

幼児の食生活支援に関する支援者と保護者への調査研究

研究分担者 堤 ちはる（相模女子大学栄養科学部健康栄養学科）

研究協力者 三橋扶佐子（日本歯科大学生命歯学部共同利用研究センター）

研究要旨

幼児の食生活の現状、および支援者（管理栄養士、栄養士、調理師、調理員、保育士ら）による幼児の食生活支援状況の一端を明らかにし、幼児期の食の支援に役立つガイドライン作成に寄与しうる基礎資料を得ることを目的に、①保育園等における栄養士の存在意義に関する研究、②幼児の食の困りごとへの支援者の対応と間食に関する調査研究、③幼児の食事と間食に関する保護者への調査研究を行い、以下の結果を得た。

- ① 栄養士に求められているのは、食物アレルギー、離乳食、肥満児への対応、貧困家庭への食生活支援など、栄養と調理の専門知識に基づいたことが多かった。保育と連携した食育の実践が栄養士には求められており、その実践には、園児と関わる必要がある。他職種との連携、特に他の保育園等や老人福祉施設等の栄養士と交流をもつことが、専門性を発揮するために重要である。保育園等に栄養士必置が望まれるが、その実現に栄養士は、他職種から求められる専門性を日々高め、他職種と積極的にコミュニケーションをとり、自らの専門性を他職種に理解してもらう自助努力の重要性が示唆される。
- ② 保育園等の幼児の食の困りごととして、支援者は、野菜を食べない、遊び食いで時間がかかる、偏食、食欲のむらなどを挙げていた。子どもの間食に対する保護者の問題点としては、「時間を決めて与えていない」、「量を決めて与えていない」、「甘いものが多い」、「スナック菓子が多い」が多く挙げられた。これらの結果から、子どもの困りごとと対応策については、保護者の問題としてとらえ、生活全体を俯瞰した支援の必要性が示唆される。また、子どもの間食について「何も考えていない」保護者は、子どもの食生活全般、さらには自分自身の食生活にも無関心であることが推察される。今後は、この食生活全般に無関心な保護者への支援方策を、多職種協働で考えていく必要がある。
- ③ 幼児の食物摂取頻度について、肉類では、豚肉の利用頻度は牛肉、鶏肉に比べて、また、出生順位が下がるほど有意に高かった。豚肉はばら肉など脂質含有量が多い部位もあるため、支援者は部位に注意を払うことを保護者に伝える必要がある。大豆・大豆製品の利用は、出生順位が下がるほど有意に高かった。納豆の利用では、たれの塩分に配慮した支援が求められる。グミは頻回に与えられており、保護者は「日本食品標準成分表 2015 年版（七訂）」の菓子分類のあめ玉、ゼリー・キャンディーとは独立した菓子ととらえていた。支援者はそのことを考慮しながら、間食の支援や食事調査等を行うことが推奨される。第1子に比べて、特に第3子以降は兄、姉の影響を受け

て摂取食物の種類が多かった。その一方で、間食に甘いものやスナック菓子の頻度が高いことから、第3子以降の間食の支援は丁寧にする必要がある。女兒は男児に比べて、チョコレートの摂取頻度が有意に高く、摂取開始時期も早いことから、特に女兒には、甘味嗜好に配慮した間食の支援を重点的に行うことが推奨される。以上のことから、支援者には、幼児の性別、出生順位、年齢に応じたきめ細かい食生活支援が求められる。支援に際しては、約半数の保護者は、時間的にあまりゆとりがない状況にあることから、時間的な制約についての配慮も重要である。

①～③を総括すると、栄養士は、他職種や保護者に自らの専門性を理解してもらえよう、業務内容の明確化が望まれる。支援者の把握している保護者や幼児の食の問題点は、保護者が抱える問題点とほぼ一致していたことから、支援者による保護者への支援の方向性はニーズに合致していたことが推察される。今後は、食に関心が薄かったり、時間的なゆとりがない保護者もいることを踏まえて、保護者に寄り添いつつ、保護者のヘルスリテラシーを高めていくような支援が求められていると考える。

A. 研究目的

幼児期の栄養状態は、その後の肥満、2型糖尿病、高血圧や循環器疾患などに関連があることが明らかにされている。また、幼児期には味覚や食嗜好の基礎も培われ、それらは将来の食習慣にも影響を与えるために、この時期の食生活や栄養については、生涯を通じた健康、とくに生活習慣病予防という長期的な視点からも考える必要がある。

幼児期の食生活については、平成27年度乳幼児栄養調査結果¹⁾などに示されているように、約80%の保護者が食の困りごとをかかえている状況にある。さらに、先行研究²⁾では、「食の悩みがある」保護者は「食の悩みがない」保護者に比べて、子育ての負担感や困難感が強いという結果が得られている。

このような状況下においては、幼児期の食生活支援が求められるが、離乳完了頃までは、「授乳・離乳の支援ガイド」（2019年改定版）³⁾等に基づく支援が、管理栄養士らにより行われている。しかし、離乳完了後

の食生活については、現在のところガイドライン等は作成されていない。

そこで、著者らは、幼児の食生活の現状、および管理栄養士・栄養士、調理師、調理員、保育士らの支援者による幼児の食生活支援状況の一端を明らかにし、幼児期の食の支援に役立つガイドライン作成に寄与しうる基礎資料を得ることを目的に、①保育園等における栄養士の存在意義に関する研究⁴⁾、②幼児の食の困りごとへの支援者の対応と間食に関する調査研究⁵⁾、③幼児の食事と間食に関する保護者への調査研究を行った。

B. 研究方法

①保育園等における栄養士の存在意義に関する調査研究

調査対象者は、秋田県、山形県、宮城県、神奈川県、東京都、静岡県、京都府、大分県、宮崎県の9都府県103の公私立認可保育園等の園長、副園長、主任、栄養士、調理員等である。郵送法による無記

名、自記式アンケート調査を平成30年2～3月に実施した。

② 幼児の食の困りごとへの支援者の対応と間食に関する調査研究

調査対象は、秋田県、神奈川県、東京都、埼玉県、大阪府、京都府、兵庫県、宮崎県の保育園や保健センターに勤務する幼児の食事や保育の支援者である。郵送法による無記名、自記式アンケート調査を、平成30年11月～31年1月に実施した。

④ 幼児の食事と間食に関する保護者への調査研究

調査対象は、秋田県、新潟県、神奈川県、東京都、埼玉県、大阪府、京都府、兵庫県、福岡県、長崎県、宮崎県の保育園等に幼児を通所させている2歳～就学前の6歳児の保護者である。無記名、自記式アンケート調査を郵送法により、平成30年11月～令和元年11月に実施した。

検定方法は、IBM SPSS statistics ver25を用い、 χ^2 検定、Mann-whitneyのU検定、Kruskal-wallis検定を行った。

（倫理面への配慮）

相模女子大学「ヒトを対象とする研究に関する倫理審査委員会」の承認を得て実施した（①受理番号17122号、②③受理番号18128号）。

C. 研究結果

① 保育園等における栄養士の存在意義に関する調査研究

1. 保育園等と回答者の基本情報

保育園等の基本情報を表1に示す。調査対象園の園児数平均は102名で、19名から

378名と園児数に大きな幅があった。103施設中、栄養士配置は78施設（約76%）、管理栄養士配置は21施設（約20%）、栄養士、管理栄養士の両方、あるいはどちらかが配置されている施設は85施設（約83%）であった。調理師配置は83施設（約81%）、調理員配置は50施設（約49%）、調理師、調理員の両方、あるいはどちらかが配置されている施設は97施設（約94%）であった。

アンケート調査の回答者は、多い順に、園長39件（約38%）、栄養士18件（約18%）、調理師15件（約15%）であった。

2. 栄養士と他職種との分担

栄養士と他職種との分担を分野別に表2に示す。

1) 食育関連

食育の指導計画、活動計画については、栄養士、保育士、調理員で意見を出し合い作成していた。食育行事の計画については、担当者は栄養士、保育士、調理員であった。栄養士は保育部門と調理部門との調整を、保育士は乳幼児の年齢にあった活動内容の検討を、調理員は作業工程の計画と作業時間の確認を行っていた。

食育指導については、栄養士は食育だよりの発行、指導の中心的役割を担い、調理員は衛生についての話を、保育士は劇のときの手伝い、指導後の声かけ等を行っていた。

食育の評価については、栄養士が残食調査、保護者への園での取り組みの紹介、研究会等への事例発表、食育の全体評価を行っていた。

2) 栄養管理

栄養士が、乳幼児に合わせた食事摂取基

準の作成、栄養価計算を行っていた。

3) 献立作成、食事内容の変更

栄養士は調理員や保育士の意見を参考にし、季節感を考慮して献立を作成し、調理員は作業工程を確認（例：煮魚、煮物、汁等、3つの鍋使用は設備の関係で不可など）を、保育士は園児の食事の様子（例：食材を小さく切ってほしい）やリクエストメニューを栄養士に伝えていた。当日の急な献立変更への対応は、栄養士、調理員が行っていた。

4) アレルギー食、離乳食の対応

栄養士はアレルギー食、離乳食の献立作成、家庭との連携を行い、調理員は納品時のアレルギー食材の確認、栄養士の指示に従い調理を、保育士は給食・間食提供時の誤配予防のチェックを行っていた。

5) その他

栄養士は、食材、消耗品の発注、調理業務、衛生管理についても、調理員と分担して行っていた。

3. 栄養士の存在意義

栄養士の存在意義を表3に示す。貧困、肥満や食物アレルギー等の食生活に関わることに専門知識を持って対応できること、専門職が配置されている安心感、保護者へのアレルギーなどの指導に存在意義を感じていた。また、全職員が食に関する教育目標に基づき、多職種で連携し、力を発揮できるようにプロデュースすることに存在意義を見出す施設もあった。

4. 栄養士が専門性を発揮するために必要

なこと

栄養士が専門性を発揮するために必要なことを表4に示す。園長・副園長の回答は、他職種との連携を上手くとること、園児とのコミュニケーションをとること、時代のニーズに合わせた指導や献立ができるよう研鑽が必要であること、保護者、保育士への食事に関する相談への対応をすることなどを栄養士に望んでいた。また、管理職として、食育指導と調理でオーバーワークになっているので人員を増やすこと、施設長が他職種に栄養士の有用性を伝えること、他職種からの理解が得られるように環境整備をすること、栄養士を必置にすること、調理員の配置を多くする（条件の見直し）が挙げられていた。

栄養士が専門性を発揮するために必要なことについて、調理師、調理員からは献立作成や調理技術に対する研鑽を積むこと、専門性をもつことが挙げられていた。

栄養士自身が考えている専門性を発揮するために必要なことは、専門的知識の取得、研修会等への参加、専門的知識の発信、給食便りの作成、保護者・他職種への栄養教室などが挙げられていた。

5. 栄養士が専門性を発揮するために効果的な方法

栄養士が専門性を発揮するために効果的な方法を表5に示す。栄養士配置の利点を周知させること、栄養士を必置にすること、栄養士の仕事と線を引かず、保護者や園児に寄り添えるような職員の連携体制を作ること（例：衛生についての話や「早寝、早起き、朝ごはん」の話等、栄養士の働きかけが有効なときと他職種が有効なときがある）、

他の園や老人福祉施設などの栄養士と交流を持つこと、子どもたちとのコミュニケーションをとる方法を学ぶこと、施設長、保育士の理解が得られるようにすることなどが挙げられていた。

②幼児の食の困りごとへの支援者の対応と間食に関する調査研究

1. 回答者の職種と勤務先

回答者の職種と勤務先を表6に示す。職種は多い順に保育士、栄養士、管理栄養士、調理師、調理員、その他であった。勤務先は、多い順に保育園、保健センター、その他であった。

2. 子どもの困りごとと対応策

子どもの困りごととその対応策、困りごとの改善の有無の結果集計の途中経過を表7に示す。困りごととしては、野菜を食べない、遊び食べをして、食べるのに時間がかかる、気に入ったおかずしか食べない、食欲にむらがある、よく噛まない、間食（おやつ）を食べ過ぎ、夕食があまり食べられなくなるなどがあげられた。さらに、その対応策で困りごとに改善がみられたか否かについても示した。なお、有・無と両方記載されているのは、対応策は同じであっても、支援を受けた側の改善がありとなしに結果が分かれた場合を示す。

3. 職種別子どもの間食に対する保護者の問題点（保育園等）

保育園等における職種別子どもの間食に対する保護者の問題点を図1、図2に示す。「時間を決めて与えていない」については、その他（園長等）の回答が最多で約58%、次いで保育士約44%、栄養士約47%、調理師

約43%であった。「量を決めて与えていない」については、多い順に保育士約46%、栄養士約45%、その他（園長等）約41%、調理師約37%、管理栄養士、調理員がそれぞれ約39%であった。「甘いものが多い」については、多い順に栄養士約58%、保育士約52%、管理栄養士約46%、調理員約43%、その他（園長等）約41%、調理師約40%であった。

「スナック菓子が多い」については、多い順に栄養士約60%、その他（園長等）約58%、管理栄養士約57%、保育士約50%、調理師約46%、調理員約36%であった。「手作りが少ない」については、多い順に管理栄養士約36%、栄養士約35%、調理師約31%、保育士約30%、その他（園長等）約25%であり、これまでの問題点が50~60%と高かったが、それと比較すると各職種で問題としている割合が低い傾向にあった。「栄養価に注意していない」については、多い順に栄養士約35%、その他（園長等）約33%、保育士約31%、管理栄養士約29%であり、調理師、調理員はそれぞれ約14%と低かった。「何も気をつけていない」については、保育士約21%、栄養士約20%、管理栄養士約18%、その他（園長等）約17%、調理員約14%であり、調理師は約5%と低かった。

③幼児の食事と間食に関する保護者への調査研究

1. 調査対象の基本情報

2018年、2019年の調査の有効回答は3,017人であった（有効回答率：82.6%）。母以外の回答者（父、祖父母など）は、2年分合計が113人であり、全体の約3%と少なかったことから、分析対象からは除外した。その結果、2,904人の調査票を分析対象とした。

2. 子どもの人数、出生分類等

食事頻度調査では、2歳～就学前の6歳児のうちで、一番年齢の低い子どもを食事頻度調査の対象とした。その児の出生順位を表8に示す。出生順位は男女児共に同じ傾向であるため、男女児合計の結果を示すと多い順に、第2子（1,277人、44.0%）、第1子（1,104人、38.0%）、第3子以降（523人、18.0%）であった。

調査対象とした子どもの年齢と性別を表9に示す。年齢は男女児共に同じ傾向であるため、男女児合計の結果を示すと多い順に、3歳児（754人、26.0%）、4歳児（711人、24.5%）、5歳児（601人、20.7%）、2歳児（511人、17.6%）であった。

3. 世帯年収等

世帯収入を図3に示す。世帯収入は、多い順に550～700万円未満（481人、16.5%）、400～550万円未満（472人、16.3%）、700～850万円未満（366人、12.6%）、1,000～1,200万円未満（173人、6.0%）であった。答えたくないは、441人（15.2%）であった。

経済的、時間的ゆとりについて、図4に示す。経済的ゆとりは、多い順に「どちらともいえない」（905人、31.2%）、「あまりゆとりはない」（843人、29.0%）、「ややゆとりがある」（636人、21.9%）であった。時間的ゆとりは、多い順に「あまりゆとりはない」（1,347人、46.4%）、「どちらともいえない」（526人、18.1%）、「全くゆとりはない」（417人、14.4%）であった。

4. 食物摂取頻度

調査対象は、2歳～就学前の6歳児のうちで、一番年齢の低い子どもである。

1) 出生順位による分類

出生順位を第1子、第2子、第3子以降に分類して集計した結果、食肉加工品、豚肉、鶏肉、卵、大豆・大豆製品、淡黄食野菜、菓子（菓子パンを含む）、インスタントラーメンやカップ麺、キシリトール入り市販食品については、第1子、第2子、第3子以降の順に摂取頻度が高くなり、群間に有意差がみられた（図5-1、5-2）。

食肉加工品は第1子と第2子、第1子と第3子以降の間に有意差がみられた。割合で差が大きかったのは、週に1回未満で、第1子27.7%、第2子18.2%、第3子以降17.6%であった。豚肉は第1子と第2子、第1子と第3子以降、第2子と第3子以降の間に有意差がみられた。割合で差が大きかったのは、週に4～6回未満で、第1子22.8%、第2子29.1%、第3子以降34.0%であった。鶏肉は第1子と第2子、第1子と第3子以降の間に有意差がみられた。割合で差が大きかったのは、週に4～6回未満で、第1子17.5%、第2子24.4%、第3子以降28.7%であった。卵は第1子と第2子、第1子と第3子以降の間に有意差がみられた。割合で差が大きかったのは、週4～6回未満で、第1子29.1%、第2子35.0%、第3子以降37.7%であった。大豆・大豆製品は、第1子と第3子以降、第2子と第3子以降の間に有意差がみられた。割合で差が大きかったのは、週1～3回未満で、第1子43.1%、第2子43.3%、第3子以降33.5%であった。淡黄食野菜は、第1子と第2子、第1子と第3子以降の間に有意差がみられた。割合で差が大きかったのは、週に1回未満で、第1子9.0%、第2子5.0%、第3子以降4.0%であった。菓子（菓子パンを含む）は、第1子に比べて、第2子、第3子以降の

摂取頻度が上がり、第1子と第2子の間に有意差がみられた。インスタントラーメンやカップ麺は、第1子、第2子、第3子以降の順に摂取頻度が上がり、第1子と第2子、第1子と第3子以降の間に有意差がみられた。キシリトール入り市販食品は、第1子、第2子、第3子以降の順に摂取頻度が上がり、第1子と第3子以降の間に有意差がみられた。

2) 年齢による分類

2～6歳までの年齢別の食物摂取頻度で、有意差のみられた豚肉、淡黄食野菜、果物、牛乳・乳製品、果汁など甘味飲料、鉄入り市販食品に有意差がみられた（図6）。

豚肉は年齢が上がるにしたがって、摂取頻度が増えており、2歳児と6歳児、3歳児と6歳児の間に有意差がみられた。淡黄食野菜は、2歳児に比べて5、6歳児の摂取頻度が高かった。また、2歳児に比べ3歳児、4歳児の摂取頻度は低かった。2歳児と5歳児、3歳児と5歳児、2歳児と6歳児、3歳児と6歳児の間に有意差がみられた。果物は2歳児の摂取頻度が他の年齢の児より高かった。2歳児と3歳児、2歳児と4歳児の間に有意差がみられた。牛乳・乳製品は、年齢が上がるにつれて摂取頻度が低下する傾向があった。3歳児と5歳児、2歳児と5歳児の間に有意差がみられた。果汁など甘味飲料は、毎日1回以上摂取する者の割合が2、3、4歳児に比べ5、6歳児は低かった。3歳児と5歳児の間に有意差がみられた。鉄入り市販飲料は、3歳児まではそれ以降に比べ、摂取頻度が高いが、年齢が進むにつれて、摂取頻度は低下していく傾向があった。3歳児と6歳児の間に有意差がみら

れた。

5. 間食について

1) 性別による間食摂取状況

間食の男女別の摂取状況を図7に示す。チョコレートは女兒が男児の約1.4倍多く、有意差があった。有意ではないが男女児で差がみられたものは、ヨーグルト（約1.4倍）、果物（約1.2倍）で、いずれも男児が多かった。

2) 年齢別の間食の摂取状況

間食の菓子の種類別に、年齢による摂取状況の変化を図8に示す。スナック菓子は3歳以降、増加傾向がみられた。果物は、2歳児は他の年齢の約2倍多く、5、6歳は男児が女児より多かった。チョコレートは、全ての年齢で、男児に比べて女児が多かった。特に2歳児では、男児の約3倍、3歳児では約2倍多かった。グミは、「日本食品標準成分表2015年版（七訂）」⁷⁾では、菓子の項目で独立した分類はされていないが、保護者の回答に多く出てきたので独立させて分類したところ、男児は4歳、女児は3歳で最も摂取頻度が高かった。

年齢別の間食菓子の種類を摂取頻度順に表10に示す。2歳児は、他の年齢に比べて果物が多かった。スナック菓子は、3～6歳の男児、6歳の女児では、摂取頻度が第1位であった。2、3歳男児では、チョコレートは上位6位に入っていないが、女児では2歳で4位に、3、4、5歳では1位に、6歳でも2位と、男児に比べて早い時期から摂取している傾向がみられた。グミは、2歳男児を除く、全年齢の上位6位までに入っており、早い時期から摂取していた。

3) 出生順位別、間食の与え方

出生順位別の間食の与え方を表 10 に示す。「時間を決めている」は、第 1 子が 35.6% に対し、第 2 子、第 3 子以降は 40.9%、42.8% と増加した。第 1 子に対して、第 2 子、第 3 子以降の増加は有意差がみられた。「量を決めている」は、出生順位で差はみられず、約 55% であった。「甘いものは少なくしている」は、第 1 子 19.9%、第 2 子 16.9%、第 3 子以降 15.7% と出生順位が下がるにつれて減少した。「スナック菓子を与えない」は、第 1 子 12.8% に対して、第 2 子は 7.2%、第 3 子以降は 6.3% と有意に低かった。「なるべく手作りにしている」は、全年齢で少なかったが、第 1 子の 3.3% から、第 2 子、第 3 子以降はさらに少なくなり、2% 台に低下した。「栄養価に注意している」は、第 1 子 4.3%、第 2 子 3.3%、第 3 子以降 2.7% と出生順位が下がるにつれて減少した。「特に気をつけていない」は、第 1 子は 18.5% であったが、第 2 子、第 3 子以降は、約 22% に増加した。

4) 年齢別、間食の与え方

年齢別の間食の与え方を表 11 に示す。「時間を決めている」は、2～5 歳児が約 40% であるのに対して、6 歳児は約 35% に低下した。「量を決めている」は、年齢による差はほとんどみられなかった。「甘いものは少なくしている」は、2 歳児が 27.4% であるのに対して、3～6 歳児は、それぞれ 19.9%、14.8%、14.3%、11.3% と年齢が上がるにしたがって減少した。2 歳児と他の年代、3 歳児と 6 歳児の間に有意差がみられた。「スナック菓子を

与えない」は、2、3 歳児が 12.9%、11.5% であるのに対し、4 歳～6 歳児になると 6.3%、7.2%、7.6% と半減した。2 歳児と 4～5 歳児の間に、また、3 歳児と 4 歳児の間に有意差がみられた。「なるべく手作りにしている」は、全年齢で少ないが、2 歳児の 3.7% から年齢が上がるにしたがって低下し、6 歳では 0.9% となった。「栄養価に注意している」は、2 歳児では、5.5% であるが、3 歳以降は約 3% と低かった。「特に気をつけていない」は、2 歳児は 16.8%、3 歳児は 19.4% と 20% 以下であるが、4 歳以降は 20% を超え、6 歳では 27.2% に増加した。2、3 歳児と 6 歳児の間には有意差がみられた。

5) 間食の与え方と経済的、時間的なゆとり

間食の与え方と経済的なゆとりについて、表 12 に示す。「時間を決めている」は、「ゆとりがある」「ややゆとりがある」はそれぞれ 40% を超えていたが、「全くゆとりはない」は 33.8% と低く、「ややゆとりがある」と「全くゆとりはない」の間に有意差がみられた。「量を決めている」は、「ゆとりがある」の 61.8% からゆとりがなくなるに従い減少し、「全くゆとりはない」は 47.0% になった。「甘いものは少なくしている」は、「ゆとりがある」は 21.3% であった。「ややゆとりがある」は 18.6%、「どちらともいえない」は 18.3% で、ほとんど差はみられなかった。また、「あまりゆとりがない」は 16.6%、「全くゆとりがない」は 16.7% で、こちらも差はみられなかった。「スナック菓子を与えない」は、「ゆとりがある」は 12.5%、「ややゆとりがある」は 11.0% であったのに対し

て、「どちらともいえない」は8.5%、「あまりゆとりはない」は8.2%、「全くゆとりがない」は7.0%と、ゆとりがなくなるにしたがって低下した。「なるべく手作りにしている」は、経済的ゆとりの有無にかかわらず全ての群で約2～3%と少なかった。「栄養価に気をつけている」は経済的ゆとりの有無にかかわらず全ての群で約3～4%と少なかった。「特に気をつけていない」は、「ゆとりがある」は14.0%であったが、経済的なゆとりがなくなるほど、その値は増加して「全くゆとりはない」は28.6%であった。「ゆとりがある」、「ややゆとりがある」に対して「全くゆとりがない」は有意に低値であった。

間食の与え方と時間的なゆとりについて、表13に示す。「時間を決めている」は、「ゆとりがある」は42.6%、「ややゆとりがある」は43.3%に対して、「どちらともいえない」は37.5%、「あまりゆとりはない」は39.6%、「全くゆとりはない」は35.7%と低値であった。「量を決めている」は、「ゆとりがある」は60.6%であったが、ゆとりがなくなると減少し、「全くゆとりはない」は52.0%になった。「甘いものは少なくしている」は、各群間に差は見られず、約17～19%であった。各群間に差は見られず、約7～10%であった。「なるべく手作りにしている」は、「ゆとりがある」が4.3%と、他の群の約2～3%よりやや高値であった。「栄養価に気をつけている」は時間的ゆとりの有無にかかわらず全ての群で約3～4%と少なかった。「特に気をつけていない」は、「ゆとりがある」は18.1%であったが、経済的なゆとりがなくなるほど、その値は増加して「全くゆとりはない」は24.0%であった。

D. 考察

①保育園等における栄養士の存在意義に関する調査研究

1. 栄養士の自己研鑽の必要性

①の研究において、調査対象施設の約80%に栄養士が配置されていた。しかしながら、園長や職員が、栄養士に何ができるのかを理解していないことが多いために、調理員と同じ仕事を任せている現状がみられた。この状況の改善には、栄養士は自らの専門性を保育の現場で発揮する必要があると考える。その際、他職種が栄養士に求めている業務は、保護者や保育士への専門知識に基づいた食事に関する相談への対応、他職種との連携、個人の栄養管理（喫食状況や家庭での食事状況の把握）、園児の食べている様子の観察、アレルギー除去食の指導などであった。そこで、栄養士にはこれらの業務が遂行できるように自己研鑽が必要となる。特に、近年は食生活・栄養の専門知識を活かした特別な配慮が必要な食物アレルギーの子どもや社会の経済状況と連動した貧困家庭への支援など、時代のニーズに合わせた理論と実践を伴う支援の必要性もあることから、市町や栄養士会等の開催する研修会等へ参加して、最新の情報を得ることが求められる。また、本調査結果の対象園では、栄養士配置人数の平均は1.8人であり、栄養士の複数配置施設は少ないことから、他施設の栄養士との連携を強化して、お互いが高め合いながら業務改善を図っていくことも重要であると考えられる。

2. 子どもの育ち全体から捉える食育の実践

本調査結果から、栄養士がいなくても食育の実践には問題がないとする保育園等もあることが示された。そのような施設には、栄養士の活用により、調理や栽培活動といったイベント的なものにとどまらない、保育所保育指針に記載されている「全体的な計画」に基づいた子どもの育ちを踏まえた食育も可能になることが示せば、栄養士の存在意義が認められるようになると推察される。この「全体的な計画」に基づいた食育の実践には、栄養士と保育士らの他職種協働が求められると考える。

栄養士が他職種協働するためには、栄養士自らが児童福祉施設の一つである保育園等の職員であることを自覚すること、他職種と同じ視線で子どもを見ることが重要であると思われる。保育園等で目指す一番大切なことは、乳幼児とその保護者の生活の質（QOL）を上げることである。即ち、生活の質を上げるためには、栄養ケア・マネジメントが最優先される場合だけではないこと、また、食は生活の一部であり、生活全体を捉えて、そこから食を見ていく必要があることを理解する必要がある。この理解なしに栄養士が栄養ケア・マネジメントをいつも最優先事項にして食育を進めようとする、他職種からは子どもの育ちを理解していない言動であると評価される可能性もあると思われる。

栄養士や管理栄養士養成校では、子どもの特性の理解や、子どもとのコミュニケーションのとり方などについて具体的、かつ体系的に学ぶカリキュラムが用意されているところは少ないと推察される。そこで、養成校を卒業後に、自らが保育の視点に立脚した学びを深めることで、他職種と同じ視

線で子どもを見ることが可能になり、その上で発言をすれば、その内容は食の専門家の発言として尊重され、他職種に受け入れられるようになると思う。

そのために栄養士には、他職種から求められる専門性を日々高め、他職種と積極的にコミュニケーションをとり、自らの専門性を他職種に理解してもらう自助努力の重要性が示唆される。

②幼児の食の困りごとへの支援者の対応と間食に関する調査研究

1. 子どもの困りごとと対応策について

1) 保護者の問題としてとらえる必要性

支援者が感じている子どもの困りごとには、子ども自身に問題は発生しているが、その問題の原因は保護者にあることが推察される。例えば「野菜を食べない」困りごとについては、幼児は3歳頃に20本の乳歯が生えそろうと、咀嚼力もついてくるが、それまでは、生野菜などは、固くて、噛みづらいために食べないこともある。近年、保護者の中には野菜の煮物料理を「作らない」、あるいは「作れない」ために、自分が食べる野菜料理のほとんどが生野菜のサラダになっている状況が推察される。そのような家庭では、野菜を軟らかく煮るという調理法をしないために、子どもの咀嚼力に合致していない野菜を提供していることで、野菜そのものが嫌い、というよりも処理（咀嚼）できないために食べなくなっているという状況が推察される。

本調査では、「煮野菜を勧めた」という対応策を保護者に伝えたが、その方法では改善はみられなかったという。本調査では、調査の限界として改善がみられなかった理由

については明らかにすることはできなかった。しかし、今後は改善がみられなかった理由を調査することで、食生活の親子支援が促進されると考える。例えば、保護者が子どもの咀嚼力に合致した固さに野菜を調理できない、すなわち保護者の調理力不足に起因したのであるならば、保護者の調理力に合わせた具体的な支援が効果的である。

一方において、野菜にはトマトやアスパラガスなどを除いて、肉や魚に含まれているアミノ酸系の旨味成分が含まれていない。そこで、野菜自身には旨味がほとんどないため、子どもはおいしくないと感じて食べないこともある。その場合には、旨味のある肉や魚と一緒に野菜を調理して提供することで、野菜を食べない困りごとが解消する可能性もある。

これらのことから、支援者は子どもの困りごとの対応策を保護者に提示する場合には、保護者に起因する要因を考えた支援が重要である。

2) 生活全体を俯瞰した支援の必要性

困りごととして挙げられていた「遊び食べをして、食べるのに時間がかかる」、「食欲にむらがある」、「気に入ったおかずしか食べない」、「よく噛まない」については、それぞれの悩みに対応した解決策として、「食事時間はテレビを消す、おもちゃは片づけるなど食事に集中できる環境を整えるよう助言した」、「保育園では好き嫌いなく食べていることを話した。少しでも食べられたら褒めて、食事が楽しい雰囲気になるように助言した」などが提示されていた。

これらの困りごとそれぞれに対応する解決策も重要ではあるが、上記の困りごとす

べてに共通することとしては、「食事の時間が空腹で迎えられていないこと」が背景にあると考える。食事の時間が空腹で迎えられるためには、朝の起床時刻を整えること、朝食を摂ること、排便すること、体を動かして遊ぶこと、夜更かししないで就寝することなど、生活リズムを整えることも必要である。そこで、食の支援者には、食の困りごとを相談された場合、食生活だけに注目することなく、その相談者と子どもの生活全体を俯瞰した支援が必要であると考えられる。

なお、平成 27 年度乳幼児栄養調査結果の概要¹⁾では、社会経済的要因別に、主要な食物の摂取頻度をみると、経済的な暮らし向きにおいて、有意な差がみられた項目が多いことが明らかにされている。そこで、保護者の現状の食生活を踏まえた適切な情報提供や支援も重要である。

2. 子どもの間食に対する保護者の問題点について

子どもの間食に対する保護者の問題点として職種を問わず 30～60%と多く挙げられていた「時間を決めていない」については、与える適切な時刻を示すこと、「量を決めていない」については、適量を示すこと、「甘いものが多い」、「スナック菓子が多い」については、いわゆる菓子ではなく、前述の保育園等で食事代わりにするおにぎり、サンドイッチ、焼きそば等を示すこと、「栄養価に注意していない」については、食品の栄養成分表示の見方を教えることなどで改善が図れることが推察される。

「手作りが少ない」については、職種全体としては約 30%が問題であるとしていた。これについては、調理が得意でなかったり、

好きでなかったりする保護者もいることから、手作りを礼賛しすぎること、本来楽しいはずの間食（おやつ）の時間が保護者の負担になることは好ましいことではない。2019年3月に改定された「授乳・離乳の支援ガイド」³⁾においても、育児支援の視点を重視したり、母親等の気持ちや感情を受け止め、寄り添いを重視した支援の促進が基本的な考え方として挙げられている。そこで、市販の菓子の適切な選び方を示したり、市販品にひと手間加える（例えば市販のクラッカーにジャムをぬってジャムサンドにする）などの提案をすることが望まれる。

一方、「何も考えていない」については、これまで述べてきた「時間を決めていない」などに比べると調理師は約5%、それ以外の職種では約20%と問題視している割合は小さかった。しかし、「何も考えていない」ということは、子どもの間食（おやつ）に無頓着であり、与える食品の種類、量、添加物、与える時刻等に配慮がされていないこともある。このような保護者は、子どもの間食（おやつ）だけでなく、食生活全般、さらには保護者自身の食生活に無関心であることが多いと推察される。今後は、この食生活全般に無関心な保護者への支援方策を、多職種で考えていくことが必要である。

③ 幼児の食事と間食に関する保護者への調査研究

1. 食物摂取頻度について

1) 出生順位の影響

出生順位別の食物摂取頻度について、ハムやソーセージなどの食肉加工品は、第1子では、塩分や添加物が気になり、使用を控えるが、兄や姉のいる第2子、第3子以降と

なると、健康志向よりも上の子どもの嗜好に合わせるが多くなり、食卓に上る回数も増えることが推察される。豚肉、鶏肉、卵、大豆・大豆製品については、上の子どもの嗜好に合わせ、また調理性もバラエティに富むため、上の子どもの影響を受けて摂取頻度が第3子以降は高いと考える。

大豆・大豆製品としては、納豆や豆腐が頻回に利用されると思われる。納豆は、たんぱく質が約15g/100gと豊富で、安価であり、保存性も高く、子どもでも食べやすい食品である。しかし、市販納豆には、たれが添付されていることがほとんどで、1パック40～50gの製品のたれを全量使用すると、その中に含まれる食塩は、約0.4～0.5gになる。これは、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」⁶⁾による食塩の目標量（1～2歳：3.0g未満、3～5歳：3.5g未満、6～7歳：4.5g未満）を勘案すると、1つの食品からの食塩摂取量としては多いと思われる。また、豆腐も、手軽な食べ方として、しょうゆをかけて冷ややっこで食べると、そこから摂取する塩分について注意を払う必要がある。特に第3子以降は、保護者が、兄・姉と同じ味付けにする可能性も高いことが推察されるために、支援者は食塩摂取量に注意喚起することが重要である。

2) 年齢による影響

豚肉は、2、3歳児に比べ6歳児が有意に多かった。これは、年齢が上がるにつれて咀嚼力もついてくるために、保護者がひき肉料理等の軟らかい肉料理以外も提供する機会が増えることが一因として推察される。しかし、同じ肉でも、牛肉、鶏肉には年齢による有意差は観察されなかった。牛肉につ

いては、豚肉に比べて高価なため、全ての年齢で豚肉より摂取頻度が低く、有意差がなかったと推察される。鶏肉は、一口大にカットされて販売されている場合もあるが、もも肉、胸肉のように、ある程度の塊で厚みのある状態のものも多い。そのため鶏肉の調理には、塊状を切るという操作が必要であったり、加熱に時間がかかったりする。一方、豚肉は塊状のものもあるが、スライスされた状態の肉も多い。本研究結果にもあるように、保護者は時間的なゆとりがあまりない、全くない者が約60%と多かった。その結果、鶏肉は豚肉より使用頻度が低く、年齢による有意差がなかったと推察される。

豚肉が子どもの食事に頻回に利用される理由として、加熱しても軟らかいことも推察される。たんぱく質の多い赤肉は、加熱すると熱凝固して固くなるが、脂身は加熱で溶けるために、脂身が多い肉は軟らかく感じる。例えば、料理素材として使われることの多い豚ばら肉は、「日本食品標準成分表2015年版（七訂）」⁷⁾の数値では、脂質が約35～40g/100gも含まれている。ロース肉（脂身つき）には約19g/100g、もも肉（脂身つき）にも、約10～15g/100g、ひき肉にも約17%の脂質が含まれている。一方、ロース肉（赤肉）では、約6～8g/100g、もも肉（赤肉）は、約4～5g/100gと脂質量が半減する。保護者の中には肉の部位による脂質の量の違いに無頓着な者もいることが推察される。そこで、管理栄養士等の支援者は、食肉の部位による栄養成分、特に脂質の量の違いを示すことが重要である。また、脂質の少ない赤肉は、加熱により固くなったり、ぼそぼそして、食べにくくなる場合がある。そこで、肉の筋切りなど下処理の工夫、仕上げ

をあんかけにするなどの具体的な赤肉の調理法を示す必要がある。

なお、鶏肉は皮とその下にある脂肪を取り除くと、低エネルギー、高たんぱく質であり、比較的安価なので、管理栄養士等の支援者には、調理操作の簡便化と時間短縮を考慮した調理指導が望まれる。

果物は、2歳児と3、4歳児の間に有意差がみられた。果物は、本調査結果で示されたように低年齢では間食として提供されることが多い。これは、年齢が上がると手軽さや子どもの嗜好を重視して、果物に代わりチョコレートやスナック菓子を与えることが増えることが原因であると推察される。

2. 間食について

1) 間食の内容

離乳を終えて間もない2歳児では、保護者は間食に果物などを与えるなど、内容に配慮がみられた。しかし、3歳以降は夕食までの小腹を満たすために、手軽さ、子どもの嗜好重視でチョコレートやスナック菓子を与えることが多かった。果物は、年齢が上がると利用頻度の順位が低下した。これは前述のように年齢が上がるにつれて、健康重視よりも、子どもの嗜好や簡便さを重視になった結果であると考えられる。

グミは頻回に与えられており、保護者は「日本食品標準成分表2015年版（七訂）」⁷⁾の菓子分類のあめ玉、ゼリー・キャンディーとは独立した菓子ととらえていた。支援者はそのことを考慮しながら、間食の支援や食事調査等を行うことが推奨される。グミの特徴として、あめやキャンディーにはない歯ごたえがあり、子どもの満足感を充足しやすいこと、あめやキャンディー、キ

キャラメルは舐めている間中、口腔内にショ糖等が滞留するが、グミはそれらに比べると、口腔内滞留時間が短いこと、また、キャラメルのように歯に付着することも少ないことなどがあげられる。そこで、保護者は子どもの嗜好に加えて、う蝕発生リスクにも配慮した結果、利用頻度が高くなったと推察される。

2) 適切な間食摂取に向けた支援について

間食を与える際に「栄養価に注意している」保護者は、全体で3.5%と大変少なかった。そこで、支援者は、栄養成分表示の確認を勧めるなど、保護者の意識が少しでも栄養に向くよう働きかける必要がある。

間食を「特に気をつけていない」で与える、即ち、種類、量、添加物、与える時間、品質、栄養価などに注意を払わず、子どもの嗜好に任せるままに与えている保護者は、全年齢平均で20.9%と多かった。このような保護者は、子どもの間食だけでなく、食生活全般、さらには自分自身の食生活に無関心であることが多いと推察される。今後、この食生活全般に無関心な保護者への支援方を多職種で考えていくことが求められる。

3) 性別を考慮した間食の支援

食物摂取頻度については、男女児間での有意差は、牛乳・乳製品とお茶などの甘くない飲料にのみみられた。一方、間食でチョコレートは、女兒は男児に比べて、年齢の低い時期から摂取頻度が高く、男女児で有意差がみられた。そこで、支援者は、食事に用いる食材の種類に関しては、男女児で摂取頻度に有意差があるものは少ないために、性別を意識する必要性は少ないが、間食の指

導に関しては、性別を意識することが必要である。女兒は男児に比べて甘味嗜好が強い傾向がみられたことから、女兒の保護者には、チョコレートに関しては、一日の摂取量と時間を決めて、過食による肥満や、だらだら食べによるう蝕発生リスクの低減化を指導することが求められる。また、甘味だけにとられない、軽食にもなるような間食の紹介に努めることも推奨される。

4) 出生順位を考慮した間食の支援

出生順位が第1子に比べ、第2子、第3子以降は、時間を決めて与える割合は低く、甘いもの、スナック菓子を与える頻度が増加した。特に第3子以降にその傾向は顕著であった。通常、子育て経験のある第2子、第3子以降の保護者への食生活支援は簡単に済ませて、第1子に重点がおかれることが多い。しかし、第1子以外、特に第3子以降の方が、改善の必要のある間食の与え方をしている場合が多いので、丁寧な支援が必要である。

6) 間食の与え方と経済的なゆとり

経済的なゆとりがない群では、「時間を決めて与える」、「量を決めている」、「スナック菓子は与えない」などが、ゆとりのある群に比べて低値であった。また、「何も気をつけていない」は、ゆとりがなくなるに従い増えていた。そこで間食の与え方の支援に際して支援者は、経済的な状況により、上記項目に配慮する必要がある。なかでも「時間を決めて与える」は、ゆとりの有無で有意差がみられたことから、支援にあたり特に強調する必要がある。

4. 時間的な制約について

本調査結果から、2歳～6歳までの子どもの保護者は、経済的ゆとりに比べて、時間的に「あまりゆとりにない」人が2倍近く多いことが明らかにされた。この状況においては、いつ、どのような形で支援を行うのか、という支援の機会について、ならびに支援内容に常に時間的な制約を意識することが重要である。

E. 結論

幼児の食生活の現状、および支援者（管理栄養士、調理師、調理員、保育士ら）による幼児の食生活支援状況の一端を明らかにし、幼児期の食の支援に役立つガイドライン作成に寄与しうる基礎資料を得ることを目的に、①保育園等における栄養士の存在意義に関する研究、②幼児の食の困りごとへの支援者の対応と間食に関する調査研究、③幼児の食事と間食に関する保護者への調査研究を行い、以下の結果を得た。

①栄養士に求められているのは、食物アレルギー、離乳食、肥満児への対応、貧困家庭への食生活支援など、栄養と調理の専門知識に基づいたことが多かった。保育と連携した食育の実践が栄養士には求められており、その実践には、園児と関わる必要がある。他職種との連携、特に他の保育園等や老人福祉施設等の栄養士と交流をもつことが、専門性を発揮するために重要である。保育園等に栄養士必置が望まれるが、その実現に栄養士は、他職種から求められる専門性を日々高め、他職種と積極的にコミュニケーションをとり、自らの専門性を他職種に理解してもらい自助努力の重要性が示唆される。

② 保育園等の幼児の食の困りごととして、支援者は、野菜を食べない、遊び食いで時間がかかる、偏食、食欲のむらなどを挙げていた。子どもの間食に対する保護者の問題点としては、「時間を決めて与えていない」、「量を決めて与えていない」、「甘いものが多い」、「スナック菓子が多い」が多く挙げられた。これらの結果から、子どもの困りごとと対応策については、保護者の問題としてとらえ、生活全体を俯瞰した支援の必要性が示唆される。また、子どもの間食について「何も考えていない」保護者は、子どもの食生活全般、さらには自分自身の食生活にも無関心であることが推察される。今後は、この食生活全般に無関心な保護者への支援方策を、多職種協働で考えていく必要がある。

③ 幼児の食物摂取頻度について、豚肉の利用頻度は、牛肉、鶏肉に比べて、また、出生順位が下がるほど有意に高かった。豚肉はばら肉など脂質含有量が多い部位もあるため、支援者は部位に注意を払うことを保護者に伝える必要がある。大豆・大豆製品の利用は、出生順位が下がるほど有意に高かった。納豆の利用では、たれの塩分に配慮した支援が求められる。グミは頻回に与えられており、保護者は「日本食品標準成分表 2015 年版(七訂)」⁷⁾の菓子分類のあめ玉、ゼリー・キャンディーとは独立した菓子ととらえていた。支援者はそのことを考慮しながら、間食の支援や食事調査等を行うことが推奨される。第1子に比べて、特に第3子以降は兄、姉の影響を受けて摂取食物の種類が多かった。その一方で、間

食に甘いものやスナック菓子の頻度が高かったことから、第3子以降の間食の支援は丁寧にする必要がある。女兒は男児に比べて、チョコレートの摂取頻度が有意に高く、摂取開始時期も早いことから、特に女兒には、甘味嗜好に配慮した間食の支援が推奨される。以上のことから、支援者には、幼児の性別、出生順位、年齢に応じたきめ細かい食生活支援が求められる。支援に際しては、約半数の保護者は、時間的にあまりゆとりがない状況にあることから、時間的な制約についての配慮も重要である。

①～③を総括すると、栄養士は、他職種や保護者に自らの専門性を理解してもらえよう、業務内容の明確化が望まれる。支援者の把握している保護者や幼児の食の問題点は、保護者が抱える問題点とほぼ一致していたことから、支援者の保護者への支援の方向性はニーズに合致していたことが推察される。今後は、食に関心が薄かったり、時間的なゆとりがない保護者もいることを踏まえて、保護者に寄り添いつつ、保護者のヘルスリテラシーを高めていくような支援が求められていると考える。

【文献】

- 1) 平成 27 年度乳幼児栄養調査結果の概要、厚生労働省、2016.
- 2) 幼児健康度に関する継続的比較研究、平成 22 年度厚生労働科学研究費補助金成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業（研究代表者衛藤隆）、2011.
- 3) 「授乳・離乳の支援ガイド」、厚生労働省、2019.
- 4) 堤 ちはる、三橋 扶佐子、「保育園等に

おける栄養士の存在意義に関する研究」、厚生労働科学研究費補助金、成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業（健やか次世代育成総合研究事業）幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイドの開発に関する研究（研究代表者 石川みどり）、平成 29 年度 研究報告書、74-88、2018.

- 5) 堤 ちはる、三橋 扶佐子、「幼児の食事の困りごとと間食に関する支援者への調査研究」、厚生労働科学研究費補助金、成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業（健やか次世代育成総合研究事業）幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイドの開発に関する研究（研究代表者 石川みどり）、平成 30 年度 研究報告書、40-49、2019.
- 6) 「日本人の食事摂取基準」（2020 年版）厚生労働省、2019.
- 7) 「日本食品標準成分表 2015 年版（七訂）」文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会報告、2015.

F. 健康危機情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表
なし
2. 学会発表
堤ちはる、三橋扶佐子、「保育園等における栄養士の役割に関する調査研究」、第 65 回日本栄養改善学会、新潟市、2018 年 9 月 5 日、栄養学雑誌、76 巻 5 号、314 頁、示説発表。
堤ちはる、三橋扶佐子、「幼児の食の困り

ごとへの支援者の対応と間食に関する調査研究」、第 66 回日本栄養改善学会、富山市、2019 年 9 月 7 日、栄養学雑誌、77 巻 5 号、278 頁、示説発表。

第 67 回日本小児保健協会学術集会「幼児の食生活の問題 - 間食を中心として -」2020 年 11 月 4～6 日、久留米市にて発表予定。

第 67 回日本栄養改善学会「幼児の食の困りごとへの支援に関する調査研究」、2020 年 9 月 2～4 日、札幌市にて発表予定。

H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

表 1 保育園等の基本情報

	施設数	平均値 (人)	標準偏差	最小値	最大値	配置なし	不明
園児 3歳未満	102	45.4	23.9	2	143		1
園児 3歳以上	102	56.3	40.4	0	235		1
園児合計	102	101.7	61.1	19	378		1
保育士	98	20.5	14.6	5	120		5
管理栄養士*	21	1.2	0.6	0.5	3	82	
栄養士*	78	1.4	0.8	1	7	25	
栄養士合計*	85	1.6	0.9	1	7	18	
調理師*	83	1.8	0.9	1	6	20	
調理員*	50	1.6	0.9	1	4	53	
調理員合計*	97	2.4	1.4	1	7	6	
調理関係*	103	3.5	1.7	1	10		
看護師*	53	1.3	0.6	1	4	50	

表2 栄養士と他職種の業務分担（例）

分野	分類	担当者	内容
食育 関連	食育指導計画、 活動計画立案	栄養士、 保育士、 調理員	意見を出し合い多職種協働で作成
		栄養士	保育部門と調理部門との調整
	食育行事の計画	調理員	作業行程の計画と作業時間の確認
		保育士	年齢にあった活動内容を検討
		栄養士	食育だよりの発行、指導の中心となる
	食育指導	調理員	衛生についての話をする
		保育士	劇のときの手伝い、指導後の声かけ等
	食育の評価	栄養士	残食調査、園での取り組みの紹介、事例発表、食育の評価
栄養管理	栄養士	乳幼児に合わせた食事摂取基準の作成、栄養価計算	
献立作成、食事内容の 変更	栄養士	調理員や保育士の意見を参考にし、季節感を考慮して作成	
	調理員	作業工程を確認（例：煮魚、煮物、汁等、3つの鍋使用は不可など）	
	保育士	園児の食事の様子（例：食材を小さく切ってほしいなど）やリクエストメニューを栄養士に伝える	
	栄養士・ 調理員	当日の急な献立変更への対応	
アレルギー食、離乳食 の対応	栄養士	献立作成、家庭との連携	
	調理員	納品時のアレルギー食材確認、指示に従い調理	
	保育士	提供時の誤配予防のチェック	
食材、消耗品の発注	栄養士	在庫の確認、発注（予算管理を含む）	
	調理員	在庫を管理し、栄養士に報告	
調理	栄養士	行事食等特別な献立の説明・調理指導	
	調理員	調理全般を主に担当	

表3 栄養士の存在意義

<ul style="list-style-type: none">● 貧困、肥満や食物アレルギー等の食生活にかかわることに専門知識を持って対応できる● 専門職が配置されている安心感● 保護者へのアレルギーなどの指導● 全職員が食に関する教育目標に基づき、多職種で連携し、力を発揮できるようにプロデュースすることである

表4 栄養士が専門性を発揮するために必要なこと

(園長・副園長)
<ul style="list-style-type: none">・他職種との連携を上手にとる・園児とのコミュニケーションをとる・時代のニーズに合わせた指導や献立ができるよう研鑽が必要・食事に関する相談への対応（保護者、保育士）・食育指導と調理でオーバーワークになっているので人員を増やす・施設長が他職種に栄養士の有用性を伝える・他職種からの理解・栄養士を必置にする・調理員の配置を多くする（条件の見直し）
(調理師・調理員)
<ul style="list-style-type: none">・献立作成や調理技術にたいする研鑽が必要である・専門性を持つ
(栄養士)
<ul style="list-style-type: none">・専門的知識の取得・研修会等への参加・専門的知識の発信・給食便りや、保護者・他職種への栄養教室など

表5 栄養士が専門性を発揮するために効果的な方法

- 栄養士配置の利点を周知させる
- 栄養士を必置にする
- 栄養士の仕事と線を引かず、保護者や園児に寄り添えるような職員の連携体制を作る
(例：衛生についての話や「早寝、早起き、朝ごはん」の話等、栄養士の働きかけが有効なときと他職種が有効なときがある)
- 他の園や老人福祉施設などの栄養士と交流を持つ
- 子供たちとのコミュニケーションをとる方法を学ぶ
- 施設長、保育士の理解が得られるようにする

表6 回答者の職種と勤務先

勤務先	職種						合計
	管理栄養士	栄養士	調理師	調理員	保育士	その他	
保育園等	28	98	35	14	325	12	512
保健センター	19	1	0	0	0	0	20
その他	2	0	0	0	0	3	5
不明	1	2	1	0	0	1	5
合計	49	99	35	14	325	15	537

表7 子どもの困りごとと対応策（例）

困りごと	保護者に伝えた対応策	改善の有無
野菜を食べない	咀嚼力に合うよう煮野菜を勧めた	無
遊び食べをして、食べるのに時間がかかる	食事時間はテレビを消す、おもちゃは片づけるなど食事に集中できる環境を整えるよう助言した	有・無
気に入ったおかずしか食べない	保育園では好き嫌いなく食べていることを話した。少しでも食べられたら褒めて、食事が楽しい雰囲気になるように助言した	無
食欲にむらがある	食欲のむらはどの子にも起こるが、食べ残しに一定の傾向がないか確認するように助言した	有・無
よく噛まない	その食べ物が嫌いなのか、咀嚼力に合っていないのか見極める、前歯でかじり取る体験を十分にさせるよう助言した	無
間食（おやつ）を食べ過ぎ、夕食があまり食べられなくなる	間食は与える時間と量を決めて与える、甘い菓子に限らず、食事の代わりになるようなおにぎりなどもおやつになることを伝えた	有・無

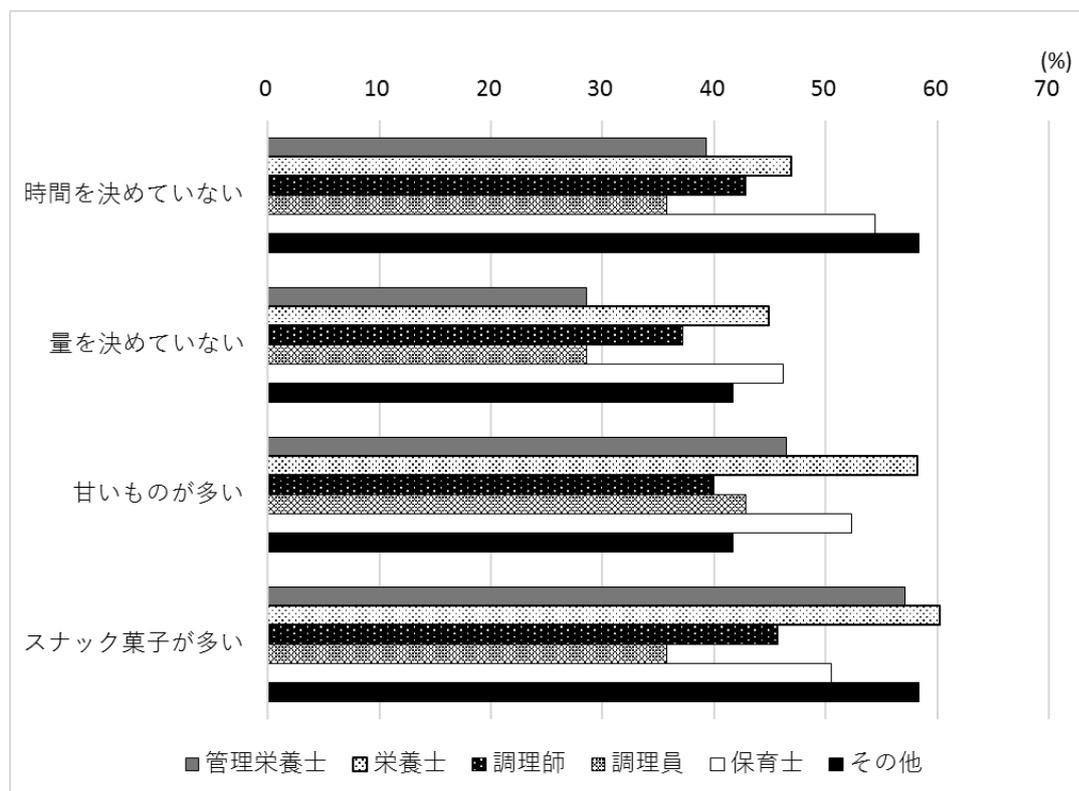


図1 職種別子どもの間食に対する保護者の問題点1 (保育園等)

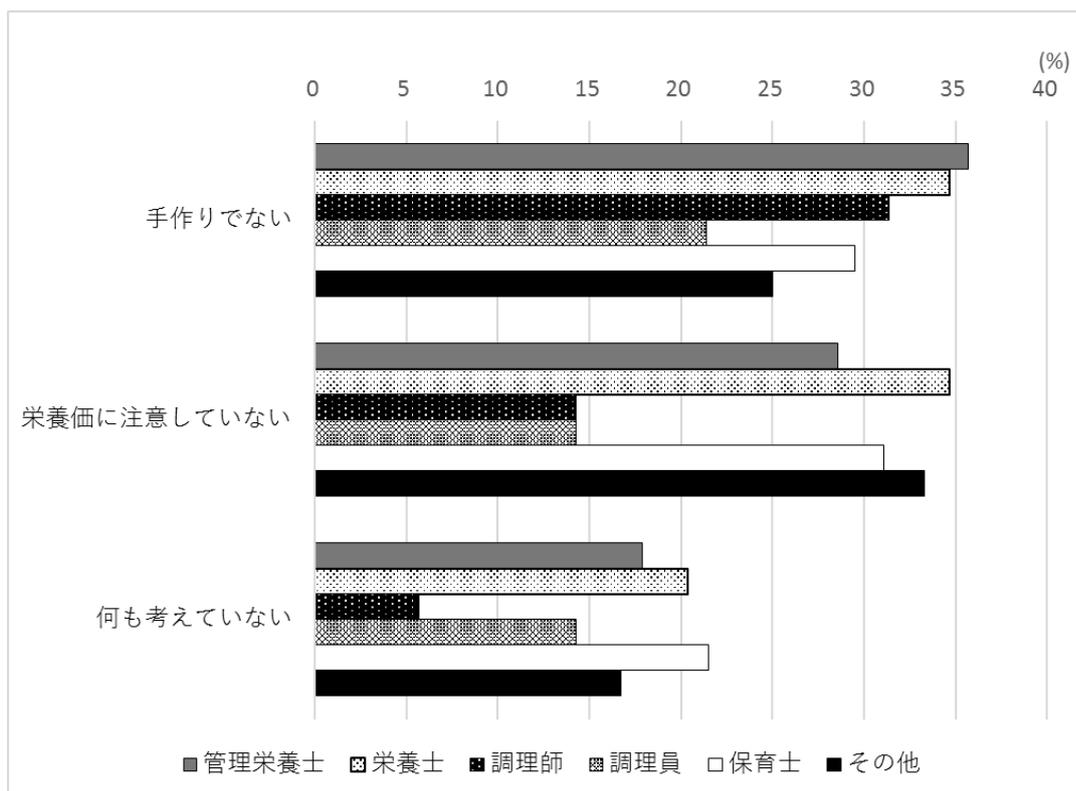


図2 職種別子どもの間食に対する保護者の問題点2 (保育園等)

表8 出生順位

	男児(人、%)		女児(人、%)		合計(人、%)	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
第1子	559	38.3%	545	37.7%	1,104	38.0%
第2子	639	43.8%	638	44.2%	1,277	44.0%
第3子以降	262	17.9%	261	18.1%	523	18.0%
合計	1,460	100.0%	1,444	100.0%	2,904	100.0%

表9 児性別と年齢

	男児(人、%)		女児(人、%)		合計(人、%)	
2歳児	253	17.3%	258	17.9%	511	17.6%
3歳児	386	26.4%	368	25.5%	754	26.0%
4歳児	363	24.9%	348	24.1%	711	24.5%
5歳児	290	19.9%	311	21.5%	601	20.7%
6歳児	168	11.5%	159	11.0%	327	11.3%
合計	1,460	100.0%	1,444	100.0%	2,904	100.0%

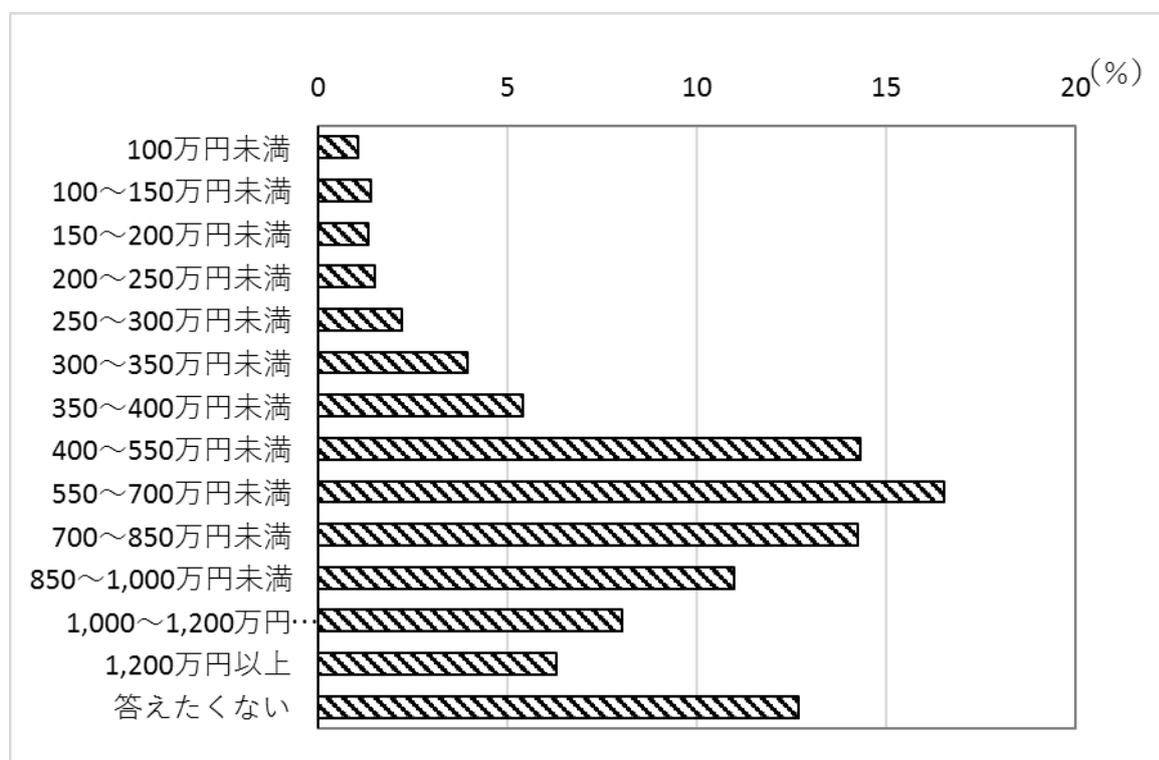


図3 世帯年収

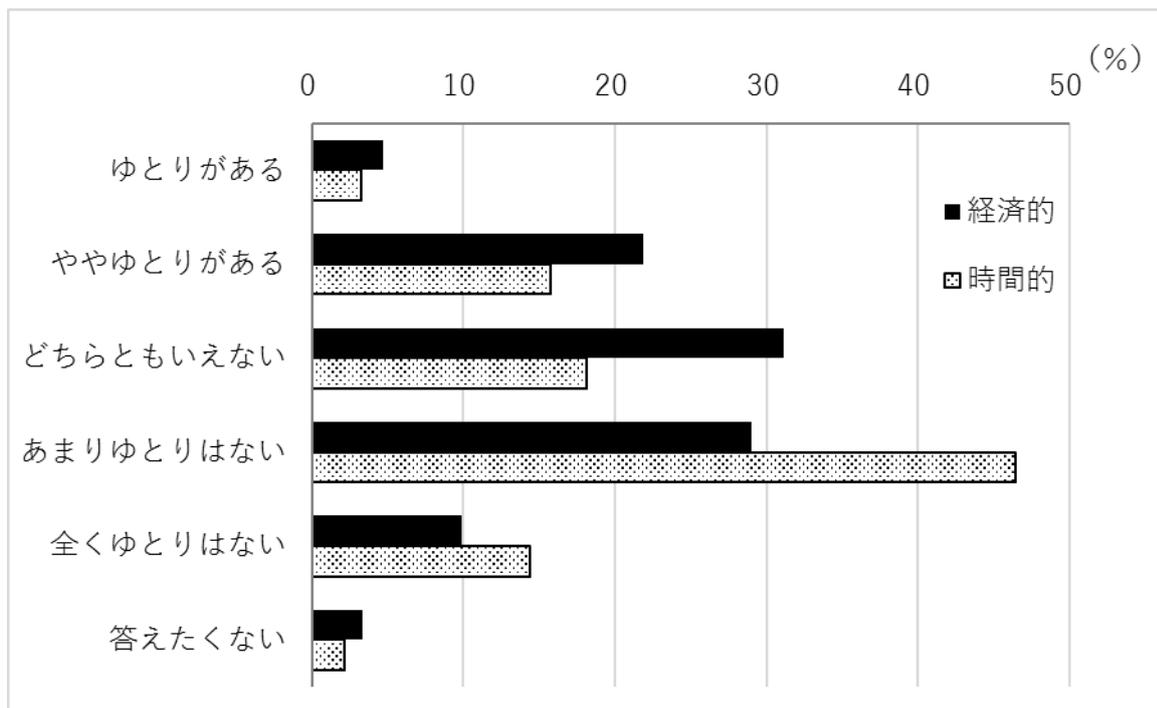


図4 経済的・時間的ゆとり

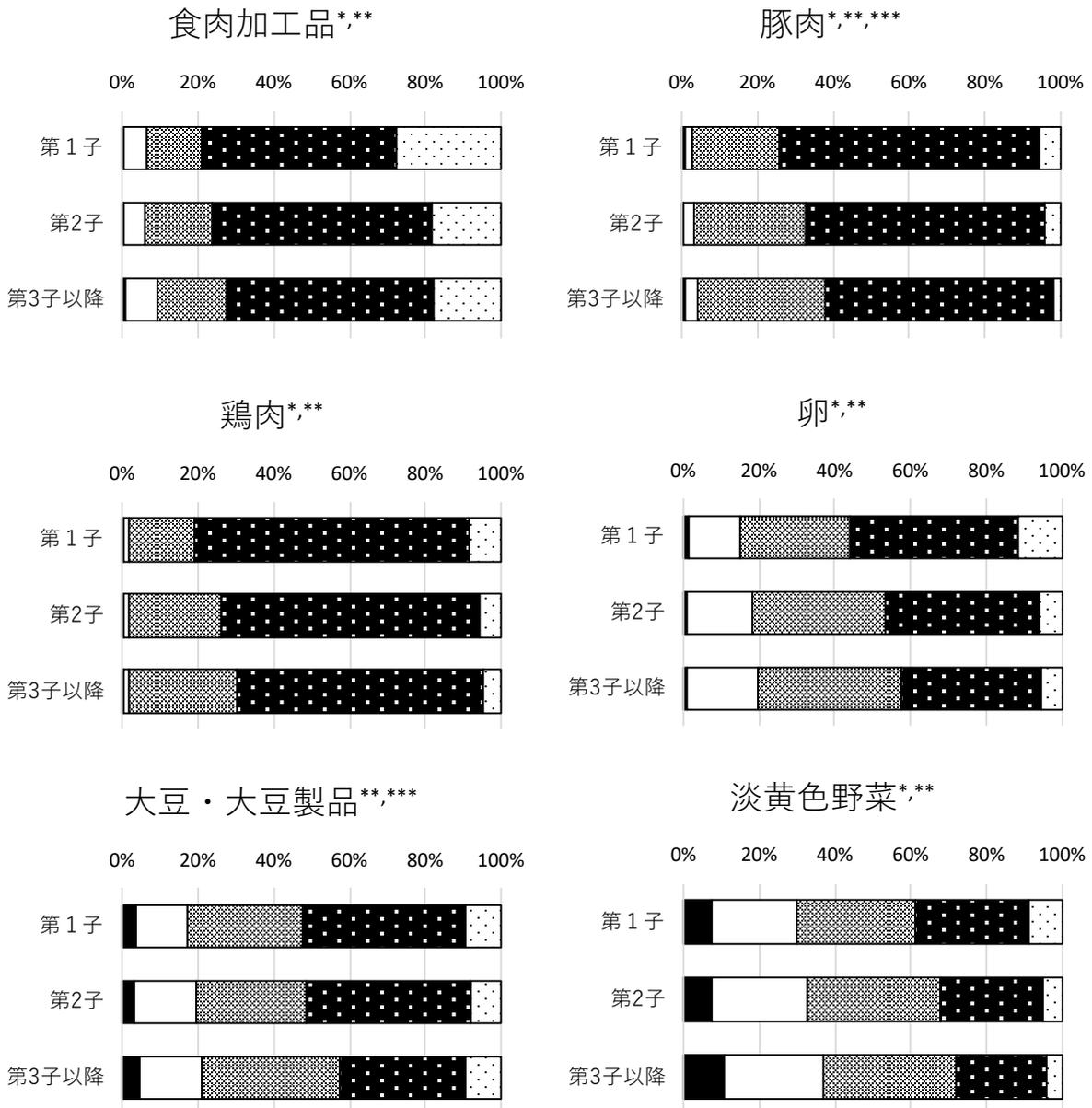
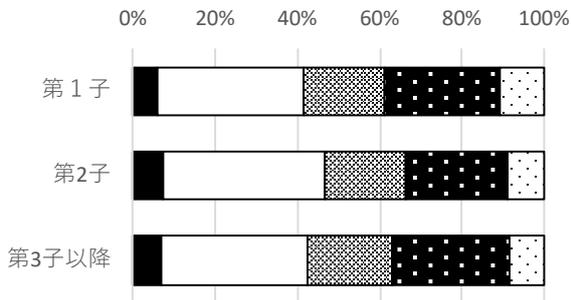


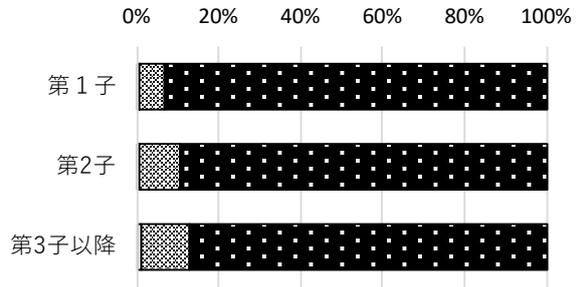
図 5-1 出生順位別食物摂取状況

■ 毎日2回以上 □ 毎日1回 ▨ 週に4～6日 ■ 週に1～3日 □ 週に1回未満
 p < 0.05 *第1子 vs 第2子 **第1子 vs 第3子以降 ***第2子 vs 第3子以降

菓子（菓子パンを含む）*



インスタントラーメンやカップ麺***



キシリトール入り市販食品**

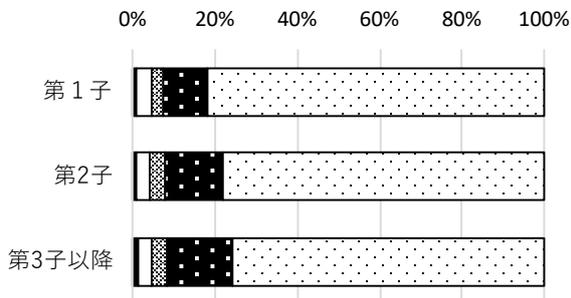


図 5-2 出生順位別食物摂取状況

毎日2回以上
 毎日1回
 週に4~6日
 週に1~3日
 週に1回未満
 p < 0.05 *第1子 vs 第2子 **第1子 vs 第3子以降 ***第2子 vs 第3子以降

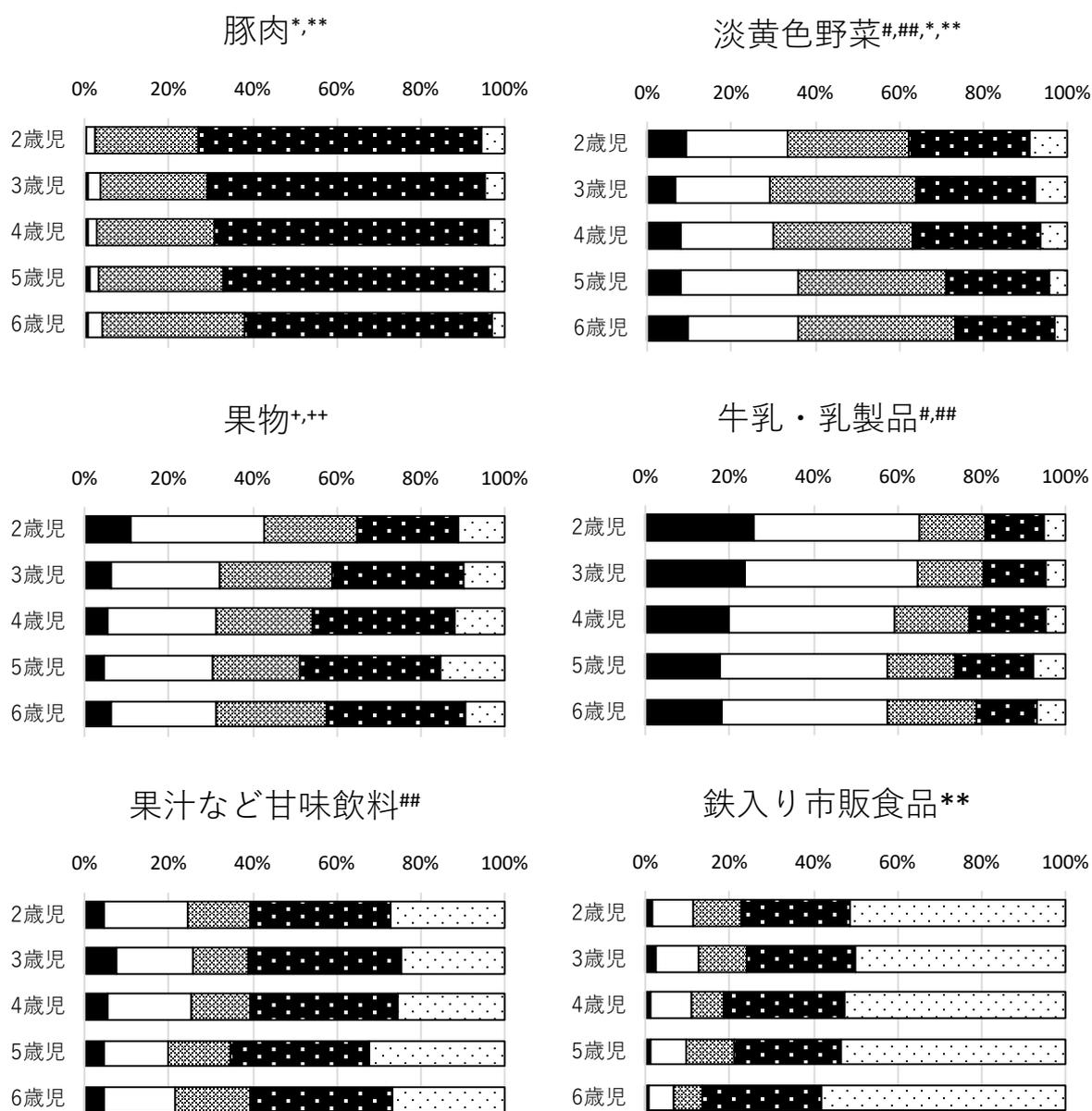


図6 年齢別食物摂取状況

■ 毎日2回以上 □ 毎日1回 ▨ 週に4~6日 ■ 週に1~3日 □ 週に1回未満
 p < 0.05 *2歳児 vs 6歳児 **3歳児 vs 6歳児 ***4歳児 vs 6歳児
 #2歳児 vs 5歳児 ##3歳児 vs 5歳児 ###4歳児 vs 5歳児
 +2歳児 vs 3歳児 ++2歳児 vs 4歳児

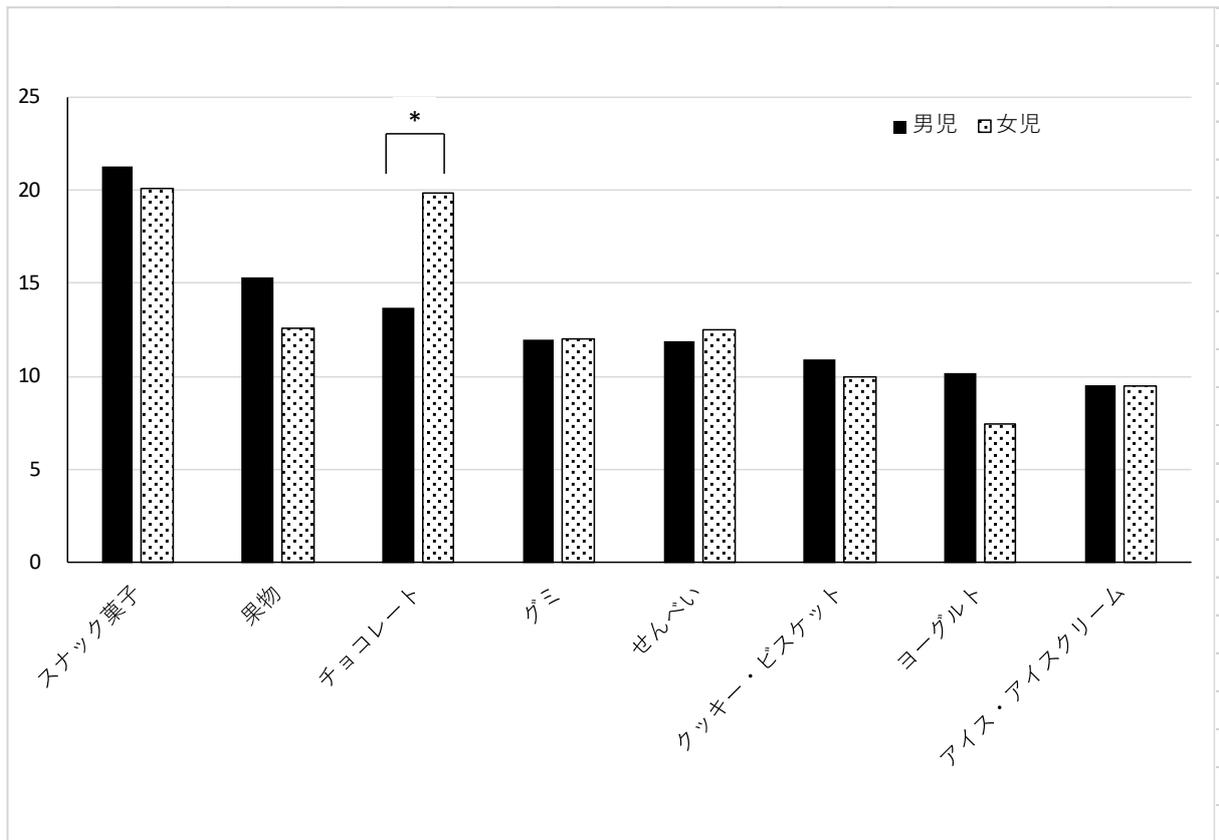


図7 間食の性別による分類

* $p < 0.05$

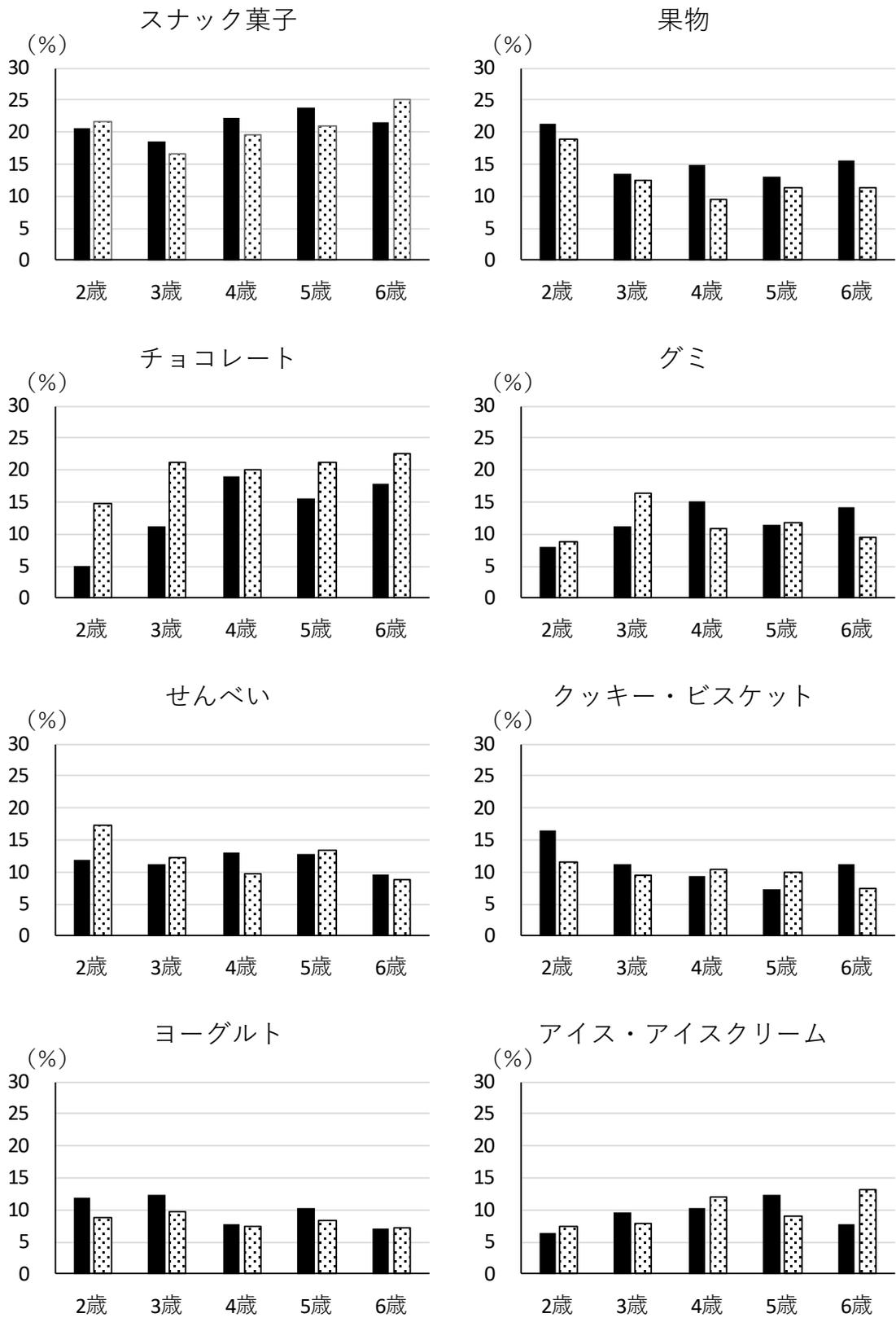


図8 間食菓子別年齢による分類

■ 男児 ▨ 女児

表 10 出生順位別間食の与え方

	第 1 子 (1,104 人)		第 2 子 (1,277 人)		第 3 子以降 (523 人)	
時間を決めている	393	35.6%	522	40.9% *	224	42.8% *
量を決めている	616	55.8%	709	55.5%	293	56.0%
甘いものは少なくしている	220	19.9%	216	16.9%	82	15.7%
スナック菓子を与えない	141	12.8%	92	7.2% *	33	6.3% *
なるべく手づくりをしている	36	3.3%	26	2.0%	13	2.5%
栄養価に注意している	47	4.3%	42	3.3%	14	2.7%
特に気をつけていない	204	18.5%	287	22.5%	117	22.4%
その他	221	20.0%	210	16.4%	70	13.4% *

* 第 1 子に対して $p < 0.05$ で有意、# 3 歳に対して $p < 0.05$ で有意

表 11 年齢別間食の与え方

	2 歳 (511 人)		3 歳 (754 人)		4 歳 (711 人)		5 歳 (601 人)		6 歳 (327 人)	
時間を決めている	213	41.7%	297	39.4%	281	39.5%	235	39.1%	113	34.6%
量を決めている	284	55.6%	432	57.3%	382	53.7%	351	58.4%	169	51.7%
甘いものは少なくしている	140	27.4%	150	19.9% *	105	14.8% *	86	14.3% *	37	11.3% *, #
スナック菓子を与えない	66	12.9%	87	11.5%	45	6.3% *, #	43	7.2% *	25	7.6%
なるべく手づくりをしている	19	3.7%	24	3.2%	17	2.4%	12	2.0%	3	0.9%
栄養価に注意している	28	5.5%	25	3.3%	20	2.8%	21	3.5%	9	2.8%
特に気をつけていない	86	16.8%	146	19.4%	163	22.9%	124	20.6%	89	27.2% *, #
その他	97	19.0%	123	16.3%	121	17.0%	105	17.5%	55	16.8%

* 2 歳に対して $p < 0.05$ で有意、# 3 歳に対して $p < 0.05$ で有意

表 12 間食の与え方と経済的なゆとり

	ゆとりがある (136人)		ややゆとりがある (636人)		どちらともいえない (905人)		あまりゆとりはない (843人)		全くゆとりはない (287人)		答えたくない (97人)		
時間を決めている	58	42.6%	256	40.3%	346	38.2%	349	41.4%	97	33.8%	#	24	24.7%
量を決めている	84	61.8%	373	58.6%	507	56.0%	469	55.6%	135	47.0%		40	41.2%
甘いものは少なくしている	29	21.3%	118	18.6%	166	18.3%	140	16.6%	48	16.7%		15	15.5%
スナック菓子を与えない	17	12.5%	70	11.0%	77	8.5%	69	8.2%	20	7.0%		12	12.4%
なるべく手づくりをしている	4	2.9%	21	3.3%	16	1.8%	27	3.2%	5	1.7%		2	2.1%
栄養価に注意している	6	4.4%	26	4.1%	25	2.8%	34	4.0%	8	2.8%		4	4.1%
特に気をつけていない	19	14.0%	110	17.3%	192	21.2%	183	21.7%	82	28.6%	*, #	16	16.5%
その他	22	16.2%	117	18.4%	159	17.6%	144	17.1%	48	16.7%		9	9.3%

* 「ゆとりがある」に対して p<0.05 で有意、# 「ややゆとりがある」に対して p<0.05 で有意

表 13 間食の与え方と時間的なゆとり

	ゆとりがある (94人)		ややゆとりがあ る (457人)		どちらともいえ ない (526人)		あまりゆとりは ない (1,347人)		全くゆとりはな い (417人)		答えたくない (63人)	
時間を決めている	40	42.6%	198	43.3%	197	37.5%	534	39.6%	149	35.7%	13	20.6%
量を決めている	57	60.6%	256	56.0%	309	58.7%	749	55.6%	217	52.0%	21	33.3%
甘いものは少なくしている	16	17.0%	87	19.0%	91	17.3%	233	17.3%	81	19.4%	9	14.3%
スナック菓子を与えない	7	7.4%	37	8.1%	46	8.7%	127	9.4%	41	9.8%	8	12.7%
なるべく手づくりをしている	4	4.3%	10	2.2%	10	1.9%	39	2.9%	11	2.6%	1	1.6%
栄養価に注意している	2	2.1%	14	3.1%	15	2.9%	54	4.0%	16	3.8%	2	3.2%
特に気をつけていない	17	18.1%	88	19.3%	105	20.0%	282	20.9%	100	24.0%	9	14.3%
その他	20	21.3%	79	17.3%	75	14.3%	230	17.1%	88	21.1%	7	11.1%