

保育所・幼稚園・認定こども園等における食生活支援に関する研究 2

研究分担者 近藤 洋子（玉川大学教育学部教育学科）
鈴木 美枝子（玉川大学教育学部乳幼児発達学科）
加藤 則子（十文字学園女子大学人間生活学部幼児教育学科）
研究協力者 仁藤 喜久子（仙台白百合女子大学人間学部人間発達学科）

研究要旨

食育活動を中心とした健康づくり活動を積極的に行っている保育所、幼稚園、認定こども園等の5施設を対象に、園長、施設長、栄養士、保育者等へのインタビュー調査を実施し、好事例施設における特徴的な活動や共通重点事項を抽出した。各施設における共通項目として、日常の食事を重要視し、栄養士、調理員、保育者が職種を超えた連携をすることで、子ども達の発育・発達や成育環境の特性に合わせた食の提供を行っていた。また、伝統・文化の伝承や運動機会の提供、子どもの睡眠のリズムを大切に生活リズムの調整も行いながら、子ども達が楽しんで主体的に食べることを大切に様々な食育活動を実施していた。保護者との協力体制の構築にも力を注ぎ、紙媒体に加えアプリやブログ等のツールを利用しながら保護者への情報提供をしている施設もあった。保護者への保育内容の可視化に努めることで、保護者との協力体制を構築していた。さらに、地域資源の有効活用や地域・企業連携のもとに、地域の特性を生かした食育を展開していた。アレルギー対策も各施設の工夫のもとに取り組みされており、アレルギー児の心のケアをも含んだ対策を心がけていた。いずれの施設においても、園長や理事長、栄養士や調理員など、核となる推進者を中心に、施設全体の食育活動を力強く推し進めていることがうかがえた。なお偏食対応に関しては、子ども自身が食材に主体的にかかわる環境を構築することで、自ら食べてみたいという意欲につながる事が示唆された。極端な偏食に関しては、家族の協力と、職種を超えた施設側の職員の連携が必要であり、食だけにとどまらず、子どもの生活全体に配慮し、根気よく取り組んでいくことが重要であることが示唆された。

A．研究目的

乳幼児期における栄養や食生活は、健やかな発育・発達のために大変重要であり、生涯の健康づくりの基盤となっている。近年、子どもたちを取り巻く環境が変化し、食や栄養の状況についても大きく変わってきている。そのような中で、乳幼児期の子ども達の生活拠点となる保育所、幼稚園、認定こども園等における食生活や食育のあり方は、子ども達の健康に大きく影

響すると考えられる。本研究では、食育活動を積極的に行っている保育所、幼稚園、認定こども園等の施設を対象に調査を行った。その結果をふまえ、乳幼児期の食や栄養の現状や課題の一端を明らかにすることにより、子ども達の食生活支援や保護者への子育て支援に資する栄養・食生活支援ガイド（仮称）を作成するための基礎資料を得ることを目的としている。

B．研究方法

食育や生活習慣形成に関する実践や支援が積極的に行われている保育所、幼稚園、認定こども園等を対象として、園長、施設長、栄養士、保育者等へのインタビュー調査を、平成 29 年度に引き続き実施した。調査実施期間は平成 30 年 9 月 1 日～平成 31 年 3 月 31 日である。

研究対象は、保育所 4ヶ所、健康サポートセンター 1ヶ所の合計 5 施設であり、各施設で園長や保育者、栄養士等を対象に、合計 13 名を対象としたインタビュー調査(半構造化面接)を実施した。インタビュー項目は以下の項目である。

- 1) 食育あるいは健康増進活動として、どのような実践をしているか
- 2) 食への配慮、食事・間食の内容、食行動・生活習慣の実際(時間)、食環境などについて
- 3) 生活リズム(睡眠や遊び、運動排泄等との関連)
- 4) 食の供給体制(自園調理、アレルギーや除去食対応など)
- 5) 家庭との協力体制について、保護者へ情報提供や情報共有について
- 6) 活動の情報源
- 7) 問題意識(困っていること)、問題解決策
- 8) 施設形態、職員構成(職種、年齢)、保育時間など

なお今年度は特に、班会議で話題になった偏食への対応について、詳細に尋ねることを試みた。

倫理面への配慮

調査にあたっては、事前に書面および口頭で研究趣旨や内容、方法を伝えた上で、同意の得られたものを対象とした。本研究の実施にあたり、

玉川大学研究倫理審査委員会の承認を得た。(承認申請番号 TRE18-031)

C．研究結果

各保育所等における食生活支援に関するインタビュー調査結果は、以下の通りである。

1．S 保育園(東京都)

(1) 園の概況

- ・私立：保育所(社会福祉法人)
- ・定員 162 名
- ・保育期間 産休明け～就学前
- ・開園時間(最長) 7:00～20:00
- ・職員構成 園長、保育士、栄養士、調理員、看護師
- ・食の供給体制：自園調理

(2) 調査結果

1．食育、健康増進活動の実践内容

(1) 食と保育を一体的に考える

S 園では、子どもに携わる人はすべて保育者という理念のもと、給食室を独立させずに、園の入口近くにガラス張りの給食室を配置し、調理員や栄養士も保育者の一員として、直接子どもや保護者と会話できる環境を整えている。食だけを取り出すのではなく、日常の中での食事を大切に、食と保育を一体的に考えた保育を実践している。

(2) 「物語メニュー」の導入

メニューの名前の付け方を工夫し、絵本や歌、子どもたちの活動内容からメニュー名を考案する「物語メニュー」を採用している。メニューの名前によって、子どもたちがそのメニューに興味を示し、残食が減るといった効果もある。(ex. 「シンデレラカレー」と名付けて、かぼちゃ入りのカレーにしたところ残食が減った。)

(3) 月1回の給食会議の実施

栄養士・調理員・保育者・園長・副園長が集まって給食会議をし、その内容をマップにして表すことで、見える化を試みている。

(4) 栽培活動も子どもの主体性を尊重

子どもたちが育てる野菜は、3,4,5歳児の異年齢チームで話し合って決めている。栽培に詳しい非常勤職員がいるため、相談にのることが可能である。

(5) 食物アレルギーへの対応

栄養士・調理員と直接顔を合わせて常に話ができる環境にあるため、保護者の不安解消につながっている。

2. 栄養士・調理員と保育者との連携など

職員同士のつながりを密にする工夫として、職員一人一人の特技を活かした「部活」を作り、クラス単位以外の人間関係の構築を進めている。(ex.自然科学部、環境と美化部、音楽部など)その中には、栄養士、調理員その他、事務職員などすべての職員が参加しており、多職種が平等にかかわれる関係性作りを心がけている。

3. 生活リズム(睡眠や遊び、運動、排泄等との関連)

お腹のすくりズム(あそぶ時間、寝る時間、おいしく食べる時間など)を大切にしている。生活リズムは、子どもの心を満たすことを大切にし、ある程度個々のリズムを大切にするように心がけている。

また、食べることや寝ることなどを、点で捉えるのではなく、その前後の流れの中で捉えるようにしている。

4. 家庭との協力体制、保護者への情報提供や情報共有

保護者連携として、数か月に1回「村会」を

平日の夜に開催している。父親が参加することもでき、家族ぐるみで園と交流する場となっている。

日々の保育に関して、子どもの心が動いたエピソードを記述し、家庭に渡すことをしている。保護者に園を理解してもらうことによって、保護者との協力関係を築くことができ、食だけでなく、保護者や園にとっての困りごとにもスムーズに解決することができている。

5. 子どもの特徴をふまえた課題対応

(1) 偏食の事例

・白いものしか食べられなかった自閉症児(男児)の例

最初は白いご飯しか食べられなかったが、やがてふりかけをかけたご飯が食べられるようになった。

また、園では、他の子どもがいると食べられないので、まずは先生と二人で食べるというところから始まり、やがて周りの友達もそのことを理解するようになったら、少しずつ他の子どもと一緒に食べられるようになり、卒園の頃には、みんなと一緒に食べられるようになった。

最初は母親がいろいろと試して「鮎の塩焼きなら食べられるようになったので、毎日鮎の塩焼きを食べさせながら、少しずつ他の物も試している」という状況がしばらく続いていた。最初の頃、父親は子どもについて全く興味を示さなかったのだが、少しずつ父親も育児に参加するようになり、父親の心が動いたあたりで、いろいろな歯車が回ってきたように、子どもの偏食も少しずつ解消されていった。

卒園する頃にはいろいろなものが食べられるようになり、最終的には一人でお泊り保育にも参加できるようになった。

こだわりの強い「偏食」については、園内の

多職種や、家族みんなで関心をもって、気長にかかわることで、解消の方向に進んだ好事例であると考える。

(2) 調理等の工夫による事例

ぶつ切りだとたべないが、薄切りだと食べるなど、切り方一つで食べ方が変わることがある。同じメニューでも、2回目に出すときに、切り方を変えてみるなどの工夫することで食が進むことがある。

(3) 子どもの食材へのかかわりの変化による事例

「物語メニュー」を導入することで、子ども自身が興味のあることや普段の生活が、食とながると、その子どもの食への関心が広がっていき、快食につながっていく。

2. H 保育園（神奈川県）

(1) 園の概況

- ・私立：保育所（社会福祉法人）
- ・定員 100 名
- ・保育期間 産休明け～就学前
- ・開園時間（最長）7:00～21:00
- ・職員構成 園長、保育士、栄養士、調理員、看護師、その他
- ・食の供給体制：自園調理

(2) 調査結果

1. 食育、健康増進活動の実践内容

(1) 給食は手作り

お昼の給食だけでなく、おやつや夕食（軽食）も手作りである。給食は家庭であまり作らないメニューが多く、子どもたちが大好きなメニュー（例えば：唐揚げ・カレーなど）は出さず、色々な物を食べる機会を作っている。

(2) 食材のこだわり、旬の食材

野菜は山形の全国有機農法連絡会から取り寄せている。また、地域の作業所で作られた野

菜も使用している。生産者の顔がみえる、安全な食材を使用している。さんまも一人に対し一尾出している（年長児）。そのため、食費が高く経済面での悩みを抱えている。

(3) なかよし給食

アレルギーのある子どもも同じものが食べられるように、全員の給食から主要なアレルギーとなるものを除去したなかよし給食を実施している。

(4) 食器へのこだわり

質感にこだわり、木の食器を使用している。

(5) 食事作りやお手伝いをする

遊びの中に食材の仕込みを取り入れている（例えば：味噌作り、ぬか漬け作り、芋煮、うどん作りなど）。

(6) プランターで野菜作り

トマトやきゅうりなどを育て、収穫した後、ぬか漬けにして食べている。

(7) お弁当の日

月に一回お弁当の日を実施している。

2. 栄養士・調理員と保育者との連携など

(1) 多種職連携

・栄養士が保育活動に入って、子どもたちに野菜の皮むきをさせたり、保育の中でホットケーキ屋さんをするなど、栄養士と保育士が協力して活動する場面がある。

・栄養士の考えとして、子どもたちには食に興味を持ってもらいたいという願いがある。

・保育士や栄養士は勉強熱心で、色々な研究会や研修等に参加している。

(2) アレルギーへの対応

アレルギー児に対しては除去食の対応を行っている。

(3) 子どものかわりに寄り添う姿勢

井ものが食べられない子どもには、井にはせず、ご飯と上にのせる具を別の皿に盛るなどの

配慮を行っている。このようにすることで、井が食べられなかった子どもが完食できるようになった。子どもの発達段階に合わせて、一時的にこうした対応をすることもある。年齢が上がれば、こだわりなく、井が食べられるようになることもあり、一時的なこうした配慮を行うようにしている。

3. 生活リズム（睡眠や遊び、運動、排泄等との関連）

・保護者が車で送迎する家庭が98%であるため、子どもたちは歩く機会が少ない。また、寝る時間が遅い子に便秘が多いため、保護者会で指導をしている。

4. 家庭との協力体制、保護者への情報提供や情報共有

(1) 卒園後も利用可

長期休みなど、卒園児も保育参加という形で来園が可能である。また、卒園児も園児と一緒に給食を食べることができる。

(2) 情報発信

連絡帳・お便り・献立表の他、園便り、クラス便り、フェイスブック、給食室ブログなど、様々なツールで、保護者と情報共有をしている。

(3) 親教育

保護者会を充実させ、情報交換会や親睦会を実施している。また、保護者参加のおやつ作りなどを実施している。

3. K 保育園（神奈川県）

(1) 園の概況

- ・私立：保育所（社会福祉法人）
- ・定員 90 名
- ・保育期間 産休明け～就学前
- ・開園時間（最長）7:00～20:00
- ・職員構成 園長、保育士、栄養士、調理員、

看護師

- ・食の供給体制：自園調理

(2) 調査結果

1. 食育、健康増進活動の実践内容

(1) 日々の食事の大切さ

食だけを切り取るのではなく、法人の理念(1. 自己決定できる子ども、2. かかわりが持てる子ども、3. 本物を体験し、気持ちが動いて表現できる子ども)の中で、食も取り扱っている。大切にしているのは、日々の食事である。

(2) 地域との連携

市の取り組みの一つとしての「環境学習農園（農家と教育機関等との連携で、子どもたちが畑仕事などを無料で体験させてもらうことで、農家が市から助成金をうけることができる制度）」を活用し、農業体験をさせてもらっている。

2. 栄養士・調理員と保育者との連携など

調理員も、栄養士も、単に給食を作る人になるのではなく、給食室から保育してもら意識で取り組んでいる。

職員同士のつながりを密にする工夫として、担任以外に「係」（食育、遊育、木育、言育という4つの係）を作り、各クラスから選出するようにしている。年度ごとにテーマを決めて、担任の枠を超えた研究活動を行うことができる。

3. 生活リズム（睡眠や遊び、運動、排泄等との関連）

0, 1, 2 歳のうちに、発達に合わせたあそびを通して、食事、着脱、排泄ができるように、あそびを工夫している。子ども一人一人の発達段階をみながら、その段階に合ったあそびを提供するようにしている。

また、子ども一人一人の生活リズムを理解し、

子どものお腹のすくタイミングで食事をしたり、排泄のタイミングで排泄を促すようにしている。0歳児は睡眠リズムを中心に生活し、1歳児については睡眠リズムは大体確立しているので、食事のリズムを中心にした生活にするなど、個人のデイ・プログラムを作成して保育している。

4. 家庭との協力体制、保護者への情報提供や情報共有

・保護者との関わりを多くして、園の保育を理解してもらうようにしている。父親も含んだボ一年会(たき火でポーッと燃やす)なども行っている。このような会を通して、保育の中身が見えるようにしていくと、保護者が協力的になっていくというメリットがある。

・入園の頃から、母親の不安感などに対して、「何が不安なのか」を焦点化して話をしていくことで、不安が解消されるように接している。対応は、人によって自ずと違って来る。その人の不安感に寄り添うようにしている。

・不安と不満を分けて考えるようにしている。不安は「こういうことだったんだ」と見えてくれば消えてくる。不満は、不満に感じるものが具体的にあるなら、その行為に焦点を合わせて説明したり、園側が改善するしかない。「保護者の悩みは何か」に焦点をあてることが大事だと考えている。そうしていくことで、数年在園していくうちに、不安も不満もなくなっていく。

5. 子ども達の特徴をふまえた課題対応

偏食への対応

・子どもは、食材そのものへの親和性が高くなってくると、その食材に対する意欲がわいてくるので、物語メニューの手法を用いている。絵本の中に出てくる食べ物と給食を連動させたりしている。

・調理員と協力して、煮干しの頭や内臓を取ることなどもしている。自分が準備にかかると、自分がかかわった料理に関心を示すようになる。

・さらに、煮干しとシラスの違いを虫眼鏡で確認し、自分で本や図鑑で調べるようになるなど、子ども自身の気づきも大切にすることで、さらにその食材への親和性が高まっていく。これが保育の広がりにつながることもある。

4. T 保育園 (静岡県)

(1) 園の概況

- ・私立：保育所(社会福祉法人)
- ・定員 90 名
- ・保育期間 6 ヶ月～5 歳
- ・開園時間(最長) 7:00～19:00
- ・職員構成 園長、保育士、栄養士、調理員、看護師不在
- ・食の供給体制：自園調理

(2) 調査結果

1. 食育、健康増進活動の実践内容

(1) 食べて動いてバタンキュー

園全体が一体となって「食べて動いてバタンキュー」になるように取り組んでいる。日々の食育と保育が乖離しないようにしている。

(2) 個々に合わせた食事と食事に対する姿勢

乳児は、保育者と1対1での食事を実施している。2歳児は体の大きさがバラバラなので、足がブラブラしないように足置きを置いたり、椅子に座布団を敷いたりして、食べる姿勢についても工夫している。

・子どもの気持ちに寄り添い、子どもの意欲を満たしつつ、食欲を充足させる保育者の声かけを大切にしている。

・食べるときはストレスフリーがよいので、箸の使い方は遊びの中で学んでいる。

(3) 午前中の活動を充実

外遊びだけでなく、身体を動かすようにしている。

(4) 睡眠

睡眠が大事であると考え、食事をした後、パジャマに着替えず、また、よだれかけもしないようにし、綺麗に食べることを心掛け、そのまますぐに眠りにつくことができるようにしている。

(5) 食材準備のお手伝い

・活動の一つとして、トウモロコシの皮むきやグリンピースをさやから出すことなどしている。

(6) 栽培活動

・食育の一つとして、プランターで野菜などを栽培している。

2. 栄養士・調理員と保育者との連携など

(1) 多職種連携

・保育士と栄養士とで連携し、「納得できる食具・食器を使って欲しい」という栄養士の思いを大切に、食器の形状や大きさも、離乳食から完全食になるまで、きめ細やかに調整している。

・栄養士による栄養講話を年に数回実施している。

(2) 個々の子どもに合わせた配慮

・乳児の食事は3つのグループで交代制にしている。0歳児は1対1で食事をし、大人がそばにいて食べることを見守るようにしている。

・年長も年中も3歳児もテーブルを見守れる環境を作るようにしている。

・完食できるかどうかは信頼関係が影響するので、基本的には常に同じ保育士が対応する。

・アレルギー対応は、きめ細かく栄養士が対応している。インカムを活用して、いろんな連絡を取り合うことにしている。

3. 生活リズム（睡眠や遊び、運動、排泄等との関連）

・午前中の活動を充実させている。外遊びは外へ出たというだけでなく、体を動かせるような働き掛けをしている。

・睡眠が大事であると考えており、午睡のとり方を工夫している。午睡は大人の都合で寝かせておけばいいのではなく、その子どもに必要な時間だけ寝かせている。おやつ前に1時間くらいは遊んで、その後おやつにするなど工夫している。また、年長は夏のプールの時期以外は、午睡はしないようにしている。

・朝食摂取は大切で、午前中の活動が何となく落ち着かない子どもは、食がきちんと摂れていないという傾向がある。朝食を食べていない子どもは、昼食の食べ方にしてもがっつくように食べるため、子どもに対して「なんでもいいから用意してと、お母さんをお願いしてごらん。」のように話している。最近では、全く食べてこない子どもはいなくなっている。

4. 家庭との協力体制、保護者への情報提供や情報共有

(1) 献立予定表や食育だよりの配布・提供

・園便りや食育便りは月に1回で発行している。

5. 子ども達の特徴をふまえた課題対応

偏食への対応

・苦手な食材も、本人に確認して、食べる量を決めるようにしている。「こうすべき」を後回しにしておくことで、時期が来たら食べられるようになっていることもある。

3. E 区中央健康サポートセンター（東京都）

（1）センターの概況

・公立保育所：35 箇所（給食調理は民間委託）
0 歳児保育は実施していない。すべて1 歳児保育から実施しているため、保育所には栄養士も看護師もいない。栄養士は区役所にしかいないため、献立も区役所で考え、食育も区役所主導で行っている。

- ・認可私立保育施設：96 箇所
- ・公立幼稚園：なし
- ・私立幼稚園：36 箇所

（2）調査結果

1. 食育、健康増進活動の実践内容

（1）母親への食事指導

・主に母子保健がメインで、母親への食事指導を実施している。

・食育は、親の生活習慣から始まっているのではないかと感じている。一番大切なのは「朝ごはん」だと思うので、乳児健診の時に朝食を食べていない親がいた場合、リーフレットを配布している。

・子どもに何を食べさせたら良いか、赤ちゃんはどう座らせるか、スプーンの使い方などのアドバイスからしている。

（2）食育推進連絡会

区内のさまざまな団体（教育関係、保育所、歯科医師会等の医療関係者、農業生産

者、環境関係者、飲食店店主、町会等）の代表が集まり会議をしている。

（3）乳幼児食事研究会

認可保育所で年に5 回位、勉強会を実施している。

（4）保育所内での工夫

・保育士は子どもへの声かけが上手であるため、保育士を参考にして栄養士から母親に伝えている（保育士と栄養士の言葉の使い方に違いがある）。

・七夕やクリスマスなど、行事に合わせた食事や、行事にゆかりのある食材を使うようにしている。

・米とぎをしている園もある。

・保護者会の出席率が高く、保護者会の際に園児向けの食育活動をするようにした。保護者向けには、食事の話とだし作りを教えている。

（6）食育キャラクターの活用

・E 区の食育キャラクターを作ったが、子どもが栄養に興味を持つのに効果がある。

（7）私立幼稚園の取り組み

・幼稚園では「栽培活動」を主に行っている。子どもたちが食事を作る活動をする際は、保護者が協力して手伝いをするケースが多い。

2. 保健所、幼稚園・保育園、栄養士・調理員と保育者や地域連携など

（1）保健所としての機能

区で設置している保健所の機能の一部を担っているため、保育所および給食を提供している施設の管理をしている。

（2）幼稚園

・食に関しては例示集を作り、勉強会を行っているところもある。

(3) 保育所

- ・保育士と共同して、保育士のやりたいことを栄養士が「ダメ」と言わずに、できる方向を探して食育活動を行えるようにしている。
- ・衛生管理に気をつけつつ、生のままで「いちご」を給食で提供するなど、知識と知恵を出し合っ、食べさせたい食材を給食で出せるよう工夫している。

(4) 地域活動栄養士会

- ・E区在勤在住の栄養士が入会してサポートをしている。

3. 生活リズム（睡眠や遊び、運動、排泄等との関連）

- ・3歳児健診の時に起床時間について保護者に話し、午前中に一回は外に出かける（散歩する）よう呼びかけている。

4. 家庭との協力体制、保護者への情報提供や情報共有

「野菜」を食べる取組みをしている保育所があり、区役所では保育所に通園していない子どもにもわかるように、その内容をパネルにして掲示するなど工夫している。

D. 考察

1. 食育、健康増進活動としての実践

いずれの施設でも、子どもが楽しく食べることを大切にしていることが共通項として挙げられた。実際、子どもたちの様子を捉え、子どもたちが楽しみながら食事をするように、それぞれの施設ならではの工夫をしていることがうかがえた。

また、いずれの施設でも日々の食事を最も大切にしているということも共通項であった。食事は毎日取るものであり、心と身体の健康に直

接影響を及ぼすものである。特に乳幼児期の食生活はその後大きく影響を与えることから、今回調査対象となった各施設等では、乳幼児期の日々の食事を非常に大切なものとして捉えていた。つまり、食育活動や食育イベントも行うが、何より大切にしているのは日々の食事であるということであった。

2. 生活リズム（睡眠や遊び）等との関連

いずれの施設でも、午前中によく運動して、お腹のすくりズムを作ることを心がけていることが共通項として挙げられた。2004(平成16)年に、厚生労働省より「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～」が策定されたが、その中で掲げられている食育の目標の第1番目に「お腹がすくりズムのもてる子ども」とある。どの園・施設でも、昼食前の午前中に、体をよく使って、夢中になってしっかり遊びこむことで、自然とお腹がすき、食事を楽しむにできるようにしていた。

また、年齢によって睡眠のとり方を工夫することで、子どもの生活リズムを整えることを試みている施設が多かった。0歳児は、睡眠リズムを大切にし、睡眠リズムが確立してきた1歳児では、食事のリズムを大切にするなど、子ども一人一人の持つリズムを大切にしたいという思いが込められていた。また、あそぶことで気持ち満足し、信頼している保育者とともに食事をして、午睡に入る、といったリズムができていた。0歳児であれば、保育者も無理矢理寝かしつける必要がなくなる。穏やかに自分のリズムにのって眠りにつくことができれば、子どもにとっては心身両面の安定感をもたらす、保育者にとっても、日々の生活を心穏やかに送ることができる。乳幼児期は特に、生活リズムを整え

ることが心地よい生活につながっていることが示唆された。

3. 保護者との協力体制

保護者との協力体制を大切にし、保護者の困り感にも共感しながら、保護者と一緒に「子どものためにどうすればよいか」を考えるようにしている施設が多かった。また保育者が保護者の困り感を察知し、栄養士も一緒に加わって面談するなど、食に関する困りごとについては、保育者だけでなく、栄養士・調理員も加えた上で解決を図るように取り組んでいる施設もあった。

4. 保護者への情報提供や情報共有

方法はさまざまだが、昨今のスマホ世代の保護者に対して、アプリ等を用いて子どもたちの様子を配信したり、ブログを活用して毎日の食事について配信するなど、独自の工夫がなされていた。またドキュメンテーションを取り入れ、保育・幼児教育の可視化という視点から、写真や動画を活用している例も見受けられた。保護者世代に見合った多様な手段により、施設内の保育・教育活動を情報提供・共有することにより、保護者との協力体制も取りやすくなっていると考えられた。

5. アレルギー対応

それぞれの施設でアレルギー事故を起こさない工夫をしていた。施設によって取り組み方は異なるが、どの施設でも、アレルギー児の心のケアも忘れずに視野に入れることに努めていた。平成29年告示の保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、アレルギーについての記述がより詳細になされ、看護師や栄養士が配置されている場合は、その専門性を生かした対応をすることが謳わ

れている。今回調査した施設の多くは栄養士を配置しており、きめ細やかな食の提供がなされるとともに、アレルギー児の心情にも配慮する対応を心がけていた。

6. 多職種連携

栄養士、調理員、保育者、その他の事務職員等が共に連携し、栄養士や調理員等も「食事に関わる人」「食事を作る人」に徹するのではなく、保育者の一員として、子どもや保護者と関わっている施設が多くみられた。

中でも、施設内の各職種が上下関係なく連携できるように、施設内に「部活」や「係」といった、担任や職種にとられないグループを作り、職員間の連携の強化を試みている施設もあった。

また、栄養士や調理員が子どもの食べている場に足を運び、子どもの食べる姿を見ることで、その様子から食材の切り方を変更したり、味付けを微調整するなど、次回の食事提供に向けて適宜フィードバックしていた。栄養士も調理員も、子どもの顔が見える関係性が構築されることで、より子どもに寄り添った食事提供がなされるようになっていた。

7. 地域との連携

多くの施設で、地域と積極的に連携することにより、食育に関する資源を確保していた。提供される資源は、その土地によって異なるが、地域資源を上手に活用することで、地域全体で子どもの食を見守る絆が作られている施設が多かった。

平成29年告示の保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、食育の推進において、地域の関係機関の協力を得ながら実施することについて追記されている。今回調査した施設では、既にその地域で活用で

きる関係機関等の協力を十分に得て、豊かな食育を推進していた。

8. 意識の高い、核となる推進者の存在

本調査において、すべての施設で共通する点として、食育を活発に推進していくための、意識の高い、核となる推進者の存在が認められた。各施設によって、推進者の職種・職位は異なるが、園長や理事長、栄養士、調理員など、核となる推進者が施設全体を引き上げていくような構図があることがうかがえた。

9. 偏食への対応

本調査においては、昨年度から班会議で質問の多かった偏食への対応について、詳細に尋ねることを試みた。

どの施設も、基本的には子どもが主体的に「食」にかかわることのできる環境を作ること、子どもが食べられるようになるという経験を有していた。

「物語メニュー」のように、絵本や子どもの生活体験等をメニューの名前に連動させる方法を取ることで、子どもがそのメニューを特別なものと捉え、その結果、よく食べるようになるといった事例を多く聞くことができた。子ども自身が、自分にとって身近だと感じるができるメニューであることが、結果として残食を減らすことにつながることが示唆された。

また、自宅で行われる「お手伝い」にあたるような食材のしこみを施設内で行うことで、その食材が子どもにとって「特別な」食材になり、通常食べられない食材も、自分が積極的にかかわったことで「食べてみる」という意欲に通じることも明らかになった。自分で育てた野菜だと食べられるといった栽培活動にも通じることだが、子ども自身がその食材に主体的に関わる経験をしていくことが大切であることが示

唆された。平成 29 年告示の保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、食育計画の作成にあたっては、子どもの日々の主体的な生活や遊びの中で食育が展開されていくよう留意することが記載されており、子どもが自ら主体的に食に関わる体験を積み重ねていくことが、食への関心を高め、同時に偏食対応にもつながっていると考えられた。

子どもが食べている姿を見ることで、切り方を変えたり、とろみをつけて食べやすくするなど、調理法や味付け等を工夫し、食べられるようになった事例もあった。

発達障害等を伴う極端な偏食については、家族や保育者、栄養士、調理員など、周囲の大人が子どもの気持ちを大切にしながら根気よく関わり、周りの子どもたちの理解も得ることで、偏食を解消することができた事例もあった。こうした極端な偏食に対しては、母親だけでなく父親の子どもへの関心も関連しており、家族ぐるみで子どもを支えていくことが重要である。また栄養士や調理員の知識や知恵を活用しながら、保育者やその他職員も含んだ周囲の大人の連携が必要になることが示唆された。

E. 結論

本研究では、食育活動を積極的に行っている保育所等の好事例を報告した。すべての施設において、日々の食事の大切さを最も重要視し、栄養士や調理員、保育者といった職種を超えた連携をすることで、子どもに寄り添った食の提供を行っていた。また保護者との協力体制も整っており、保護者との協力体制を得るためにも、日々の食事内容等について、アプリやブログといったツールを利用しながら保護者に情報を提供している施設もあった。さらには、保育内容の可視化を進めることで、保護者が積極的に施設に協力できるよう努めていた。

またその地域の資源を有効に活用し、地域の協力を得ながら、その土地ならではの食育を展開していた。アレルギー対策も各施設で工夫して取り組んでおり、アレルギー児の心のケアをも含んだ対策を心がけていた。

何より、食育活動を推進していくためには、核となる推進者の存在が認められた。核となる推進者は、園長や理事長、栄養士や調理員など、施設によって職種や職位は異なるが、中心となって施設全体の食育活動を力強く推し進めていることがうかがえた。

子どもの偏食への対応は、子ども自身が食材に主体的にかかわる環境を構築することで、自ら食べてみたいという意欲につながる事が示唆された。また極端な偏食への対応には、職種を超えた周囲の大人の連携が必要であり、家族の支えのもと、根気よく取り組んでいくことが重要であることが示唆された。

謝辞

本研究を進めるにあたり、ご助言を賜りました相模女子大学 堤ちはる教授および玉川大学 大豆生田啓友教授に感謝を申し上げます。また、本研究にご協力くださいました保育所等の教職員の方々に深謝いたします。

【参考文献】

- 1) 厚生労働省。「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.
- 2) 厚生労働省。「保育所保育指針」2017.
- 3) 内閣府。「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」2017.
- 4) 文部科学省。「幼稚園教育要領」2017.

F. 研究発表

1. 学会発表

鈴木美枝子, 近藤洋子, 仁藤喜久子. 幼稚園・

認定こども園・保育所における食育活動に関する研究. 学校保健研究, 第 60 巻, p.192, 2018.

第 65 回日本学校保健学会学術集会(大分), 2018. にて発表

(発表概要)

平成 29 年度のインタビュー調査内容から、幼稚園・認定こども園・保育所における食育活動の好事例について、M-GTA の手法を取り入れて、その共通する概念を抽出した。その結果、以下の 12 の概念に整理された。

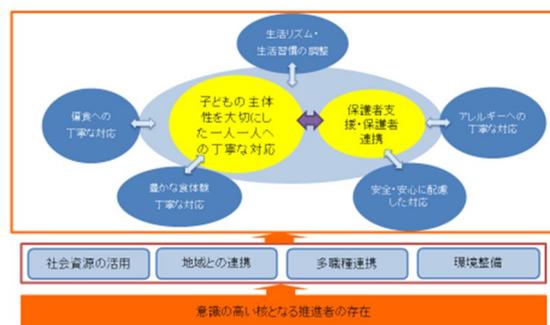


図 1. 幼稚園・認定こども園・保育所における食育活動好事例に共通する 12 の概念

図 1 にあるように、幼稚園・認定こども園・保育所における食育活動の好事例では、「意識の高い核となる推進者の存在」を根幹とし、「社会資源の活用」、「地域との連携」、「多職種連携」、「環境整備」を行っていた。その中で、各教職員は「子どもの主体性を大切にしながら一人一人への丁寧なかかわり」や「保護者支援・保護者連携」をしており、「偏食への丁寧な対応」、「アレルギーへの丁寧な対応」を行っていた。また「生活リズム・生活習慣の調整」をし、「安全・安心に配慮した対応」を心がけ、「豊かな食体験」を実施していた。