

4歳児11月

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 目<br>標                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>○身近な自然の美しさや不思議さに気づき、興味や関心を持つ</li> <li>○友だちと協力したり、助け合ったりして表現することを楽しむ</li> <li>○正しい姿勢、箸、皿の持ち方に気をつけ食事をする</li> </ul>  |
| 子<br>ど<br>も<br>の<br>姿                | <ul style="list-style-type: none"> <li>○さつまいも、かぶの収穫時に「大きいー！」と言いながら、友だち同士見せ合い、大きさ、色、形などを観察する姿が見られる</li> <li>○戸外でたっぷり遊んだり、散歩などに行った後は「早く給食、食べたい」など聞かれ食事が楽しみなる</li> <li>○どんぐりや落ち葉などの自然物を使い、友だち同士工夫しながら遊んでいる</li> </ul>   |
| 食と<br>健康                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○げんきボードを通して、食べ物と体の関係に興味を持つ</li> <li>○「にんじんが入っているよ」「これはじゃがいもからできているんだって」など給食に入っている食材に興味を持ち会話が広がる</li> </ul>  |
| ね<br>ら<br>人<br>間<br>関<br>係           | <ul style="list-style-type: none"> <li>○小学生に稲の刈り方を教えてもらい、保育士と一緒にいる</li> <li>○5歳児の食事当番の手伝いを楽しみにし、3歳児も誘い積極的に行う</li> </ul>  |
| と<br>内<br>容                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>○食事の挨拶の大切さがわかり、年下の子どもに教える</li> <li>○正しい姿勢、箸、皿の持ち方の大切さを知り、自分から身につけようとする</li> <li>○脱穀、もみすりのやり方を知り、友だちと一緒にいる</li> </ul>  |
| 命の<br>育ち<br>と食                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>○稲刈り、脱穀、もみすりなど行う中で、米の大切に気づく</li> <li>○友だちと協力して、水やりなどの世話を積極的に行う</li> </ul>   |
| 料<br>理<br>と食                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>○自分たちで育てた小松菜を給食の中に見つけ、味わって食べる</li> <li>○家庭でも料理の手伝いをする</li> <li>○自分の食べたいものをリクエストする</li> </ul>  |
| 指<br>導<br>上<br>者<br>の<br>留<br>意<br>点 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○一緒に食事をする中で、マナーの大切さを知らせ、自分で気づき、直せるようにしていく</li> <li>○園でも家庭の食事のことを話題にし、親子で食事づくりにかかわれるようにする</li> <li>○鎌の使い方をしっかりと説明し、危険のないように配慮する</li> <li>○食に関する絵本などを活用し、食に対する興味が深まるようにする</li> </ul>  |
| 環<br>境<br>構<br>成                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>○収穫した野菜、稲の感触、匂いなど十分に楽しむことができるように時間、場所を確保する</li> <li>○稲刈りの体験ができるように小学校と連携をとり、計画を立てる</li> <li>○家庭でも話題が広がるように、園でのクッキングの様子などを廊下の見やすい所に掲示する</li> </ul>   |
| 反<br>省                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・保育ウィーク中は子どもたちの大好きな行事がたくさん続き、毎日喜んで行事に参加していた。</li> <li>・若松小の稲かりや南中との交流など、地域の人とのふれあいを持つことができ、よい経験となった。</li> <li>・異年齢の友だちとの食事も楽しむようになり、さりげなくマナーを伝える場面が見られるようになってきた。</li> <li>・中旬頃より発表会の練習を本格的に始める。子どもたちの好きな絵本であったので、とても楽しみながら行っている。</li> </ul> |

4歳児12月

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| 目<br>標                          | <p>○冬の生活の仕方がわかり、身のまわりの始末など進んでしようとする</p> <p>○身近な自然の変化や社会事象に興味・関心を持つ</p> <p>○下ごしらえや調理活動を積極的に取り組み、いろいろな料理に興味を持つ</p>   |
| 子<br>ど<br>も<br>の<br>姿           | <p>○「やってみたい!」「保育園のお米と同じだね」と言いながら、鎌を使っての稲刈りを体験する</p> <p>○「おいしいね」など会話を楽しみながら食事をする</p> <p>○友だち同士で協力して、野菜の世話、収穫を行う姿が見られる</p>   |
| ね<br>ら<br>い<br>関<br>係           | <p>食と健康 ○「これは力になるんだ」などと、給食に入っている食材をげんきボードと照らし合わせ、食べる意欲が増す</p> <p>○「みそ汁あったかいね!」「体があたたまるよね」など体と健康についての会話が增える</p> <p>健康 ○正しいうがいの仕方、大切さを知り、進んで行う</p>                                   |
|                                 | <p>食と人間関係 ○家での食事場を保育士や友だちに伝え合い、関心が深まる</p> <p>○友だちと協力して、下ごしらえ、調理活動を行う</p>   |
| 内<br>容                          | <p>食と文化 ○正しい姿勢、箸、皿の持ち方に気づき、自分からやろうとする</p> <p>○さつま汁作りを通して、さまざまな料理の作り方に興味を持つ</p> <p>○めずらしい食材(ししゆず、唐辛子など)に触れ、興味を深める</p>   |
|                                 | <p>命の育ちと食 ○「わあーでできた!」とブロッコリーが大きくなっていることに気づき、大切に育てようとする</p> <p>○自分たちで育てた野菜を食べることで、調理してくれる人に感謝の気持ちを持つ</p>  |
| 指<br>導<br>上<br>の<br>留<br>意<br>点 | <p>保 育 ○絵本や紙芝居を活用し、うがいの大切さ、正しいやり方を伝える</p> <p>○子どもとの関わりの中で、食に関する話を引き出し、会話が広がるようにする</p> <p>○野菜に旬や収穫時期を知らせ、期待が高まるようにする</p> <p>○調理活動では無理のないように計画を立て、事前に手順を説明し、興味が高まるようにする</p>          |
|                                 | <p>環 境 構 成 ○みそ汁などは温かく食べられるように、配膳の際、電磁調理器を用意しておく</p> <p>○クッキングでは衛生的で安全な調理器具を用意しておく</p> <p>○散歩で保育園近くの畑に行き、多様な冬野菜に触れる機会を持てるように計画を立てる</p> <p>○野菜の知識が深まるような絵本や紙芝居、図鑑などを用意しておく</p>       |
| 反<br>省                          | <p>・発表会に向けて、子どもたちも意欲的に取り組み、当日も一生懸命に行い、達成感を味わうことで成長が感じられた。</p> <p>・クッキングでは、はじめて包丁を使う子もいたが、子どもたちの方から楽しかったとの声も聞かれ、よい経験となった。</p> <p>・家での食事の様子や給食の食材についての会話が增え、食に対する興味がさらに増してきたようだ。</p> |

5歳児4月

|            |  |  |
|------------|--|--|
| 目標         | <ul style="list-style-type: none"> <li>○年長児としての自覚を持ち、基本的な生活習慣やルール、マナーを身につける</li> <li>○新しい生活環境に慣れ、友だちといきいき遊ぶ</li> <li>○年下の子どもに優しく関わり、生活の仕方を教えようとする</li> </ul>   |  |
| 子どもの姿      | <ul style="list-style-type: none"> <li>○年長になったことを喜び、当番活動に期待を持つ</li> <li>○年下の友だちにやさしく関わろうとする</li> <li>○友だちを誘ってランチルームに行き楽しそうに食べている</li> </ul>  |  |
| ねらい<br>と内容 | 食と健康   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○食生活に必要な習慣や態度を身につける</li> <li>○食べ慣れないものや嫌いなものにも挑戦する</li> </ul>   |
|            | 食と人間関係   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○楽しい雰囲気の中で保育者や調理員、友だちと食事をする</li> <li>○調理する人に親しみ、関わりを楽しむ</li> </ul>  |
|            | 食と文化   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○挨拶や姿勢、箸、皿の持ち方などに気をつけて食事する</li> <li>○ランチルームの使い方、約束を再確認し、マナーを守る</li> </ul>   |
|            | 命の育ちと食   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○栽培を通して自然の恵みの不思議さ、大切さを知り、感謝の気持ちを持つ</li> <li>○身近な自然に触れ、生命の大切さを感じる</li> </ul>   |
|            | 料理と食   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○意欲的に当番活動を行い、食事の準備に関わることに喜びを感じる</li> <li>○調理の下ごしらえ法、調理器具の正しい使い方を知り、年下の子どもに教えようとする</li> </ul>  |
|            | 指導上の留意点  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○うがいや手洗い、歯みがきなどの声かけをし習慣づくようにしていく</li> <li>○子ども同士の関わりを見守り、必要に応じて援助する</li> <li>○皿、箸の持ち方や姿勢などの大切さを伝えていく</li> <li>○土作りや種まきを一緒に行い、水やりをしながら生長を観察して発見や喜びを共感していく</li> <li>○身近な動植物に対する美しさ、不思議さを共感し、命の大切さを感じられるようにする</li> <li>○年長児としての自信や意欲が持てるような声かけをし、当番活動に積極的に関わられるようにする</li> <li>○調理器具の使用の際には使い方をしっかりと教え安全に気をつける</li> <li>○マナーを伝えながら楽しい雰囲気の中で食事できるよう配慮する</li> </ul> |
| 環境構成       | <ul style="list-style-type: none"> <li>○安全で衛生的な環境を整える</li> <li>○調理員と子どもの結びつきが深まるようランチルームで配膳する</li> <li>○ランチ当番のエプロンセットの使い方、片づけ方を知らせ、しまう場所など衛生管理に気をつける</li> <li>○ランチルームの使い方、片づけ方を図で示す</li> <li>○ランチルームに園庭の草花を飾ったり BGM を流し落ち着いた雰囲気をつくる</li> </ul> |  |
| 反省         | <p>憧れの年長児になり、毎日はりきって当番活動をしたり年下の子どもに優しく接する姿がみられた。一方、ふざけたり甘えを出してくる子どもも見られるため気持ちをしっかりと受けとめ不安や負担のないようにしていきたい。栽培活動にとっても期待を持ち意欲的に取り組んでいる。土に触れ自然の恵みを体で感じ、栽培活動を楽しめるようにしていきたい。</p>  |  |

5歳児5月

|                                 |   |   |
|---------------------------------|---|---|
| 目<br>標                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>○異年齢児に関心を持って世話をしたり、一緒に遊んだりする中で、親しみを持つ</li> <li>○野菜の栽培、世話をすることを通し、食への興味・関心を深める</li> </ul>   |   |
| 子<br>ど<br>も<br>の<br>姿           | <ul style="list-style-type: none"> <li>○栽培活動（はつか大根、きゅうり、トマト、玉ねぎ、ジャガイモ、米）に積極的にに関わり、収穫する日を楽しみにしている</li> <li>○当番活動に慣れ、友だちと協力しながら当番活動を行っている反面、慣れてきたことで乱雑になっている姿もみられる</li> <li>○ルールのある遊びに積極的に参加し、友だち同士教え合いながら集団遊びを楽しむ</li> </ul>   |   |
| ね<br>ら<br>い<br>と<br>内<br>容      | 食と<br>健康  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○こぼした時やテーブルが汚れている時は拭き、きれいな環境の中で食べようとする</li> <li>○多くの種類の食べ物や料理を味わう</li> <li>○自分で食べられる量を調節して残さず食べようとする</li> </ul>    |
|                                 | 食と<br>人間<br>関係  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○バイキングやセレクト給食では、好きなものを選ぶ楽しさを友だちと喜び合いながら食事をする</li> <li>○調理員と関わりを持ち、会話を楽しむ中で感謝の気持ちを持つ</li> </ul>                     |
|                                 | 食と<br>文化  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○年下の子どもにランチルームの使い方を教え、手伝ってあげようとする</li> <li>○姿勢、箸、皿の持ち方などに気をつけ、マナーを守って食事をする大切さを知る</li> </ul>                        |
|                                 | 命の<br>育ち<br>と食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○栽培した野菜の収穫を喜び、調理してくれる人に感謝して食べる</li> <li>○食物ができるまでの大変さを知り、大切に育てる</li> <li>○野菜の生長をよく観察し、のびのびと絵に表現することを楽しむ</li> </ul> |
|                                 | 料理<br>と食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○給食の下ごしらえを積極的に行い、食事作りに関わることを喜ぶ</li> <li>○クッキング（ラップおにぎり）では、三角形や丸型など様々な形に自由ににぎって料理の楽しさを知る</li> </ul>                 |
| 指<br>導<br>上<br>の<br>留<br>意<br>点 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○げんきボード（食品分類表）を活用しながら食べものの種類と働きを知らせ、健康と食べものの関係について関心をもたせていく</li> <li>○保育士と調理員が連携をとることで、子どもたちも調理員を身近に感じられるようにする</li> <li>○セレクト給食やバイキングなど食事形式を工夫することで、楽しく食べられるようにする</li> <li>○ラップおにぎりでは、形を意識してにぎれるよう声かけをする</li> <li>○一人ひとりの子どもの興味や自発性を大切にする</li> <li>○観察画は野菜の特徴がつかめるような声かけをし、よく観察できるようにする</li> </ul> |   |
| 環<br>境<br>構<br>成                | <ul style="list-style-type: none"> <li>○調理員と定期的に会食がもてるように計画をたてる</li> <li>○セレクト給食では子どもたちが期待をもてるようにチケット作りをする</li> <li>○クッキングの際には子どもたちが身じたくしやすいエプロンを家庭で用意してもらう</li> <li>○クッキングの前にテーブル、椅子などの消毒を行い、衛生面に配慮する</li> <li>○米作りでは、土作りから経験できるよう準備をする</li> </ul>   |   |
| 反<br>省                          | <p>当番活動に慣れ、はりきって行う子どもが多い。一方、あそびからの切り替えができない子どもがいる。責任を持ってできるよう丁寧に関わっていきたい。野菜、花の種まき、米の土作り、田植えなどとても楽しんで行い、生長を心待ちにしている。食への興味・関心につなげていきたい。</p>   |   |

5歳児6月

|           |   |  |
|-----------|---|--|
| 目標        | <ul style="list-style-type: none"> <li>○室内の過ごし方、プールあそびの再確認をし、自ら考えて行動する</li> <li>○友だちと協力して栽培活動を行い、収穫を喜び合う</li> </ul>   |  |
| 子どもの姿     | <ul style="list-style-type: none"> <li>○自分たちで収穫した野菜を食べることを楽しみに、ランチルームへ向かう</li> <li>○収穫した野菜を年下の子どもたちもおいしそうに食べているのを見て、喜ぶ</li> <li>○年下の子どもと一緒に遊んだり、着替えを手伝ったり、優しく関わろうとする</li> <li>○戸外で体をたくさん動かし集団遊びを楽しむ</li> </ul>                                      |  |
| ねらい<br>内容 | 食と健康  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○げんきボード（食品分類表）を通して、さまざまな食品の名前を覚え、その働きを知る</li> <li>○さまざまな食べ物をすすんで食べようとする</li> <li>○野菜の収穫を喜び食べることを楽しみにする</li> </ul>   |
|           | 食と人間関係  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○調理員と会話を楽しみながら、食への関心を高める</li> <li>○調理員や保育士など食に関わる人に感謝の気持ちを持ち、栽培や食事の支度に積極的に参加する</li> </ul>   |
|           | 食と文化  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○年下の子どもの配膳や下膳を手伝ってあげようとする</li> <li>○下膳の食器が乱雑になっている時は気づいて直そうとするなど、まわりのことにも気がつく</li> <li>○会話の声が大きくなりすぎないように気をつけて食事をする</li> </ul>  |
|           | 命の育ちと食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○野菜（玉ねぎ、じゃがいも、トマト、きゅうりなど）の収穫を通し、自然の恵みの大切さを知る</li> <li>○稲の変化に関心を持ち、積極的に世話をする</li> </ul>  |
|           | 料理と食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○収穫した野菜が料理されることを喜び、意欲的に食べる</li> <li>○友だちと協力しながらランチ当番を行う</li> <li>○食材に旬のおいしさがあることを知り、旬の野菜を味わう</li> </ul>   |
|           | 指導上の留意点   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○当番活動への意欲を引き出しながら、ほめることで自信をつけていく</li> <li>○食べ慣れないものや苦手なものも食べようとする気持ちを育て、食べられた時はほめることで自信をなげる</li> <li>○野菜の世話、収穫を通し、自然の恵みの素晴らしさや命の大切さを伝えていく</li> <li>○一人一つずつ野菜を収穫できるよう配慮する</li> <li>○落ち着いた環境の中で食べることの気持ち良さを感じられるよう環境を整えていく</li> <li>○栽培を通して野菜の収穫時期を知り、旬の野菜のおいしさや食べられる喜びを感じられるようにする</li> </ul> |
| 環境構成      | <ul style="list-style-type: none"> <li>○セレクト給食・おやつは定期的に行えるように計画をたてる。</li> <li>○食べ物にかかわる楽しい絵本やエプロンシアターなどを用意し食に関心がもてるようにする</li> <li>○ランチルームではBGMを流し、その音をめやすとし、子ども同士の会話の大きさに気づかせる</li> <li>○おやつのおじさいゼリーに折り紙で作った葉を用意しお皿の下に敷くなど、季節感を味わえるようにする</li> </ul> |  |
| 反省        | <p>集団あそびが盛んでドッジボールや氷鬼など楽しみ、ルールを教えあい子ども同士ですすめられるようになってきた。その反面、手を出すなどのトラブルも多いため年長児として行動できるよう話をしていく。立派な玉ねぎが収穫でき大喜びであった。日々野菜や米の生長を気にかけている様子が見られる。子どもたちの栽培への期待・意欲を高めていきたい。</p>   |  |

5歳児7月

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| 目<br>標                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>○プールあそびのルールを守り、水に親しむ</li> <li>○クッキング活動を通し、調理する楽しさを知り食への関心を深める</li> </ul>  |   |
| 子<br>ど<br>も<br>の<br>姿                | <ul style="list-style-type: none"> <li>○友だちがおかわりをするのを見て食欲が増したり、友だちにおかわりをすすめたりしながら食事をする</li> <li>○園庭の梅の実の匂いに気づき「いい匂いだね」と友だち同士伝え合い、食材への関心が高まっている</li> <li>○大小さまざまな玉ねぎの収穫に興奮し、調理活動(カレーづくり)を楽しみにしている</li> <li>○麦茶をこぼさないように注ぐ、テーブルを丁寧に拭くなど食事当番としての役割を理解しながら行えるようになってくる</li> </ul> |   |
| ね<br>ら<br>い<br>と<br>内<br>容           | 食と<br>健康   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○汗の不快感を感じ拭いたり着替えをしてから食事に向かう</li> <li>○時計を見ながら時間を意識して時間内に食べる</li> <li>○珍しい献立はげんきボードを見て、自分から食材を知ろうとする</li> </ul>   |
|                                      | 食と<br>人間<br>関係   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○友だち同士刺激し合い食べることへの意欲が増す</li> <li>○友だち同士で食事当番の仕事を分担できるようになる</li> <li>○珍しい食材を調理員や保育士に積極的に聞きながら知識を広げていく</li> </ul>  |
|                                      | 食と<br>文化   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○姿勢、箸、皿の持ち方を友だち同士教え合いながら身につけていく</li> <li>○米作りの伝統的な工程を知る</li> </ul>   |
|                                      | 命の<br>育ち<br>と食   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○稲の世話の方法を理解しながら変化に気づき、「大きくなーれ」「いっぱい水を飲んでね」など大切に世話をする</li> <li>○栽培を通して命の大切さを知り、もったいないという気持ちが生まれる</li> </ul>   |
| 指<br>導<br>上<br>者<br>の<br>留<br>意<br>点 | 料理<br>と食   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○調理活動(カレー作り)では、じゃがいも、にんじんの切り方の違いを知り積極的に行う</li> <li>○炒める音や湯気に気づき、収穫した野菜の調理法に関心をもつ</li> </ul>  |
|                                      | 保<br>育<br>者<br>の<br>留<br>意<br>点  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○珍しいものや難しいものなど、さまざまな献立名を覚えられるよう、配膳時に教えたり、一緒に食事をしながら話題にする</li> <li>○麦茶、牛乳は注ぐ量の見本を置き、子どもたちで当番活動をスムーズに進められるようにする</li> <li>○夏野菜の収穫や観察面を通し、収穫時期、旬があることを知り、収穫の期待を高めるようにする</li> <li>○地域ボランティア(生活技術指導士)とのかかわりを通し、地場野菜への興味や地域の農作業に関心を持たせる</li> <li>○調理活動では安全に配慮する</li> <li>○食材の種類や働きを知り、自分から多くの食材を食べようと思えるようにげんきボードを活用する</li> <li>○米作りの伝統的な工程を教え、関心、意欲を高める</li> </ul> |
| 環<br>境<br>構<br>成                     | 環  | ○米作りの世話の流れを子どもが見やすい場所に表示し、世話への意欲を持続させていく  |
|                                      | 境  | ○ランチルーム内の温度・湿度に気をつけ、快適な環境で食事ができるようにする   |
|                                      | 構<br>成   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○衛生・安全面に配慮し、調理活動に必要な調理器具を用意する</li> <li>○地域ボランティアの紹介した地場野菜を登降園の際、親子で見たり、触れたりできるような場所に置く</li> </ul>  |
| 反<br>省                               | <p>天気が悪く、プールあそびはなかなかできなかったが集団あそびや鉄棒など体を動かしてよく遊んでいた。友だち同士のトラブルで手を出す行動はほとんどなく落ち着いてきたが、今後も見守りながら丁寧に関わっていきたい。じゃがいもの収穫もでき、自分たちで育てた野菜を使つてのクッキングをととても喜び楽しんでいた。</p>  |   |

5歳児8月

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| 目<br>標                               | <p>○友だちと一緒に夏ならではのあそびを楽しむ</p> <p>○野菜や米の生長・変化に関心を持ち世話をする中で、生命の尊さに気づく</p>  |
| 子<br>ど<br>も<br>の<br>姿                | <p>○園庭に出ると一番に米の様子を見に行き、水やりを欠かさずに行う</p> <p>○プールあそびでは全身を使って泳ぎ、空腹を感じて食事に向かう</p> <p>○苦手なものも残すことは「もったいないから食べよう」という気持ちが育ってきている</p>  |
| 食と<br>健康                             | <p>○ランチルームの時間に合わせて遊びや活動を計画するようになる</p> <p>○給食室からの匂いや献立表を見て、食事を楽しみにその日の活動ががんばろうとする</p> <p>○収穫したじゃがいもを使い、自由に表現してスタンプあそびを楽しむ</p>  |
| ね<br>ら<br>い<br>と<br>内<br>容           | <p>食と<br/>人間<br/>関係</p> <p>○珍しい食材や献立は「これなんていう野菜かな」と名前を知ろうとしたり「ふわふわしてるのはどうしてかな」と食感の不思議さを友だち同士で考えようとする</p> <p>○調理員に「全部食べるね」「おかわりに来るね」と食べる意欲を伝え、作ってくれる人の喜ぶ顔を見て嬉しいと思う</p> <p>食と<br/>文化</p> <p>○フォークやスプーン、箸の持ち方が違う友だちに、やって見せたり直してあげるなど丁寧に教えようとする</p> <p>○米作りの伝統的な工程の稲刈り、脱穀、もみすりを楽しみにする</p>   |
| 命の<br>育ち<br>と食                       | <p>○稲の出穂を心待ちにし、生長を想像しながら楽しんで世話をする</p> <p>○大根の畑作り（草むしり）に参加し、さまざまな栽培活動に期待をもつ</p> <p>○ごまの収穫を通し、食べ物の育ちの不思議さを感じる</p>   |
| 料理<br>と食                             | <p>○「ホカホカだね」「温かくておいしいね」など、できたての食事を食べる喜びを表現する</p> <p>○家庭でも食事や栽培活動の会話を楽しみながら、買い物や食事の下ごしらえを経験する</p>  |
| 指<br>導<br>上<br>者<br>の<br>留<br>意<br>点 | <p>保<br/>育<br/>者</p> <p>○自分たちで収穫したじゃがいもで製作する楽しさを味わえるようし、さまざまな形や大きさに気づけるようにする</p> <p>○疑問や感じたことを受け止めながら、食への話題を広げ子ども同士で考えられるような働きかけをしていく</p> <p>○食への意欲をほめ、更に自信につなげていく</p> <p>の<br/>留<br/>意<br/>点</p> <p>○一緒に食べようと誘ったり、味の感想を伝え合うなど誰かと一緒に食べる喜び、楽しさ、安心感を味わせていく</p> <p>○今後の栽培予定を事前に知らせ、冬野菜の栽培への期待をもてるようにする</p> <p>助<br/>点</p> <p>○園で行っている下ごしらえや、食に関する子どもの姿、変化を保護者に伝えていき、家庭でも食育を楽しめるようにする</p> <p>○ごま収穫では不思議さを感じられるよう、よく観察してから収穫をするようにする</p> |
| 環<br>境<br>構<br>成                     | <p>○スタンプあそびでは表現したいものを先にイメージさせ、さまざまな大きさに切ったじゃがいもとスタンプ台を用意しておく</p> <p>○草むしりを一緒に行い、栽培できる環境を整える</p> <p>○休息や水分補給、快適な環境に気づけるよう、ランチルーム内の温・湿度計を見やすい場所におく</p>  |
| 反<br>省                               | <p>プールにたくさん入れとても喜んでた。泳ごうとする意欲、努力をみられ、生長を感じた。稲への関心は高く、毎日水量を気にして水を足している。ゴマの収穫にも興味津々であった。生長、変化への興味が高まってきている。運動会への期待も高まり練習に取り組んでいる。</p>   |

5歳児9月

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 目<br>標                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>○運動会の練習を友だちと協力しながら楽しんで行う</li> <li>○地域や郷土の食文化にふれ、興味・関心を深める</li> </ul>  |
| 子<br>ど<br>も<br>の<br>姿                | <ul style="list-style-type: none"> <li>○稲穂が始め「見て！お米ができてきたよ」と、友だち同士教え合い喜んでいる</li> <li>○プールあそびで体をたくさん動かし、食べる量が増え「おかわりある？」「残したもったいないよね」など言いながらよく食べている</li> <li>○「もうすぐランチルームだよ、一緒に食べよう」と、時計を確認しながら友だちを誘っている</li> </ul>   |
| 食と<br>健康                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○「たくさん食べて力をつけないとび箱跳べないよね！」など食事と体の働きを結びつけられる</li> <li>○稲刈りを通して更に期待が高まり、育てた米を食べる日を楽しみにする</li> </ul>   |
| ね<br>ら<br>い<br>関<br>係                | <ul style="list-style-type: none"> <li>食と ○セレクト給食で選んだおかずやおいしかったメニューを家庭でも話題にして、食についての会話が増える</li> <li>人間 ○「たくさん残すと給食の先生悲しいよね」と作ってくれた人の気持ちを考えようとする</li> <li>関係 ○うどん作りに参加し地域ボランティア（わかな会）に積極的に質問したりする</li> </ul>  |
| と<br>内<br>容                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>食と ○鎌を使って昔ながらの方法で稲刈りを体験する</li> <li>文化 ○地域ボランティアに教えてもらい、うどん作りの工程を学び体験する</li> </ul>   |
| 命の<br>育ち<br>と食                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>○大根の種まきをしながら種の色や形を観察し、他の種との違いに気づく</li> <li>○稲刈り後、なぜ稲穂を干すのか関心をもち、知ろうとする</li> </ul>   |
| 料理<br>と食                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○保育者や調理員と一緒に食事の準備に関わることを楽しみにする</li> <li>○うどん作りを通し、手作りの温もりや作ることの楽しさ、食べ物大切さを知る</li> <li>○「コロッケほかほかだね」「私のはほくほくだよ」など食に対する表現力が広がる</li> </ul>   |
| 指<br>導<br>上<br>者<br>の<br>留<br>意<br>点 | <ul style="list-style-type: none"> <li>保 ○作ってくれる人の気持ちを考えられる心を育てていく</li> <li>育 ○「ほかほか」「ほくほく」などいろいろな表現方法の違いを会話の中で楽しみ、表現力が広がるようにする</li> <li>者 ○「早くお米食べたいね」「どんな味がするかな？」など育てた米への期待が高まるような会話を一緒に楽しむ</li> <li>の ○鎌の使い方、取り扱い方をしっかりと説明し理解させてから危険のないよう一緒に行く</li> <li>の ○大根の種蒔きでは今までにまいた種を思い出しながら色、形の違いに気づけるようにする</li> <li>援 ○小麦粉から作り生地を足で踏むという昔ながらのうどん作りを通し、温もりや作ることの楽しさ、食べ物大切さを感じられるようにする</li> <li>助 ○稲穂を逆さに干すことで米のおいしさが引き出されることをわかりやすく伝えていく</li> </ul> |
| 環<br>境<br>構<br>成                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>○鎌の刃や持ち手に危険がないか、事前に確認しておく</li> <li>○稲刈りの際は、危険のないよう周囲の環境に配慮する</li> <li>○衛生、安全面に配慮し、調理活動に必要な調理器具を用意しておく</li> <li>○とび箱やマット、鉄棒などの運動遊びでは環境を整え、安全に気をつけながら十分に体を動かせるようにしていく</li> </ul>  |
| 反<br>省                               | <p>運動会の練習が本格的に始まり、期待を持って意欲的に取り組んでいる。うどん作りやセレクト給食を通し、食に関する話をよくする姿がみられている。稲刈り、大根の種まきを楽しんで行い、今後の取り組みを楽しみにしている。生活や行事を通し、友だちと協力し合い、思いやる姿が多く見られるようになる。</p>   |



5歳児10月

|        |   |   |
|--------|---|---|
| 目標     | <ul style="list-style-type: none"> <li>○秋の自然に触れ季節の移り変わりを感じながら戸外あそびを楽しむ</li> <li>○さつまいも掘りを通し、大地の恵み、生命の力強さを感じ秋の収穫を喜ぶ</li> </ul>   |   |
| 子どもの姿  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○年下の子どもの応援を受けて、はりきって運動会の練習をしている</li> <li>○大根の種の色や形を知り、「早く大きくなるといいね」と笑顔で友だち同士話している</li> <li>○鎌を使っての稲刈りに「こうやって刈るんだね」「楽しいね」と喜び、「もう一回やりたい」と繰り返し体験する</li> <li>○稲刈り後、「ご飯にして食べるのが楽しみだね!」と友だち同士で話している</li> </ul> |   |
| ねらいと内容 | 食と健康  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○「大きくなりたいから大盛り!」などと、自分の体のことを考えながら楽しく食事をするができる</li> <li>○「すっぱいよなしょっぱいよな味だね」など 味の違いに気づく</li> <li>○遠足ではたくさん体を動かし、おいしくお弁当を食べる</li> </ul>   |
|        | 食と人間関係  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○友だち同士で役割を決めながら協力し、自信をもってランチ当番を行う</li> <li>○さつまいも掘りでは農家の人との再会を楽しみにし、会話や触れ合いを楽しみながら芋掘りをする</li> <li>○手作りのお弁当を喜び、感謝の気持ちをもつ</li> </ul>   |
|        | 食と文化  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○さつまいも掘りのコツを農家の人に教えてもらい同じように友だちに教えてあげようとする</li> <li>○稲の脱穀、もみすりの仕方を学び、丁寧にやる</li> <li>○食事の声の大きさに気をつけ、正しい姿勢で食べる</li> </ul>  |
|        | 命の育ちと食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○大根の芽が出ることを心待ちに観察したり、積極的に水やりをして世話をする</li> <li>○みんなで育てた米一粒一粒を大切にしようという気持ちをもつ</li> <li>○土の感触や生命の力強さを全身で感じながら、さつまいも掘りを楽しむ</li> </ul>  |
|        | 料理と食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○「ここに入れるとはじけるんだよね!」などとポップコーンの機械に興味をもち、実の変化をよく観察する</li> <li>○さつまいも掘り後、「大学芋にする」「天ぷらにするんだ!」など家庭で調理してもらうことを楽しみにする</li> <li>○「今日のご飯はからあげがいいな」「遠足のおにぎりの中身は鮭がいい」など好きなものをリクエストしたり、自分でおにぎりをにぎるなど、家庭で一緒に料理を楽しむ</li> </ul>  |
|        | 指導上の留意点   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○さつまいも掘りでは、農家の人に感謝できるよう、仲立ちとなる</li> <li>○米一粒の大切さを伝え丁寧に脱穀、もみすりの作業ができるようにし、また危険のないようにする</li> <li>○遠足のお弁当やさつまいも掘りでは「何の料理にしてもらいたい?」など子どもたちと会話を楽しみ期待感を高めていく</li> <li>○土の感触や根を張る生命の力強さを、全身で感じながらさつまいも掘りができるような声かけをし、期待感を高める</li> <li>○ポップコーンの実演では衛生、安全面に配慮しながら、匂いや音を近くで感じられるようにする</li> </ul> |
| 環境構成   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○稲の脱穀、もみすり時には米が飛び散りやすいため、シートを敷くなど環境を整える</li> <li>○さつまいも掘りでは動きやすい服装を用意してもらうよう事前に家庭にお願いする</li> </ul>   |   |
| 反省     | <p>運動会後もとびばこやリレーなどに取り組み、自信をつける姿がみられた。サフランの水栽培を喜び、毎日水を替え花が咲く日を心待ちにしている。さつまいも掘りをずっと楽しみにしていた子どもたち。大地の恵み、生命の力強さを感じながら秋の収穫を楽しめた。また農家の人との関わりを喜び、嬉しそうに話をしたり掘り方を教えてもらなどの触れ合いがもてた。</p>   |   |

5歳児11月

|            |   |   |
|------------|---|---|
| 目 標        | <ul style="list-style-type: none"> <li>○共通の目的に向かって友だちと協力しながら活動に取り組む</li> <li>○食事環境の大切さに気がつき、友だち同士マナーを伝え合ったり環境を整えようとする</li> </ul>  |   |
| 子 ども の 姿   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○運動会で目標を持ち取り組んできたことが、自信につながり心の成長がみられる</li> <li>○発表会に期待をもち、年下の子どもをリードしながら意欲的に練習に取り組んでいる</li> <li>○さつまいも掘りの経験画では嬉しそうな顔で大きなさつまいもを手に持っている姿を力強く表現していた</li> </ul>  |   |
| ね らい と 内 容 | 食と健康  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○風邪をひかないよう、うがいや手洗いをしっかり行い、バランスよく食べる</li> <li>○食生活の大切さを理解し、三食しっかり食べる</li> </ul>   |
|            | 食と人間関係  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○困っている友だちや食事環境に目を向け手を貸したり、みんなで気持ちよく食事ができるよう環境を整える</li> <li>○「食べ物生きてるんだよ」「食べてあげないと野菜が泣いてるよ」など年下の子どもに食べ物や食べることの大切さを伝えようとする</li> </ul>  |
|            | 食と文化  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○マナーの悪い友だちに気づき、自信をもって教えてあげる</li> <li>○箸を上手に使うってお皿やお弁当箱をきれいにしてお食事を終わらせる</li> </ul>  |
|            | 命の育ちと食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○冬の野菜の生長・変化に関心をもち、特徴に気づく</li> <li>○伸び始めた大根を見て「こっちの方が大きいよ」「日がよく当たるからじゃない？」など食物が生長するために必要な要素に気づく</li> </ul>  |
|            | 料理と食  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○温かいものは温かいうちに食べることのおいしさや、温もりを感じながら食べる</li> <li>○友だち同士で創造性や工夫をこらして、自然物を取り入れた料理作りごっこを楽しむ</li> </ul>  |
|            | 指 導 上 の 留 意 点   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○三食しっかり食べることの大切さや体とのつながりを理解できるように伝えていく</li> <li>○土の中で育つ冬野菜の特徴に目が向くよう声をかけ、発見や驚きを引き出す</li> <li>○食物が生長する上で必要な要素について考えられるよう働きかけていく</li> <li>○お皿をきれいにすることの気持ち良さや食べ物の大切さを伝えていく</li> <li>○友だちにマナーを教えてあげる勇気や年下の子どもに優しく接する姿を認め、自信をつなげる</li> </ul> |
| 環 境 構 成    | <ul style="list-style-type: none"> <li>○電磁調理器の使用の際は、安全に気をつけながら温かい汁物が食べられるようにしていく</li> <li>○料理作りごっこを十分に楽しめるようお皿や容器を用意したり、自然物を取りにいく</li> <li>○冬野菜の観察が満足いくまでできるよう時間を十分に設ける</li> <li>○風邪予防のポスターを子どもたちの目のつく場所に貼る</li> <li>○コースター入れを用意し、片づけ場所など明確にする</li> </ul> |   |
| 反 省        | <p>本格的な発表会練習が始まり、子どもたちの意欲、期待が高まっている。遊びや友だち同士の関わりの中でトラブルが続く友だち関係に気がつけて見ていきたい。食事環境に目が向き、テーブルの上をきれいにしたり友だちにマナーを伝えたりする姿が増えている。</p>  |   |

5歳児12月

|                                |  |  |
|--------------------------------|--|--|
| 目 標                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>○一人ひとりの役割を果たしながら、友だちと力を合わせて表現することを楽しむ</li> <li>○病気の予防に関心を持ち、さまざまな食材をすすんで食べて健康に過ごす</li> </ul>  |  |
| 子 ども の 姿                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>○友だちと一つの目的に向かって心をひとつにして発表会に取り組んでいる</li> <li>○まわりの子どもたちのマナーにも目を向けられるようになり、友だち同士で伝え合うようになる</li> <li>○もうすぐ収穫を迎えられそうな大根を毎日楽しみに見に行き、たっぷりと水やりをしている</li> </ul> |  |
| ね っ け<br>ら<br>い<br>と<br>内<br>容 | 食と健康   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○病気の予防に関心を持ち、体のためにさまざまな食材を食べようとする</li> <li>○よく噛んで食べることの大切さを見直し、意識しながら食べる</li> <li>○体を温める献立の大切さを理解し、おいしく食べる</li> </ul>   |
|                                | 食と人間関係   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○友だちと考えを出し合い、認め合いながらランチ当番を行う</li> <li>○年下の子どもたちのクッキングの身じたくを手伝うなど世話をする</li> </ul>  |
|                                | 食と文化   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ランチルームの片付けに関心を持ち、台ふきやトレーを洗うなど積極的に手伝おうとする</li> <li>○作って食べるという人間の営みの大切さを楽しみながら知る</li> </ul>  |
| 指 導<br>上<br>の<br>留<br>意<br>点   | 命の育ちと食   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○大根の収穫では友だちと力を合わせて引き抜き、自然の恵みの力強さを感じたり、大きさや形を比べて喜び合う</li> <li>○スナックエンドウの栽培では、土作りから野菜作りが始まっていることを理解し、気持ちをこめて土作りをする</li> </ul>   |
|                                | 料理と食   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○食卓の準備や食事作りなど、家庭での手伝いの経験を増やす</li> <li>○大根の素材がもつ辛味や甘味などの違いに気づく</li> <li>○クッキングでは保育士の手を借りずに一人で包丁を使って野菜を切る</li> </ul>  |
|                                | 保 育 者 の 援 助  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○さまざまな食材をとることによって体づくりに役立っていることを知らせていく</li> <li>○手伝い、小さい子どもへの優しい言葉かけや世話などの関わりを認め、思いやりの気持ちを持てるようにする</li> <li>○協力することの大切さを伝え、友だちが互いに必要な存在であることを感じられるよう促していく</li> <li>○ランチルームの後片づけの声かけをし、やる気を促し意欲を高めていく</li> <li>○大根の大きさや形に目が向くような声かけをし、友だちを協力して一緒に収穫する喜びを味わえるようにする</li> <li>○包丁の使用前にしっかり注意事項を伝え危険のないようにする</li> </ul> |
| 環 境 構 成                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>○子どもたちが食事の後片づけをしやすいように、洗った後のトレーや台ふきの置き場所を明確にする</li> <li>○野菜の土作りではプランター、土、肥料等を必要数用意する</li> <li>○包丁の使用の際は危険のないよう十分に環境を整える</li> </ul>                      |  |
| 反 省                            | <p>発表会では一人ひとりが自信をもって楽しんで発表する姿がみられた。集団遊びも盛んで友だちとルールを守りながら楽しんでいる。クッキングでは一人で包丁を使って野菜を切ることを喜び、野菜それぞれの固さを感じる事ができた。また食事の片づけにもとても積極的であり自然にする姿がみられている。</p>   |  |

## 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

分担研究者 榑原 洋一 お茶の水女子大学 教授  
研究協力者 長谷川 武弘 お茶の水女子大学 講師

研究要旨：食育が、子どもの行動に与える影響を検討するために、食育プログラム導入前後で、子どもの行動特性のうち、注意欠陥多動性行動の変化を分析した。保育士と保護者に別途に、5項目の注意欠陥多動行動項目を評定してもらい、食育プログラム導入前後で、多動スコアの比較を行った。食育プログラムは、子どもの多動スコアを有意に低下させる効果があった。また、幼児期の多動行動の客観的評価法についても検討を加えた。

### A. 研究目的

注意欠陥多動性障害（ADHD）は、集中の持続困難、多動、衝動性などの行動特徴を有する状態で、家族性が認められることから、多因子遺伝による遺伝性の発達障害と考えられている。

ADHDの診断の根拠となる診断基準は、日常生活での子どもの行動の特徴を記述した文章から成り立っている。

小児期のADHDの頻度は、研究者によって多少のばらつきはあるが、小児の3～7%であるとされている。近年文部科学省が行った全国の普通学級の生徒を対象とした調査では、小中学生の2.8%にADHDに合致する行動特性が見られることが明らかになっている。ADHDの行動特性を有する小児は、注意力低下や衝動性のために、学業困難や学校での社会関係の問題をきたしやすい。また日本では、まだ信頼できるデータはないが、アメリカでの調査では、ADHDの小児の30～40%が、思春期以降、行動障害を発症することが示されており、大きな社会的関心がある。

ADHD自体は生得的なものであるが、乳幼児の対応の仕方で、その後の経過が変化することも示唆されている。アメリカなどADHDが社会的に広く認知されているところでは、ADHDの子どもの行為障害への以降に関連があるとされている自尊心の低下を防ぐ教育プログラムなどが開発され、行為障害

の発生率をさげる試みが行われている。

ADHDの子どもは、自由環境よりも統制された環境において、その行動特性が現れ易い。小児期の生活環境変化の中でもっとも著しいのが、幼稚園・保育園から小学校へ移行する時期であろう。一定時間机に向かって教師の話の聞かなくてはならない、小学校生活の基本は、ADHDの子どもにとっては大きなチャレンジである。実際、幼稚園・保育園では顕在化していなかったADHDがより規制の多い小学校で初めて顕在化することは容易に理解できる。ADHDの診断基準も、教室での行動の特性を基礎に定められている。

学童期以前の乳幼児の生活の中で、規制が厳しいのは、食事、排泄、睡眠であろう。そのそれぞれの場面において、円滑に移行することができない子どもがいることは、保育関係者の中ではほぼ常識になっている。食事時間、午睡の時間、そしてトイレの時間は、幼稚園・保育園生活の中で、子どもたちのさまざまな行動状の問題がしやすい時である。

しかし同時に、こうした日常生活の基本的な習慣は、それを身につける過程で、集中力や衝動の抑制などを学習する場でもある。

本研究の目的は、幼児への食育プログラムを開発することにあるが、食事の場面への教育的介入によって、注意欠陥多動などの子どもの行動特性に認められる効果を同時に判定し、食育プログラムの効果

も同時に判定した。

#### (研究課題)

本研究の課題は以下の2つである。

- ① 幼児期の注意欠陥多動行動の客観的判定方法の開発
- ② 食育プログラムによる幼児の注意欠陥多動行動改善効果の検討

## B. 研究方法と結果

### 1. 研究1

#### 1) 幼児期の注意欠陥多動行動の客観的判定方法の開発

注意欠陥多動性障害の診断基準は、学童期以降の小児を対象として作られたものであり、本研究の対象である幼児期に適用できる確立された診断(判断)方法はない。

年少児の注意欠陥他動性行動は、保護者や保育者に対して対象となった子どもの行動特性について聞く CBCL などの質問紙法によって判断されるのが普通である。

本調査でも、CBCL の注意欠陥多動性項目を保護者と保育士に質問紙法で聞くという方法を採用しているが、回答者の主観がはいる可能性がある。

そこで、本研究ではまず、子どもの行動特性から客観的に注意欠陥多動性を判定する方法の開発を行った。

#### 2) 「もぐら一ず」の幼児期での使用とその標準化

##### (1) 研究目的

これまでの調査によって、3～5 歳児の多動傾向と食事中のマナー、肥満傾向、生活リズムの間に関連がある可能性が示唆された。

また、これまで利用してきた多動傾向についての質問紙法による調査は、保護者あるいは保育士による対象児の行動についての印象に基づいている。家庭と保育園という場の違いだけでなく、回答者の主観が入るために、同じ対象児に対する回答でも差が認められた。

注意欠陥多動性障害の診断基準(DSM-IV)そのものが観察者の主観が入るものであるために、より定量的な診断方法が求められている。注意欠陥多動性障害の中核的な症状である、注意持続の困難と転導性(注意のそらされやすさ)を測定する心理検査として持続遂行試験(continuous performance test: CPT)が知られている。この方法ではスクリーン上に

ランダムに数字が示され、ある数字の組み合わせが表れたときにボタンを押すという操作を被験者に課す。たとえば、6 の次に 7 が表れたときにボタンを押すという課題では、3446792416739 といった数字が呈示された場合、下線を引いた数字が呈示されたときにボタンを押すことになる。数字の呈示間隔は 0.5～1.0 秒で総検査時間は 10 分程度である。指定された数字の組が出現したにもかかわらずにボタンを押し損ねたり(見逃し)、あるいは誤って別の数字の組に対してボタンを押したり(お手つき)した回数をそれぞれ測定し、見逃しを「注意力散漫」と、お手つきを「衝動性」とみなしてスコア化する。

CPT は簡便な検査法ではあるが、被験者の協力を要し、年少児への検査適用は困難であるという欠点があった。

近年、ゲーム感覚で CPT を実施することができるコンピュータソフト「もぐら一ず」(NoruPro Light System)が開発された。本ソフトは、スクリーン上の複数の穴からもぐらがランダムに顔を出すという、もぐらたたきゲームを模したものである。もぐらの顔に工夫があり、通常の顔とめがねをかけた顔の 2 種類がある。被験者には、めがねをかけた顔のもぐらが顔を出したときにボタンを押すように指示して検査を行う。ゲームをしているような感覚で検査ができ、年少児でも集中して検査を行うことができる。

本調査では、もぐら一ずを使用して対象園児の集中力と衝動性を定量的に測定するとともに、多動性スコアや食育にかかわる他のスコアとの関連についても検討を行う。

##### (2) 研究方法

対象園の 4～6 歳の園児で保護者からの同意が得られた 86 名。もぐら一ずの実施条件は、画面の分割数:縦 2×横 2(もぐらの顔を出す穴が 4 箇所。画面中心から各もぐらの顔の中心までの距離\*\*mm, 標準視野角\*度)、もぐらの出現間隔:1 秒±0.5 秒、もぐらの出現時間:0.5 秒、ターゲット出現率:50%(ターゲット:非ターゲット=1:1)、総検査時間:10 分とした。

もぐら一ず検査実施に際しては、別に作成した行動調査票に基づき入室した園児の様子をチェックした。行動調査票は

1. 入室時の様子、
2. もぐら一ずの説明を聞く様子
3. もぐら一ずの取り組みの様子

#### 4. 感想

に分かれており、1~3は主に子どもの様子を検査者が確認してチェックするものとなっており、4ではもぐら一ず検査後の様子を聴取するものとなっている。調査項目は、

- 入室時の様子では①落ち着いて入室した ②喜んで入室した ③特に嫌がることなく入室した ④職員に促されて入室した ⑤入室を拒否した、のうち、該当する項目をチェックし、これらにあてはまらない場合は自由記述欄として⑦その他に記述をした。
- もぐら一ずの説明を聞く様子では、①落ち着いていたか ②興味を示したか ③やり方を理解したか ④指示に従えたか ⑤子どもから質問や発話があったか の各項目に対し該当の有無で回答し、自由記述欄として⑥その他を設けた。この他に聴取項目としてパソコンを使ったことの有無、テレビゲームをしたことの有無を含めている。
- もぐら一ずの取り組みの様子では①表情(快) ②頭を動かす ③画面から視線が離れる ④口をあける ⑤舌を動かす ⑥手を動かす(ボタン押しに使わない手) ⑦ボタンの叩き方が変化する ⑧足が動く ⑨声を出す ⑩ふざける ⑪周りを気にする ⑫飽きる、のそれぞれの行動がみられたかどうかを、1分毎にチェックした。また、もぐら一ず検査の遂行が不可能になった時点で、その時の経過時間を記入した。
- 感想では、もぐら一ず検査全般に対する感想を求めたほか、楽しかったか、もう一度やってみたいかといったことも聴取した。

手続きとしては、まず自由保育中の園児に声をかけ、検査室に促す。検査室では幼児用の椅子に座らせ机の上に設置したノートパソコンの画面を見せる。検査者は対象児の左後方に座り対象児にもぐら一ず検査の説明を行う。説明を了解したところで練習試行として10試行ほどを行う。練習試行実施後、対象児にもぐら一ず検査開始の了解を得て実際の検査を始める。検査遂行中は対象児の様子の変化に注意を払い、上記項目に該当する行動変化がみられた際は調査票の該当欄にチェックを記入する。10分間の全試行が終了する前にもぐら一ず検査に飽きて検査の継続が困難になった場合は、検査者の判断で対象児に声をかけ、継続の意思がない場合はその時点で検査を打ち切る。検査の終了後、調査票に基づき感想を聴取して自由保育に戻ってもらうという流れで実施した。

#### (3) 研究結果

①検査に参加した児のプロフィールを示す。

ゲームを一度も遂行せずに退出した児は全部で6名いたが、全員が4歳児であった。また途中退出した児の数も、4歳児8名と5歳児4名で年少児の方が多かった。学年間の差について検討したところ、正答率( $t=1.683, p=.096$ )、反応時間( $t=.097, p=.923$ )、お手つき率( $t=-1.242, p=.218$ )においては学年での差はみられなかったが、課題遂行時間( $t=3.397, p=.001$ )と見逃し率( $t=3.844, p=.000$ )においては学年で有意な差が認められた。さらに、学年内の見逃し率とお手つき率を比べたところ、5歳児において両者の間に有意な差が認められた( $t=5.714, p=.000$ )(図4)。

|          |      | 4歳児    | 5歳児    | 計      |
|----------|------|--------|--------|--------|
| 不遂行者数    |      | 6      | 0      | 6      |
| 途中退出者数   |      | 8      | 4      | 12     |
| 全試行遂行者数  |      | 28     | 40     | 68     |
| 計        |      | 42     | 44     | 86     |
| 正答率      | n    | 42     | 44     | 86     |
|          | mean | 72.99  | 79.77  | 76.46  |
|          | S.D. | 18.99  | 19.13  | 19.26  |
| 平均反応時間   | n    | 42     | 44     | 86     |
|          | mean | 540.83 | 539.32 | 540.06 |
|          | S.D. | 250.34 | 81.46  | 183.27 |
| 平均課題遂行時間 | n    | 42     | 44     | 86     |
|          | mean | 456.33 | 584.45 | 521.88 |
|          | S.D. | 265.19 | 52.92  | 198.72 |
| 見逃し率     | n    | 42     | 44     | 86     |
|          | mean | 12.22  | 1.65   | 6.81   |
|          | S.D. | 17.83  | 3.90   | 13.76  |
| お手つき率    | n    | 42     | 44     | 86     |
|          | mean | 14.30  | 19.00  | 16.70  |
|          | S.D. | 14.28  | 19.14  | 17.01  |

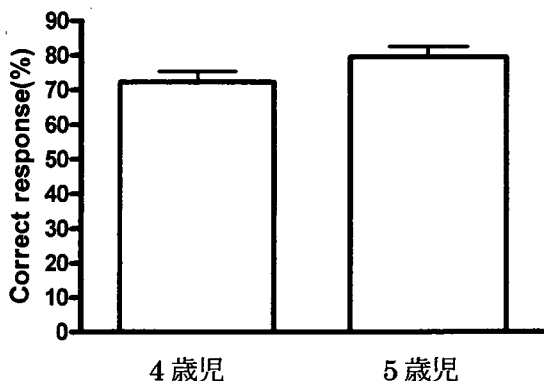
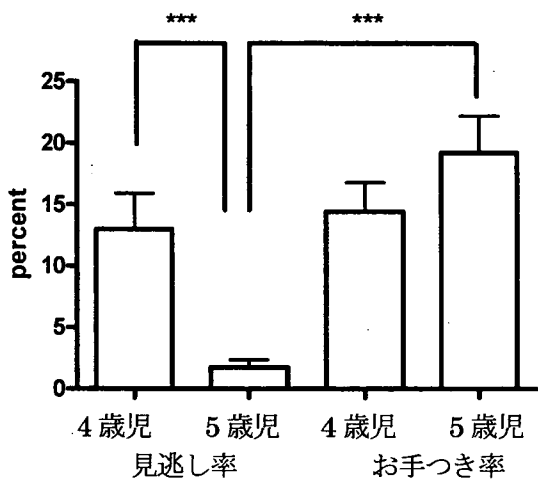
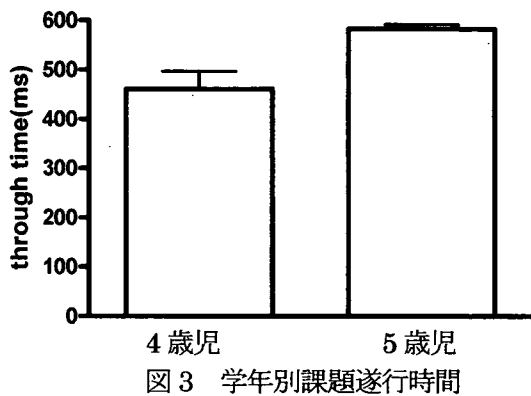
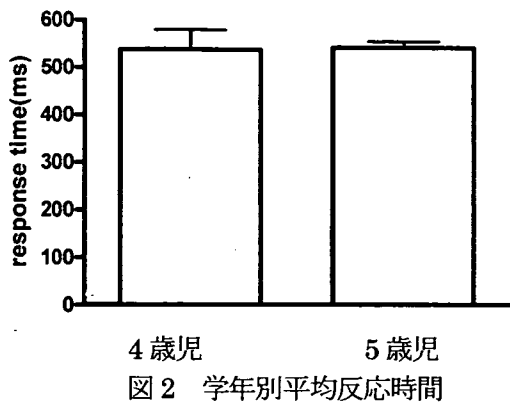


図1 学年別正答率



\*\*\* p<0.000

次に、食育スコアともぐら一ずの各指標(正答率, 平均反応時間, 見逃し率, お手つき率)の関連を, 学年ごとに検討した. 結果を図5~図12に示す. すべての図で横軸は0.5ポイント刻みで階級わけした食育スコアである(中央値 2.5, 3.0, 3.5, 4.0, 4.5). 図5と図9はそれぞれ正答率の4歳児と5歳児の結果である. 食育スコア, 学年における違いはほとんどみられない. 図6と図10は平均反応時間の4歳児と5歳児の結果である. 4歳児において食育スコアが最も低い群で平均反応時間が伸びているが, 他の群ではほとんど違いがみられない. 図7と図11は見逃し率の4歳児と5歳児の結果である. 4歳児の結果では食育スコア中間群での見逃し率の低下がみられる. 5歳児の結果では食育スコアが高くなるほど見逃し率の低下がみられるが, 有意な変化とはなっていない. 図8と図12はお手つき率の4歳児と5歳児の結果である. 4歳児では食育スコアが高くなるとお手つき率の増加がみられる. 5歳児では食育スコアが最も低い群でお手つき率の増加がみられるが, 他の群では違いはみられない.

次に ADHD スコアともぐら一ずの各指標との関連を, ADHD スコア全項目の平均と各指標(正答率, 平均反応時間, 見逃し率, お手つき率)とを比較検討した. すべての組み合わせは保育士が判定したADHDスコアと保護者が判定したADHDスコアを分けて比較した. 図の横軸はすべて ADHD スコアの全項目の平均点である.

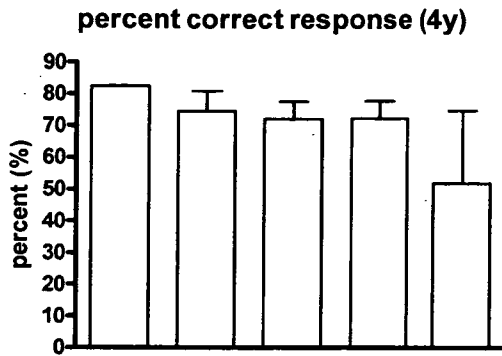


図5 4歳児の食育スコアと正答率比較

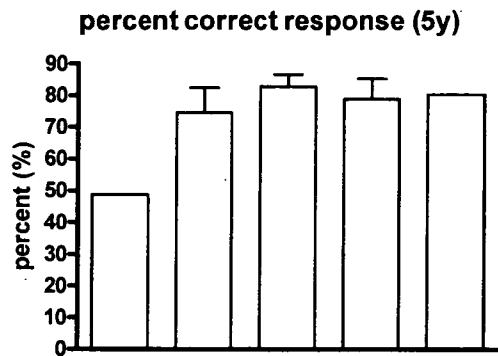


図9 5歳児の食育スコアと正答率比較

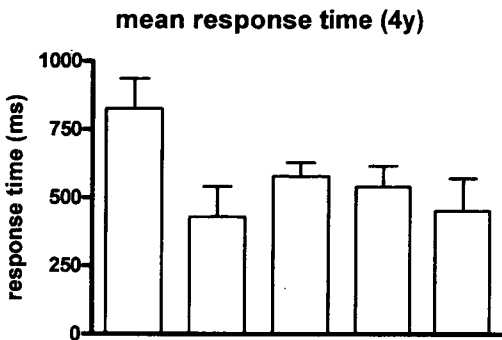


図6 4歳児の食育スコアと平均反応時間の比較

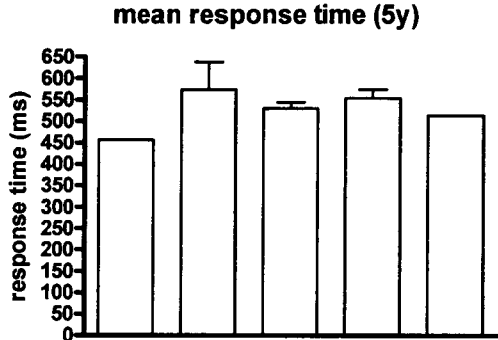


図10 5歳児の食育スコアと平均反応時間の比較

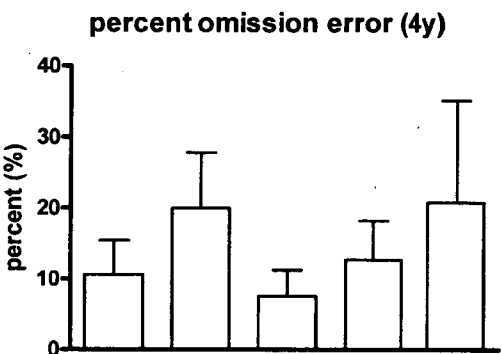


図7 4歳児の食育スコアと見逃し率の比較

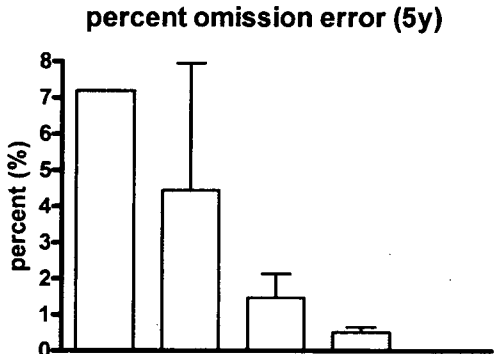


図11 5歳児の食育スコアと見逃し率の比較

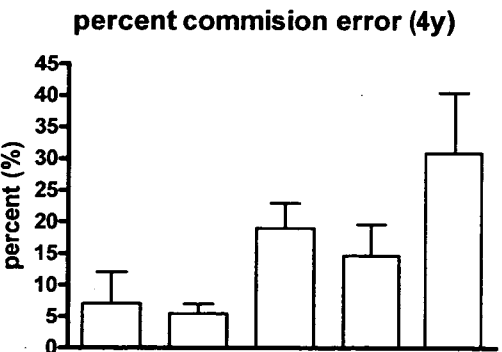


図8 4歳児の食育スコアとお手つき率の比較

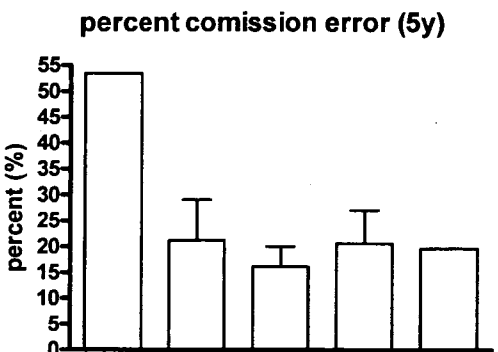


図12 5歳児の食育スコアとお手つき率の比較



②保育士の判定による ADHD スコア全項目との  
関連

保育士が判定した ADHD スコアともぐら一ず各項目との比較を行ったところ、正答率との比較の項目において負の相関がみられた( $r=-.331, p=0.003$ ). 他の項目においては有意な相関はみられなかった. 正答率の項目では, ADHD スコアが高くなると正答率が下がる傾向がみられた.

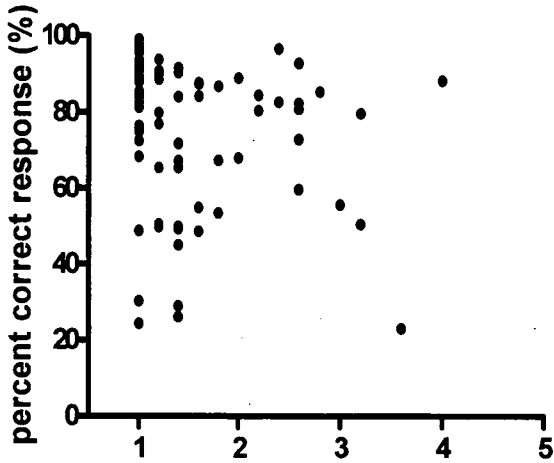


図 13 保育士判定の ADHD スコアと正答率の比較

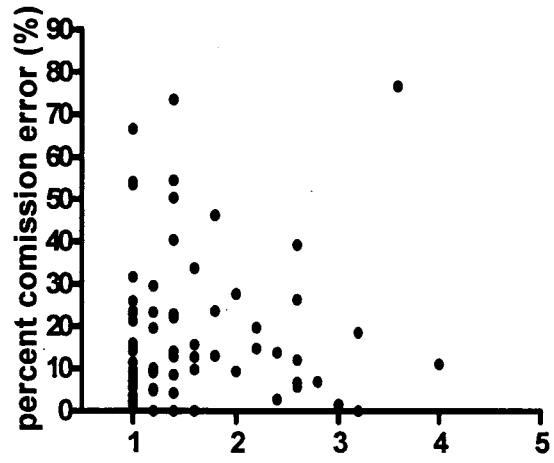


図 15 保育士判定の ADHD スコアと見逃し率の比較

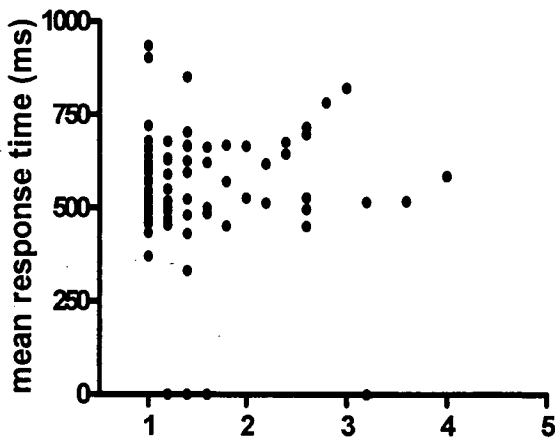


図 14 保育士判定の ADHD スコアと平均反応時間の比較

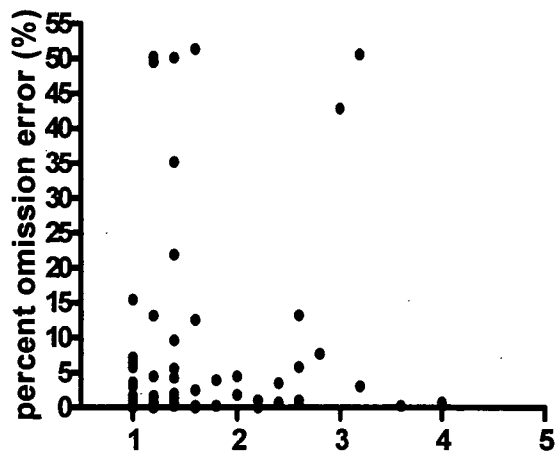


図 16 保育士判定の ADHD スコアとお手つき率の比較

③保護者の判定による ADHD スコア全項目との関連

保護者が判定した ADHD スコアともぐら一ず各項目との比較を行ったところ、すべての項目で有意な相関はみられなかった。しかし、図にみられるように、ADHD スコアが低い児(おおむね 1~1.5 前後)においては、正答率については高率に集まっているし、見逃し率とお手つき率についても低い値となっている。

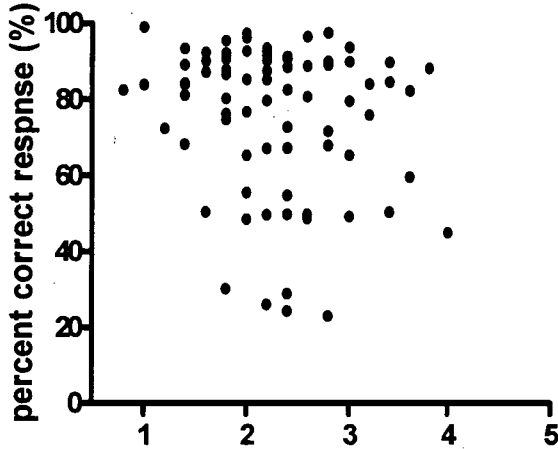


図 17 保護者判定の ADHD スコアと正答率の比較

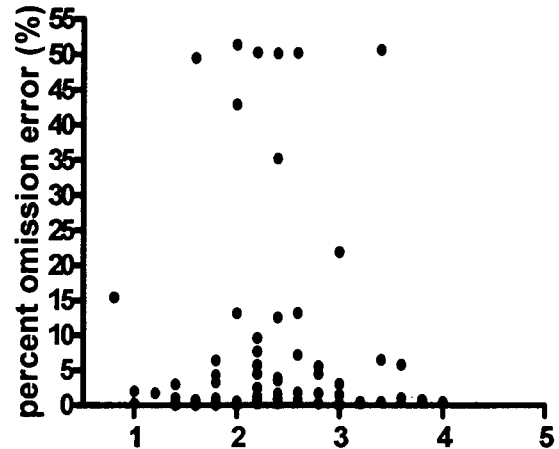


図 19 保護者判定の ADHD スコアと見逃し率の比較

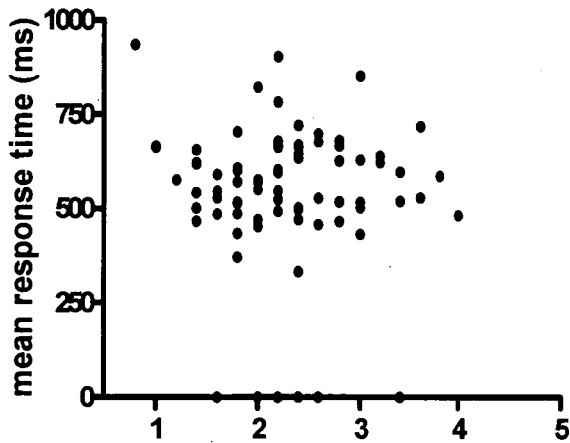


図 18 保護者判定の ADHD スコアと平均反応時間の比較

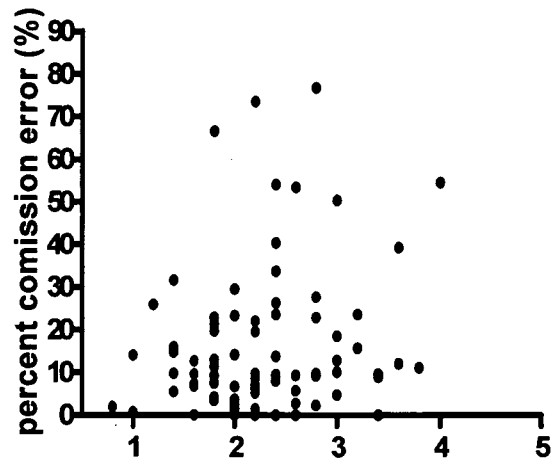


図 20 保護者判定の ADHD スコアとお手つき率の比較

## 2. 研究2

### 1) 食育プログラムによる幼児の注意欠陥多動性行動改善効果の検討

#### (1) 保育士と保護者による、本人の多動行動の評価について

前述のように判定に主観的要素の入る、CBCLによる行動特性の評価について、保育士と保護者(母親)で同一質問項目による対象児の評価にどの程度相関があるか検討した。CBCLはすでに世界中で広く使用されている小児の行動特性の評価尺度であるが、同一の小児について保護者と保育者が評定した結果には、有意の相関はあるが、その「相関係数はあまり高い値ではなかった。

観察の場面が保育園と家庭と異なっており、同一ではないこと、数多くの子どもを日常見ており、平均的な子どもの行動についての内的な基準点を持っている保育士と、少子化で自分の子ども以外と比較する経験の少ない保護者では、CBCLの質問項目の理解の仕方に差があることなどが、こうした差となって現れたものと考えられる。

以下の、食育プログラムの介入の効果を判定する時には、上記の観察者のバイアスを考慮し、保育者による評定と保護者による評定それぞれについて判定を行った。

#### (2) 注意欠陥多動性行動と本人属性、食行動との相関について

初年度は、注意欠陥他動性傾向について、子どもの行動特性の判定に汎用される行動表尺度であるCBCL (Childhood Behavior Check List) の中から注意欠陥多動行動についての5つの質問(表1)を選び、質問紙で収集した本人属性や食行動とCBCLスコア(5項目の和)との相関について検討した(すでに報告済み)。その結果、表1にみられるような結果が得られた。表1に見られるように、注意欠陥他動性スコアと、食行動に関する2項目(マナー、テレビ視聴)の間に有意の相関関係が認められた。

## 注意欠陥多動症状スコアの比較

- 集中力がなく、一つの事に注意が持続しない
- じっと座ってられない、落ち着きがない、または多動である
- 衝動的でよく考えずに行動する
- 短気、かんしゃくを起こしやすい
- とても騒がしい

上記5項目の4段階評価の平均値を、ANOVAなしt-検定で判定したところ、有意の差が認められた。

- 性別(男)
  - 食事のマナー(悪い)
  - 生活リズム(乱れあり)
  - 食事中テレビ視聴(長い)
  - 栄養法(人工栄養)
- 括弧内は平均値が有意に高い
- 肥満度とは有意ではなかったが、肥満度が高いほど注意欠陥症状の平均値が高い傾向があった(多動傾向が強い)

(3) 食育プログラム介入による多動スコアの経年変化

初年度の、食行動と注意欠陥多動スコアとの相関に着目し、食育プログラムの注意欠陥多動行動に及ぼす影響を検討した。食育プログラムによる介入前後で、本調査に参加した3つの園のタイプと、CBCLの5項目の得点を加算した合成変数の変化の間の相関を検討した。

まず、CBCLの質問項目5つそれぞれについて、食育プログラム介入によって、そのスコアがどのように変動したか分析した。図1から5は、CBCLの各質問項目について、介入の仕方によって3群に分けた園児のスコア経年的変化を示したものである。分散分析による有意差を(\*)で示したが、モデル園ではすべての項目について、3年目の多動スコアは初年度(介入前)の多動スコアに比べて有意の低下が認めら

れた。対照園では、多動スコアはモデル園と差がなかったが、統計的に有意な経年変化は認められなかった。

モデル園における個々の多動項目のスコアは、項目にかかわらず、経年的に有意の低下を示しているのみ対し、対照園では変化が見られないか、ややスコアの上昇が認められた(「じっと座ってられない、落ち着きがない、または多動である」)。有意の差はないが、初年度は対照園のほうがすべての項目において、多動スコアが低めであったが、3年目にはこの関係は逆転し、すべての項目において対照園のほうが、多動スコアが高くなっていった。集中力についてみると、モデル園と対照園では、対照園のほうが有意に多動スコアが高くなっていった。

図1

図1

