

食育に関して保育園と家庭との連携構築をめざす調査研究（2） － 5歳児を中心に－

Research on Cooperation between Nursery Schools Concerning Dietary Education (2) － The Case of Five-Year-Old Children －

梶 美 保
Miho Kaji

（要約）

近年、子どもの食を取り巻く環境が変化し、乳幼児期からの健全な食生活の乱れが顕著になってきている。子どもが豊かな人間性を育み、健やかに育つためには健全な食生活を取り戻すことが重要である。そこで、本研究では、乳幼児期の食生活改善の具体的な課題を探求する目的で、保育園に通う2歳児と5歳児を抽出して、14園の保育士と園児の保護者を対象に食生活に関する実態調査を実施し、第一報では2歳児の調査結果について報告した。本稿では、引き続き、保護者と保育士から回答を得た5歳児の調査結果にみられる両者の食育意識について分析し、食育改善のために園と家庭が連携を進める上での課題について考察した。

（キーワード）

食育、保育園と家庭との連携、5歳児

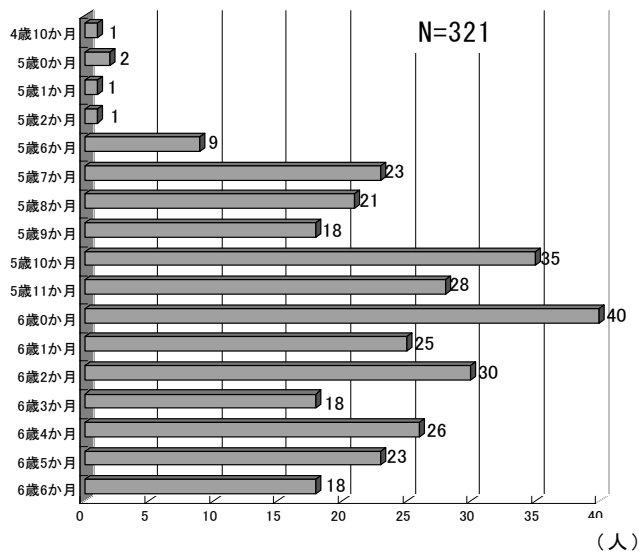
I. はじめに

2009（平成21）年4月に改訂された保育所保育指針と幼稚園教育要領が施行された。共に食育の推進が位置づけられ盛り込まれており、ますます食育の重要性が強調されてきている¹。食育に対する取り組みにあたって、保育者は、まず園の子どもの食の実態を把握する必要がある。その実態をふまえて、食育の計画を系統的に立案し、地域・家庭との連携をもとに実施し、子どもの健全な食生活を推進していく。そのなかで保護者との連携は、食育推進のためにとくに重視すべき項目である。

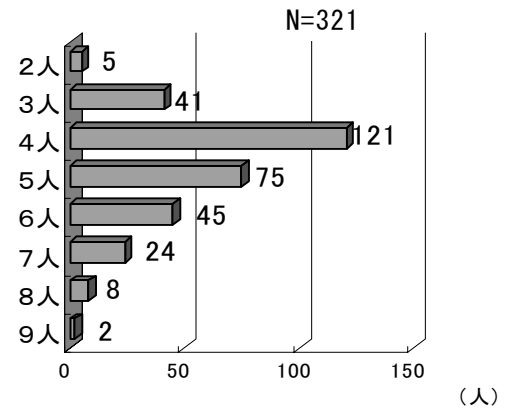
2006（平成20）年度に乳幼児期の食生活改善の具体的な課題を探求する目的で、14保育園に通う2歳児と5歳児を抽出して、担当保育士と園児の保護者を対象に食生活に関する実態調査を実施した。その調査結果からは、多くの乳幼児が家族と一緒に食事を摂っていること、テレビを視聴しながらの摂食が多いこと、偏食や少食、野菜嫌いなどの実態が浮上した。調査研究の成果の一部は、すでに2007（平成19）年5月の日本保育学会第60回大会、同年9月の東海学校保健学会、2008（平成20）年11月の乳幼児教育学会において報告し^{2,3,4}、乳幼児期からの食育の課題解決には、子どもが食事に集中できる雰囲気作りや食材への関心を深めることの必要性を指摘した。したがってそれらの継続研究として、昨年度の第一報では、特に2歳児を中心に引きあげて分析した。この第二報では、引き続き5歳児を中心に引きあげ、最後にまとめとして保護者と担当保育士から得た調査回答の記述部分を中心に分析し、食育改善のために園と家庭が連携を構築していく上での課題について考察する。（この部分は未発表の内容である）。

食育に関して保育園と家庭との連携をつくっていくための調査研究（2）

齢であった（【図1】参照）。家族数は4人家族が最も多かった（【図2】参照）。



【図1】調査時の子どもの年齢



【図2】家族数

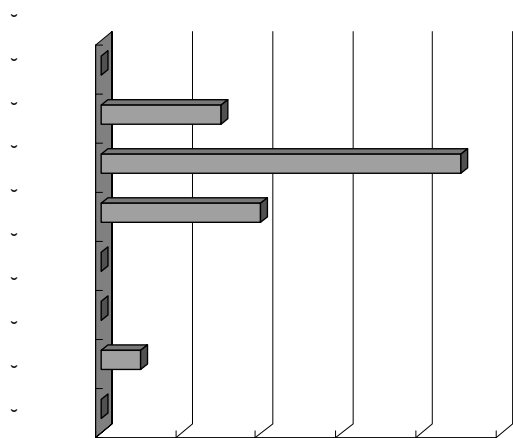
a. 保護者

94.0%が「家族と一緒に食事」を摂り（問1）、64.5%が「テレビをいつもみる」「みていることが多い」、「見ていない」は、25.5%であった（問2）。96.0%が「食事の挨拶をしている」「だいたいしている」（問3）、6.2%が「食具（スプーン、箸、茶碗等）を正しく使えない」であった（問4）。朝食は、92.6%が「食べている」「だいたい食べている」（問5）であり、1.6%が「食べないことの方が多い」、「食べていない」という回答はなかった。食事時間は、「だいたい決まっている」が95.0%であり、朝食時刻は「7:30～8:00」「7:00～7:30」がそれぞれ32.2%、33.9%とほぼ同数であり、夕食時刻は「19:00～19:30」が一番多く36.7%、「18:30～19:00」が30.0%であった（問6）。配膳や片付けの手伝いは、「時々ある」が59.9%、「ある」が29.2%、「ない」が8.4%であった（問7）。食事づくりの手伝いでは、「時々ある」「ある」が61.5%、13.7%、「ない」が23.3%であった（問8）。調理方法については、「手作りが多い」が63.0%、「手作りと加工食品を組み合わせる」が35.1%であり（問9）、よく利用する加工食品上位5は、「餃子」「冷凍食品」「コロッケ」「ハム」「ウインナー」であった（問10）。子どもの好きなメニューと食材3つは、「カレーライス」「ハンバーグ」「から揚げ」と「肉」「魚」「たまご」であり、苦手なメニューと食材は、「野菜炒め」「酢の物」「野菜サラダ」と「ピーマン」「なす」「ねぎ」であった（問11）。間食については、「ほしい時に与えることが多い」が54.3%、「時間を決めて与えている」が35.0%であり、間食の内容では、「スナック菓子」(265)が最も多く、次いで「ジュース」(196)、「果物」(148)であった（複数回答）（問12）。外食の回数では、「月に2～3回」が最も多く40.2%、次いで「月に1回」が31.2%、「ほとんどない」が15.6%、「だいたい毎週」が12.1%であった（問13）。

b. 保育士

保育士としての経験年数は、「6～10年」が9人（50.0%）と一番多く、次いで「11～15年」が4人（22.2%）、「2～5年」が3人（16.7%）、「26～30年」が1人、「30年以上」が1人であり、「2年未満」は

一人もいなかった。平均経験年数は10.9年であった（【図3】参照）。担当しているクラス人数は、平均22名で、14園中4歳児との混合クラスは4園、2クラスある園は4園であり、多くの園では一人担任であった（【表1】参照）。



【図3】5歳児保育士の経験年数

【表1】調査時の14園5歳児のクラス状況

クラス	人数	割合	園数	割合
4ZS		%S	#	S
4Z%		%%	#	S
5		%	#	%
6		S	#	S
7		%%	#	S
8		%	#	S
9		%	S	S
: fi	fl	%S)	S
:		S	S#)
<		S	S#)
=ZS		%S	%S	#
=Z%		%#	%#	#
>		%	%	#
?		%	%	#
@		%#	%#	#
AZS		%	%	#
AZ%		%	%	#

食べ物の好き嫌いについては、17人（94.4%）が「気になる」と回答している（問1）、（内容後述）。食事の献立を説明しているかについては、全員が「毎日している」「だいたいしている」と回答し（問2）、食事の姿勢や食具の扱い方で気になることでは、16人（88.9%）が「気になることがある」と回答し、その内容は「箸の持ち方」「食事の姿勢」等であった（問3）（内容後述）。すべての園で子どもが食事当番をしており、配膳を行うほか、机の清拭、献立紹介や食事の挨拶の先達などを行っていた（問4）。子どもの好きなメニューと食材3つでは、「カレー」「うどん」「納豆和え」と「肉」「麺類」「たまご」であり、苦手なメニュー食材3つでは、「酢の物」「焼魚」「筑前煮」と「ピーマン」「しいたけ」「魚」であった（問5）。

(2)保護者と保育士の自由記述結果

<子どもの食について>

a. 保護者

食事で気になること（問14）では、「偏食が多い」（37）、「食べるのが遅い」（19）、「遊び食べ、集中して食べない」（15）、「食べる量にムラがある」（14）、「小食」（12）、「箸など食具の持ち方がおかしい」（11）、「咀嚼しない」（9）等159名、171の記述があった（【表2】参照）。

b. 保育士

食べ物の好き嫌いの状況について「気になる」と回答した17人18件の記述の内訳は、「野菜が苦手」（7）、「食べず嫌い」（2）、「固いものが苦手」（2）等であった（問1）（【表3】参照）。

食事の姿勢や食具の扱い方で問題と感じている内容として、「食事の姿勢がよくない」（13）、「茶碗やお皿を持たない」（12）、「箸・スプーンの持ち方」（7）等18名、32の記述があった。（【表4】参照）

食育に関して保育園と家庭との連携をつくっていくための調査研究（2）

【表2】子どもの食事で気になること（保護者）159名、179の記述

カテゴリ	原文（一部）
偏食 (37)	肉の食べざわりがにがて 家では野菜をほとんど食べてくれない 食わず嫌いで、見た目判断し、食べようとしない 魚の骨がささったことがあって以来、家では口にしなくなってしまった事
食べるのが遅い (19)	だらだら食べる事が多く、時間がかかりすぎる 食べることに對して積極的ではないので、時間がかかることです
遊び食べ (15)	集中して食事が出来ない おしゃべりが多く、だらだらと時間をかけて食べる とにかくおちつきがなくイスにじっと座っている事ができない
ムラがある (14)	朝など日によって食べる量が少ない時がある ムラ食で、好きなものばかりいっぱい食べてしまう 良く食べる時もあれば、あまり食べない時もある
小食 (12)	食が細く体も小さい あまり食べない
食具の使い方 (11)	お茶わんをもたない お茶碗の持ち方が何度教えても変な持ち方をしている おはしで食べるが、手も使って食べている 食事をする時、左手を使わない時がある（お茶わんを持った時など）
咀嚼しない (9)	あまりかんでいない おかずばかり食べる かむ回数が少ない 食事中の水分（お茶・水）を取る量が多い 食事の時にあまりよくかまず、口の中でずっている事が多い
おかずばかり食べる (8)	あまりかんでいない おかずばかり食べる おかずだけ先に食べ、ごはんが残る事が多い おかずばかり、ごはんばかりと一緒にあまり食べない
三角食べができない (6)	主食と副食、交互に食べようとしない。バランスの悪い食べ方（順序）をする。おかずばかり、 ごはんばかりの食べ方をする 回し食べが出来ず、一品ずつ食べていく 三角食べをしない（1コずつかたづける）
マナーが気になる (6)	くちやくちや音をたてながら食べる 行儀が悪く、自分の食事中に弟の食事をしているところに邪魔をし、落ち着いている時間（ゆっくりかんでいる時間）が少ない ひじをつく。食べこぼしがひどい。一口ずつお箸を置く
早食い (5)	あわてて食べる 早食い。口にたくさん入れすぎること 早食いしすぎだと思う。もう少し落ちついてよくかんでほしい。きょうだい一人が食べ終えて、遊んでいると、気になってついつい早くなってしまふ
テレビをみながら (4)	テレビなどをつけて食べるので、食が進まない様です テレビを見すぎる
ごはんばかり食べる (2)	白米が好きで、おかずを食べず、白米だけで食べきって、おかずを残す事が多い 白米が大好きで、食べすぎている
間食 (2)	夕食がで上がる前におかしを食べてしまい、夕食がちゃんと食べれない事 間食が多い 三角食べがあまりできていない
固いものが苦手 (2)	固い物が苦手な事 かたまりの肉（カレー・シチューなどに入ってる）はたべない
固食 (2)	いろいろ食べずに一品二品好きなものだけで食べる 多種作っても特定の料理ばかり食べる
食べることに興味がない (2)	好き嫌いはあまりないのですが、食べる事にあまり興味がありません ファストフードが大好き。家で作るメニューはほとんど決まっていて、なかなか新しい料理に挑戦しない。食にあまり関心がないのが心配です
親の問題 (2)	外食の回数が多いかなと思います 仕事をしているので、帰ったらすぐできる料理にたよってしまうので、手づくりの料理が少ないのが気になる。だからと言ってなかなか時間が無い。カルシウムを取る料理が少ない。つい肉料理が多くなる
他 (13)	家では、どうしても、ジュースが多いので、ジュースは骨がとけて、虫歯ができると思うので、もっと保育園でも指導して欲しいです 朝だけはほぼ毎日食欲がなく、無理に食べている

【表3】食べ物の好き嫌いの状況（保育士17名18の記述の内訳）

偏食（16）	野菜が苦手（7）	野菜類、きのこ類が苦手な子が多いように思う
		野菜類の苦手な子が多く、中には全く食べられない子もいるので栄養面でも気になっている
		野菜の苦手な子が多く、家庭では偏りがちな食生活になっている子もいる
		野菜が食べにくい
		家庭の方からも野菜が苦手という声があり、苦手な野菜の多い献立が出ると進みづらいことがあります
		野菜類がすすみにくい
	偏食他（4）	野菜の苦手な子が多く、すすみにくい
		偏食のある子が多い
		きのこ類（特にしいたけ）やエビ、団子などの食感を嫌う子が目立つ
		偏食のきつい子がいる 全く食べようとしない食品もある
食べず嫌い（2）	好き嫌いのある子とない子の差が激しい	
	食べず嫌いがあるように思う	
時間がかかる	園でも家庭でも好きな物しか食べない 食べず嫌いもあり、自分で食べられないと思っている	
	5歳児になるとほとんどの子どもは何でもいただけるようになり、残業もなくなってきているが、苦手な食材には時間がかかる	
	青魚が食べにくく、とくに骨をとることができにくい	
固いもの苦手（2）	牛乳	
	牛乳が苦手な子が多い	
固いもの苦手（2）	固いもの苦手	
	いか、魚、かきあげ等咀嚼力を必要とする食べ物を好まない そしゃく力の弱い子がいて、肉類魚類を食べにくそうにしている	

【表4】食事の姿勢や食具の扱い方で問題と感じている内容（保育士18名32の記述の内訳）

	原文（一部）
食事の姿勢（13）	机にひじをついたりする
	座る時に足をくむ ひじをついて食べる
	食事が進むにつれて姿勢が崩れてくる
	食事時の行儀が悪い 立ち歩く、ひじをついて食べている
	初めは椅子をひいて食べているが、食事をしていながら行儀が悪くなる子がいる
	椅子の座り方（足を上げる 足を組んで座る）
	食事の姿勢は声をかけていますが、座り方が時間とともに悪くなったりする
	その都度声は掛けているが、ひじをつく子が多い
食器を持たない（12）	足を組んで食べる 左手をイスに置いたまま食べる ひじをつく
	机から体が離れたり、うしろを向きながら食べる子もいる
	食器を持たず、口を近づけて食べる
	食器を持っていても、手の平にのせているだけで、指で固定することをしない
	お皿やおちゃわんに指をひっかけて持つ。お皿を持たずに、口から取りに行こうとする
箸・スプーンの持ち方（7）	食器を左手で持って（添えて）食べない子が大半であり、持って食べるよう声をかけている
	食器に手を添えたり、口のそばに持ってきて食べる習慣が充分でなく、食べこぼしが気になる
	箸を正しく持てない子がいる

<保育園への要望（保護者）>

a. 保護者

保育園への要望・意見（問15）では、「現状に満足・感謝」（21）、「栄養・食材豊富」（9）等肯定的な意見が30、「米飯を増やして・食材を豊富になどの食内容を改善してほしい」（29）、「食事のしつけやマナーを教えて」（7）、「食育の推進を望む」（6）、「野菜をもっと食べられるようにしてほしい・偏食を改善してほしい」（5）等の要望が59名、合計89の記述があった。

<食援助で大切にしていること、保護者との連携で配慮していることと困っていること>

b. 保育士

食援助をする上で大切にしていることでは（問6）、「活動量に配慮し、食欲が増すようにする」（19）、「食べ物の名前や働きを知らせ、食べ物への興味や関心が持てるようにしている」（11）、「菜園活動を通して、野菜の生長に関心を持つと共に、作ってくれた人への感謝の気持ちを持てるようにしている」（5）、「友だちと元気に遊び、空腹感を味わい、楽しく食事出来るようにしている」（2）、「当番活動

食育に関して保育園と家庭との連携をつくっていくための調査研究（2）

を通して、食への関心、作ってくれた人への感謝の気持ちが育つようにしている」「クッキングを通して食事づくりの楽しさが味わえるようにしている」「食事のマナーが身につくようにしている」「清潔で気持ちの良い環境づくり」「展示食の活用」など43の記述があった。（【表5】参照）

食事について保護者との連携で配慮していることでは（問7）、全員が「家庭と園での食の姿を伝え合う」（18）と回答し、「展示食の活用」（6）、「親への情報発信」（4）、「園児への働きかけ」（4）と18名、32の記述があった（【表6】参照）。食事について保護者との連携で困っていると感じていることでは、「親の意識が少ない・協力が得られない」（12）、「偏食の対策を保育園に依存してくる」（4）等の記述があった（【表7】参照）。

【表5】食援助をする上で大切にしていること（保育士18名の記述）

1	友だちとしっかりと身体を動かして遊び、お腹をすかせるようにすること 当番活動、菜園活動を通して食に対して興味を持てるようにすること 友達や保育士と一緒に食事をする中で「おいしい！」と感じ味わって食べられるよう働きかける 正しい姿勢で食具をしっかりと持って食べる等、食事のマナーを知らせること
2	食べることの大切さ、食事のマナーを伝えるようにしている
3	手洗いや机の消毒など衛生面に気をつけている。一人一人に応じて量を加減している 苦手な物なども少しずつ食べられるよう励ましたり、援助している 楽しく食事ができるよう、食事のマナーなども、その都度言葉がけするようにしている
4	手洗いや机の消毒など衛生面に気をつけている 楽しく食事ができるよう机の場所などに配慮している 一人一人に応じて量を加減しながら、食べようとする気持ちもてるようにしている 苦手なものでも少しずつ食べられるよう言葉がけしたり、共に喜び合ったりしている
5	落ち着いた食事ができるような雰囲気を作る。意欲的に食事をする。食物を大切にする
6	食事は常に楽しい雰囲気できるように、机の配置をかえたり、テーブルクロスを使用したりする 苦手な物に対して少しは食べてみようと思えるような言葉がけや体にどんな働きをする食べ物か知らせている
7	自分自身が姿勢よく、マナーをわきまえて食事するようにしているが、まわりの子と適度に会話を 楽しみながら当日のメニューや味なども話題にするようにしている 午前中の活動も子どもにとって充実した内容となるように心がけている
8	楽しい食事ができる雰囲気づくりをしている 食材の名前や食品の働きを知らせるようにし、食に関心がもてるようにしている
9	楽しい雰囲気の中で、子どもたちが自分で食べたい気持ちや意欲を大切にしている 作ってくれた人 への感謝の気持ちをもつことや、いろいろな食材に興味をもてるようにしている
10	楽しい雰囲気の中で食事をする。はしやうつわの持ち方。主食、副食などの並べ方。三角食べをする
11	苦手な食べ物がある子が多いので、量を調節し少しでも食べられた達成感を味わえるようにして
12	食事をする中で食事時のマナーを知らせたり、また食材の名前や体の中での働きを知らせたり、 自ら進んで、又、楽しく食べれるように働きかけている
13	食材や献立に興味を持って、自ら意欲的に食べられるような言葉がけ 展示食で実際の給食を展示して見てもらうようにしている
14	食材の働きを話し、食べ物に関心を持てるように心がけている
15	食事の際の行儀はくり返し声をかけらせています（姿勢、左手を添えるなど）
16	食べ物が体のそんなはたらきをしているのか関心をもって食事ができるように、絵カードを使っ たりしながら食材について話している 食事のマナーを習慣づけたいと思い、声掛けをしている 楽しく和やかな雰囲気の中で食事が出るよう配慮している
17	楽しい雰囲気の中で食事をする いろいろな味を楽しめるよう、苦手な食品も少しでも食べられるよう無理なくすすめる
18	苦手なものも、無理なく徐々に食べられるようにすること 食事をする上でのマナー。楽しく食事をする

【表6】食事について保護者との連携で配慮していること（保育士18名の記述）

1	毎日の給食、おやつの中で喜んでいただいていた姿や苦手な食べ物で食べにくい食材があれば伝え、家庭での食事の様子も聞かせてもらうようにしている 苦手だった食材が食べられるようになれば必ず伝えるようにしている
2	毎日の食事をサンプル食で見せよう 園での食事状況や子どもの姿を伝える
3	展示食を通して献立の紹介や作り方、食品など知らせている 苦手な物が食べられた時は保護者に伝え、共に喜ぶようにしている 家庭との話を大切にしている 家庭での様子などについても話し合いを持っている
4	展示食を通して献立の紹介や作り方、食品など知らせている 苦手な物が食べられた時など保護者に伝え、共に喜び合うようにしている 保護者の話をしっかり受け止めながら、共に考え合うようにしている
5	苦手なものを食べられた時には、その事を伝えるとともに調理員と連携し、調理法を知らせる
6	苦手な物でも少しでも食べた事や苦手なものも調理法に異なり食べた事を伝えている 食事のマナーなど、家庭での様子を尋ねながら、園での気になる姿について話しあい、同じ考えで声をかけるようにしている
7	展示食を見せられるように言葉がけをしたり、例えば、苦手な食材を食べた子には「帰りに今日の給食見せられて食べたこと話そうな」等の言葉がけをしている メニューや調理法を参考にしてもらえればと思っている
8	毎日の給食を展示している 園で栽培している野菜などは、見やすい所におき、親子で関心をもってもらっている 苦手な献立の食事でも食べることができたことを伝えるなど、日々の様子を伝えている
9	楽しんで食べている様子を伝えたり、展示食を知らせ、話し合ったりしている
10	その日の体調に応じて食事を加減していることや少しずつでも苦手なものが食べられたときなど送迎時に伝えるようにしている
11	苦手な物を食べられた時は園でも十分誉め、また保護者にもそのことを知らせ認めてもらうようにしている
12	食事量、好き嫌いの有無など分からないので、懇談時に詳しく聞く 毎日の食事の中で変わったことがあれば知らせる
13	毎日の喫食状況を、降園時に伝えている 展示食で実際の給食を展示して見せようようにしている
14	苦手だった野菜などをがんばって食べたことや、この献立ではよく食べていたり、反対に食べにくかったことなどを話している
15	子どもが体調が悪いことを聞いた時には、その日のおやつを考慮し、そのことを保護者に伝えるようにしています
16	子どもの給食時の様子を詳しく伝えるようにしている 献立で喜んで食べることが出来たものや、あまり食が進まなかったもの、苦手なものも残さず食べられたことなどを伝えている
17	朝食の大切さを知らせている おなかの調子が悪い時には、登園時に特別食を用意させてもらったほうが良いのか、ミルクを控えさせてもらうかなど確認をするようにしている
18	朝食の大切さを知らせるようにしている 苦手なものでも徐々に食べられるようになってきていることなどを伝えている

【表7】食事について保護者との連携で困っていると感じていること（保育士13名22の記述）

親の意識が少ない・協力が得られない (1,2)	保育園では食べている物でも家庭では食べなかつたりする子がいる 保育園で食べているからと家庭ではあえて調理しようとしにくい保護者がいる 野菜嫌いな子が園では量を少なくすることで、少しずつ食べられるようになってきたので、そのことを保護者に伝えるが、家庭では好きな物しか食べさせてくれず、連携の難しさを感じる 苦手なものでも園では食べられるようになってきているので、家庭でも努力して欲しいと伝えるが、あまり積極的な協力が得られない
偏食の対策を園に依存 (4)	家庭では好き嫌いをして食べないので、園で十分栄養をつけさせてほしいなど、園に頼ってくることが多い 食事について保育園まかせになっている家庭もある 食の大切さを保護者に知らせているが、なかなかそれを理解してもらえない 保護者がいる 保護者の方に苦手な物を食べた事を伝えると喜んで頂けるが、その時に「園で食べているからそれでいい」と言う人が多い 食事の栄養面は給食があるので、園で色々食べているので安心、だから家では好きな物ばかりしているとの事 朝食を食べずに登園する姿が気になる 早くから「お腹すいた」と給食を待っている子もいる 箸の持ち方や食事時のマナーについて、園でのしつけに期待しているところが大きいように感じる
他	園では食べるが、家庭では好き嫌いが多い 保育園では食べられるが、家庭では全く食べないとの声が聞かれる 朝食を食べずに登園してくる子どもがいる 保護者は子どもの言いなりになっている 体調が悪く園ではおなかにやさしい食事をしてほしいと言うが、家では家族と一緒にものを食べていると聞く 家庭では苦手な物はほとんど食べず、好きな物だけ食べれば良いという考えの保護者が多い 園では苦手なものでも一口は食べられるよう援助しているが、なかなか進まない 朝食の大切さについて知らせるが、いそがしいためあまり食べさせてもらえない子がいる 食育の大切さ（朝食を摂る、いろいろな食材を摂るなど）知らせていくように心がけているが、保護者側の忙しさなどを言われてしまうと言いにくい

食育に関して保育園と家庭との連携をつくっていくための調査研究（2）

(3) 5歳児クラスとしての食への取り組み状況について

14園の5歳児担当保育士にクラスとして食への取り組み状況についての質問項目である。

園として過去3年間に食をテーマに懇談会等の開催の有無（問9）では、14全園が「はい」（14）と回答し、その内容は「家庭や園での食事の様子を伝えあう」「偏食」「アレルギー」「食具の持ち方」「マナー」「試食参観」「朝食の大切さ」等24の記述があった（【表8】参照）。

担当クラスで食援助に対して定期的な話し合いの有無（問10）では、14全園が「はい」（14）と回答し、その内容は「食事状況・除去食等の確認」「食援助の進め方の情報共有（スプーンから箸、偏食の児等）」等延べ23の記述があった（【表9】参照）。

担当クラスで意識した「食育」の取り組みの有無（問11）では、14全園が「はい」（14）と回答し、その内容は「三色板活動」（14）、「野菜の栽培活動」（14）、「クッキング」（12）、「食に関する絵本・紙芝居等の視聴覚教材」「献立を知らせて話しをする」「食マナーを知らせる」など延べ45の記述があった（【表10】参照）。

【表8】園として過去3年間に食をテーマに懇談会等をしたことの内容（14園）

- ・試食参観 子どもの給食に合わせて試食をした後、食のマナー、偏食、家庭での食の様子等について
- ・試食参観。クラス懇談会。箸の持ち方、食事の姿勢について、偏食をなくすためのかかわりなどについて話し合った。
- ・試食参観。クラス懇談会。箸の持ち方、食事の姿勢について、偏食をなくすためのかかわりなどについて話し合った。
- ・子どもの偏食について。朝食の大切さについて
- ・給食参観の後、食事についての懇談会を実施した。
- ・クラス懇談などで、食事のマナー、保護者の食援助に対する悩みなどを出し合ったりした。
- ・菜園や農園で収穫した野菜等を使った給食の試食会を開催し、その後、懇談会を設けた。
- ・クラス懇談会のときに食のこについて話し合った。
- ・家庭での食事の様子や悩み事などを聞かせてもらい、それに対する良い方法を他の家庭の方に聞いたり園での様子を伝えたりしている。
- ・クラス懇談会にて朝食を取る大切さを伝えたり、又、偏食（苦手な食べ物）をなくしていくにはどうしたらよいか話し合った。
- ・クラス別懇談 家庭での悩みなどを出し合い、偏食やマナーなどについて話し合う。
- ・保育参観に試食会をしている。「食育」をテーマに講演会をした。（食事を摂る大切さ、体との関係など）
- ・毎年、開催しているクラス懇談会で、食育について意見が出されている。
- ・給食参観、おやつ参観などを行ない、その後、給食で大切にしていることを知らせたり、保護者の食に対する悩みなどを出し合って、解決策を考えあったりしている。

【表9】担当クラスで食援助に対して定期的に話し合いをしている内容（14園）

- ・楽しい雰囲気の中で意欲的に食べられるような環境作りについて。食事のマナーについて”
- ・複数担任なので、その都度話すようにしている。幼児会議などで話し合いをしている。（調理員も交えて）（食事のマナー、偏食の子への援助についてなど）
- ・職員会議等で他のクラスの担任や調理員と定期的に話し合いをしている。
- 食事のときの子ども様子や食べにくい献立の時の援助の仕方などについて話し合う。
- ・保育士からの話でなく、調理員に食事の様子も見に来てもらったり、食事の話をしてもらう機会を作っている。
- 子どもたちの食事の様子、献立により苦手な物も喜んで食べた事など詳しく話しあっている。
- ・職員会議で食事のマナーなどについて定期的に話し合っている。
- ・職員会議の時に話し合っている。（偏食、食に対する意欲がない子など、気になっている子への援助の仕方についてなど）
- ・子どもたちの食事の様子や健康面で気づいたことや気になったことを話しあっている。
- ・子どもたちの食事状況などを定期的に全職員で話し合っている。
- ・一人担任なので他のクラスの担任と食事の様子を話し合ったり、異年齢児と食事をする機会を設けたりしている。
- ・会議などで食事の量や偏食についてどのように子どもに援助していくかなど具体的に事例をあげ検討している。
- ・職員会議等で、調理員や他のクラスの職員と食事のマナーなどについて話し合っている。
- ・園長、主任、調理員、他のクラスの職員と、食事のマナーや偏食などについて話し合いを持つようにしている。
- ・子どもたちの食事状況、様子などを話し合っている。
- ・一人担任であるが、園長、主任、他のクラスの職員と共に食事のマナー、偏食、食事時間、食と健康の関係などについての援助の仕方について話し合う。

【表10】問11. 担当クラスで「食育」の取り組みをしている内容（14園）

- ・その日の献立に使用される材料を当番制にして食品の効力（三色区分）で分類する栄養三色板活動。クッキング活動
- ・三色板で食べ物の働きを知らせるようにしている。野菜作り。視聴覚教材を使って、食事の大切さや食事と体の関係について知らせる。クッキング活動
- ・菜園活動、三色板活動、絵本・紙芝居・エプロンシアターなどを通して食育に取り組んでいる。
- ・三色板を通して食べ物の働きを知らせている。食べる事、作る事の楽しみが持てるようにクッキングを実施している。
- ・配膳当番、三色板の当番活動、手づくりクッキング、菜園活動をしている。当日の食材や献立に関する紙芝居を読んだり、調理員から子どもたちに食材の栄養価について話してもらったりしている。
- ・三色板活動をしている。季節の野菜を栽培している。手づくりクッキングをしている。
- ・三色板の活用で子どもたちに食への興味をもてるようにしている。野菜の収穫、菜園活動を通して地域の方々と連携をとっている。調理員と連携をとり野菜の皮むき等している。
- ・毎日の献立の三色板活動。野菜作り。食事前に献立名を知らせる
- ・三色板活動をしたり、夏野菜の栽培をしたりして食材や食材の働きに興味を持てるようにしている。また、どうもろこしの皮をむいたり調理員と連携をとっている。
- ・夏野菜の栽培を通して、生長を観察し、収穫し、それを調理してもらい食べている。三色板活動を通して、食べ物の体の中での働きを理解できるようにしている。視聴覚教材を通して、食べ物の働きや食べる大切さを知らせている。クッキングを予定している。
- ・三色当番、さつまいもや夏野菜の栽培、食育カルタあそび、エプロンシアターなど
- ・菜園活動をしたり、三色当番をしています。（三色板活動を当番制でしている）
- ・食事が体のエネルギーになっていることや、食物のはたらきなどを三色にわけ、三色板でその日の献立を確認している（当番活動に取り入れている）。絵本や紙芝居を通して知らせるようにしている。手づくりクッキングを取り入れ、食の関心を深めている。菜園活動を通して食育を進めている。
- ・三色板活動。野菜づくり。クッキング活動

Ⅲ. 考察

(1) 食事のマナー、食具について

約96%の子どもが家庭で気持ちよく挨拶をして食事をしているが、挨拶をしない子が約4%いる。食具については家庭からの回答では約93%の子どもがだいたい正しく使っているとなっているが、保育士の回答では、食事の姿勢や箸の持ち方が気になると相反した結果が出た。この理由は、保護者は、食べ物をこぼさず口の中に運べたら正しく食具を使っているとみなしているし、保育士は、食具の用途を十分活かした使い方ができるようになることを、5歳児の到達目標としているからである。このギャップは5歳児だけの問題でなく、手行為の発達に即した課題として見直す必要があることが分かった。

(2) 子どもの食事で気になること

保護者も保育士も気になることの内容は共通しているが、保育士は、子どもが食行動を習得していく道筋は生涯の食を支える基本となるので、一人ひとりの発達に即応した関わり方を知らせていくことが大事だと考えていることが分かった。

(3) 保育園の食育の取り組み・保護者との連携

それぞれの保育園では、園長、保育士、栄養士、調理員、看護師が連携して、食育に取り組んでいることが確認できた。今後も、子どもも保護者も巻き込んだ実体験ができるようにしたり、視覚に訴える方法で親への啓発を工夫していく必要がある。また保育士は、食事の様子を伝えあったり、展示食でその日の給食を知らせたり、参観で食べている様子を見てもらったりするなどして保護者と細やかな連携をしようとしていることが確認できた。保護者の中には、「保育園で食べさせてもらっているから良い」「忙しいからできない」と考える人もいて、それぞれの園でこのような保護者との連携づくりに困って

食育に関して保育園と家庭との連携をつくっていくための調査研究（2）

いることが窺える。

(4) 保護者の保育園の給食に対する意見・感想

5歳児の保護者は、2歳児と同様に約3分の1（30名）が保育園の給食に対して評価や感謝を記している。園への要望は、保育士の保護者との連携で困っていることの記述から、給食の内容には満足し、むしろ偏食改善など食事のしつけの課題解決を園に委ねてくる傾向が強いことが明らかになった。その期待に応じて保育士は、子ども一人ひとりの食の課題に対してあたたかい支援ができる力量を身につけることが必要である。

IV. まとめ

次世代育成の視点から、2004年の「子ども・子育て応援プラン」では、食育の取組を推進している保育所の割合を2009年度までに100%とすることを目指している⁵が、今回調査した14保育園は、2006年度の時点で既にそれぞれの保育園独自の食育年間計画を策定し食育の取り組みを進めていた。『保育所における食育の計画づくりガイド～子どもが「食を営む力」の基礎を培うために～』では、子どもの姿（実態）の把握、保護者・地域との連携、計画から実践、評価が重要であり、このような食を営む力の基礎を培うために食育の計画づくりを進めることは、保育の質、また、家庭の養育力、地域力の向上につながる」と述べている⁶。今回の調査は、実態を把握し、実践の評価でもある。

2001年から、保育の実践者と保育研究者が「乳児保育の質的向上」という課題のもとに、保育内容「食援助」の方途を実践的に研究し探ってきた。開始以来7年目を迎えることから、保護者と保育士に食の実態調査を行ない検証することにした。2歳児・5歳児の調査結果は考察の通りである⁷。実態調査から反省点や課題が見えてきたので、これらの結果から再度保育園と家庭が連携して行なう食育推進の方策を提言する。

(1) 2歳児、5歳児共、家庭では食事時間がだいたい決まっていて、家族と一緒に食事を摂っている。しかし、テレビを見ながら食事をしている傾向なので、家族がつながり合って楽しく食事ができるように、食についての情報発信、相談、給食・試食参観、懇談会、等の充実に努め、家庭における食育の実践を広げるようにする。

(2) 保護者は2歳児ではスプーンから箸への移行のさせ方に戸惑い、5歳児では、わが子の箸の持ち方が正しいかどうか分かっていないようだ。そこで、スプーンから箸への移行期から親自身にも正しい箸の持ち方が理解してもらえるように絵で示したり、給食・試食参観、懇談会等で、実体験を通して確認し合える場を提供していく。

(3) 加工食品、外食産業の多様化等々で、いつでもどこでも手軽に食べられるようになってきていることから、就労と育児に忙しい保護者には便利になっているようだ。そこで、栄養が偏らないようにこれらをうまく取り入れた料理の作り方等を紹介することや、間食についても、欲しい時に欲しいものが食べられることの弊害や、量とカロリーが目で見分けるような実物展示等で啓発していく。

(4) 食への関心が高められるように、「栄養三色板活動」「あいうえおカルタ」「パネルシアター」「エプロンシアター」「人形劇」「腹話術」「すごろく」等の食育媒体を使つての楽しい啓発、また、給食・

試食参観、懇談会、給食展示、菜園活動、クッキング活動、食育相談等で、食文化と出会える体験的な取り組み、地域の人々との交流、食のマナーの習得等々の内容を充実させ、保護者や地域に発信していく。

付記 ―この研究は平成18年度大同生命「地域保健福祉研究助成」を受けて実施した調査研究の一部であり、日本乳幼児教育学会第18回大会に発表した原稿に加筆修正したものである。

註

- 1 保育所保育指針第5章「健康・安全」には「食育の推進」が盛り込まれ、①食事を楽しみ合う子どもに成長していくことができるよう、②保育の計画に食育の計画を作成し保育の計画に位置づけるよう、③食材や調理する人への感謝の気持ちが育つよう、④一人ひとりの子どもの心身の状態に応じ医師や栄養士と連携し専門性をいかした対応をはかる等4つの留意点があげられている。幼稚園教育要領においては、「健康」領域で、「先生や友だちと食べることを楽しむ」という内容が今回の改訂で新たに付け加わっている。
- 2 「乳児保育の質的向上をめざして(8)―2歳児の食援助の意識調査とビデオ省察 ―」「乳児保育の質的向上をめざして(9)―2歳児の食援助の実践改善―」佐治よし子、佐田恵子、松生泰子、恵村洋子、梶美保、豊田和子、日本保育学会第60回大会、2007年5月。
- 3 「幼児期からの健全な食生活推進に関する一考察 ～家庭と保育園へのアンケート調査より～」梶美保 豊田和子、東海学校保健学会、2007年9月。
- 4 「食育に関して園と家庭の連携をすすめるために― 調査研究からみえた保育者と保護者の意識の「ズレ」―」梶美保、豊田和子、乳幼児教育学会、2008年11月。
- 5 2004年12月「少子化社会対策大綱に基づく重点施策の具体的実施計画について」(子ども・子育て応援プラン)では、「給食、その中でも食育の推進の一環として、食育の取組を推進している保育所の割合」を2009年までに100%とすることを目指している。しかし、実際の食育の計画策定状況は、厚生労働省が行った2004年11月の「保育所における食育に関する調査」では全国の認可保育所における食育に関する計画の策定率は58.7%に過ぎなかった。2年後の2006年度では、児童関連サービス調査研究等事業「食育政策の推進を目的とした保育所における食育計画に関する研究」によると食育の計画の策定率は全国で80.0%と増加してきている。
- 6 2006年度の、平成18年度児童関連サービス調査研究等事業「食育政策の推進を目的とした保育所における食育計画に関する研究」の実態を背景に『保育所における食育の計画づくりガイド～子どもが「食を営む力」の基礎を培うために～』が作成されている。これは、『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～』を踏まえて、保育所の職員が食育の計画づくりをすすめる上での具体的な要点をとりまとめたもので財団法人こども未来財団が作成したものである。
- 7 2歳児については、梶美保、豊田和子「食育に関して保育園と家庭との連携をつくっていくための調査研究(1)―2歳児を中心に―」『高田短期大学紀要』第27号、pp.139-141、2008参照。