

青森県内の保育施設における食育状況に関する調査

Survey on food education status at childcare facilities in Aomori Prefecture

白取 敏江* 森山 洋美* 辻村 明子* 千葉 綾乃* 久保 薫*
Toshie SHIRATORI* Hiromi MORIYAMA* Akiko TSUJIMURA*
Ayano CHIBA* 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 ; 青森県内 保育施設 食育

I はじめに

「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を目的とし2005年に食育基本法¹⁾が成立し、学校、家庭、地域等において食育が推進されている。2016年よりスタートされた第3次食育基本計画²⁾では、食育の推進に当たって、子どものうちに健全な食生活を確立することは、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となるため、子どもへの食育の基礎を形成する場である家庭や学校、保育所等との連携により、食育の取組を確実に推進する必要があるとされている。

青森県においては、男女ともに平均寿命が全国最下位³⁾が続いている。そこで、本県では“短命県”からの脱却を目指し、すべての県民が生涯を通して心身ともに健康的な生活を送ることができるよう、さまざまな食育を推進している。特に幼児期は生涯にわたって健康な生活を営むための基礎になる時期であることから、保育施設等における食育の必要性は高い。その一環として、青森県では「あおもり食育サポーター」を設置し、保育施設や学校等において種々の食育活動を展開している⁴⁾。また、青森市では、2018年度から5か年計画で市内全保育施設の年長児とその保護者を対象とした「子ども食育レッスン1・2・3♪事業」を実施し⁵⁾、三色食品群に関する食育を実施することで家族でバランスの良い食生活の実践につなげる支援を行っている。幼児期からの継続的な食育を実施することは、将来的に本県の健康増進につながると考える。

しかし、青森県食育推進計画の進捗状況⁶⁾をみると、「食事バランスガイド等を参考に、主食、主菜、副菜を基準に食事のバランスを考えた食事ができている県民の割合」は目標値80%以上に対し67.3% (H30)、「子どもの肥満傾向児の出現割合 (小学校5年生)」は全国の現状値で男子10.0%・女子7.7% (H29学校保健統計調査)に対し男子14.7%・女子11.2% (H29)、「成人の肥満

者の割合（男性20歳～60歳代、女性40歳～60歳代）」は全国の現状値で男性 32.8%・女性 22.2%（H29 国民健康・栄養調査）に対し男性41.2%・女性24.8%（H28）等、食育推進計画が青森県民の行動変容につながっていないことが示唆される。そのため、今後食育活動を一層効果的に推進していく必要がある。2014年の調査に引き続き、青森県内の保育施設における食育状況に関する調査を実施した。保育施設の現状やニーズを把握し、効果的かつ継続的な食育活動の支援につなげていきたい。

II 調査方法

1. 調査対象と時期

対象は青森県内の保育施設（保育園、幼稚園、認定こども園）593園とし、質問紙調査を実施した。記入については、園長または主任教諭・主任保育士にお願いをし、調査用紙は各施設に郵送、記入後返送していただいた。時期（回答期間）は2020年11月中旬～末日までとした。

2. 調査内容

まずは園の種別、栄養士の配置、「食育・食に関する指導」実施の有無について質問した。

「食育・食に関する指導」が実施されている園については「食育・食に関する指導」の実施状況、「食育・食に関する指導」の主担当者、「食育・食に関する指導」栄養士・調理員のかかわり、各年齢で実施している「食育・食に関する指導」の内容、「食育・食に関する指導」を実施するうえで困っていること、「食育・食に関する指導」を継続して実施する上で必要だと思うもの、今後取り組んでみたい食育のテーマ（自由記述）、保護者を対象とした食育支援実施の有無、保護者への食育支援で困っていることについて質問した。「食育・食に関する指導」が実施されていない園については実施していない理由、今後実施してみたい食の取り組み（自由記述）、食育に関する考え（自由記述）について質問した。

3. 倫理的配慮

本研究は青森中央短期大学研究倫理委員会の承認を得て実施した（教-12号）。依頼文に調査目的・方法、調査への協力は任意とし、協力しない場合でも不利益は全く生じないことを記載した。依頼文は質問紙に同封し、質問紙の返却をもって本研究への同意が得られたと判断した。また、質問紙の冒頭でも「協力する」「協力しない」を回答していただいた上で質問を行った。

III 結果

青森県内保育施設における食育状況に関するアンケートは593園中338園から回答が得られた（回収率57.0%）が、「協力しない」と回答した園が2園あったため、336園からの回答を用いた（有効回答率56.7%）。

1. 回答施設の内訳

回答施設の内訳は保育園38.4%、幼稚園11.6%、認定こども園49.4%、その他0.6%であった（表1）。

表1 回答施設の内訳

n=336

	回答数	(%)
保育園	129	38.4
幼稚園	39	11.6
認定こども園	166	49.4
その他（院内託児所、企業主導型保育園）	2	0.6

2. 栄養士の配置

栄養士（管理栄養士及び栄養士）の配置は63.7%（表2-1）であり、配置人数は1名73.6%、2名20.9%、3名4.5%、4名0.9%であった（表2-2）。

表2-1 栄養士の配置 n=336

	回答数	(%)
はい	214	63.7
いいえ	113	33.6
未記入	9	2.7

表2-2 配置人数 n=220

	回答数	(%)
1名	162	73.6
2名	46	20.9
3名	10	4.5
4名	2	0.9

3. 「食育及び食に関する指導」の実施

「食育及び食に関する指導」の実施は92.0%であった（表3）。

表3 「食育及び食に関する指導」の実施

n=336

	回答数	(%)
はい	309	92.0
いいえ	17	5.1
未記入	10	3.0

4. 「食育及び食に関する指導」の実施状況

「食育及び食に関する指導」の実施状況を示した（表4-1・4-2・4-3）。

実施頻度は「毎日」56.4%、「その他」52.7%、「月1回」40.4%の順に多かった（表4-1）。活動時間は「毎日」「週2～3回」「週1回」では～5分未満、「月2～3回」では10分以上～20分未満、「月1回」「その他」では30分以上～40分未満が一番多かった（表4-2）。

表4-1 「食育及び食に関する指導」の実施頻度（複数回答可） n=319

	回答数	(%)
毎日	180	56.4
週2～3回	30	9.4
週1回	18	5.6
月2～3回	30	9.4
月1回	129	40.4
その他	168	52.7

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

表4-2 「食育及び食に関する指導」の活動時間別実施頻度（複数回答可） n=319

活動時間	毎日	週2～3	週1	月2～3	月1	その他
～5分未満	116	22	8	3	7	2
5分以上～10分未満	100	20	8	3	7	2
10分以上～20分未満	15	3	4	10	30	20
20分以上～30分未満	2	1	1	3	12	8
30分以上～40分未満	5	2	1	5	45	52
40分以上～50分未満	2	0	1	1	6	13
50分以上～60分未満	0	0	0	0	2	4
60分以上～	1	1	0	1	9	34

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

表4-3 「食育及び食に関する指導」の対象者別実施頻度（複数回答可） n=319

対象者	毎日	週2～3	週1	月2～3	月1	その他
0歳児	36	4	3	8	19	33
1歳児	54	5	3	9	26	40
2歳児	114	14	7	15	56	57
3歳児	170	26	15	26	104	98
4歳児	170	26	16	26	110	108
5歳児	170	26	16	26	109	112
保護者	0	0	0	0	5	72
その他（職員、地域の方々）	0	0	0	0	2	1

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

5. 「食育及び食に関する指導」を主に担当するもの

「食育及び食に関する指導」を主に担当するものは「保育者」が81.8%と約8割を占めていた（表5）。

表5 「食育及び食に関する指導」を主に担当するもの（複数回答可） n=319

	回答数	(%)
保育者	261	81.8
栄養士	178	55.8
調理員	110	34.5
外部講師	13	4.1
その他（看護師、養護教諭、市の保健師など）	8	2.5

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

6. 栄養士や調理師（員）の「食育・食に関する指導」へのかかわり

栄養士や調理師（員）の「食育・食に関する指導」へのかかわりは「食育活動の実施」71.5%、「年間食育計画の作成」65.8%、「食育活動の企画」55.5%の順に多かった（表6）。

表6 栄養士や調理師（員）の「食育・食に関する指導」へのかかわり（複数回答可） n=319

	回答数	(%)
年間食育計画の作成	210	65.8
食育活動の企画	177	55.5
食育活動の実施	228	71.5
保護者への講話	40	12.5
その他	50	15.7

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

「その他」として栄養指導、給食だより、ホームページへの給食写真掲載、試食会、クッキング、その日の給食の情報を掲示、喫食時の声掛け、保育者の補助などが見られた。

7. 各年齢で実施している「食育及び食に関する指導」の内容

各年齢で実施している「食育及び食に関する指導」の内容を未満児・年少・年中・年長に分けて示した（表7）。

表7 各年齢で実施している「食育及び食に関する指導」の内容

	未満児	年少（3歳児）	年中（4歳児）	年長（5歳児）	全体	n(順位)
①食習慣	99	181	199	225	704	
②生活リズム	93	161	188	220	662	
③朝食の大切さ	84	197	222	262	765	
④食事マナー・姿勢	156 (4)	283 (1)	292 (1)	299 (1)	1030 (1)	
⑤食具の使い方	156 (4)	245 (4)	255 (5)	266	922 (4)	
⑥挨拶・感謝の心	186 (1)	260 (3)	274 (2)	280 (3)	1000 (2)	
⑦配膳・片付け	50	218	262 (4)	274 (5)	804	
⑧栄養バランス、3色食品群	48	176	212	238	674	
⑨好き嫌い（偏食）	118	226	247	253	844	
⑩食品について（栄養素・働き）	39	132	183	221	575	
⑪食べ物について（名前・育ち）	99	200	233	246	778	
⑫虫歯・歯磨き	145	264 (2)	273 (3)	278 (4)	960 (3)	
⑬噛むこと	180 (3)	234 (5)	243	252	909 (5)	
⑭消化・吸収・排便	60	126	155	176	517	
⑮地産地消・県産品・特産品	70	111	124	144	449	
⑯郷土料理・行事食	122	183	183	194	682	
⑰郷土料理・行事食の提供	184 (2)	226	229	235	874	
⑱調理体験（クッキング）	56	142	176	267	641	
⑲栽培・収穫体験	100	196	243	290 (2)	829	
⑳その他	3	5	6	9	23	

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

未満児は多い順に1位「⑥挨拶・感謝の心」、2位「⑰郷土料理・行事食の提供」、3位「⑬噛むこと」、4位「④食事マナー・姿勢」・「⑤食具の使い方」であった。年少は多い順に1位「④食事マナー・姿勢」、2位「⑫虫歯・歯磨き」、3位「⑥挨拶・感謝の心」、4位「⑤食具の使い方」、5位「⑬噛むこと」であった。年中は多い順に1位「④食事マナー・姿勢」、2位「⑥挨拶・感謝の心」、3位「⑫虫歯・歯磨き」、4位「⑦配膳・片付け」、5位「⑤食具の使い方」であった。年長は多い順に1位「④食事マナー・姿勢」、2位「⑲栽培・収穫体験」、3位「⑥挨拶・感謝の心」、4位「⑫虫歯・歯磨き」、5位「⑦配膳・片付け」であった。全体では多い順に1位「④食事マナー・姿勢」、2位「⑥挨拶・感謝の心」、3位「⑫虫歯・歯磨き」、4位「⑤食具の使い方」、5位「⑬噛むこと」であった。

全ての年齢で5位以内に含まれていた内容は「④食事マナー・姿勢」「⑥挨拶・感謝の心」であった。未満児を除く全ての年齢では「⑫虫歯・歯磨き」、年長を除く全ての年齢では「⑤食具の使い方」が含まれていた。未満児・年少に共通して含まれていた内容は「⑬噛むこと」、年中・年長に共通して含まれていた内容は「⑦配膳・片付け」であった。また未満児のみ「⑰郷土料理・行事食の提供」、年長のみ「⑲栽培・収穫体験」が含まれていた。

8. 「食育・食に関する指導」を実施するうえで困っていること

「食育・食に関する指導」を実施するうえで困っていることは「特に困っていることはない」が38.6%と一番多かったが、次に多かったものとして「時間が十分にとれない」が22.9%、「保護者との連携が十分にとれない」が15.%であった（表8）。

表8 「食育・食に関する指導」を実施するうえで困っていること（複数回答可） n=319

	回答数	(%)
何をやったらよいかわからない	22	6.9
施設・設備（調理室や農園等）が十分に整っていない	19	6.0
時間が十分にとれない	73	22.9
適した教材がない	21	6.6
専門的な知識を持った職員がいない	32	10.0
外部講師（ゲストティーチャーなど）を探すのが難しい	22	6.9
食育の指導方法が難しい	41	12.9
職員の連携	21	6.6
保護者との連携が十分にとれない	49	15.4
特に困っていることはない	123	38.6
その他	21	6.6

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

「その他」として感染症流行時の調理体験（6園）、専門的な知識がない（衛生面、食物アレルギー児への対処・配慮などを含む）（3園）、朝食や野菜を食べないなど家庭において食習慣が身につけていない（3園）、職員不足で負担が大きい（3園）、保護者になかなか伝わらない（2園）、予算がない（2園）、毎年同じ内容にならないよう新しい取り組みを考えること（2園）、指導のタイミングがわからない、“食育”の定義がわからない、子どもにどこまで届くかわからない、偏食の子が多く克服する力の弱い子が増えている、様々な人の食育指導の実際の様子を見る機会が欲しい、食育がはじまった頃は多方面（県・保健師・食改）からたくさんアプローチがあったが継続されて細く長く続かない、などの意見が見られた。

9. 「食育・食に関する指導」を継続して実施する上で必要だと思うもの

「食育・食に関する指導」を継続して実施する上で必要だと思うものは「保護者への支援方法」56.1%、「食育年間計画の作り方」53.6%、「継続した食育活動の実施方法」49.8%の順に多かった（表9）。

表9 「食育・食に関する指導」の継続実施に必要なと思うもの（複数回答可） n=319

	回答数	(%)
食育年間計画の作り方	171	53.6
教材の作り方	87	27.3
食育指導ができる保育者・職員の育成	131	41.1
外部講師（ゲストティーチャーなど）の紹介	57	17.9
食育に関する最新の情報やデータの提供	155	48.6
保護者への支援方法（働きかけや言葉かけ等）	179	56.1
給食だよりや献立表の作り方	133	41.7
食育に関する保護者向けの研修会や親子合同の行事の企画	98	30.7
継続した食育活動の実施方法	159	49.8
特にない	20	6.3
その他	5	1.6

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

「その他」として園全体（すべての職員）で取り組むこと、保育者とともに進めること、一方的に伝えるのではなく子どものあそびや活動の中にあること、日々あたり前の食事環境を整えること、食に対して各家庭で話題にしてもらう工夫、幼保小の連携、ペープサートや絵本だけでなくDVDなどがあったらうれしい、マニュアルが欲しい、などの意見が見られた。

10. 保護者を対象とした食育支援の実施

保護者を対象とした食育支援の実施は「実施している」47.6%、「実施していない」48.6%と同程度であった（表10）。

表10 保護者を対象とした食育支援の実施 n=319

	回答数	(%)
実施している	152	47.6
実施していない	155	48.6
未記入	12	3.8

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

11. 保護者への食育支援で困っていること

保護者への食育支援で困っていることは「特にない」が52.4%と半数であったが、「ある」が32.0%と約3割が困りごとを抱えていた（表11）。

表11 保護者への食育支援で困っていること n=319

	回答数	(%)
特にない	167	52.4
ある	102	32.0
未記入	50	15.7

※3. 「食育及び食に関する指導」の実施は未記入であったが、回答がされていた10園も含む。

12. 「食育・食に関する指導」を実施していない理由

「食育及び食に関する指導」を実施していないと答えたのは17園（表3）であり、その理由を示した（表12）。

	回答数	(%)
小学校就学以降に指導すべきことと考えるので、今は必要性を感じない	1	5.9
成長とともに自然に身に付くことなので、特別に必要とは思わない	1	5.9
時間が十分にとれない	1	5.9
指導体制がとれていない	9	52.9
知識をもった人材の確保が難しい	10	58.8
家庭教育の範疇と考えている	1	5.9
食に関する課題や問題がない	0	0.0
その他	5	29.4

「知識をもった人材の確保が難しい」が58.8%、「指導体制がとれていない」が52.9%と多かった。「その他」として“食事のマナーや食物の大切さを会話の中で伝えている”“保護者と情報を共有している”“弁当のため食育指導を行っていないが簡単なお話を通して食に触れている”など、「食育・食に関する指導」を実施しているのではないかと思われる意見が見られた。

IV 考察・まとめ

青森県の保育施設593園を対象に食育実践状況の調査を行い、回収率57.0%と338園の食育実践状況の現状を把握することができた。栄養士の配置は63.7%であった。保育園・幼稚園・認定こども園それぞれの指針・要領に食育の推進が提示されたことによる食育活動の浸透が栄養士配置につながったのではないかと推察する。「食育及び食に関する指導」の実施は92.0%であった。中には実施していることが推察されるような記述がされているにもかかわらず実施していないと回答していた園も見られたため、「食育・食に関する指導」に関する認識が園により異なるのではないかと考える。「食育及び食に関する指導」の実施状況は「毎日」「その他」「月1」の順に多かった。状況や年齢に合わせ、臨機応変に実施しているのではないかと推察される。「食育・食に関する指導」を実施するうえで困っていることについては、「特に困っていることはない」と回答した園が38.6%であった。困っていることで多かったものとして「時間が十分にとれない」が22.9%、「保護者との連携が十分にとれない」が15.4%であった。

今後の課題として、「食育及び食に関する指導」を主に担当するものの約8割が保育者であるため、保育者に対する食や栄養に関する知識や食育活動の実践力向上が望まれる。栄養士など食に関する専門性を有する者に対しては配置や食育実践の機会拡充が望まれる。また、「食育・食に関する指導」を実施するうえで困っていることに「時間が十分にとれない」に次いで「保護者との連携が十分にとれない」、「食育・食に関する指導」を継続して実施する上で必要だと思うもので一番多かったのが「保護者への支援方法」であった。保護者を対象とした食育支援の実施は「実施している」と「実施していない」が同程度であり、保護者への食育支援に約3割が困っているため、食育の推進の

ためには、保護者との連携を改善させることが重要であることも考えられる。「食育・食に関する指導」を実施していない理由に「知識をもった人材の確保が難しい」「指導体制がとれていない」が多くあげられている。継続的な食育を実施することは将来的に青森県の健康増進につながるため、これらを解決できるような支援が必要と考える。

今回は調査結果の報告であったが、今後、前回の調査結果⁷⁾と比較し、青森県の保育施設の食育実践状況について分析し、子どもたちの将来にわたる健康な生活の基本となる「食を営む力」の育成につながる適切な支援ができるよう進めていきたい。また、専門性を持った諸団体（行政、あおもり食育サポーター、生産者、高等教育機関等）が適切にサポートできる仕組みを提案していきたい。

V 謝辞

今回、本調査を進めるにあたり、アンケート調査にご協力くださいました青森県の保育施設の園長または主任教諭・主任保育士の先生はじめ教職員の皆様に厚く御礼申し上げます。

参考文献

- 1) 内閣府：食育基本法（2005）
- 2) 内閣府：第3次食育推進基本計画
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/0000129496.pdf>（2020.9.1）
- 3) 厚生労働省：平成27年都道府県別生命表
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/tdfk15/dl/tdfk15-02.pdf>（2020.9.1）
- 4) 青森県：食育応援団！「あおもり食育サポーター」
https://www.pref.aomori.lg.jp/life/shoku/syokuiku_supporter.html（2020.9.1）
- 5) 青森市：こども食育レッスン1・2・3♪
<https://www.city.aomori.aomori.jp/hagukumi-plaza/fukushi-kenkou/kenkou-iryuu/kenkoudukuri/shokuikudayori.html>（2020.9.1）
- 6) 青森県：第3次青森県食育推進計画の進捗状況
<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/nourin/sanzen/files/H30siryo3.pdf>
- 7) 久保薫、辻村明子、木村亜希子、森山洋美、白取敏江：青森県内の保育園・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、（2015.3）