

青森県内の保育園・幼稚園における 食育活動の実態調査（第2報） －食育担当者と食育内容の関係－

Survey Research on “Shokuiku” (Food and Nutrition Education)
Activity in Aomori Prefecture Nursery and Preschool : Part2 :
－ Relationship between Food and Nutrition Education Person in
Charge and the Contents of Food and Nutrition Education －

辻村 明子 久保 薫

Akiko TSUJIMURA Kaoru KUBO

青森中央短期大学 食物栄養学科

Department of Food Dietetics, Aomori Chuo Junior College

Key words : 食育担当者 食育内容 保育園 幼稚園

I 目的

平成26年11月に青森県内の認可保育園・幼稚園568園（認定こども園を含む）を対象に、「管理栄養士・栄養士の配置の有無」、「食育・食に関する指導」の実態について、質問紙調査を実施した。その結果については、青森中央短期大学研究紀要第28号（2015）に掲載した。

対象年齢別および食育実施担当者によって食育内容に差異があることがわかった¹⁾。そこで、本報では食育担当者と食育内容の関係について、統計解析と他県の調査結果の比較により分析することとした。

II 方法

1. 調査対象と分析方法

平成26年11月上旬に青森県内の認可保育所・幼稚園568園（認定こども園を含む）を対象に質問紙調査を実施、回答が得られた301園のうち全項目に回答があった286園の回答を有効回答とし本稿の対象とした。有効回答率は50.4%であった。

分析項目：「食育内容」、「食育担当者」の2項目とした。「食育内容」は設問で設定した選択肢を中項目とし、さらに中項目を5つの大項目に分類し分析した。中項目を〈 〉、大項目を【 】で表した。〈食習慣〉、〈リズム〉、〈共食〉、〈朝食〉、〈食べ方（偏食、好き嫌い、量、速度、遊び食べ、おやつ、むし歯、歯磨き、よく噛む）〉の5項目を【食事環境】、〈マナー・姿勢〉、〈手洗い・うがい〉、〈挨拶〉

搦)、〈食具の使い方〉、〈感謝の心〉、〈配膳・片づけ〉の6項目を【食事マナー】、〈バランス〉、〈3色食品群〉、〈栄養素・働き〉、〈食べ物の名前〉、〈薄味〉の5項目を【知識】、〈郷土料理・伝統食〉、〈行事食〉、〈地産地消・特産品〉、〈調理体験(クッキング)〉、〈地域交流〉の5項目を【食文化】、【飼育・栽培・収穫体験】は同一の〈飼育・栽培・収穫体験〉1中項目とした。「食育担当者」は「保育士・幼稚園教諭(以下:保育者)のみ」、「保育者、管理栄養士・栄養士(以下:栄養士)、調理師・調理員(以下:調理員)」、「栄養士・調理員のみ」、「外部講師が含まれる」の4分類とし食育内容と食育担当者との関係について分析を行った。

データ解析:有意差検定は χ^2 検定を行い、有意水準は5%未満を傾向あり、1%未満を有意差ありと評価した。解析ソフトはIBM SPSS Statistics 23を使用した。

Ⅲ 結果

1. 青森県内の実態¹⁾

第一報より、食育実施内容22項目すべてにおいて、保育者のみが担当している割合が高く、のべ実施内容数からみると、保育者のみが担当している割合は総のべ実施内容数の49%であった。さらに保育者が他職種と一緒に関わっている割合を加えると90%にのぼる。保育者のみの実施で特に多い内容は〈手洗い・うがい〉、〈挨拶〉、〈感謝の心〉、〈飼育・栽培・収穫体験〉、〈マナー・姿勢〉であった。保育者と一緒に栄養士・調理員が関わる割合は青森県では48%であり、保育者に栄養士・調理員が加わると、〈調理体験(クッキング)〉、〈食べ物の名前〉、〈行事食〉、〈郷土料理・伝統食〉、〈3色食品群〉を実施している園が多かった。栄養士、調理員のみで担当している割合は青森県ではそれぞれ3%、4%であり、栄養士や調理員のみでは、〈薄味〉、〈行事食〉、〈郷土料理・伝統食〉、〈地産地消・特産品〉、〈栄養素・働き〉を実施している園が多かった。

2. 解析結果より

表1には食育内容の実施率を示した。9割以上の園で実施されていた食育内容は〈食べ方〉、〈マナー・姿勢〉、〈手洗い・うがい〉、〈挨拶〉、〈食具の使い方〉の5項目であった。一方、〈リズム〉、〈共食〉、〈地産地消・特産品〉、〈地域交流〉の4項目は4割を超える園で実施されていない結果となった。

表2には食育を実施している場合の食育担当者と食育内容について示した。表2に示した通り保育者のみでは中項目において〈手洗い・うがい〉、〈挨拶〉が多く実施している結果となった($p < 0.01$)。また、〈食べ方〉、〈マナー・姿勢〉、〈食具の使い方〉、〈感謝の心〉、〈配膳・片づけ〉、〈飼育・栽培・収穫体験〉が多く実施されている傾向を示した($p < 0.05$)。これは大項目【食事マナー】の中項目全て、【飼育・栽培・収穫体験】と【食事環境】の〈食べ方(偏食、好き嫌い、量、速度、遊び食べ、おやつ、むし歯、歯磨き、よく噛む)〉の項目であった。

保育者に栄養士・調理員が加わると中項目において〈食べ物の名前〉、〈行事食〉、〈調理体験(クッキング)〉が多く実施されている傾向を示した($p < 0.05$)。大項目分類では【知識】と【食文化】に分類されている項目であった。

栄養士・調理員のみでは中項目において〈薄味〉、〈郷土料理・伝統食〉、〈行事食〉が多く実施されている分析結果となり($p < 0.01$)、大項目分類では【知識】、【食文化】にあたる。

表1 食育内容の実施率 (複数回答)

	食事環境					食事マナー					知識					食文化						
	食習慣	リズム	共食	朝食	*食入方	マナー姿勢	手洗いうがい	挨拶	食具の使い方	感謝の心	配膳片付け	バランス	3色食品群	栄養素働き	食べ物の名前	薄味	郷土料理・伝統食	行事食	地産地消・特産品	調理体験(フッキング)	地域交流	飼育・栽培・収穫体験
(n=286)																						
実施あり	216 (75.5)	156 (54.5)	167 (58.4)	195 (68.2)	266 (93.0)	266 (93.0)	266 (93.0)	268 (93.7)	258 (90.2)	253 (88.5)	256 (89.5)	204 (71.3)	207 (72.4)	202 (70.6)	254 (88.8)	197 (68.9)	203 (71.0)	230 (80.4)	159 (55.6)	237 (82.9)	134 (46.9)	256 (89.5)
実施なし	70 (24.5)	130 (45.5)	119 (41.6)	91 (31.8)	20 (7.0)	20 (7.0)	18 (6.3)	28 (9.8)	33 (11.5)	30 (10.5)	82 (28.7)	79 (27.6)	84 (29.4)	84 (29.4)	32 (11.2)	89 (31.1)	83 (29.0)	56 (19.6)	127 (44.4)	49 (17.1)	152 (53.1)	30 (10.5)

* : 偏食・好き嫌い・量・速度・遊び食べ・おやつ・むし歯・歯磨き・よく噛む

表2 食育担当者と食育内容 (複数回答)

	食事環境					食事マナー					知識					食文化					p 値 [§]		
	食習慣	リズム	共食	朝食	*食入方	マナー姿勢	手洗いうがい	挨拶	食具の使い方	感謝の心	配膳片付け	バランス	3色食品群	栄養素働き	食べ物の名前	薄味	郷土料理・伝統食	行事食	地産地消・特産品	調理体験(フッキング)		地域交流	飼育・栽培・収穫体験
(n%)																							
実施あり	113 (52.3)	94 (60.2)	97 (58.1)	117 (60.0)	142 [†] (53.4)	162 [†] (60.9)	194 [†] (72.9)	192 [†] (71.6)	157 [†] (60.1)	168 [†] (66.4)	154 [†] (60.1)	76 (37.3)	67 (32.4)	63 (31.2)	113 (44.5)	40 (20.3)	42 (20.7)	46 (20.0)	33 (20.8)	69 (29.1)	77 (57.5)	166 [†] (64.8)	<0.001
保育者のみ	83 (38.5)	50 (32.1)	58 (34.7)	55 (28.2)	98 (36.8)	87 (32.7)	58 (21.8)	66 (24.6)	86 (33.3)	74 (29.2)	92 (35.9)	84 (41.2)	88 (42.5)	82 (40.6)	119 [†] (46.9)	73 (37.1)	94 (46.3)	117 [†] (50.9)	72 (45.3)	129 [†] (54.4)	43 (32.1)	74 (28.9)	<0.001
栄養士・調理員	8 (3.7)	5 (3.2)	6 (3.6)	12 (6.2)	4 (1.5)	2 (0.7)	1 (0.3)	2 (0.8)	2 (0.8)	2 (0.8)	5 (2.0)	28 (13.7)	29 (14.0)	38 (18.8)	12 (4.7)	74 [†] (37.6)	55 [†] (27.1)	63 [†] (27.4)	40 (25.2)	23 (9.7)	2 (1.5)	3 (1.2)	<0.001
栄養士・調理員のみ	12 (5.6)	7 (4.5)	6 (3.6)	11 (5.6)	22 (8.3)	15 (5.6)	13 (4.9)	8 (3.0)	13 (5.0)	9 (3.6)	5 (2.0)	16 (7.8)	23 (11.1)	19 (9.4)	10 (3.9)	10 (5.1)	12 (5.9)	4 (1.7)	14 (8.8)	16 (6.8)	12 (8.9)	13 (5.1)	NS
外部講師含む	216 (100)	156 (100)	167 (100)	195 (100)	266 (100)	266 (100)	266 (100)	288 (100)	258 (100)	253 (100)	256 (100)	204 (100)	207 (100)	202 (100)	254 (100)	197 (100)	203 (100)	230 (100)	159 (100)	237 (100)	134 (100)	256 (100)	<0.001
全体																							

* : 偏食・好き嫌い・量・速度・遊び食べ・おやつ・むし歯・歯磨き・よく噛む

§ : χ^2 検定(p<0.05). NS: 有意差なし. 残差分析: † (p<0.05). ‡ (p<0.01)

3. 他県の調査状況

①北海道²⁾

西尾らによると、北海道内において栄養士の配置の有無により保育園での取り組みに違いがあり、「給食だより」、「野菜を育てる」、「行事食」、「給食の展示」、「レシピの配布」、「食教育」、「試食会」、「簡単クッキング教室」、「食事相談」の中でも「食教育」では配置・未配置でそれぞれ91.1%、70.8%と有意な違いが見られた ($p < 0.05$)。また、「食事相談」においても配置・未配置でそれぞれ26.7%、8.2%と有意に高いことを報告している ($p < 0.05$)。

②京都市と京都府南部³⁾

坂本らによると、京都市および京都府南部の食育の企画および実践に携わる職員の割合において、3/4を超える園で保育士が企画し、栄養士や調理師が単独で企画することは少ないと報告している。実践においても保育士単独で行われることが多く、栄養士・調理師単独ではほとんど行われていないという報告であった。企画から実践まで「栽培活動」、「食事マナー」が共に50%を超える割合で保育士が行っており、「栽培活動」に関しては約80%が保育士単独で企画から実践までを行っているという結果であった。その一方、「調理体験」、「食に関する知識を深める教育」や「郷土料理や産物に親しむ体験」では保育士単独ではなく、保育士のほかに栄養士や調理師が携わる割合が高いという報告であった。

③盛岡市⁴⁾

赤澤らによると、盛岡市内の栄養士が配置されている保育所の95%が「食事提供」を業務と回答し、「食育」は71%と回答し、約3割の栄養士が食育に関与していない。食育内容を見てみると、実施している割合が高い項目は「挨拶」、「食具の使い方」、「姿勢」、「食べ方」、「手洗い・うがい」であった。一方、実施の割合が低い項目は「地域交流」、「薄味」など栄養面に関する項目であった。しかし、栄養士が実施していることに限ってみると、「よく噛んで食べる」、「伝統食」、「残さず食べる」、「食具の使い方」、「食べ物について」、「バランス」と食べる内容、栄養面での項目が多いことが報告されている。指導・教育の方法としては、保育士は子どもたちに話しかけることが多く、給食やおやつを媒体として「挨拶」、「姿勢」、「食べ方」、「配膳・片づけ」などの指導を実施している。また、「食べ物」や「行事食」、「伝統食」については絵本や紙芝居による指導が実施されていた。

④久留米市⁵⁾

山下らによると、久留米市における食育の取り組みは、担当職員（保育士・教諭）を中心に実施、食育の内容により農業者やアドバイザー等の専門家、保護者、地域住民の協力で実施しており、園外部協力者は5割である。園児向けの内容として、「栽培・収穫体験（95.8%）」、「食べ物や栄養について（88.4%）」、「クッキング（78.9%）」が高い実施状況であり、園外部者との協同で実施されていた。

IV 考察

1. 食育担当者と食育内容の関係

保育者のみの食育では〈手洗い・うがい〉、〈挨拶〉が有意に多く実施され ($p < 0.01$)、〈食べ方〉、〈マナー・姿勢〉、〈食具の使い方〉、〈感謝の心〉、〈配膳・片づけ〉、【飼育・栽培・収穫体験】が多い傾向を示した ($p < 0.05$) ことは、生活の中で園児に最も関わる職種であり、その指導・教育を行っ

ている結果と考える。食育に栄養士や調理員が加わることで〈食べ物の名前〉や〈行事食〉、〈調理体験（クッキング）〉が傾向を示し（ $p < 0.05$ ）、栄養士や調理員のみでは〈薄味〉、〈郷土料理・伝統食〉、〈行事食〉といった食事提供にあたる項目が有意に多く実施されている（ $p < 0.01$ ）。職種により企画・実施する食育内容が異なることで【食事環境】、【食事マナー】、【知識】、【食文化】、【飼育・栽培・収穫体験】のまんべんない食育が実施できると推察する。

2. 他県との比較

①北海道内²⁾において「食教育」と「食事相談」について栄養士の配置の有無により食育の取り組みに有意に高い実施結果であったことが報告されているが、本県においても【知識〈食べ物の名前、薄味〉】、【食文化〈郷土料理・伝統食、行事食、調理体験（クッキング）〉】で栄養士・調理員が加わることで高い傾向を示したことから本県と同じ傾向を示していると判断する。

②京都市と京都府南部³⁾では食育実践項目「配膳指導（91.4%）」、「調理体験（92.1%）」、「栽培活動（93.4%）」、「食に関する知識を深める教育（93.4%）」「食事マナー（97.4%）」において9割を超える実施率であった。「食事マナー」に関しては栄養士が配置されていない園での実施が多いと報告されていた。本県においても【食事マナー】は保育者が単独で実施している傾向が示されており、本県と同様の結果を示していると判断する。また、「配膳指導」、「調理体験」、「食に関する知識を深める教育」、「郷土料理や産物に親しむ体験」においても保育士に加え栄養士や調理師と連携して実施している割合が多く報告され、【知識】や【食文化】に分類される項目の実施には栄養士や調理員の活用が必須であると認識した。

③盛岡市⁴⁾では約3割の栄養士が食育に関与していないという報告がなされ、食育内容を見てみると、実施している割合が高い項目は「挨拶」、「食具の使い方」、「姿勢」、「食べ方」、「手洗い・うがい」となっており本研究の項目であり保育者単独で実施している【食事マナー】であった。一方、実施の割合が低い項目は「地域交流」、「薄味」など食や栄養の知識に関する項目であった。しかし、栄養士が実施している項目では「よく噛んで食べる」、「伝統食」、「残さず食べる」、「食具の使い方」、「食べ物について」、「バランス」といった【食文化】や【知識】に分類される項目が多いことが報告されていた。北海道、京都市・京都市南部と同様、本県と同じ傾向を示していると判断する。

④久留米市⁵⁾では保育士や幼稚園教諭が中心となり食育を実施、5割が園外部の専門家等の協力者を得て実施していた。また「栽培・収穫体験（95.8%）」、「食べ物や栄養について（88.4%）」、「クッキング（78.9%）」が高い実施状況でありながら、給食ありの施設の栄養士在職率は40.5%と報告されていることから、本県とは異なり栄養士が外部講師として活用されているのではないかと推察する。

4報告と本県とを比較し、北海道²⁾、京都府・京都府南部³⁾、盛岡市⁴⁾では【食事環境】、【食事マナー】、〈飼育・栽培・収穫体験〉に分類する項目は保育者で多く実施され、【知識】、【食文化】に分類される項目では保育者と栄養士・調理員が協働、もしくは栄養士・調理員が単独で実施していることが確認され、本県と同様であると認識した。一方、久留米市⁵⁾では食育の実施が保育士や幼稚園教諭が中心となって行われていた。栄養士の在職率が約40%ではあるが、【知識】に分類される項目についても8割を超える高い率で実施されており、食育の5割が園外部の協力者を得ていることから、本県、また報告のあった北海道、京都府・京都府南部、盛岡市とは異なる体系が示された。しか

し、食育内容が広範であるため本県を含め他県においても保育者だけではなく、栄養士・調理員等との協働なしには食育を充実させることができないと認識した。

3. 栄養士・調理師の実情

栄養士・調理師が単独で企画することは少なかった。食育の実践に関して、企画以上に栄養士・調理師は単独ではほとんど行われていない³⁾。園児との共食について、いつも共食している栄養士は22%、共食しない栄養士は44%であった。調理員についても同じような傾向であり、一緒に食事が少ない⁴⁾。栄養士自らが保育室に出向き、子どもや保育士等とコミュニケーションを取り⁶⁾、食育実践においても自らが積極的に取り組むこと³⁾、子どもや保育者と関わり、他職種との連携を望む声もあった²⁾。

栄養士・調理師は企画に参画していないだけでなく、実施においても主担当は保育士であり、栄養士・調理師が子どもの様子を確認するために保育の現場に出て行っていないことがうかがえる。他職種との連携を望む声もあることから、栄養士・調理師は積極的に保育の現場に出向き食育のみならず、食に関する問題を生活環境の中からも解決していかなければならない。

4. 栄養士・調理師の役割

食育の企画・実践に積極的に関わる³⁾。保育室に出向き、子どもとコミュニケーション・接触する³⁾。間接的ではあるが、ポスター掲示等も行う⁴⁾。また、保護者へ向けた食育として、間接的な働きかけではあるが、献立表や給食便りなどのお便りの配布⁴⁾、食育だよりの作成や親子クッキングでの役割は大きい⁵⁾。玄関先での声かけ、アレルギーなどの個別指導、保護者への栄養指導など保護者とのコミュニケーションの必要性がある^{2,4)}。さらには、保育士や幼稚園教諭に向けた食育、食に関する指導の情報を提供することも求められている^{2,4)}。

食育を広く考えた場合、対象は子どもだけではなく保護者や食育を行っている保育士・幼稚園教諭への正しい知識や新しい情報を提供することも含まれる。毎日の給食は一番の食育教材である。その給食を中心に関わる全ての職種、そして保護者と情報を共有するためにも調理室から保育室、玄関先へと範囲を広げ、コミュニケーションを図ることが期待される。

V まとめ

食育担当者の職種により食育内容は異なる。保育者は大項目【食事環境】、【食事マナー】、【飼育・栽培・収穫体験】、栄養士・調理員は【知識】、【食文化】を有意に実施しており、保育園、幼稚園の食育をまんべんなく実施するためには、後者2種の職種が協働することが大切である。栄養士が配置されている園では、自園の栄養士の活用を積極的にすべきであるし、配置されていない場合は、外部講師として栄養士を活用すべきである。

食育を効果的に進めるためには、保育園、幼稚園は子どもを対象とした食育に加えて、保護者を対象とした食育や食事・栄養相談をも並行して実施することが大切である。栄養士・調理員は「給食献立表」、「給食だよりの作成」等を通じて間接的ではあるが保護者への食育を担う職種である。また、「親子クッキング」、「保護者向けの栄養指導」、「アレルギーなどの個別指導」、「玄関先での声かけ」を実施することで、栄養士・調理員にしかできない専門性の高い食育の担い手となる。

毎日食する給食も食育の教材の一つである。「バランスの良い食事」、「薄味」、「季節感」、「郷土料

理]、「地元産物の利用」などを給食に取り入れることにより、子どもたちは五感を使った食育を経験できる。これも栄養士・調理員の専門性を活かした食育の形である。

現在、保育園、幼稚園の食育は保育士・教諭が中心となって展開されている。保育士養成課程の中には「子どもの食と栄養」という科目があり、食と栄養の基本的な学習がなされているが、食育を計画的に実践することのできる力や基本的な栄養の知識の修得が必要であると考え。しかしながら、食と栄養の専門家とは言えない。今後、栄養士・調理師を十分活用し、食や栄養に関する専門的で実践的な食育内容が充実されることが望まれる。

保育園、幼稚園は食育年間計画を作成し、それに従って食育を展開しているが、保育の中だけではなく給食の献立作成や給食だより、地域の連携においても食育年間計画に組み入れて活用するべきである。現在、食育年間計画を作成しているのは保育士・幼稚園教諭が中心である。実施はもちろんであるが企画の段階においても、食と栄養の専門家である栄養士・調理師が参画することが必須である。そのためには、栄養士・調理師は保育室に足を運び、子どもたちに直接関わることで、食生活上の課題を把握しなければならない。また教材としての給食献立作成に反映させることができるようになることを期待する。

VI おわりに

本報では食育担当者と食育内容との関係について分析し他県との比較を行ったが、栄養士配置の有無や地域別による食育実施の差異について本県と他県を比較することはできなかった。今後は本研究を踏まえ、県内の食育実施状況について多方面から分析・検討していくことが課題である。

参考文献

- 1) 久保薫、辻村明子、木村亜希子、森山洋美、白取敏江：「青森県内の保育所・幼稚園における食育活動の実態調査（第1報）」青森中央短期大学研究紀要 28 1-12（2015）
- 2) 西尾久美子、佐藤理紗子、小塚美由記、杉村留美子：「保育所における『食』に関する現状と栄養士への要望についての研究」北海道文教大学研究紀要 37 9-16（2013）
- 3) 坂本裕子、中島千恵、浅野美登里、落合利佳：「京都府南部の保育所における食育状況」京都文教短期大学研究紀要 第48集、21-29（2009）
- 4) 赤澤典子、荒屋千秋：「幼児の食生活習慣形成のための指導・教育に関する調査研究」岩手大学教育学部研究年報 63 135-148（2004）
- 5) 山下浩子、山村涼子、眞谷智美、高松幸子、石井妙子：「久留米市の保育所・幼稚園・認定子ども園における食育推進の実態 第1報」久留米信愛女学院短期大学研究紀要 第38号 53-58（2015）
- 6) 駒田聡子：「『食育』実践能力を身につけた保育士を育てる」高田短期大学紀要 23 107-120（2005）