

## 保育所における食育実践と保護者の食意識

### —子育て支援の視点より—

斎藤祐子<sup>1</sup>・奥山優佳<sup>2</sup>・大沼弥生<sup>3</sup>・井上信也<sup>4</sup>

#### I. はじめに

食育基本法（2005）<sup>1)</sup>では、食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を取得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるものとしている。そして、子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育を推進している。これらをふまえて、保育所保育指針（2018）<sup>2)</sup>では食育の推進について明記され、「保育所における食育は、健康な生活の基本としての『食を営む力』の育成に向け、その基礎を培うことを目標」として取り組むべきとしており、さまざまな食育活動が展開されている。また、「保育所等関連状況取りまとめ」（2020）<sup>3)</sup>によると近年、保護者の就労形態の変化に伴い、保育所を利用する乳幼児は増加し、家庭とともに保育所も乳幼児のための生活の場となっている。そのため、保育所で提供される食事は乳幼児の心身の成長・発達及び適切な食習慣の形成において、大きな役割を担っていると言える。

生川ら（2018）<sup>4)</sup>、及び坂本ら（2010）<sup>5)</sup>による乳幼児期の食育に関する調査をみると、ほとんどの保育所（園）、幼稚園が何らかの食育活動を行っている。食育内容としては「ミニ菜園・栽培」「食事・おやつの食べ方の指導」、「絵本・紙芝居・お話・劇等」、「食事のマナー」、「調理体験」、「遠足・見学・収穫体験」などが多く取り組まれており、各保育所の施設・設備・人員等の現状に合わせて展開していることが伺える。しかしながら、「保育所における食育の取り組みに関する調査」（2013）<sup>6)</sup>によると、「食育の計画」を作成している保育所は96.8%である一方、食育に関する記録を作成し評価を行っている保育所は60.0%にとどまっている。食育を展開するた

<sup>1</sup> 東北文教大学短期大学部 「Ⅰ，Ⅱ，Ⅲ」を執筆

<sup>2</sup> 東北文教大学短期大学部 「Ⅰ，Ⅲ，Ⅳ，Ⅴ」を執筆

<sup>3</sup> 社会福祉法人敬愛信の会 村山市戸沢保育園 「Ⅱ」を執筆

<sup>4</sup> 社会福祉法人敬愛信の会 村山市戸沢保育園 「Ⅱ」を執筆

めには、乳幼児の食生活を把握し、意欲や育ちなどについての評価までを行うことが重要であると考ええる。

また、保育所保育指針では、子育て支援の章を設け、保育所においては子どもの育ちを家庭と連携して支援していくとともに、保護者及び地域が有する子育てを自ら実践する力の向上に資するようにと明記している。更には保育所保育指針解説(2018)<sup>7)</sup>においては「食育基本法を踏まえ、乳幼児における望ましい食に関する習慣の定着及び食を通じた人間性の形成や家族関係づくりによる心身の健全育成を図るため、保育所においても、食に関する取り組みを積極的に進めていくことが求められる」とあり、乳幼児の健全育成の1つとしての家族関係づくりに食育が一翼を担っているということが伺える。

そこで、本研究では、山形県M市内のT保育所における食育活動の実践が保護者の食意識に及ぼす影響を分析するとともに、保護者の子育て支援の視点から食育の今後の課題を見出すことが目的である。

## Ⅱ. T保育園における食育実践

T保育園は山形県内陸部に位置するM市にある認可保育所であり、自然豊かな環境を活かした保育を行っている。2020年度は園の研究テーマを「自ら進んで主体的に活動できる環境の工夫」と設定し、食事や園庭の環境改善を図った。具体的には、①子どもが主体的に関わる食事環境の改善、気持ちのいい楽しい食事環境の構成、②一人ひとりの主体性を尊重する食事、③子どもの感性を高める環境づくり、④子どもの興味関心を膨らませる環境づくり、を目標とし、以下の食育を実践した。

### 1. ランチルームの環境改善（3歳以上児）

従来4歳児と5歳児はランチルームで給食を食べていたが、ランチルームの用途が限定的で十分に活用できていなかった。そこで、これまで給食時間のみ使用していたランチルームを常時開放し、園児が調理の様子を自由に見学したり、給食職員と交流したりできるようにした。オープンスペースとなったランチルームでは管理栄養士を中心とした給食職員が食育活動を行い、栄養素の働きから3つの食品グループに分けた「三色食品群」、「食事のマナー」、収穫した野菜を用いカレーを調理する「Let's カレーパーティー」などについての講話を行った（写真1）。また、当日給食で使用する食材の下準備の手伝いを募り、ランチルームで園児がしめじほぐしや玉ねぎの皮むきなどを行った（写真2）。

### 2. 食事手順や配膳の見直し（3歳以上児）

食事手順についてはまず、食事前の手洗いを各保育室で行うようにしてランチルームでの混雑を避けた。次に座席は自由に選ぶ方式として、席に人数が揃い次第「いただきます」をし、温かい食事にすぐに向かえるようにした。また、ランチルームを2つに区切り絵本コーナーを設置した。食後に絵本コーナーに移動し絵本を読む楽しみへとつなげた一方で、食べ終わっていない園児は自分のペースで食事ができるようになった。

### 3. 自分で食べる食事支援と環境改善（3歳未満児）

3歳児及び3歳未満児は保育室で給食を食べている。3歳未満児クラスでは園児が自ら食べる量や食べ方を考えることができるよう支援を行った。手づかみ・スプーン・フォークなどでまずは自分で食べてみることを促した。また、完食しない場合でも無理に勧めず、食べたくない気持ちを尊重した。2歳児クラスは保育士と一緒に給食を摂り、園児とおいしさや楽しさを共感できるようにした。

給食の際は保育室を食事スペースと遊びスペースに分け、食事が終わった園児は遊びスペースに移動して絵本や遊具などで遊べるよう、保育室の環境を改善した(写真3)。

### 4. 給食の名称変更（園全体）

保育士の給食に対する意識改革を目的とし、給食をより親しみやすいものにしたいという理由から、新たな名称を園児・保育士による投票で選び、給食名称を「もっと！わくわくランチ」に変更した。変更した名称はランチルーム入口に掲示したり、給食だよりに掲載したりするなどして周知を図った。

### 5. 園庭環境の改善（園全体）

園児が喜んで遊び主体的に関わることができることを目指して、園庭環境を改善した。具体的には「カレーパーティーをするために必要な野菜を植えよう」など目的意識を持った野菜栽培、実を見つけて収穫できる野菜やブルーベリーなど環境に主体的に関わる素材の選定を行った（写真4）。



写真1 給食職員による食育活動



写真2 食材の下準備の手伝い



写真3 1歳児の保育室



写真4 園庭での栽培活動

## 6. 食育実践の評価

上記1～5の食育実践について、2021年度3月に保育士による年度末の食育実践の評価を行った。食育実践を通じた園児の食習慣・生活習慣及び保育士自身の意識について、①思う、②どちらかといえば思う、③あまり思わない、④思わない、の4段階で、無記名自記式による評価を行った（回収数18件、回収率100%）。

園児の食習慣の回答では、「楽しく食事をするようになった」「食事への意欲が増した」「自分で食事を食べられるようになった」「食具の使い方が身についた」の項目で「思う」と「どちらかといえば思う」が占める割合が最も高く（100%）、次いで、「食べる量が増えた」「食事の手伝いをするようになった」「苦手なものでも食べるようになった」（88.9%）であった。

園児の生活習慣の回答では、「楽しく活動する回数が増えた」「遊びが豊かになった」「自然に興味を持つようになった」の項目で「思う」と「どちらかといえば思う」が占める割合が最も高く（100%）、次いで、「自分の気持ちを相手に伝えられるようになった」（94.4%）であった。

保育士自身の意識についての回答では、「園児の成長に喜びを感じた」「食育の大切さを感じた」「園児の思いに共感できるようになった」「園児と一緒に遊びを楽しめるようになった」「園全体の食育の意識が向上した」「声掛け・対応の仕方を工夫するようになった」「園児の思いを尊重できるようになった」の項目で「思う」と「どちらかといえば思う」が占める割合が最も高く（100%）、次いで、「気持ちに余裕を持って園児に接することができた」「保育士同士の連携機会が増えた」「給食職員との連携機会が増えた」（94.4%）であった。

## 7. 食育実践を通して

園の研究テーマを「自ら進んで主体的に活動できる環境の工夫」と設定し、食事や園庭の環境改善を図った結果、園児の生活習慣、保育士自身の意識、職員間の連携などにおいて変化がみられた。

園児の生活習慣では、環境を整えることで食事や遊びが豊かになった。また、楽しく活動する、遊びが豊かになる、自然に興味を持つようになるなど、食事面での育ちが生活面全般に良い影響を与え、自分の気持ちを相手に伝えることができるようになってきた。

保育士は食育の大切さを認識し、園全体の食育の意識が向上したと感じた。さらに、食育実践を通じて園児の気持ちに寄り添いながら子どもの思いに共感することで、保育士自身が子どもと共に遊びを楽しみながら、よりよい支援ができるようになっていった。そして、保育士自身の気持ちに余裕が生まれ、園児への声掛けや対応も大きく変化したり、保育士同士や給食職員との連携機会が増えたりするなどした。

このように、食育実践を通して園児の望ましい食習慣の定着及び食を通じた人間性の形成、更には園全体の食育や保育に対する意識向上につながったことは、大きな成果といえる。



### Ⅲ. 保護者の食意識

T 保育園において行った食育実践が、保護者の食意識にどのように影響したのかについて確かめるために、その年度の 3 月に保護者を対象にアンケート調査を行った。

#### 1. 研究方法

##### (1) 対象

2021 年 3 月に山形県 M 市の T 保育園に通う園児の保護者に対してアンケートを実施した。調査時点で 0 歳児の園児は全員離乳食を摂取していたため、全保護者を対象にアンケートを依頼した。対象者は 116 名で、アンケートの協力を得られた 110 名（回収率 94.8%）を分析対象とした。

##### (2) データ収集方法

アンケート用紙を配布し、記入を依頼した。調査目的を文書に記載し同意が得られた対象者から、後日アンケートを回収した。

##### (3) 調査内容・方法

①基本属性、②子どもの朝食摂取状況、③食育の認知度と関心度、④家庭で実践している食育内容、⑤食育情報の入手経路、⑥食育を進めるべき機関、⑦保育所の食育実践の認知度、⑧食育実践を通した子どもの食習慣等の変化、⑨保育所の食育実践への満足度、⑩今後の食育実践の希望

##### (4) 分析方法

調査内容について単純集計した。

##### (5) 倫理的配慮

研究協力者には、研究の目的と方法についての説明とともに、研究への参加は自由意思であること、研究に参加しなくても不利益な取り扱いを受けないこと、収集したデータは集団のデータとして取り扱うこと、結果を関連保育機関及び教育機関に公表すること、などについて書面で説明を行った。プライバシーの保護のためにアンケートは無記名自記式とし、研究協力に同意が得られた場合のみ質問紙に記入し返送を依頼した。本研究は東北文教大学・東北文教大学短期大学部研究倫理審査委員会の承認（追認）を得ている（承認番号 2021-5）。

#### 2. 結果

##### (1) 基本属性

有効回収数 110 件の属性は、「男」（4.5%）、「女」（95.5%）であった。年代別にみ

表 1 基本属性（全体，n = 110）

		n	%
性別	男	5	4.5
	女	105	95.5
年代	20代	19	17.3
	30代	64	58.2
	40代	26	23.6
	50代	1	0.9
子どもの年齢	0～1歳	18	16.4
	2歳	19	17.3
	3歳	21	19.1
	4歳	14	12.7
	5歳	25	22.7
	6歳	13	11.8

ると、「30代」(58.2%) が最も多く、次いで「40代」(23.6%) であり、以下、「20代」(17.3%)、「50代」(0.9%) であった。子どもの年齢は「5歳」(22.7%) が最も多く、次いで「3歳」(19.1%) であり、以下、「2歳」(17.3%)、「0～1歳」(16.4%)、「4歳」(12.7%)、「6歳」(11.8%) であった(表1)。

## (2) 子どもの朝食摂取状況

「子どもがふだん朝食を摂取しているか」の回答で最も多かったのが「毎日食べる」(93.6%)、次いで「1週間に1～2日食べないことがある」(4.5%) であり、以下、「ほとんど食べない」(1.8%) であった。(図1)。

「毎日食べる」以外を回答した者の、朝食を食べない理由の回答としては多い順に「食欲がない」(2.7%)、「時間がない」(1.8%)、「機嫌が悪い」(0.9%) であった(表2)。

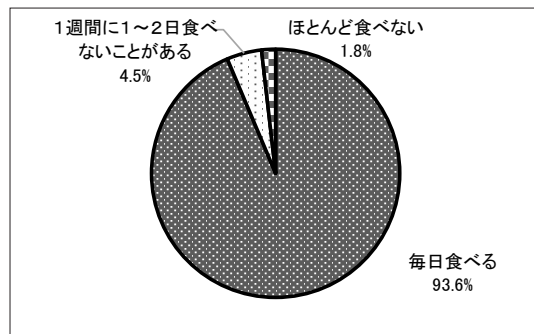


図1 子どもの朝食摂取状況  
(全体, n = 110)

表2 朝食を食べない理由  
(全体, n = 110)

項目	人	%
食欲がない	3	2.7
時間がない	2	1.8
機嫌が悪い	1	0.9

## (3) 食育の認知度と関心度

食育の認知度は食育について、食育基本法<sup>1)</sup>に示されている、①生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの、②様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることであることを文書で説明した上で回答を得た。「『食育』の言葉や意味を知っていたか」の回答で最も多かったのが「言葉も意味も知っている」(60.0%)、

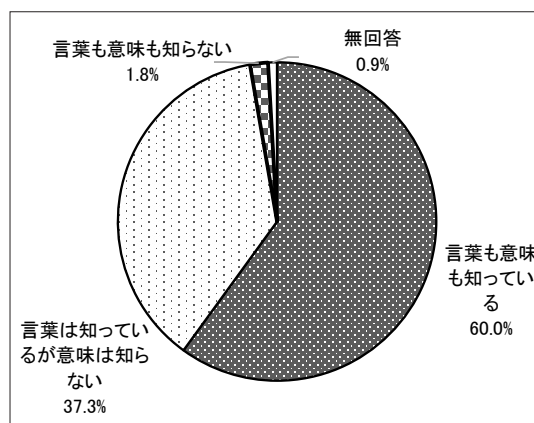


図2 食育の認知度 (全体, n = 110)

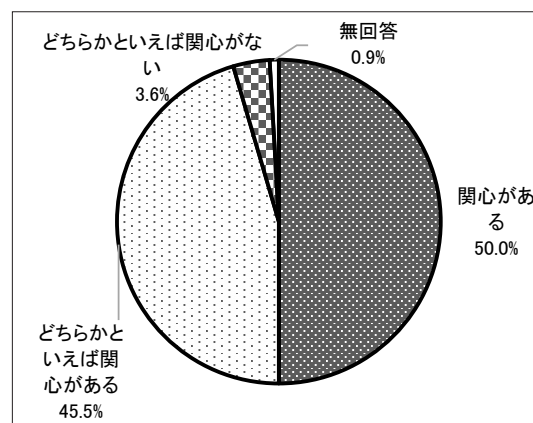


図3 食育の関心度 (全体, n = 110)

次いで「言葉は知っているが意味は知らない」（37.3%）、以下、「言葉も意味も知らない」（1.8%）であった（図2）。

「『食育』に関心があるか」の回答で最も多かったのが「関心がある」（50.0%）、次いで「どちらかといえば関心がある」（45.5%）、以下、「どちらかといえば関心がない」（3.6%）であった（図3）。

#### （4）家庭で実践している食育内容

「家庭で食育について実践していることは、どんなことか」の複数回答で最も多かったのが「楽しく食事をする」（76.4%）、次いで「家族一緒に食べる」（74.5%）、以下、「食事前後のあいさつ」（71.8%）、「食事のマナー」（68.2%）、「規則正しい食生活リズム」（63.6%）、「園給食の話題」（58.2%）であった（図4）。一方、「何もしていない」と答えた者はいなかった（0%）。

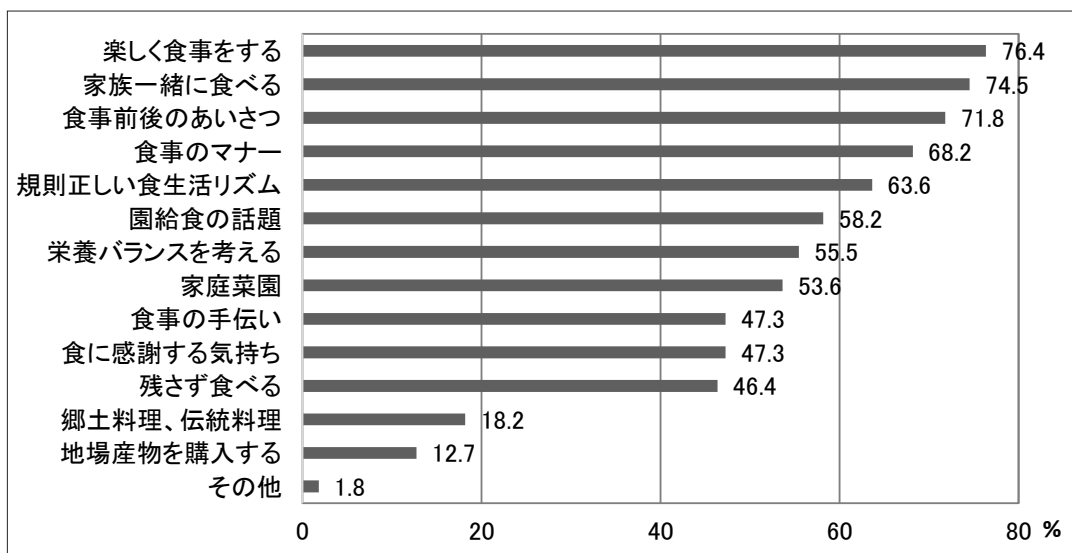


図4 家庭で実践している食育（複数回答）（全体，n = 110）

#### （5）食育情報の入手経路

「ふだん、食育に関する情報をどこから入手しているか」の複数回答で最も多かったのが「保育園」（56.4%）、次いで「インターネット」（54.5%）、以下、「マスメディア（テレビ・雑誌等）」（51.8%）、「小学校・中学校」（12.7%）、「スーパー、小売業」（11.8%）であった（図5）。

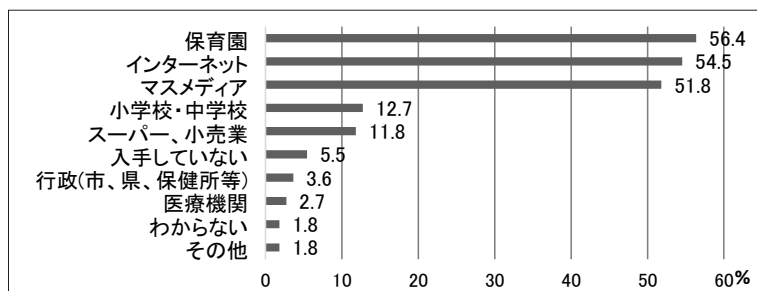


図5 食育情報の入手経路（複数回答）（全体，n = 110）

#### (6) 食育を進めるべき機関

「子どもが健康な食習慣を身につけるために、家庭に加えて食育を進めるべき機関」の複数回答で最も多かったのが「保育園」(96.4%)、次いで「小・中学校」(79.1%)、以下、「保健所、市町村保健センター」(32.7%)、「マスメディア(テレビ・雑誌)」(20.0%)、「地域子育て支援センター」(15.5%)であった(図6)。

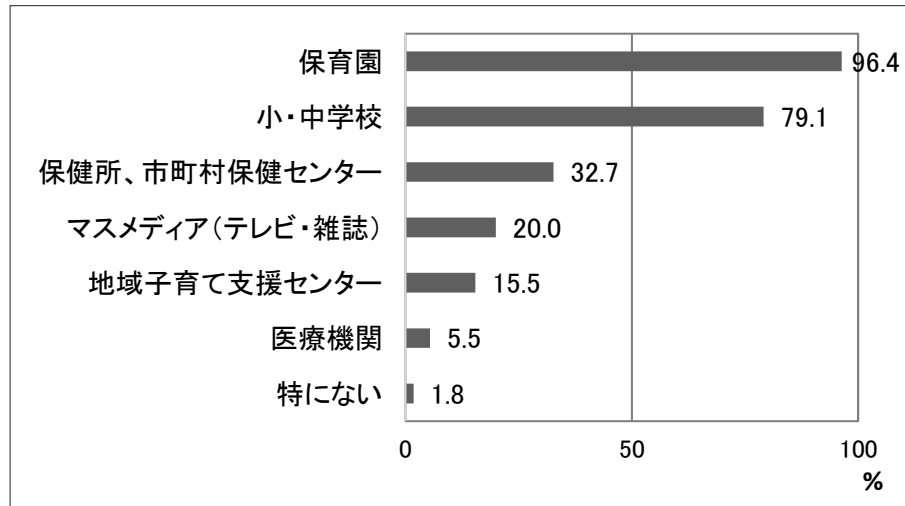


図6 食育を進めるべき機関(複数回答)(全体, n = 110)

#### (7) 保育所の食育実践の認知度

「保育所で行っている食育実践の認知度」の回答では、「給食名称の変更」「ランチルーム給食」「給食職員との食育活動」「給食下準備の手伝い」「自分で食べる支援」「園庭での栽培活動」の項目に対して、それぞれ「知っている」「聞いたことはあるが内容は知らない」「知らなかった」で回答を求めた。その結果、「知っている」が占める割合が高い順に、「園庭での栽培活動」(83.6%)、「ランチルーム給食」(80.9%)、「給食下準備の手伝い」(69.1%)、「自分で食べる支援」(69.1%)、「給食職員との食育活動」(60.9%)、「給食名称の変更」(21.8%)であった(図7)。

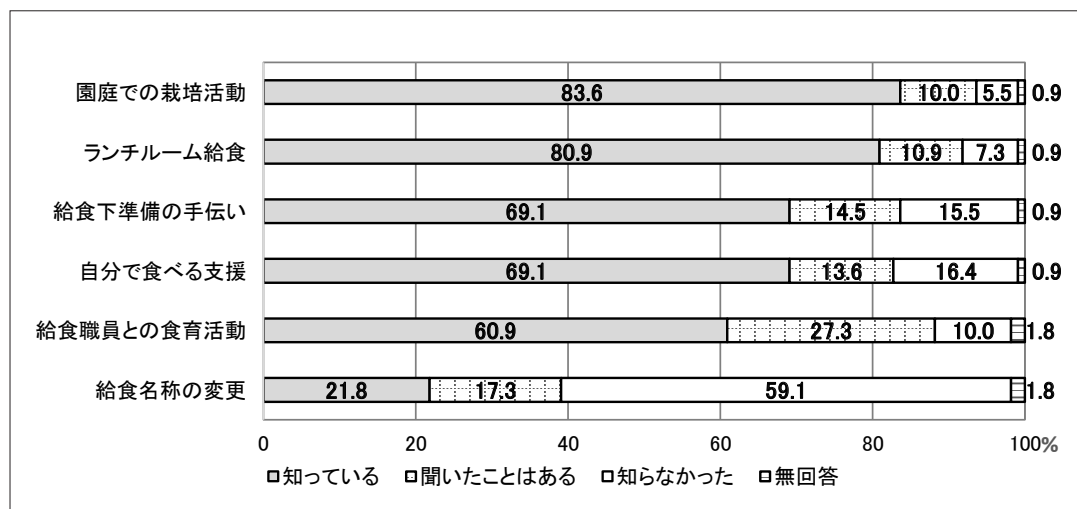


図7 保育所の食育実践の認知度(全体, n = 110)



# （８）食育実践を通した子どもの食習慣等の変化

「当該年度の園における食育実践を通して、子どもの食習慣等は変わったか」の回答では、３歳以上児は「①よくかんで食べるようになった」、「②食具の使い方が身についた」、「③食事前の手洗いが身についた」、「④自分で食べられようになった」、「⑤食べる量が増えた」、「⑥残さず食べるようになった」、「⑦楽しく食事をするようになった」、「⑧食事への意欲が増した」、「⑨苦手なものでも食べるようになった」、「⑩食事や食べ物のお話をするようになった」、「⑪園の話題が増えた」、「⑫食事の手伝いをするようになった」、「⑬食事前後のあいさつができるようになった」の13項目に対して、それぞれ「思う」「どちらかといえば思う」「あまり思わない」「思わない」で回答を求めた。その結果、「思う」と「どちらかといえば思う」が占める割合が高い順に、「自分で食べられるようになった」(94.5%)、「食具の使い方が身についた」(90.9%)、「食べる量が増えた」(87.3%)、「園の話題が増えた」(87.3%)、「楽しく食事をするようになった」(85.5%)、「食事前後のあいさつができるようになった」(85.5%)、「食事への意欲が増した」(85.5%)であった(図8)。

一方、３歳未満児は上記の①～⑨の項目に加え、「⑩食事中に泣くことが少なくなった」の10項目に対して、それぞれ「思う」「どちらかといえば思う」「あまり思わない」「思わない」で回答を求めた。その結果、「思う」と「どちらかといえば思う」が占める割合が高い順に、「楽しく食事をするようになった」(94.5%)、「自分で食べられるようになった」(87.3%)、「食具の使い方が身についた」(81.8%)、「食べる量が増えた」(81.8%)、「食事への意欲が増した」(81.8%)であった(図9)。

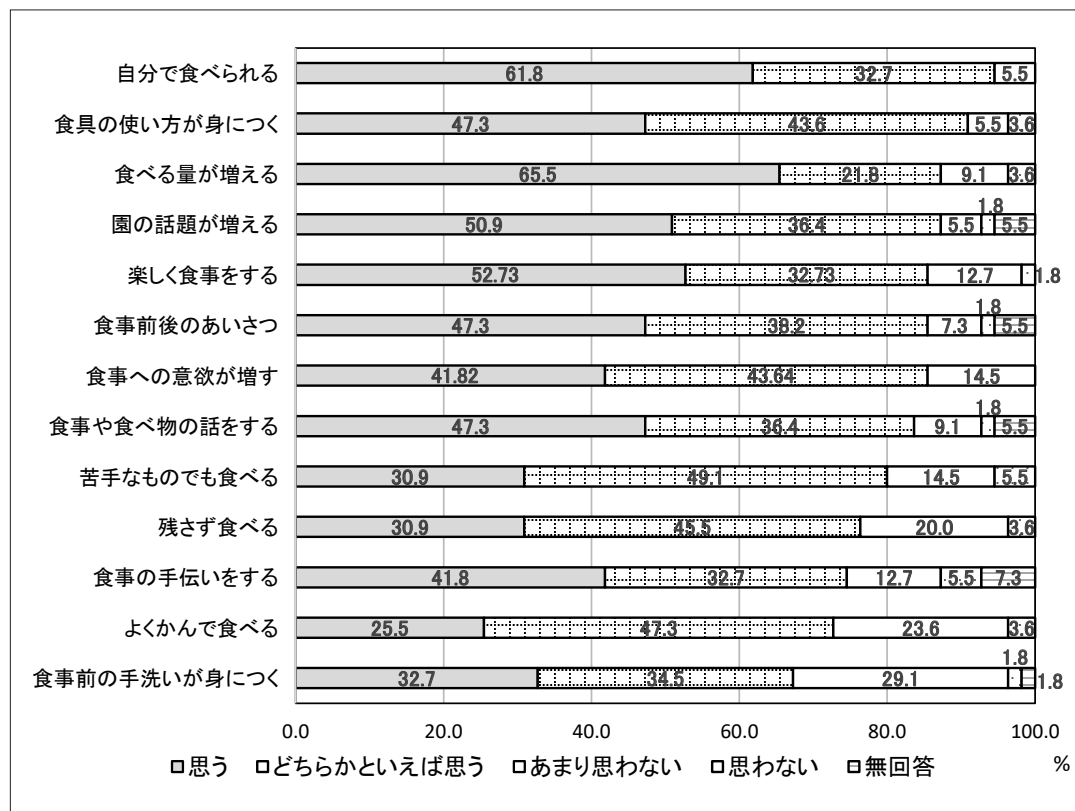


図8 食育実践を通した子どもの食習慣の変化（３歳以上児， n = 55）

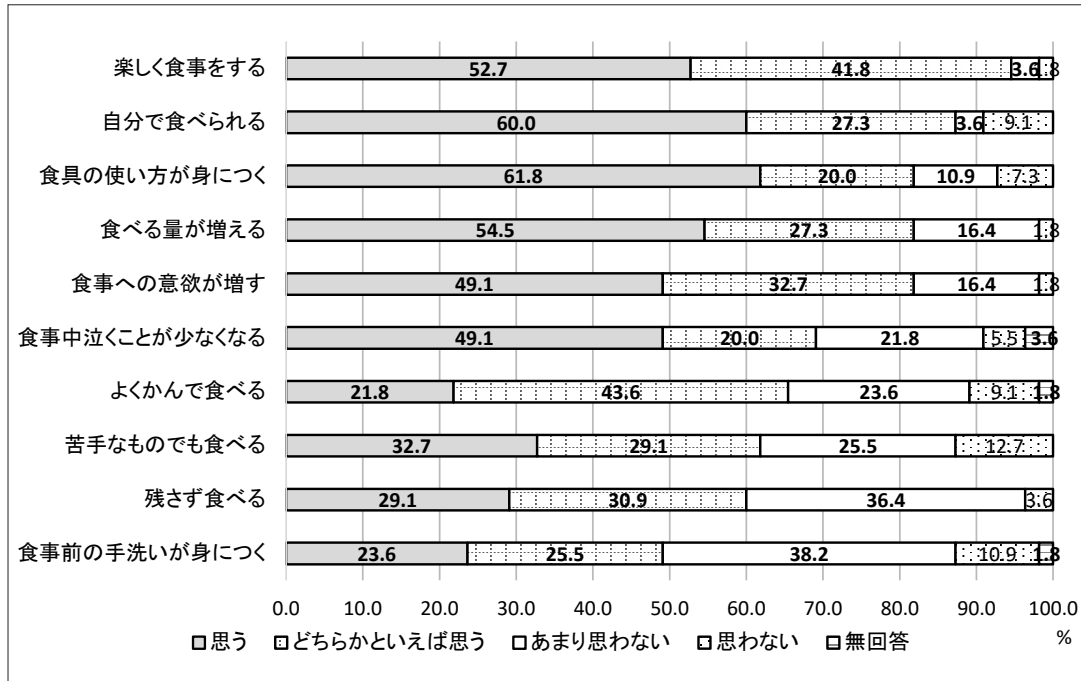


図9 食育実践を通した子どもの食習慣の変化（3歳未満児，n=55）

#### （9）保育所の食育実践への満足度

「園の食育実践について満足しているか」の回答で最も多かったのが、「とても満足している」（53.6%）、次いで「満足している」（45.5%）、以下、「あまり満足していない」（0.9%）であった（図10）。

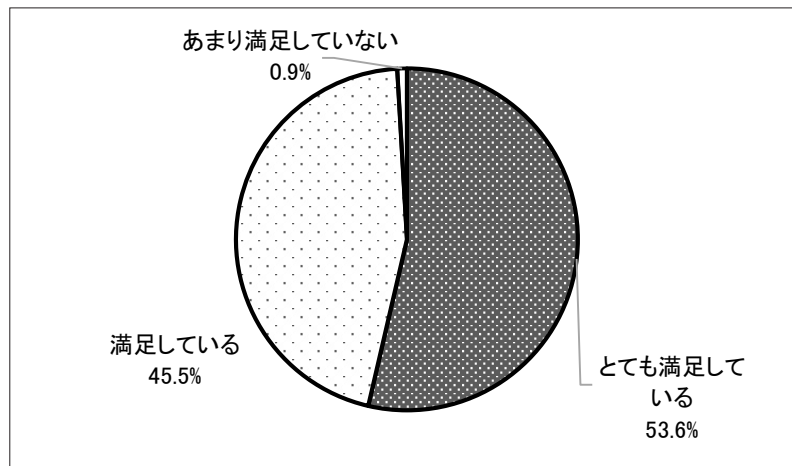


図10 保育所の食育実践への満足度（全体，n=110）

#### （10）今後の食育実践の希望

「今後、当園の食育実践で希望することはどのようなことか」についての複数回答で最も多かったのが、「給食試食会」（36.4%）及び「特にない（現状の取組で良い）」（36.4%）、次いで、「食育だよりの発行」（34.5%）、以下、「ホームページ等での情報発信」（27.3%）、「パンフレット等の配布」（13.6%）であった（図11）。

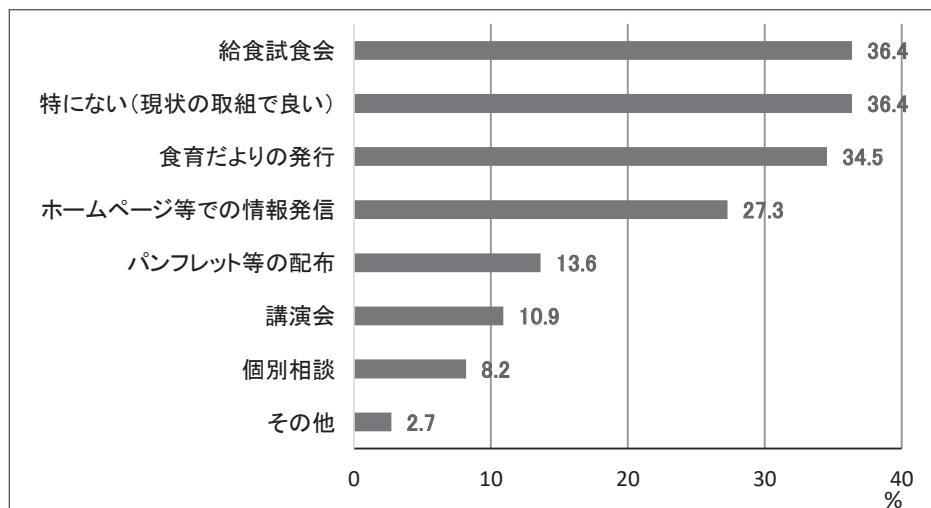


図11 今後の食育実践の希望（複数回答）（全体， n = 110）

### 3. 考察

子どもの朝食摂取状況については、朝食を毎日食べている子どもの割合は93.6%と高かった。一方で、朝食をほとんど食べない者の割合である朝食欠食率は1.8%で、「令和元年国民健康・栄養調査」<sup>8)</sup>による1～6歳の朝食欠食率4.7%と比較しても低いことから、朝食摂取状況は良好であるといえる。これは保護者が朝食摂取の重要性を理解し、実践できているためと思われる。

食育の認知度としては「言葉も意味も知っている」(60.0%)、「言葉は知っているが意味は知らない」(37.3%)、「言葉も意味も知らない」(1.8%)であった。2005年に食育基本法が施行されてから15年余が経過し、食育という言葉自体は広く認知されていると理解できる。しかしながら、食育の意味を知らない者が約4割(39.1%)を占めており、「平成28年食育に関する意識調査」<sup>9)</sup>による結果(55.6%)と比較すると低いものの、食育の認知度をより高める必要性が示唆された。

食育への関心度は95.5%（関心がある50.0%、どちらかといえば関心がある45.5%）と高く、全ての家庭で何らかの食育を実践していた。家庭で実践している食育は、多い順に「楽しく食事をする」(76.4%)、「家族一緒に食べる」(74.5%)、「食事前後のあいさつ」(71.8%)、「食事のマナー」(68.2%)で、家族団らんやルール、マナーといった要素を取り入れていることが伺えた。一方で、「郷土料理、伝統料理(18.2%)」、「地場産物を購入する(12.7%)」の割合は低く、家庭でこれらを実践するには難しい状況であることが推察された。第4次食育推進基本計画(2021)<sup>10)</sup>では新たに「産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合」及び「郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合」の項目が追加され、目標値がそれぞれ80%、50%に設定されている。小谷ら(2020)<sup>11)</sup>は、「地場産物を活用した幼児に対する栄養教育と保護者に対する情報提供により、地場産物の認知度と食意欲を高め、保護者と幼児の夕食共食頻度が上昇した」と報告している。T保育園の食育活動では、M市が農産物の栽培がさかんであることを活かし、地場産物を給食に使用し、

地元生産者による農産物の講話を取り入れている。これらのことから、地場産物は給食に使用することに留まらず、それを栽培したり調べてみたりといった活動に生かしていくなど、より子どもの身近な体験活動へつなげていくことも大切なのではないか、つまり食育を通して地域に目を向けていくことが重要と考える。地場産物や郷土料理を積極的に保育へ取り入れることで、地域を愛する心を育む保育につながっていくのではないかと考える。

食育活動を通した子どもの食習慣の変化で、3歳以上児・未満児とも8割以上が肯定（思う、どちらかといえば思う、の肯定点を合計）した項目は、「自分で食べられるようになった」、「食具の使い方が身についた」、「食べる量が増えた」、「楽しく食事をするようになった」、「食事への意欲が増した」の5項目であった。また、3歳以上児では上記に加えて、「園でのできごとを話題にするようになった」、「食事や食べ物の話をするようになった」、「食事前後のあいさつができるようになった」、「苦手なものでも食べるようになった」の4項目に関しても8割以上が肯定した。保育所保育指針<sup>2)</sup>では保育所における食育について、子どもが毎日の生活と遊びの中で、食にかかわる体験を積み重ね、食べることを楽しみあう子どもに成長していくこと等に留意するとしている。楽しく食事をすることは、家庭で実践している食育の複数回答で最も多く、保護者も意識して取り組んでいた。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～（概要）」<sup>12)</sup>の食育目標にも結びついており、保育所及び保護者が共通して実践していることが明らかになった。なお、乳児期・幼児期の子どもの発育・発達に著しいため、自分で食べられるようになったことや、食べる量が増えたことなどは、子どもの成長に伴い自然に身についたものと考えられる可能性もあるが、少なくとも保護者が食育活動を通して子どもの食習慣に多くの変化を感じたことが推察された。中でも自分で食べられるようになったことは、園全体で取り組んできた「自分で食べる支援」が、園の支援から家庭への支援へと結びついていると思われる。

食育を進めるべき機関の複数回答で最も多かったのが、「保育所」（96.4％）で、さらに食育情報の入手経路でも「保育所」からの割合が最も高く（56.4％）、保護者は食育支援を保育所に期待していることが伺える。食育実践への満足度は99.1％（とても満足している53.6％、満足している45.5％）と高く、保護者から高い評価が得られる結果となった。酒井ら（2013）<sup>13)</sup>は保護者における保育内容と食事・食育内容の満足度の関連について、「園での保育内容に対する満足度が高いと、食事・食育内容の満足度も高い傾向を示す」と述べている。T保育園で2020年度に実施した「保護者による保育運営評価」<sup>14)</sup>によると、全15項目のうち13項目については9割以上、2項目については8割以上が肯定しており、高い評価を示している。これらのことから、食育が単体で行われていることなく保育と連動しており、食育実践と保育内容の充実は関連がみられることが示唆された。

園の食育実践の認知度では「栽培活動（83.6％）」や「ランチルーム給食（80.9％）」は高い認知度を示した。これらは園だよりや園のホームページ等を通して保護者へ情報発信しており、さらに、子どもから伝え聞く話によるものもあったと推察する。2020年度は新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が感染拡大した影響で食育活動への制限があり、特に保護者参加型の活動が限定的となった。そのような状況の中で、保育所で収穫や調理体験をした子ども自身が家庭で保護者に体験の様子を伝え

て、その後保護者から園への反響があった。つまり、子どもを通して保護者の食への関心を高めることにつながる事例もあり、食育支援の新たな方向性を模索することができたと考える。今後の食育実践の希望の複数回答として多く挙げたのが、給食試食会・食育だよりの発行・ホームページ等での情報発信であった。その中でも給食試食会が最も多く、保護者自身が給食を試食することで食材の硬さや味つけの濃さなどを知る機会になると考えられる。また、食育だよりやホームページ等で情報発信をすることは保育所の食育活動の周知や意義を伝えることにつながり、更なる啓蒙活動が期待できると思われる。

#### IV. 結論

本研究の目的は、山形県M市内のT保育所における食育活動の実践が保護者の食意識に及ぼす影響を分析し、保護者の子育て支援の視点から食育の今後の課題を見出すことにあった。

まず、今回の保育所における食育活動の実践については、子どもにとっては、食事への意欲が増したり、自分で食べるようになったり、食具の使い方が身についたりなど、食習慣形成において一定の成果があったと感じる保育士が多い結果となった。また、生活場面では、全ての保育士が、楽しく活動する回数が増えたり遊びが豊かになったりしていると感じており、食事場面以外でも子どもの成長を実感していることが分かった。更には、保育士自身が園児の思いに共感できるようになったり、声掛け・対応の仕方を工夫するようになったり、園児の思いを尊重できるようになったりと、子どもと関わる際の保育士の意識にも変化をもたらした。加えて、保育士同士、保育士と給食職員との連携の機会が増えたことも挙げられており、子どもや保育士、保育所職員にとって今回の食育活動は多分に成果があったと言える。

次に、この成果のあった食育活動の取り組みが保護者の食意識にどのような変化をもたらしたかについては、保護者へのアンケート調査結果より、保護者の食育への関心度は高く、全ての家庭で何らかの食育を実践していたことが明らかとなり、食意識が高まった可能性がある。家庭で実践している食育は、家族団らんやルール、マナーといった要素が多く、保護者は保育所の食育活動を通して、子どもの多くの食習慣について変化を感じており、中でも「楽しく食事をする」が最も多く、次いで、「家族一緒に食べる」であった。このことから、保育所での食育が家庭での食事に変化をもたらし、家族団らんの温かい関係を育み、家族関係づくりに大きく寄与している結果となったと言えよう。すなわち、保育所での食育が、保護者の食事を楽しい時間にしようとする意識を高めることにつながったと言えるのではないかと。更には、保育所の食育の取り組みに対する満足度は高く、保護者は保育所の食育による子育て支援を期待していることが伺えたことから、保育所での保育における食育活動の取り組みが子育て支援の1つとして機能していたと言えよう。

保育所における食育の「食を営む力」については、厚生労働省（2004）<sup>12)</sup>が『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～』（概要）の中で、①お腹がすくリズムのもてる子ども、②食べたいもの、好きなものが増える子ども、③一緒に食べたい人がある子ども、④食事づくり、準備にかかわる子ども、⑤食べものを話



題にする子どもの5項目をめざす子ども像として挙げている。アンケートの結果から、今回の食育活動の取り組みは、この「食を営む力」の5つの子ども像に向けて成果があったと言える。しかしながら、保護者へのアンケートによれば、家庭で実践している食育については、郷土料理、伝統料理、地場産物の購入などは少ない結果となっている。山形県は全国的にも在来作物（自家採種しながら世代を超えて栽培されてその地域に根づいた作物）、伝統野菜の種類が多い県である<sup>15)</sup> ため、それらの栽培や、それを用いた郷土料理、伝統料理なども保育に取り入れ、そのために地域住民から様々な形で協力を得るなど食育活動の更なる工夫が必要である。食育を通して子どもが地域の特色を知り、その地域を愛していく心を家庭や地域と共に育むといった視点を持ちながら食育活動を計画していくことが今後の課題として挙げられる。

## V. おわりに

今回の保育現場での食育の実践では、保育士自身がいつもとは違う特別な活動というような「行事としての食育」と捉えている部分があったことは否めない。より日常的な実践となるように、食育において何を大事にしていくかというねらいを明確に打ち出して保護者へも伝えていくことも今後必要であると考ええる。更には、白木(2012)<sup>16)</sup> が「食育への取り組みには保護者自身の食生活が影響している。保護者の食事作りの知識・技術があることは、朝食摂取、朝食の栄養バランス、食育への取り組みのすべてにおいて有意な関連がみられる」と報告していることから、保育現場での食育が、子育て支援の更なる展開につながることに留意しながら食育活動を計画して実践することが重要となると考える。そのため、今後は食育活動の結果が家庭での食習慣、生活習慣等にどのような影響を及ぼしているのかについても調査していきたい。

## 謝辞

本研究にご協力いただきました山形県M市T保育園の園児、保護者、職員の皆様に心より感謝申し上げます。

## 文献

- 1) 食育基本法（平成17年6月17日法律第63号） 農林水産省，2015年9月11日最終改正
- 2) 保育所保育指針＜平成29年告示＞ 厚生労働省，2018
- 3) 保育所等関連状況取りまとめ（令和2年4月1日） 厚生労働省，2020  
<https://www.mhlw.go.jp/content/11922000/000821949.pdf>（最終アクセス2021年10月25日）
- 4) 生川美江，磯部由香，鈴木理可他（2018）：三重県内保育所・幼稚園における食

- 育の実態，三重大学教育学部研究紀要 第69巻 教育科学（2018）229－234
- 5) 坂本裕子，中島千恵，浅野美登里他（2010）：地域における保育園との連携による食育実践に関する調査研究，京都文教短期大学研究紀要 49，23－31
- 6) 保育所における食育の取り組みに関する調査 山形県村山保健所，2013  
<https://www.pref.yamagata.jp/documents/4508/syokuikutyousah24.pdf>  
（最終アクセス2021年10月25日）
- 7) 保育所保育指針解説＜平成30年3月＞ 厚生労働省，2018
- 8) 厚生労働省 令和元年国民健康・栄養調査，2020  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/eiyuu/r1-houkoku\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/eiyuu/r1-houkoku_00002.html)（最終アクセス2021年11月21日）
- 9) 内閣府 平成28年食育に関する意識調査，2016  
<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/h28/3-1.html>（最終アクセス2021年11月25日）
- 10) 農林水産省 第4次食育推進基本計画，2021  
[https://www.maff.go.jp/j/press/syouan/hyoki/attach/pdf/210331\\_35-6.pdf](https://www.maff.go.jp/j/press/syouan/hyoki/attach/pdf/210331_35-6.pdf)  
（最終アクセス2021年11月21日）
- 11) 小谷清子，古谷佳世，猿渡綾子他（2020）：地場産物（アカモク）を活用した食育の実践とその評価，栄養学雑誌 Vol.78 No.1 5～12
- 12) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課 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～（概要） 2004年3月29日  
<https://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/06/dl/s0604-2k.pdf>（最終アクセス2021年12月8日）
- 13) 酒井治子，廣瀬志保（2013）：保育所における食育に対する保護者の満足度と家庭での食育との関連，東京家政学院大学紀要 第53号 23～31
- 14) M市T保育園 2020年度 保護者による保育運営評価（2020年12月実施）
- 15) おいしい山形推進機構事務局 山形県農林水産部6次産業推進課 やまがた伝統野菜  
[http://www.nmai.org/traditional\\_vegetables/](http://www.nmai.org/traditional_vegetables/)（最終アクセス2021年12月8日）
- 16) 白木裕子（2012）：幼児をもつ保護者の食生活と食育への取り組みとの関連，日本小児看護学会誌 Vol.21 No.3 1～7

※本稿に掲載した写真は、当該園児の保護者の使用承諾を得て掲載している。