

就学前の子どもを育てる保護者に効果的な継続食育教室と札幌市の 幼稚園ならびに保育園の現状

Effective Continuous Dietary Education Classes for Parents of Preschoolers and the
Current State of Kindergartens and Nursery Schools in Sapporo

菅原 千鶴子¹⁾

Chizuko SUGAWARA

森 谷 梨²⁾

Kiyoshi MORIYA

木 田 春 代³⁾

Haruyo KIDA

生涯にわたる人間形成の基礎を培う時期にある就学前の子どもがうける食育は、保護者の食に対する考え方や、生活意識によって大きな影響を受ける。保護者（特に母親）は子どもの食育に関心を持ちながらも、知識や時間などの問題から充分に取り組めない状況にあり、単回の食育に参加できても、継続した食育に参加する機会は多くない。先行研究において、札幌市居住 4～5 歳児の 90%以上が通園する幼稚園ならびに保育園と協力をして行った長期継続食育教室は、母親の食意識ならびに母親と子どもの食行動改善に有効であった。本研究では、就学前の子どもに「食を営む力」を育てる効果的な食育に協同で取り組むために、両園の食育の実践状況や地域等との連携状況を明らかにし、子どもと母親に対する継続食育活動を協同で推進・発展させる可能性を追求することを目的に、市内の全幼稚園ならびに保育園対象にアンケート調査を行った。アンケート回収率は幼稚園 59%、保育園 57%であった。調査結果から、食育年間計画の作成割合は幼稚園より保育園で高率であったが、両園では諸機会を見つけて食育活動を行っていることが明らかになった。しかし、継続した食育活動はきわめて少なかった。園と母親、地域が連携をし、園内だけでなく地域資源を活用した継続的な食育活動を行うために重要と考えられる事項について考察した。

Dietary education for preschoolers, who are in the foundation stage for lifelong development, is greatly affected by their parents' view of diet and lifestyle awareness. Parents, in particular mothers, are interested in their children's dietary education; however, due to limitations in knowledge and time, they are unable to be fully involved, and may be able to participate in a one-time dietary education class, but find it difficult to attend continuous dietary education classes. Our previous study, conducted in cooperation with kindergartens and nursery schools which over 90% of 4 or 5-year-old children in Sapporo attended, revealed that long-term continuous dietary education classes proved effective for improving mothers' awareness of diet and mothers'

1) 天使大学看護栄養学部栄養学科
2) 天使大学看護栄養学部栄養学科
3) 天使大学看護栄養学部栄養学科

(2013年1月8日受稿、2013年5月31日審査終了受理)

and children's eating behavior. Given this, aiming to develop, in cooperation with kindergartens and nursery schools, effective dietary education that fosters preschoolers' ability to make healthy food choices, we conducted a questionnaire survey with all kindergartens and nursery schools in Sapporo to clarify the practice of dietary education and cooperation with the local community and to pursue possibilities for cooperating with them to promote and develop continuous dietary education activities for children and mothers. In total, 59% of the kindergartens and 57% of the nursery schools responded. From the results, it was indicated that annual dietary education plans were worked out in nursery school higher than in kindergartens, and that both kindergartens and nursery schools conducted dietary education activities at various opportunities but continuous dietary education activities were few. We considered some important concerns to conduct continuing dietary education activities in cooperation with them, using resources not only in kindergartens or nursery schools, but also in the local community.

キーワード：食育年間計画 (annual dietary education plan)

幼稚園, 保育園の現状 (current state of kindergartens and nursery schools)

継続食育教室 (continuous dietary education classes)

就学前児童と保護者 (preschoolers and parents)

I はじめに

近年、社会環境や大人の生活習慣の変化に伴い、子どもの食を巡る環境は激変し、朝食欠食率の増加や家族揃って食事をとる頻度の減少などが問題視されている^{1) 2) 3)}。その結果、栄養の偏りや生活リズムの乱れ等が生じ、子どもの心と身体に様々な健康問題があらわれている^{4) 5)}。乳幼児期は、生涯にわたる人間形成の基礎を培う時期であり、乳幼児期から適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着、食を通じた豊かな人間性の育成を図ることは、生涯にわたり健康で生き生きとした生活を送る基礎として、重要なことである。

子どもの食環境の変化を背景とした食生活の乱れを解決していくために、子どもと生活を共にしている保護者、中でも母親の食生活についての意識や生活習慣が重要と考えられる。保育園児の家庭における食事の支度に、母親の90%以上が関わっている⁶⁾ことから、母親の食事についての意識や行動を変えていくことは、子どもの食生活をよくすることにつながると期待される。その場合、単回実施される食育だけではなく、継続した食育が必要と考えられる。食生活・食行動は、喫煙・運動等の他の健康行動に比べて構成要素が多く複雑なため、その改善には支援が必要で時間がかかる^{7) 8)}と考えられるからである。

国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育を推進するため平成17年に「食育基本法」⁹⁾が策定され、「子どもの食育における保護者、教育関係者の役割」、ならびに「家庭における食育の推進」が明記された。平成17年の「食育推進基本計画」¹⁰⁾に引き続き平成22年には「第2次食育推進基本計画」¹¹⁾が策定され、「生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進」、「生活習慣病の予防および改善につながる食育の推進」、「家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進」が重点課題となっている。

幼稚園教育要領（平成20年版）¹²⁾によると、

幼児期における教育は、生涯にわたる人間形成の基礎を培う重要なものであり、健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であるとされている。保育園における食育は、保育所保育指針（平成20年版）¹³⁾において、健康な生活の基本として「食を営む力」の育成が重要とされ、その基礎を培うことを目標として取り組まれている。

平成22年度、札幌市の就学前4-5歳児の68%は幼稚園に、26%は保育園に通園しており、在家庭は残り6%と少ないことが報告されている¹⁴⁾。4-5歳児の在宅割合を大阪市と川崎市、名古屋市で調べた結果、大阪市は5%（平成20年）¹⁵⁾、川崎市で7%（平成22年）¹⁶⁾、名古屋市は8%（平成23年）¹⁷⁾となっており、全国的に4-5歳児の在宅割合もほぼ同様と考えられる。したがって、この時期に90%以上の就学前児童が通園する幼稚園・保育園は、母親に接することのできる機会を有していると同時に、食育の実践を展開できる場として活用できる可能性を有する。これらの園と連携して、母親に対する継続した食育を進めることで効果をあげることが期待されるが、そのような試みは十分に行われていないため、研究（実践）報告は多くない。

継続した食育教室の先行研究において、月1回60分の母親対象食育教室と子ども対象の食と身体遊びを6ヶ月間継続した結果、介入した食育グループの母親の関心が高まり、母親と子どもとの食行動において改善が認められた。対照グループの母親で変化が見られなかったことから、たとえ60分という短い時間であっても継続する母親と子どもに対する働きかけは有効であった¹⁸⁾。

このようなことから、就学前児童の4-5歳児に対する幼稚園、保育園における食育活動の現状を知り、両園はどのような食育活動の支援を望んでいるか、私達はどのような支援ができるのかなど、就学前の子どもが健康に発育しつつ食を営む力を身につけていける食育の道筋を、子どもと母親の

両者を支援する幼稚園ならびに保育園と協同で取り組む可能性を追求するため、アンケート調査を行い、園児、保護者に対する計画的、継続的な食育の実践状況と地域等との連携状況を明らかにし、その中から子どもと保護者に対する継続的な食育活動を両園と協同で推進・発展させる可能性を追求することを目的とした。

Ⅱ 方法

1 対象：

札幌市内全ての私立幼稚園 133 園，公立幼稚園 13 園，認可保育園 205 園を対象とした。

2 調査時期と実施方法： 2011 年 12 月～2012 年 1 月に実施した。

札幌市内の私立幼稚園 133 園，公立幼稚園 13 園，認可保育園 205 園に対し、「就学前の子どもを育てる保護者に効果的な継続食育のあり方」に関するアンケート調査用紙を，配付，回収ともに郵送により実施した。実施（回収）率は，幼稚園 86 園（58.9 %），認可保育園 117 園（57.0%）で半数以上の施設から回答があった。以下，私立幼稚園，公立幼稚園を「幼稚園」，認可保育園を「保育園」という。

3 集計と統計処理：集計と検定には，IBM SPSS statistics 19 を使用（ χ^2 検定：有意水準は $p<0.05$ ）した。

4 アンケート調査の内容

1) 食育年間計画の有無について：食育年間計画は食育を実施するための基本となることから，食育年間計画の有無と，現在計画を作成していなくても，今後，食育年間計画を作成する予定があるか否かも質問した。食育年間計画を作成することにより，食育の目的，目標が明確になり，効果的な食育の実施，実施後の反省・評価などが容易と

なり，新たな年間計画の作成，継続的な食育推進につながると期待される。

2) 園児に対する，食育の働きかけについて：「園児に対する食育の働きかけの有無」については「働きかけをしているか否か」について質問した。

3) 食育の状況について：日ごろから各園で実施されている食育の実施状況について，「言葉かけや使用食器など食事環境に関する配慮」，「マナーに関する意識づけ」，「飼育，野菜栽培体験」，「配膳，片付けに関わる体験」，「調理体験（3-5 歳）」，「バランスのとれた食事を味わい，食事量を調節する体験」，「地域の伝統的な食事に関わる体験」，「保護者に対する食育に関する相談や講習会の開催」，「地域の人との会食に関わる体験」の 9 項目について質問した。

4) 食育に関する働きかけは，だれが担当しているかについて：食育については全職員の共通理解のもとで実施することが望ましいことから，主な担当者について質問した（複数回答）。

また，管理栄養士（栄養士）の配置状況についても質問した。

5) 園児の食習慣で気になること，食育活動で伝えていることについて：園児の食習慣で気になることについて，「朝食を食べてこない」，「食欲がない」，「食べることに関心を示さない」，「好き嫌が多い」，「食べるのが遅い」，「よくかまない」の 6 項目について，日ごろから園児の気になる食習慣について聞いた。また，園児に対する食育活動については「そしゃく」，「体のしくみ」，「食品の働き」，「食材」，「給食のメニュー」の 5 項目について園児に伝えているか否かについて質問した。

6) 保護者に対する園児と家族の食育に有用と考えられる働きかけについて：「保護者に対する食育」の実施の有無について質問した。実施している場合はその内容について「個別の連絡帳への記載」，「給食だよりの配布」，「講習会等の開催案内」，「保護者会でのお話」，「給食献立の展示」，「給食

試食会」,「園内でのポスター等の掲示」,「個別相談日を設定」,「園の行事への参加」,「継続した食育教室」の10項目について質問した。

7) 園児が健康的な食習慣を身に付けるための働きかけについて:園児が健康的な食習慣を身に付けるための働きかけとして「園児に対して実施している」,「保護者に対して実施している」,「地域等と連携して今後取り組みたい」の3対象について,「生活のリズムと食事の関係」,「朝食を食べる大切さ」,「肥満・やせ等からだの発育と食事の関連性」,「必要な栄養素や食事の量」,「バランスの良い食事のとり方」,「望ましい間食のとり方」の6項目の実施を選択してもらい,両園の項目毎の実施頻度を%で表した。

8) 園が園児や保護者に対する食育を推進・継続する上で必要なことについて:「勤務時間のゆと

り」,「担当する人材」,「職員の共通理解」,「栄養系大学との連携」,「農業者など地域との連携」の5項目を,「必要」,「どちらとも言えない」,「必要ない」について質問した。

III 結果

1 食育の年間計画の有無:食育年間計画を作成することにより,食育の目的,目標が明確になり,効果的な食育の実施,実施後の反省・評価などが容易となり,新たな年間計画の作成,継続的な食育推進につながると期待されるが,幼稚園では「作成し持っている」18%,「準備中」3%,「必要性は認識している」41%,「作成は検討していない」38%であった。保育園では「作成し持っている」94%,「準備中」2%,「必要性は認識している」2%,「作成は検討していない」2%であった(図1)

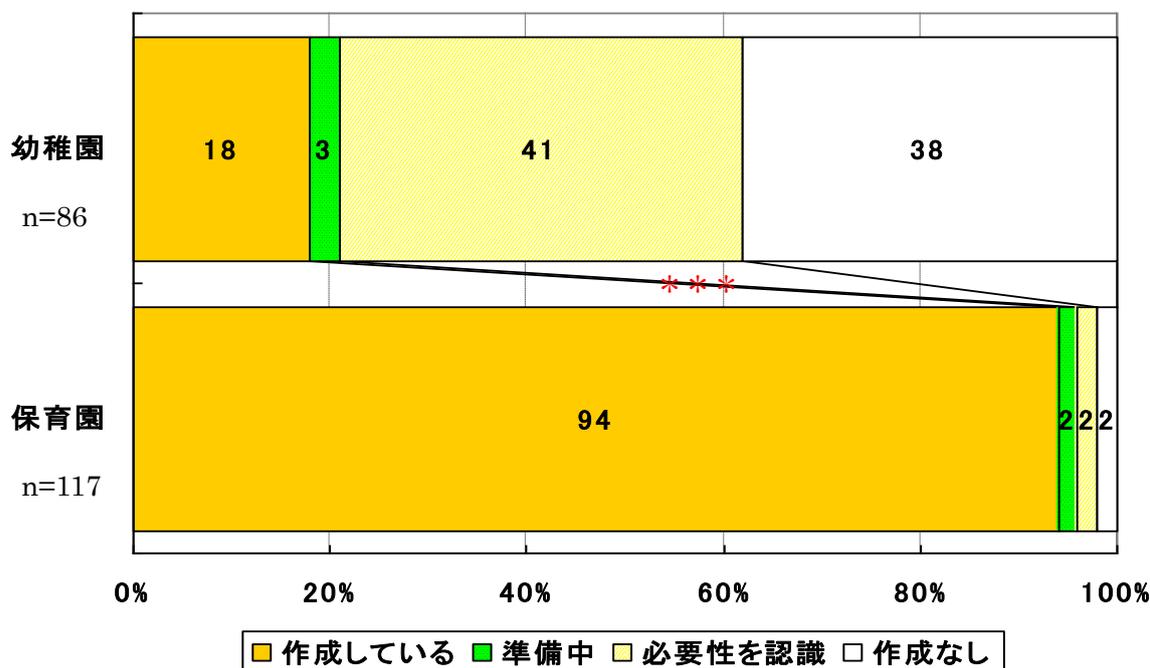


図1 幼稚園と保育園における食育年間計画の作成状況

幼稚園と保育園の食育年間計画作成状況には, χ^2 検定で有意差が認められた

*** $\chi^2=90, p<0.001$

2 園児に対する食育の働きかけ：「園児に対する食育の働きかけの有無」においては、幼稚園では「働きかけをしている」90%、「働きかけをしていない」10%、保育園では「働きかけをしている」99%、「働きかけをしていない」1%であった。働きかけをしている内容（複数回答）の実施率を幼稚園と保育園毎に図2に示した。実施率の高い順に5位まで並べると、幼稚園の1位「マナーに関する意識づけ」100%、2位「言葉かけや使用食器など食環境に関する配慮」96%、3位「飼育、野

菜栽培体験」、「配膳、片づけに関わる体験」94%、4位「バランスのとれた食事を味わい、食事量を調節する体験」73%、5位「調理体験（3-5歳児）」69%であった。保育園では、1位「言葉かけや使用食器など食環境に関する配慮」、「マナーに関する意識づけ」100%、2位「飼育、野菜栽培体験」97%、3位「配膳、片づけに関わる体験」96%、4位「調理体験（3-5歳児）」95%、5位「バランスのとれた食事を味わい、食事量を調節する体験」89%であった。

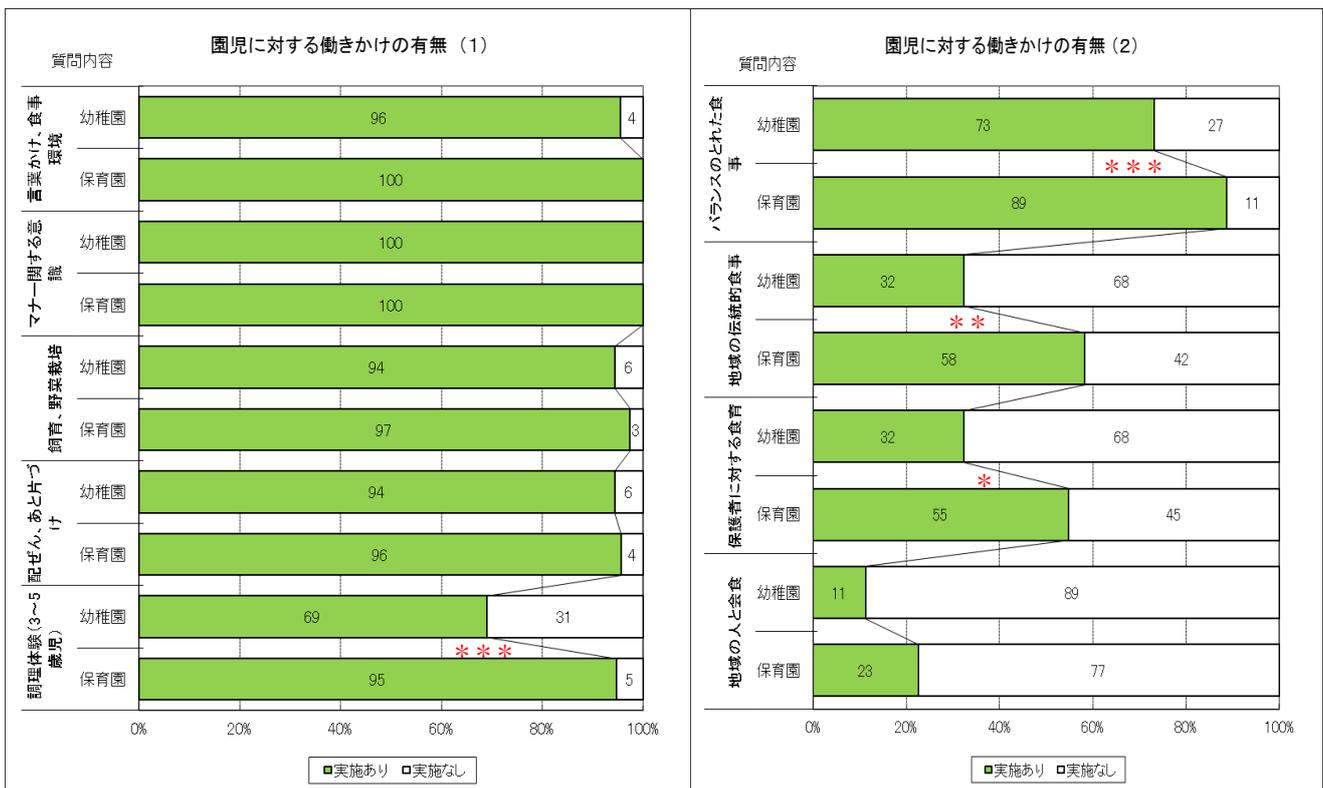


図2 園児に対する食育の働きかけの有無

幼稚園と保育園における園児に対する働きかけの有無には、 χ^2 検定で有意差の見られた項目があった。

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ (χ^2 検定)

3 食育に関する働きかけは、だれが担当しているか：幼稚園では食育に関する働きかけは担任教師が54%と多く、次は担任外教師が19%、管理栄養士が10%、養護教諭が8%であったのに対し、

保育園では担任保育士34%、管理栄養士24%、担任外保育士19%、調理員15%の割合であった(図3)。また、幼稚園と保育園の管理栄養士(栄養士)の配置状況は幼稚園20%、保育園は67%であった。

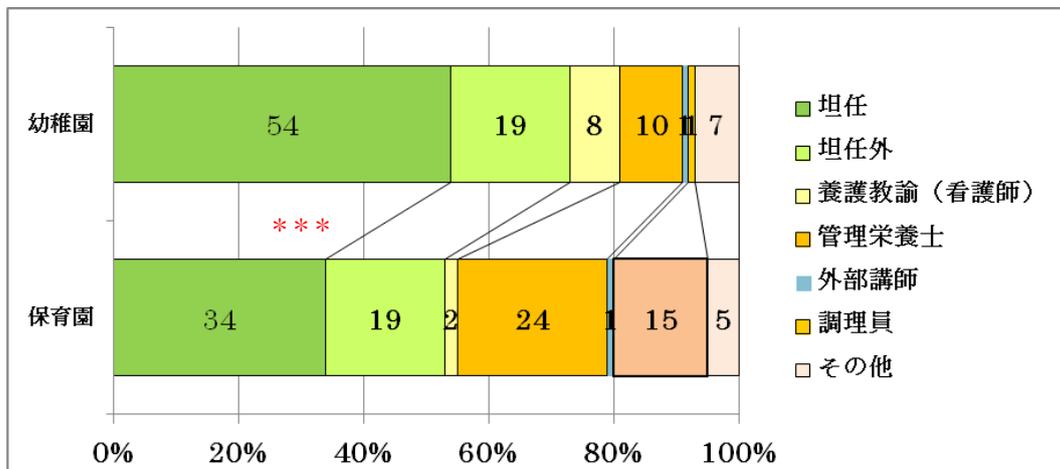


図3 幼稚園、保育園の食育に関する働きかけをする担当者 (複数回答)

幼稚園と保育園における食育担当者の割合には、 χ^2 検定で有意差が認められた。

*** $p < 0.001$ (χ^2 検定)

4 現在の園児の食習慣で、気になっていること：園児の食習慣で気になっていることでは、幼稚園の93%、保育園の90%があると回答している。気になることの内容としては、幼稚園では1位が「好き嫌が多い」40%、2位「食べることに興味がない」19%、3位「朝食を食べてこない」12%、4位「食べるのが遅い」、5位

「食欲がない」、保育園では1位「朝食を食べてこない」25%、2位「食べるのが遅い」20%、3位「好き嫌が多い」19%、4位「よくかまない」、5位「食べることに興味がない」となっており、幼稚園と保育園では気になっている内容に違いがみられた(図4)。

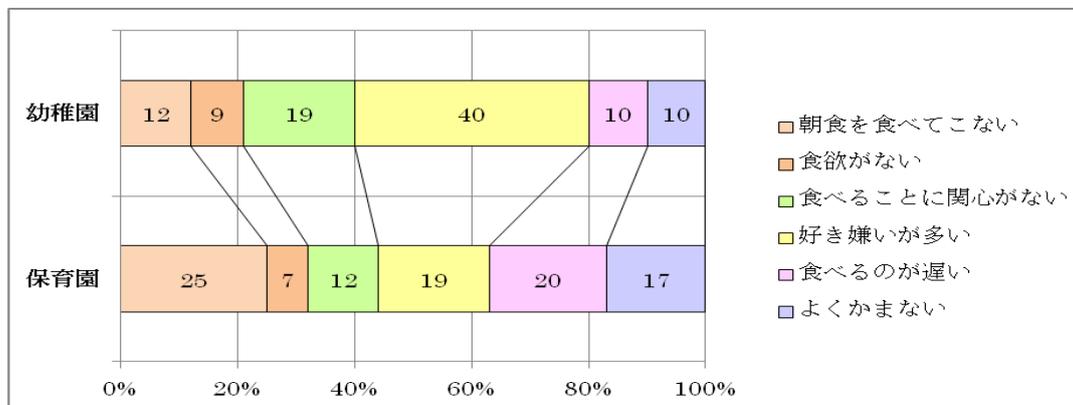


図4 園児の食習慣で気になっていること (複数回答)

幼稚園と保育園における園児の食育において気になっている事項の割合には、 χ^2 検定で有意差が認められなかった。

5 園児に対し食育活動で伝えている内容：

「そしゃくについて」幼稚園では82%，保育園94%，「からだのしくみについて」82%，78%，「食品のはたらきについて」82%，83%，「食材について」83%，96%，「給食のメニューについて」86%，97%であった。幼稚園ではいずれの項目も同じような割合で伝えられていたが，保育園において毎

日給食が実施されていることから，「給食のメニューについて」，「食材について」，「そしゃくについて」伝えている割合が高く，実際に給食時間を活用した食育活動として伝えられているからと考えられる。(図5)

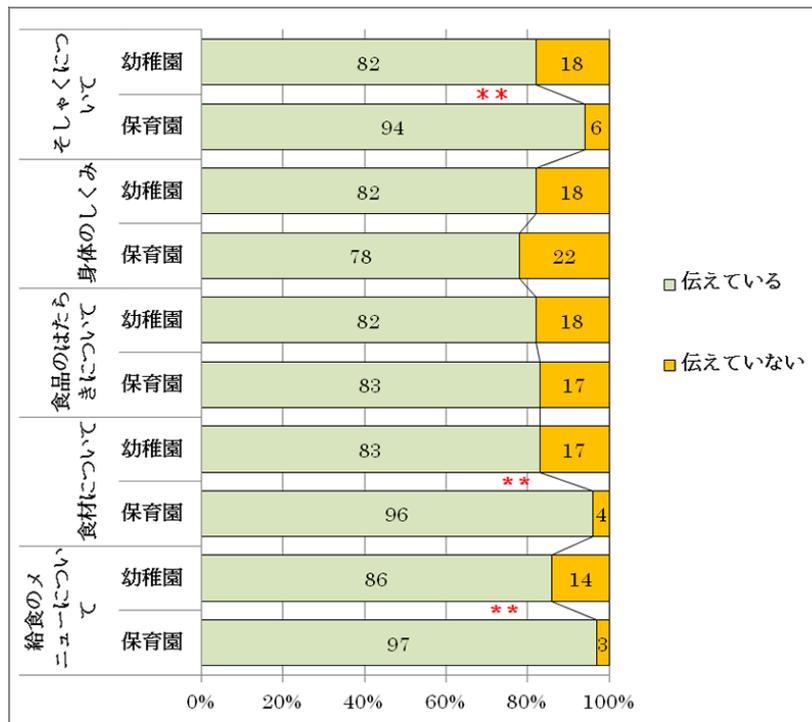


図5 園児の食育活動で伝えている内容

園児に対する食育活動で伝えている内容には，幼稚園と保育園で有意に異なる項目があった。

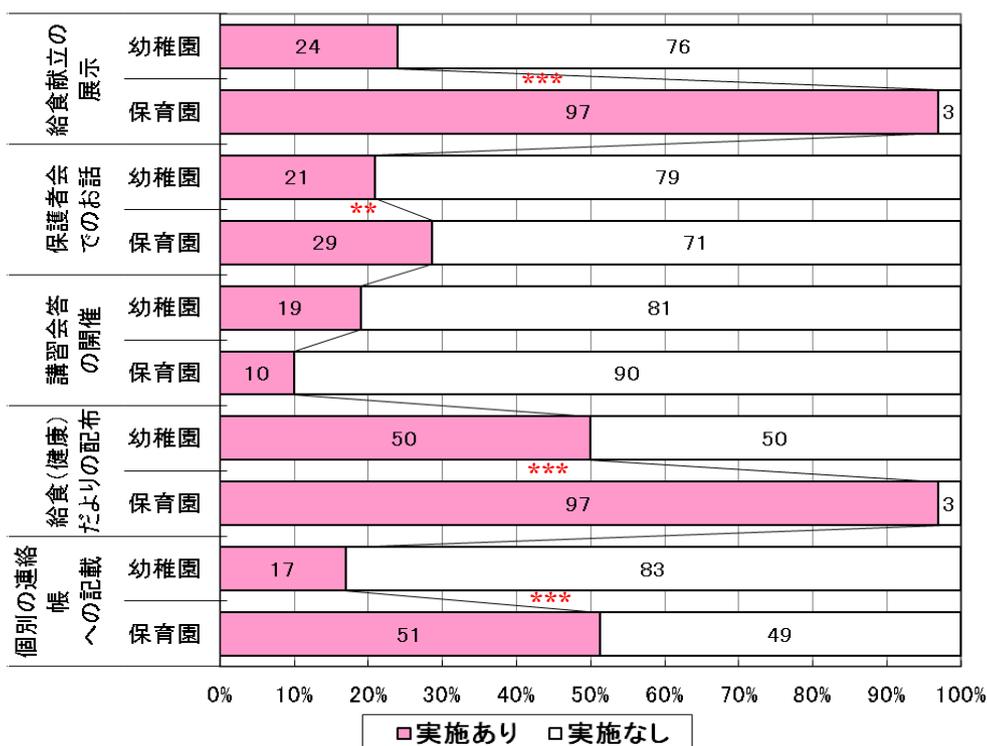
**p<0.01 (χ²検定)

6 保護者に対する食育の働きかけとその内容：

「保護者に対する食育の働きかけの有無」においては，幼稚園では「保護者への働きかけをしている」80%，「働きかけをしていない」20%であった。保育園では「保護者への働きかけをしている」100%，「していない」0%であった。保護者に対する働きかけとして，行っている内容（複数回答）の実施率を，幼稚園と保育園毎に図6に示した。幼稚園で実施率の高い順に並べると，1位「給食（健康）だよりの配布」50%，2位「給食試食会」

42%，3位「幼稚園の行事への参加」26%，4位「給食献立の展示」24%，5位「園内でのポスター等の掲示」「保護者会でのお話」21%であった。一方，保育園で実施率の高い内容では，1位「給食献立の展示」，「給食（健康）だよりの配布」97%，2位「園内でのポスター等の掲示」69%，3位「個別の連絡帳への記載」51%，4位「保育園の行事への参加」48%，5位「給食試食会」34%であった。

保護者に対する働きかけの有無(1)



保護者に対する働きかけの有無(2)

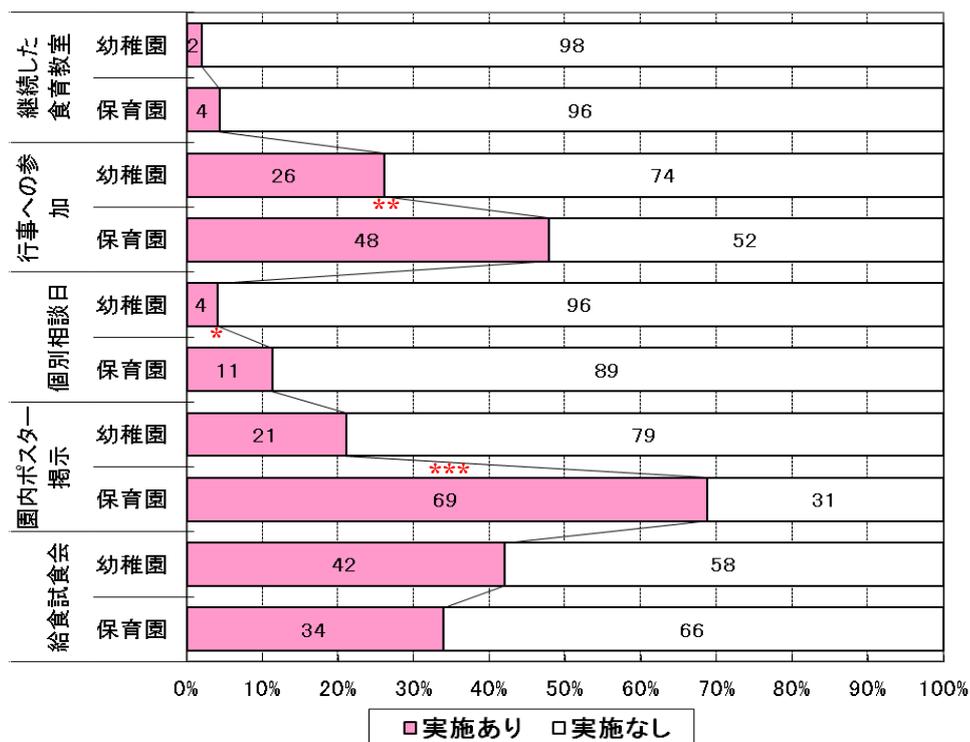


図6 保護者に対する食育の働きかけの有無

保護者に対する働きかけの項目には、幼稚園と保育園で有意に異なる項目があった。

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001 (χ²検定)

7 園児が健康的な食習慣を身に付けるための働きかけについて：園児が健康的な食習慣を身に付けるための働きかけについて「園児に対して実施している」こと、「保護者に対して実施している」こと、「地域等と連携し今後取り組みたい」ことの3対象について、それぞれ6項目の中で実施していること、実施したいことを尋ねて、回答結果をそれぞれ3対象ごとに合計100%として表1に示した。両園児に対して食習慣を身につけるための内容として、幼稚園児で割合の高い項目は「朝食を食べる大切さ」、「生活のリズムと食事の関係」、

「バランスの良い食事のとり方」であった。また、保育園児では「朝食を食べる大切さ」「バランスの良い食事のとり方」に高い割合を示していた。保護者に対しては幼稚園も保育園も「朝食を食べる大切さ」、「生活のリズムと食事の関係」に高い割合を示していた。地域等と連携した取り組みの必要性と今後取り組みたいことでは、両園とも「朝食を食べる大切さ」、「生活のリズムと食事の関係」、「肥満・やせ等、からだの発育と食事の関連性」が比較的高い割合を示した。

表1 園児が健康的な食習慣を身につけるための最も重視して行っている働きかけ
(6項目中1項目選択したものととして、全体を100%で表した)

働きかけの内容	園児に対して実施している (%)		保護者に対して実施している (%)		地域等との連携した取り組みが必要で、今後取り組みたい (%)	
	幼稚園	保育園	幼稚園	保育園	幼稚園	保育園
生活のリズムと食事の関係	24	18	21	20	17	20
朝食を食べる大切さ	25	24	22	21	20	18
肥満・やせ等、からだの発育と食事の関連性	9	11	14	13	19	18
必要な栄養素や食事の量	15	18	15	16	16	13
バランスの良い食事のとり方	22	21	16	17	16	18
望ましい間食のとり方	5	8	12	13	12	13

8 園児や保護者に対する食育の推進・継続をするために必要な事項：「園児や保護者に対する食育の推進・継続をする上で必要か否か」における「必要」「どちらともいえない」「必要ない」の回答割合を、図7として示した。幼稚園の「勤務時間のゆとり」においては、「必要」49%、「どちらともいえない」37%、「必要ない」14%であった。「担当する人材」においては、「必要」59%、「どちらともいえない」31%、「必要ない」10%であった。

「栄養系大学との連携」では、93%、6%、1%、「栄養系大学との連携」では、24%、61%、14%、「農業者など地域との連携」では、43%、49%、9%であった。保育園の「勤務時間のゆとり」においては、「必要」68%、「どちらともいえない」24%、「必要ない」9%、「担当する人材」では、68%、27%、4%、「職員の共通理解」では98%、2%、0%、「栄養系大学との連携」では26%、65%、8%、「農業者など地域との連携」では53%、47%、0%であった。

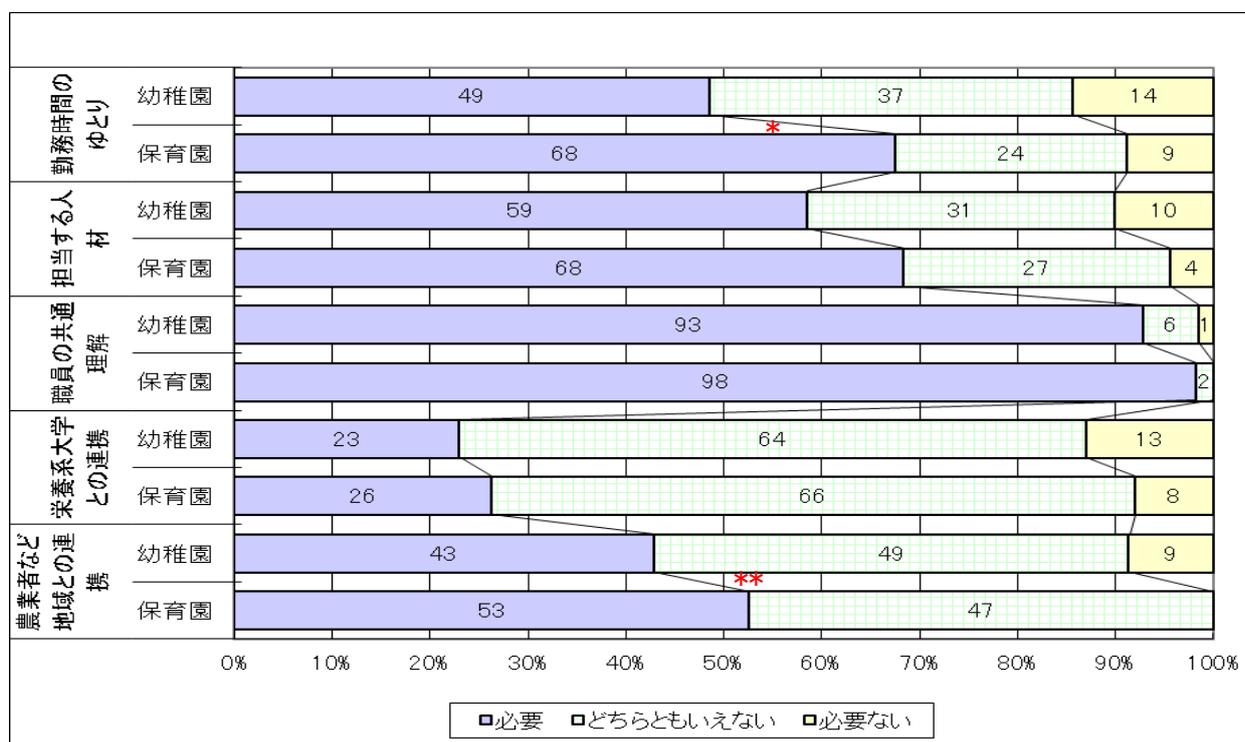


図7 園児や保護者に対する食育推進・継続のための必要性の有無

園児や保護者に対する食育推進・継続のために必要とされた項目には、幼稚園と保育園で有意に異なる項目があった。

*p<0.05, **p<0.01, (χ²検定)

IV 考察

「食育の年間計画」を作成することで、食育の目的、目標が明確になり、効率的な実施、実施後の反省、評価も容易となり新たな年間計画作りにつながるため、作成は重要と考えられる。この年間計画を作成している幼稚園が18%であったのに対して、保育園では94%であった(図1)。この違いは、保育園においては毎日給食が実施され、離乳食の実施、間食の提供など、日々の保育実践(活動)の中に「食行動」が密接に組み込まれていることと関係すると推察される。

認可保育所においては「児童福祉施設最低基準」¹⁹⁾により食事の提供、給食設備、職員等について規定されているなど、保育計画を作成する上からも食育を進める環境が整っていると考えられる。一方、幼稚園は毎日給食が実施されているわけではなく、「学校教育法」²⁰⁾の幼稚園については幼児を保育し、適当な環境を与えてその心身の発達を助長することとあり、園内で「食」に接する場面が少ないからと考えられる。しかし、幼稚園でも、食育の年間計画を「作成している」、「準備中」、「必要性を認識している」を合わせると62%となり、今後の食育年間計画の作成が期待できると考える。平成19年文部科学省は、幼稚園における食育の推進については、食育基本法⁹⁾および食育推進基本計画¹⁰⁾を踏まえた食育の推進を示している。また、保育園の94%で食育年間計画が作成されている理由として、給食が毎日実施され、日々保育活動の中に「食行動」が組み込まれていることがあげられ、多くの保育園では食育年間計画が作成されていることから、直接食育に携わる管理栄養士(栄養士)、調理員が配置されているところもあり、園全体で食育に取り組んでいる様子が見えがえる。

一方、幼稚園にあっては、食育年間計画を作成していなくても、実際には園児に対し何らかの食育に関する働きかけしていることが明らかとなっ

た(図2)。

しかし、食育年間計画を作成していない幼稚園の食育の働きかけと保育園における働きかけとが同質のものなのかどうか今後検証が必要であるとされる。園児が将来にわたり健康な生活をするための食習慣は主に家庭で培われることが多い²⁾が、望ましい食習慣の形成を促すためにも、幼稚園や保育園と家庭との連携した食育活動が必要である²¹⁾²²⁾。園児に対する食育の働きかけについては、幼稚園では「実施している」が90%であり、食育の年間計画を作成していない幼稚園においても、実際には何らかの働きかけをしていることが明らかになった(図2)。一方、保育園では園全体の99%の園児に対し食育の働きかけを行っており、これらの結果から、幼稚園、保育園ともに食育の必要性、重要性が認識されていると考えられる。

「食育に関しての子どもに対する働きかけ」の内容毎の実施率を高い順でみると、日ごろから園内で食事を通して行える「食事のマナー」、「言葉かけや食事環境」が幼稚園、保育園の1位、2位を占めた(図2)。これらの内容は、園内での食事を通して行えることや食事行動は毎日行われるため実施しやすいこと等からと考えられる。今後は「地域の伝統的な食事に関わる体験」や「地域のひととの会食に関わる体験」などいろいろな体験を通じた働きかけの中で、さらに食育の可能性が広がると考えられる(図2)。

両園の食育活動として、園児、保護者に対する働きかけを中心に行われていることが明らかになった。園児に対して最も重視して実施している食育項目は、幼稚園、保育園ともに「朝食を食べる大切さ」「生活リズムと食事の関係」「バランスの良い食事のとり方」「必要な栄養素や食事の量」であり、保護者に対して最も重視して実施している食育項目も、園児と同様であった(表1)。両園で園児と保護者に対して重視されている食育項目の

重要性については、多くの報告が行われている²³⁾²⁴⁾。園児に対する食育活動で伝えている内容として、質問した5項目(そしゃくについて/身体のしくみ/食品のはたらき/食材/給食のメニュー)中、幼稚園では「伝えている:82-86%」と「伝えていない:14-18%」とほぼ同様な割合であった(図5)。一方、保育園では伝えている内容の割合に違いが見られた(図5)。「身体のしくみ」、「食品のはたらき」は、他の項目内容に比べて「伝えていない」割合が高かったが、保育園に在園している園児が0-5歳と年齢に幅があり、取り扱われる内容に違いが生じるからと推察される。幼稚園の園児は3-5歳であり、子どもの発育、発達の観点からどの内容でも同じように取り扱うことができるからと考えられる。

現在の園児の食習慣で気になっていることについては、両園とも90%以上が気になっていることがあると回答している。幼稚園の1位は「好き嫌いが多い」、2位「食べることに関心がない」、3位「朝食を食べてこない」であった(図4)。保育園では1位「朝食を食べてこない」、2位「食べるのが遅い」、3位「好き嫌いが多い」となっており(図4)、保育活動に直接関係のあることが上位にあげられている。幼稚園で「好き嫌いが多い」などは、家庭における保護者の食事に対する考え方が関係するのではないかと推察される。保育園では決められた時間の中で食事をとらなければならない、保護者の食事かけられる時間が短いことなどの影響が考えられる。

子どもの食事の改善のために保護者に対する食育が重要と考えられることから、「保護者に対する食育の働きかけ」について調査した結果、「保護者への働きかけをしている」幼稚園は80%、保育園は100%であり、両園ともに高い割合で保護者に対する働きかけを行っていることが明らかになった(図6)。内容については両園で違いがあるが、それぞれの施設で実施できるところから始めることが大切であり、できることを増やしていくこと

が重要である。保育園では、「給食(健康)便りの配布」「給食献立の展示」などが高い割合で実施されているが、「継続した食育教室」の実施は4%と極めて少なかった(図6)。幼稚園においても、「継続した食育教室」の実施は2%と少なかった(図6-(2))。

幼稚園と保育園で、園児や保護者に対する食育の推進・継続のために必要性が最も高く認識されていた事項は、「職員の共通理解」であった。「担当する人材」、「勤務時間のゆとり」、「農業者など地域との連携」についても必要性の認識が高かった(図7)。「栄養系大学との連携」については、必要という回答は幼稚園23%と保育園26%であったが、「どちらともいえない」を合わせると、幼稚園で87%、保育園で92%にのぼり、食育の推進と継続のために、栄養系大学との連携について拒否的でないことがうかがえた。幼稚園と保育園両園では、「農業者など地域との連携」に比べても「栄養系大学との連携」の経験が少なく、イメージし難い状況にあると推察されるため、今後の連携を開発できる可能性があると考えられる。

V まとめと今後の課題

札幌市の幼稚園と保育園には、就学前の4-5歳児の90%以上が在籍する¹⁴⁾ことから、ここでの園児とその母親に対する食育活動は重要である。本調査から、食育年間計画が18%の幼稚園と94%の保育園で作成されていることが明らかになった。一方、園児や保護者に対する食育の働きかけは、食育年間計画を持っていない園をふくめて多くの幼稚園と保育園で行われていた。しかし、保護者に対する継続した食育教室の実施経験は、幼稚園2%、保育園4%と極めて少なかった。就学前の子どもを育てる母親に対する「子どもの食を営む力を育てる」食育の方法として、継続した食育教室の効果が大きかった¹⁸⁾ことから、「継続した食育教室」を幼稚園や保育園と協力して推進していく

可能性の追求が重要と考えられる。

先行研究¹⁸⁾から、月1回60分の食育教室であっても継続する母親と子どもに対する働きかけは有効であった。その際、園の協力を得られたことで食育教室の運営や、参加協力の母親に対する調査がスムーズに行われ、食育効果が良好に現れたと同時に評価が適切に行われたと考えられる。また、本研究で明らかになった園と協力・連携して就学前の子どもを育てる母親を対象とした食育

(教室)開催の必要性が認識され園における効果的な食育が進められるためには、食育年間計画の作成と職員の共通理解を図ることはもとより、子どもの食を営む力を育てるためには継続食育教室を推進していくことが必要である。幼稚園、保育園で食育教室の内容として気になっている食習慣としてあげられたのは「朝食を食べてこない」、「好き嫌が多い」、「食べることに関心がない」、「食べるのが遅い」などが上位を占めていた。また、実際に園の中で行われている食育活動の内容等を見ながら、保護者や幼稚園、保育園が望んでいる支援や情報提供を行っていく必要があると考える。調査結果から明らかになった、両園で行われている食育活動や、幼稚園と保育園で気になっている子どもの食習慣等の情報を保護者と共有しながら、「食を営む力」を育てることが大切である。

以上のように、今後に向けて実践的(研究)活動の可能性が広がった本研究の意義は大きいと考えられる。調査結果から、両園では諸機会を見つけて食育活動を行っていることが明らかになったが、継続した食育活動は少なかった。一層効果的な食育を進めるために、食育活動の内容を精査しながら園と母親、地域が連携をし、園内だけでなく地域資源を活用した長期継続的な食育活動を行うことが重要と考えられる。

謝 辞

本研究にご協力いただきました札幌市内の私立幼稚園、公立幼稚園、認可保育園の園長先生に深く感謝いたします。また、データ処理を補助していただいた石川ひろみ氏に感謝いたします。

参考文献

- 1) 日本学術会議健康・生活科学委員会 生活科学分科会：提言 食生活の教育，
<http://www.scj.go.jp/ja/info/kohyo/pdf/kohyo-20-t60-7.pdf> (2008)
- 2) 内閣府：平成24年版食育白書，54-65，勝美印刷，2012.
- 3) 厚生労働省：平成23年度国民健康・栄養調査結果の概要，27，2012.
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002q1st-att/2r9852000002q1wo.pdf> (2012)
- 4) KODAMA, Hiroko : Dietary Habits that Protect Children from Lifestyle-related Diseases: From the perspective of dietary education, Japan Medical Association Journal, 51(5), 303-309, 2008.
- 5) 杉浦令子他: 幼児期の生活習慣病リスクに関する研究, 栄養学雑誌, 65(2), 67-73, 2007.
- 6) 吉田和子, 板倉洋子: 保育園児の食行動と保護者の食意識, 食態度との関係, つくば国際短期大学紀要, 38, 72-76, 2010.
- 7) 赤松利恵, 武見ゆかり: トランスセオレティックモデルの栄養教育への適用, 日本健康教育学会誌, 15, 3-17, 2007.
- 8) 清水真理他: メタボリックシンドロームの病態改善に対する支援効果と食行動変容の構造分析, 北海道心理学研究, 33, 37-52, 2011.
- 9) 内閣府: 食育基本法, 食育白書, 平成18年度版, 120-124, 時事画報社, 2006.

- 10) 内閣府：食育推進基本計画，食育白書，平成18年度版，125-137，時事画報社，2006.
- 11) 内閣府：第2次食育推進基本計画，食育白書，平成23年度版，36-56，時事画報社，2011.
- 12) 文部科学省：幼稚園教育要領，平成20年告示，11-23，教育出版株式会社，2008.
- 13) 厚生労働省：保育所保育指針，平成20年告示，106-124，教育出版株式会社，2008.
- 14) 札幌市市長政策室政策企画部：さっぽろ総計情報（平成22年3月1日），2011.
- 15) 大阪市：大阪子ども青年局企画部ホームページ
<http://www.city.osaka.lg.jp/kodomo/page/0000038257.html>（2013）
- 16) 川崎市：川崎市保育サービス利用の在り方検討委員会（資料1-2）より2012
- 17) 名古屋市：名古屋市における就学前児童の幼稚園，保育園の利用状況2012
- 18) 菅原千鶴子他：就学前の子どもを育てる母親に対する継続食育教室の効果，日本食育学会誌，6(2)，183-196，2012.
- 19) 厚生労働省：児童福祉施設最低基準（食事）第11条，2012.
- 20) 文部科学省：学校教育法 幼稚園 第22条，2012.
- 21) 内閣府：第3章 学校，保育所等における食育の推進，食育白書，平成24年版，66-78，2012.
- 22) 内閣府：第4章 地域における食育の推進，食育白書，平成24年版，79-101，2012.
- 23) マインドシェア社：家族の食事と健康に関する調査，食生活データ総合統計年報，2010年版，298，三冬社，2010.
- 24) 吉田和子，板倉洋子：保育園児の食行動と保護者の食意識，食態度との関係．つくば国際短期大学紀要，38，72-76，2010.