

青森県内の幼稚園・保育園における クッキング活動の実態調査

Survey Research of Cooking Activity in Kindergarten and Nursery School in Aomori Prefecture

森山 洋美* ** 木村 亜希子* 山本 えり** 久保 薫*
Hiromi MORIYAMA* ** Akiko KIMURA* Eri YAMAMOTO** Kaoru KUBO*

*青森中央短期大学 食物栄養学科

**青森中央短期大学 あおもり食育サポーター事務局

*Department of Food Dietetics, Aomori Chuo Junior College

**The Aomori Food Education Supporters Secretariat, Aomori Chuo Junior College

Key words ; 食育 クッキング活動 幼稚園・保育園

I. はじめに

平成17年に食育基本法¹⁾が施行され約10年になり食育が広く認知され様々な取り組みがなされている。平成21年施行の保育所保育指針と幼稚園教育要領²⁾の中でも、食育の推進や食育の充実について明示されており、第2次青森県食育推進計画³⁾においても重点推進事項の一つとして、保育所・幼稚園・学校等における食育の推進を挙げており、幼稚園や保育園（以下、保育施設）での食育の取り組みが広がっている。

保育施設では食育に関わる保育活動として、栽培活動、クッキング活動、配膳指導食事マナーの指導、好き嫌いをなくす・減らす指導、食に関する知識を深める教育、郷土料理などに親しむ体験などが実施されている^{4) 5) 6)}。

特にクッキング活動は園児の食への興味関心を高める活動として多くの保育施設で実施されている。また子どもが料理に興味をもつ年齢は3、4歳からはじまり、5歳が最も高いとされている⁷⁾。このことから保育施設に入園している時期にクッキングを体験することで子どもの食体験を広げることができる^{8) 9)}。また、クッキングは体の他にも五感を使う体験型の活動であることから教育効果が得やすいと言える^{8) 9)}。

「幼児期の親子クッキング活動に及ぼす調理環境の影響－あおもり食育サポーター事務局の活動事例から－」¹⁰⁾では、園内のホールと園外の調理施設で行うクッキング活動を比較し、調理環境が活動の内容やねらいに与える影響について検討した。その結果、調理施設で行うクッキング活動は、設

備が整っているため様々なメニューを作ることができることがメリットであるが、移動の必要性や、幼児にとっての安全性が課題であった。一方、ホールでクッキング活動を行うメリットは、移動の必要がない、通常の保育の中で行うことができる、手軽に楽しむことができるなどが挙げられた。しかしながらホールで実施するクッキング活動は調理室に比べメニューが限られたものになるのが現状である。これはホールでの環境構成やそれに伴う準備、人員、衛生面や安全の確認、実施時間の調整等の問題があるためと考える。このことからホールで行うクッキングであっても、安全で簡単にできるような方法を検討する必要があると考えた。その具体的な支援策として、「クッキング活動の手引き」の作成を予定している。

そこで、本研究では、青森県内の保育施設におけるクッキング活動の実施状況を調査し、実態を把握することで問題点を明らかにし、課題の対応策を検討していくことを目的とする。

Ⅱ. 研究方法

1. 調査対象

青森県内の幼稚園、保育園、認定こども園544施設を対象とした。

2. 調査方法及び調査期間

質問紙法によるアンケート調査を郵送で行った。調査は平成26年11月に実施した。

3. 調査項目

調査項目は施設形態、食育活動実施の有無、クッキング活動実施の有無、クッキング実施対象者、場所、メニューについて、対象者の反応、クッキング活動の問題点、クッキング活動のねらいなどであった。

4. 倫理的配慮

研究の趣旨と合わせて調査への協力は自由意思であること、回答しない場合でも不利益が生じないこと、データを分析・公表する際は個人が特定されないようにすることを記載した文書を添付した。調査票は無記名の封筒に入れ返送してもらうことにし、返信をもって調査に同意したとした。なお、本研究は青森中央短期大学倫理審査委員会の承認を得て行った。

5. データ処理

本調査で得られたデータの集計及び統計処理は Excel2010を用いて行った。

Ⅲ. 結果

1. アンケートの回収率

アンケート調査対象544園のうち回収したのは312園（回収率57%）で290園から有効回答を得た（回答率53%）。

2. 食育活動の実施状況

アンケート実施した幼稚園、保育園のうち99%の施設で食育が実施されていた（図1）。

また、活動内容としては栽培活動が一番多く、次いでクッキング、食育講話等の順であった（表1）。

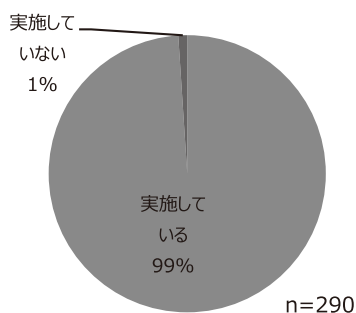


図1 食育活動の実施状況

表1 食育活動の実施内容

活動内容	園(%)			
	幼稚園 (n=42)	保育園 (n=233)	こども園 (n=12)	全体 (n=287)
栽培活動	40 (95.2)	215 (92.3)	9 (75.0)	264 (92.0)
クッキング	29 (69.0)	212 (91.0)	8 (66.7)	249 (86.8)
食育講話	17 (40.5)	120 (51.5)	7 (58.3)	144 (50.1)
その他	2 (4.8)	4 (1.7)	1 (8.3)	7 (2.4)

3. クッキング活動の実施状況

クッキング活動を実施しているところは全体で86%であった。園ごとに比較したところ幼稚園69%、保育園90%、認定こども園66%となっており、どの園においてもクッキングの実施率は50%を超えていた。(図2)。

クッキングを実施していると答えた園には対象者、回数、実施場所、メニューについて調査した。

実施されているクッキング活動のほとんどが園児を対象にしたものであり、活動場所は教室(保育室)やプレイルームといった園内で実施されていることが多かった。各園でのクッキングの年間実施回数は幼稚園3.9±3.0回、保育園5.4±4.6回、認定こども園2.5±1.8回、全体の平均は5.2±4.4回であった。

実施メニューは「カレーライス」「ホットケーキ」「おにぎり」などが多かった(表2)。また親子を対象にしたメニューでは「のり巻き」「主食・主菜・副菜がそろったランチメニュー」、祖父母と園児を対象にしたメニューでは「お餅・お団子類」「郷土料理」が多かった。

対象者の反応は「楽しんでいた」「喜んでいた」「目を輝かせていた」などクッキング活動について肯定的なコメントが多かった。

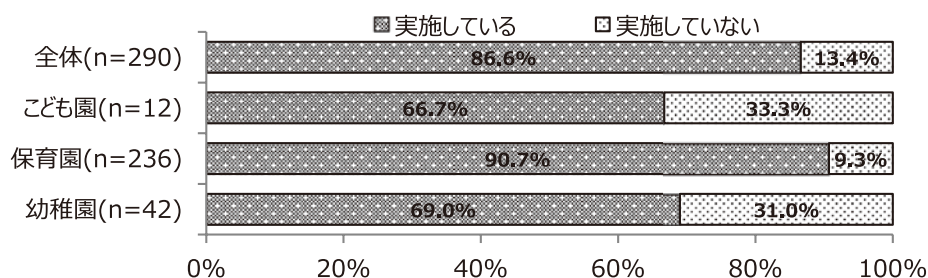


図2 クッキング活動実施状況

表2 クッキング活動状況

	回(順位)			
	幼稚園(n=29)	保育園(n=213)	こども園 (n=8)	全体(n=250)
実施回数(年間)	3.9±3.0	5.4±4.6	2.5±1.8	5.2±4.4
実施メニュー				
カレーライス	15 (1)	76 (1)	2 (2)	-
ホットケーキ	10 (2)	60 (3)	1 (3)	-
おにぎり	6 (3)	69 (2)	1 (3)	-
野菜料理	5 (4)	29 (5)	0	-
サンドウィッチ	3 (5)	21	2 (2)	-
のり巻き	1	19	3 (1)	-
スイートポテト	1	21	1 (3)	-
クッキー	0	52 (4)	1 (3)	-

4. クッキング活動の問題点

クッキング活動の問題点についてクッキングを実施している園（以下、実施園）と実施していない園（以下、未実施園）それぞれに挙げてもらった。回答は複数回答とした。さらに実施園と未実施園で多かった回答を比較した。実施園では「安全面」や「衛生面」、「準備に手間がかかる」などを問題として挙げているところが多かった。またその他の回答として「特に問題がない」と回答しているところも多かった。未実施園では「衛生面」「安全面」の他「調理器具がない」「時間がない」「十分な人手がない」「指導者がいない」などを問題点として挙げていた（表3）。

図3 クッキング活動実施にあたっての問題点

	回答数(順位)	
問題点	実施園 (n=250)	未実施園 (n=40)
時間がない	29	11 (5)
準備に手間がかかる	39 (4)	8
調理器具がない	21	14 (3)
熱源・給排水がない	19	9
安全面	112 (1)	16 (2)
衛生面	111 (2)	21 (1)
予算がない	7	5
指導者がいない	4	7
十分な人手がない	28	14 (3)
活動の仕方がわからない	3	7
適した調理メニューがわからない	19	7
その他	38 (5)	3
無回答	45 (3)	2

5. クッキング活動に求めるもの

クッキング活動に求める項目を調査した。回答は複数回答とした。実施園、未実施園どちらも「食への興味・関心」を挙げているところが一番多かった。次いで「食材への興味」「好き嫌いの改善」「感謝の心を持つ」であった（表4）。

表4 クッキング活動に求めるもの

ねらい	回答数(順位)	
	実施園 (n=250)	未実施園 (n=40)
食への興味・関心	244 (1)	36 (1)
食材への興味	210 (2)	26 (2)
調理技術の習得	27	2
好き嫌いの改善	175 (3)	26 (2)
感謝の心をもつ	169 (4)	16 (4)
バランスの良い食事について知る	80	15 (5)
食事マナーの改善	89 (5)	13
食文化の伝承	87	14
親子のコミュニケーション	78	14
保護者同士の交流	39	6
保護者と職員の交流	26	2
その他	12	0

IV. 考察

平成17年に食育基本法¹⁾が施行され、各施設で様々な食育活動が実施されている。今回の調査結果においても99%の保育施設で食育活動が行われていた。

食育活動の内容としては栽培活動が一番多く、次いでクッキング、食育講話となっており、先行研究においても同様の結果であった⁶⁾。栽培活動やクッキングが行われる理由として、手軽に実施できる食育活動であることやどちらも体験型のため園児が楽しみながら取り組むことができるためと考える^{8) 9)}。

クッキングの実施状況について全体で約80%の保育施設で実施していたが、幼稚園、保育園、認定こども園の園ごとで比較すると実施率には差があり、保育園で最も多く行われていた。保育園では1日のスケジュールの中でクッキング活動の時間を取り入れやすい。さらに給食やおやつを提供していることから給食室が配置されているなど、他の園よりもクッキング活動をより取り入れやすい環境が整っているためと思われる。実施しているクッキング活動はほとんどが園児を対象にしたものであった。数は多くないものの親子クッキングや祖父母と園児のクッキングも実施されていた。他には交流を目的に地域の方と一緒にを行うクッキングを実施している園もあった。

実施回数には各園で大きな開きがあった。年1回の実施というところから月2回以上実施しているところもあった。クッキング活動の回数が多い園はクッキングをイベントや行事としてではなく、日常の保育の一環として取り入れていると思われる。

活動場所は教室（保育室）やプレイルームなど園内で行われていることが多かった。これは園児が活動しやすいことやクッキングの準備がしやすい、移動の必要がないなど理由として考えられる。親子を対象にしているクッキングでは調理施設がある公共の施設で実施されているケースもあった。保護者と一緒に移動が可能であることその他、メニューが主食・主菜・副菜・汁物といった一食分であることや、園の職員以外（行政の栄養士など）が調理指導を担当するなど、園内での実施が難しいことが考えられる。前回の研究においても調理施設の違いによりメニューに同様の差があった¹⁰⁾。祖父母と一緒にクッキングでは園内で行われることが多かった。これは祖父母と園児の交流を目的としていることやお餅やお団子といったあまり手間のかからないメニューが多いためと思われる。また伝統的な料理や食文化の継承を目的に祖父母と一緒に調理をしているところもあった。

クッキングの実施メニューは「カレーライス」「おにぎり」「ホットケーキ」などが多かった。その他にもクッキーやサンドウィッチ、巻きずしなど火を使わなくてもできるものやこねる、丸める、混ぜる、ちぎる、むくといった園児でも簡単に作業ができるもの、調理器具を多く使用しないものが選ばれていた。また園児が自分たちで育てたものを取り入れたメニューも多かったことから栽培活動とクッキングを関連付けた食育を展開している園が多いと考える。

クッキング実施にあたっての問題として、実施園では「安全面」「衛生面」を挙げているところが多かった。対象者がケガや火傷がないように安全面の確保や食中毒、感染予防など衛生面に留意してクッキングを実施していると思われる。だからこそその中で安全面や衛生面の必要性に気づき問題点として挙げたところが多かったと考える。先行研究においても調理体験の安全面・衛生面への配慮や確認、実施前の計画書の作成や実施後の反省や記録が欠如しやすいと指摘されている^{11) 12)}。また、「その他」の項目に「特に問題がない」とのコメントが多かった。今回、設問の選択肢の中に「特に問題がない」の項目を設けなかったため不明であるが実施園の中にはクッキング活動を問題なくできている園も多いと推察する。無回答が多かったのもそのためと思われる。未実施園では「安全面」「衛生面」の他、「調理器具がない」「時間がない」「指導者がいない」「十分な人手がない」ことも問題点として回答していたところが多かった。このことから未実施園では調理器具といった道具や人材の確保など調理をするための環境が整っていないためクッキング活動を実施していないと考えられる。

クッキングに求めるものとしては「食への興味・関心」「食材への興味」、「好き嫌いの改善」、「感謝の心をもつ」などの回答が多かった。これらの項目は「楽しくたべる子どもに～保育所における食育の指針」²⁾の中で食育のねらいとしている項目とも一致し、食育活動の中でクッキングが担う役割が大きいと思われる。本調査でも実施園からのコメントに「調理工程や食べ物が変化する様に興味を持った」「食材の香りや味に興味を持った」など食への興味・関心や食材への興味につながる反応や「食材や器具などを丁寧に扱うようになった」「残さず食べるようになった」「作り手の大変さが理解できた」など感謝の心をもつようになった反応、「苦手なものでも自分で調理することでおいしく食べていた」など好き嫌いの改善につながる反応があったとされていた。このことからクッキング活動が食育活動として有効であると考えられる。またコメントの中には園でのクッキング体験を園児が家庭に持ち帰り伝えることで、保護者も食に興味を持つ機会になったことや家庭での話題になっていたとの意見もあり、クッキング活動が親子のコミュニケーションを深める機会を作っている。

堀田は食事づくりなどの経験を通じて、幼児の食行動を広げることは、食習慣形成だけでなく生活意欲にも関与していると示唆している¹³⁾。

食育は食や栄養に関する知識を学ぶことだけではなく、それらを毎日の生活の中に取り入れ継続・実践していくことが大切である。そのためにはより楽しい体験や学びの中で達成感を感じることで、食に関する興味・関心や探究心を高めることができる考える。

子どもにとってクッキングは楽しみや達成感、意欲を感じることができ、かつ食育のねらいにそった活動が実践できるものである。子どもが料理に興味を持つ年齢は5歳がピークとされている⁷⁾。そのため保育施設での調理経験は重要な意味を持つと考える。また子どもは親子で料理をすることを「楽しい」「嬉しい」と感じており、一緒に調理をしたい気持ちも高いとされている⁷⁾。このことから園児だけではなく親子布いては保護者を対象にしたクッキング活動の支援も望まれる。そこで、今後は本調査で明らかになったクッキングの問題点に対応した手引きを作成し、それをもとに幼稚園、保育園、認定こども園のクッキング活動の支援ができれば、保育施設における食育活動の推進に寄与できると考える。

本研究は保育施設におけるクッキングの現状や問題点を把握することはできたが施設及び対象者ごとの詳細な分析や課題検討までは至らなかった。今後は施設ごとの課題や実施メニュー、対象者の反応などを詳細に分析し、クッキング活動の効果を明確にしていきたい。

謝 辞

お忙しい中、本調査にご協力くださいました青森県内の幼稚園、保育園、認定こども園の皆様へ深く感謝いたします。

引用・参考文献

- 1) 内閣府：食育基本法（最終改正：平成二一年六月五日法律第四九号）
<http://law.e-gov.go.jp/htmldata/H17/H17HO063.html>
- 2) ミネルヴァ書房編集部：保育所保育指針幼稚園教育要領解説とポイント初版第3刷、ミネルヴァ書房、2008
- 3) 青森県農林水産部食の安全安心推進課：第2次青森県食育推進計画（計画期間平成23～27年度）、2012
- 4) 多々納道子、山田千尋：幼稚園における食育の実態と課題、島根大学教育学部紀要（教育科学）第46巻15-27、2012
- 5) 西尾久美子：保育所における「食」に関する現状と栄養士の要望についての研究、北海道文教大学研究紀要第37号9-16、2013
- 6) 高木道代、森田悠子：保育施設における食育計画づくりと食育の現状、佐野短期大学研究紀要第24号31-41、2013
- 7) 東京ガス株式会社：都市生活研究所：親子料理の意識と実態2014 都市生活レポート2014
- 8) 高木道代、森田悠子：保育施設における食育計画づくりと食育の現状、佐野短期大学研究紀要第24号31-41、2013

- 9) 古郡曜子：幼稚園と保育所の食育計画－幼児期のあそびをととして－、北海道文教大学研究紀要第35号、1-9、2011
- 10) 木村亜希子、森山洋美、山本えり：幼児期の親子クッキング活動に及ぼす調理環境の影響－あおもり食育サポーター事務局の活動事例から－、青森中央短期大学研究紀要第27号 1-7、2014
- 11) 廣瀬志保他：保育所の調理体験活動における衛生・安全マニュアルの検討（1）－指導・実践計画書および行動観察の分析、細菌学的検討から－、東京家政学院大学紀要第52号105-119、2012
- 12) 酒井治子、廣瀬志保：保育所の調理体験活動における衛生・安全マニュアルの検討（2）－衛生・安全面の配慮及び計画・記録等の実践状況調査から－、東京家政学院大学紀要第52号121-130、2012
- 13) 堀田千寿子：幼稚園児と母親に対する食育活動－調理体験教室における効果－ 日本食育学会誌第7巻第2号119－128 2013