ぶ内容を計画的に行い意識を高めていく</li> <li>・ 4歳児は、ゴザ敷き等食後着替え室の準備を当番活動の流れの1つとして取り組めるよう、ランチルーム当番への慣れを高めようとする</li> <li>・ 当番活動の引継ぎは、4、5才担任でやり方の工夫をしながら子どもの状況を見、余裕を持って行う</li> <li>・ 自分の体を大事にしようとする気持ちが育ち、自主的に行動できるようにする</li> <li>・ 摂取量に個人差がでたり、偏食がでやすいので一人ひとりの心身の状態を把握し、楽しい雰囲気の中で食べられるようにする</li> <li>・ 自分から食べようとする意識や自分で考えて行動することを大事にする</li> </ul>	<p>目</p>	<p>目</p>