

保育所・幼稚園における食育実践状況に 関する系統的レビュー

A Systematic Review of the Practice of Dietary Education in Nursery School and Kindergarten

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 ; 幼稚園・保育所・食育実践・栄養士

I 緒言

国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことを目的とし2005年に食育基本法¹⁾が成立した。文部科学省によると2013年度では5歳児は約24%に肥満がみられ、10歳男子においては約10%の出現率となっており、子どもの肥満が多いことがわかっている²⁾。これまで増加傾向にあった肥満傾向児出現率は2006年度以降減少傾向を示していたが、2011年度以降はほぼ横ばいに推移している²⁾。食育基本法の制定により健康になるための食を考えるようになったためだと考える。小児肥満は成人肥満をはじめとする生活習慣病を引き起こし、さらには短命へ移行すると考えられ、幼児期からの食生活改善が必要となってきた。

保育所・幼稚園における食育実践の報告件数は多くないが、2005年の食育基本法成立以前より食育活動が報告され^{3~5)}、かつ2005年以降も調査され報告されている^{6~19)}。栄養士・管理栄養士の配置状況についても、仙台市では2012年3月現在129か所の認可保育所・分園全ての施設に栄養士が1名以上配置されているが²⁰⁾、全国の保育所実態調査報告書²¹⁾によれば、栄養士・管理栄養士の配置は0.4人と1名未満となっている。

本研究では、青森県内の保育所・幼稚園における食育調査のための前段階として、全国の保育所・幼稚園で行われた食育実践に関する調査報告から、食育実践内容、栄養士の配置状況、食育年間計画の作成状況、食育実践担当者および問題点や課題について系統的に検討することを目的とした。

II 研究方法

1. 文献検索

文献検索はデータベース・サービス NII 論文情報ナビゲータ「CiNii Articles」を使用し、“保育所(園) 幼稚園 食育実践 栄養士”と関連するキーワードで検索した。さらにこれら文献に引用されている食育実態調査を行った文献を遡及的に検索し、タイトルおよび抄録から保育所・幼稚園における食育実践について論じられた文献を抽出した。また、Online でも“保育所 幼稚園 食育実践 栄養士”と関連するキーワードで検索し、大学紀要や地方自治体から発表されている文献・データを同様に抽出した。

検索にヒットした文献のうち、日本国内の論文、調査対象が保育所または幼稚園であるものを選定した。残った論文の全文を精読し内容を検討、18文献を対象とした。

III 結果および考察

1. 文献の動向

1) 研究対象

文献検討の結果、18件の文献が得られた。文献の内訳は、研究論文が12件、その他が6件であった。対象は幼稚園が2件、保育所が8件、幼稚園と保育所を対象とした文献が8件であった。

2) 年次推移

食育基本法が施行された2005年以降は15件あった。施行前に報告された食育実践は2件、調査年月不明が1件であった。

食育基本法施行前の食育実践報告は2件と少ないが、食育基本法が施行された2005年以降は15件であり、2008年以降では2～3本/年の割合で報告されている。食育基本法の施行により食育活動がより実施されるようになったためと考える。このことは、食育活動を意識して行っているというを示している。

3) 研究方法

研究方法は質問紙法によるアンケート調査が18文献のうち15件、ワークシート方式が1件、調査方法未記載が2件であった。アンケート調査は8割以上を占めていた。

2. 食育実践内容

得られた大項目を【 】, 中項目を〈 〉, 小項目を()の記号で表した。

食育実践内容が示された17文献をKJ法により項目分けし、【食事環境】【食事のマナー】【知識】【食文化】【飼育・栽培・収穫体験】の5つの大項目に分けた。さらに【食事環境】には〈食習慣〉・〈リズム〉・〈共食〉・〈朝食〉・〈食べ方〉の5つの中項目を含め、さらに〈食べ方〉に(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9つの小項目を含めた。【食事マナー】には、〈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・下膳〉の6つの中項目を含めた。【知識】には、〈バランス〉・〈3色食品群〉・〈栄養素・働き〉・〈食べ物の名前〉・〈薄味〉の5つの中項目を含め、【食文化】には、〈郷土料理・伝統食〉・〈行事食〉・〈地産地消・特産品〉・〈調理体験〉・〈地域交流〉の5つの中項目を含めた。(表1)

17文献のうち、半数以上行われている項目は【食事環境】の〈食べ方〉、【食事マナー】の〈マナー・

姿勢)、〈配膳・下膳〉、【知識】の〈バランス〉、【食文化】の〈郷土料理・伝統食〉、〈調理体験〉、【飼育・栽培・収穫体験】の7項目であった。【飼育・栽培・収穫体験】においては、最も実施件数が多く、15文献で食育実践活動に取り入れられていた。これは特殊な技術を必要とせず“家庭菜園の延長”のような形で実施できるためではないかと推測される。【食文化】の〈調理体験〉、【食事のマナー】の〈マナー・姿勢〉、【食文化】の〈郷土料理・伝統食〉のうち、調理体験は子どもが興味を持ち参加できること、マナー・姿勢は食事を行う基本作法を学び、郷土料理・伝統食は居住地域の食を伝えることを目的としていると考えられる。【食事環境】の〈食べ方〉、【食事のマナー】の〈配膳・片づけ〉、【知識】の〈バランス〉のうち、食べ方や配膳・片づけ、バランスについては、身につけてほしい知識、マナーとして子どもたちに学んでほしい内容がテーマとして採用されているのではないかと推測される。

3. 栄養士の配置状況

全国の保育所実態調査報告書²²⁾によれば、栄養士・管理栄養士の配置は施設当たり0.4人、保育所における食事の提供ガイドライン²⁰⁾では、自園に栄養士が配置されている保育所は約2.8%との報告があるが、対象文献10件中では、食育基本法が制定される以前は幼稚園が10～20%台、保育所が30～90%台の配置率であった。食育基本法が制定された2005年以降では、幼稚園での配置率が20%台へ、保育所での配置率が概ね半数以上に上がっていることがわかる。(表2)

都道府県別に差異はあるものの、幼稚園より保育所の配置率が高いことが示された。保育所では「施設内の調理室で職員が調理」が9割以上であり²¹⁾、2010年より満3歳以上児には、給食の外部搬入方式が可能となったが、9割を超える保育所が「自園調理」によって食事を提供している²¹⁾。このことが保育所における栄養士の配置につながっていると考えられる。

4. 食育年間計画の作成状況

幼稚園では低いところで18%、高いところでは54.3%で食育年間計画を作成、保育所では低くても58.2%、高いところでは97.5%で食育年間計画を作成していた(表3)。

栄養士配置状況と同様に、幼稚園より保育所において食育年間計画が作成されていることが示された。これは、保育所の栄養士配置状況の割合の高さによるものと考えられる。また、保育士養成課程の修業科目には「子どもの食と栄養」があり、その内容は、子どもの心身の健康と食生活を学び、発達と食生活についての知識を習得することとある²³⁾。幼稚園教諭や保育士資格取得を目指す学生が「子どもの食と栄養」を履修し食育について学ぶことにより、食育年間計画を立案し、実践する能力を養っていることも食育年間計画作成状況に反映していると考えられる。また、2008年に改定された「保育所保育指針」²⁴⁾では、「第5章 健康及び安全」の中に「食育の推進」が項目としてあげられ、各保育所は食育を保育の内容として位置付け、計画的に実践していくことが求められていることも要因のひとつとなっているのではないかと推測される。

5. 食育実践担当者

幼稚園では平均して教師(*・**含む)80.8%、管理栄養士(栄養士)12.9%、養護教諭14.1%、調理師・調理員4.2%、外部講師10.3%に対し、保育所では保育士78.1%、管理栄養士(栄養士)39.7%、看護師13.9%、調理師・調理員46.4%、外部講師4.7%という平均結果であった(表4)。主にクラス担任が食育実践担当者であることが示された。

幼稚園、保育所を比較すると、幼稚園教諭と保育士の割合、養護教諭と看護師の割合が同程度であ

ることが示されたが、管理栄養士（以下：栄養士）、調理師・調理員、外部講師の割合は保育所において比重が高いことが示された。幼稚園では栄養士の配置が少ないこと、調理師・調理員同様、調理作業に携わることが多いためだと考えられる。西尾ら¹⁸⁾によると保育所における子どもの食について、栄養士が保護者と保育者との連携を密にとってもらいたい。栄養士が母親と直接話し栄養指導もしながら進めてほしいという三者の連携を希望する要望が報告されている。保育所において、自園調理、外部委託、外部搬入など様々な食事提供の方法が存在する中、自園の保育理念や保育目標、保育方針に基づいた食環境の充実や食育の目標に掲げる子ども像を目指した食育が行われているかが重要²⁰⁾とあるように、栄養士は保育所における給食提供とともに“食に関する指導全般”をも担っている。

6. 食育実施の問題点や課題

得られた項目を【 】の記号で表した。

食育を実践するうえでの問題点や課題は7文献で報告されており、KJ法により項目分けをした。【施設・設備】【予算・人材】【時間】【保護者との連携】【地域・団体との連携】【情報提供】【職員の連携（研修・知識の共有）】【教材の貸し出し】【外部講師の紹介】【食育実践事例の提供】の10項目に分類した結果、【保護者との連携】、【職員の連携（研修・知識の共有）】が7文献中5文献で問題点や課題として報告されていた。

7文献中6文献と調査対象のほとんどが【職員の連携（研修・知識の共有）】を問題点や課題として挙げ、また、5文献で【保護者との連携】を挙げていた。クッキング講座などでは親子参加型が多いこと、食教育が保育所・幼稚園だけの問題ではなく、家庭における協力も必要であることから【保護者との連携】が大切である。【保護者との連携】同様、【職員の連携（研修・知識の共有）】も重要であり、栄養や食に関する内容の研修を行うことや、知識を職員間で共有するなどし、子どもと関わる全職種での食育に対する意識を共通のものとする必要があると考える。

V 結論

本研究は、保育所・幼稚園における食育実践の現状について初めて系統的レビューを行った報告である。今回、2000年から2013年までの18文献についてまとめた。『食育実践内容』『栄養士の配置状況』『食育年間計画の作成状況』『食育実践担当者』『食育実施の問題点や課題』について、子どもが特殊な技術を必要とせず安全に興味を持ち参加できる【飼育・栽培・収穫体験】の実施が多いことが確認された。食育基本法が制定された2005年以降に栄養士配置率が上がっていたため、食育の重要性を感じている保育所・幼稚園が増えていることが示された。『食育年間計画の作成状況』は、幼稚園より保育所において食育年間計画が作成されており、保育所での食育に対する取り組みがなされていると認識した。『食育実践担当者』は、子どもとの関わりが一番多い担任教諭・保育士が担っていることを確認した。【職員の連携（研修・知識の共有）】や【保護者との連携】を『食育実施の問題点や課題』として感じている保育所・幼稚園が多く、食育実践することの難しさが示唆された。子どもと関わる全ての職員・保護者で意識を共通のものとする必要があることから、知識の伝達を行うこと、また食育を実践するための提案を行っていくことを期待する。

VI おわりに

本研究では全国で報告されている食育実践について系統的レビューを行った。しかし、本県における食育実践報告がなく、比較することはできなかった。本研究をふまえ、本県の保育所・幼稚園における食育実践の実態を調査し検討していくことが今後の課題である。

表1 食育実践内容

文献	年／調査地域	対象・数	方法	食育実践内容																					
				食事環境				食事のマナー				知識				食文化									
				食習慣	リズム	共食	朝食	食* べ方	マナー 姿勢	手洗 うがい	挨拶	食具の 使い方	感謝の 心	配膳・ 片づけ	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	地域交流	飼育・ 栽培・ 収穫体験
A ³⁾	調査年不明 千葉県 八千代市	幼稚園:19	アンケート	○		○	○								○									○	○
B ⁴⁾	2000 近畿地区	私立幼稚園:45 私立保育所:26	アンケート	○				○	○					○		○	○	○							
C ⁵⁾	2004 盛岡市内	保育所:253名	アンケート	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						○	
D ⁶⁾	2006 全国	保育所:450	アンケート												○			○		○	○	○	○	○	
E ⁷⁾	2007 岐阜県	保育所・幼稚園:357	アンケート	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	
F ⁸⁾	2008 大阪府	幼稚園:435 保育所:594	アンケート				○	○	○						○	○		○		○		○		○	
G ⁹⁾	2008 福島県	幼稚園:247 保育所:235	アンケート	○	○		○	○	○				○	○										○	
H ¹⁰⁾	2008 堺市、 泉州地域	保育施設:76	アンケート					○	○												○	○		○	
I ¹¹⁾	2009 京都市、 京都市南部	保育所:151	アンケート						○				○	○				○				○		○	
J ¹²⁾	2009 佐賀県	幼稚園・ 保育園:167	ワークシート	○	○			○	○	○	○			○					○		○	○	○	○	
K ¹³⁾	2010 群馬県	公立、私立の 幼稚園、保育所:592	未記載					○					○						○			○		○	
L ¹⁴⁾	2010 三重県 津市	保育園・ 幼稚園:95	アンケート		○		○	○	○	○	○			○					○			○	○	○	
M ¹⁵⁾	2012 横浜市	市立保育所:92 民間保育所:295	未記載	○					○			○	○						○			○	○	○	
N ¹⁶⁾	2012 札幌市	私立幼稚園・ 公立幼稚園:86、 認可保育所:117	アンケート	○					○			○							○			○	○	○	
O ¹⁷⁾	2012 島根県、 鳥取県	幼稚園:114	アンケート		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
P ¹⁸⁾	2013 北海道	保育所:165	アンケート																○		○		○		
Q ¹⁹⁾	2013 栃木県	保育所:40	アンケート				○												○	○		○		○	

* 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

表2 栄養士の配置状況

出典	年	調査地域	対象・数	栄養士配置状況 (%)
B ⁴⁾	2000	近畿地区	幼稚園:45 保育所:26	幼稚園:13.6% 保育所:38.5%
C ⁵⁾	2004	盛岡市	保育所:41	93%
D ⁶⁾	2006	全国	保育所:450	43.1%
G ⁹⁾	2008	福島県	幼稚園:247 保育所:235	幼稚園:24.4% 保育所:48.5%
H ¹⁰⁾	2008	堺市、泉州地域	保育施設:76	55.3%
I ¹¹⁾	2009	京都市、京都府南部	保育所:151	76.1%
O ¹⁷⁾	2012	札幌市	幼稚園:86 保育所:117	幼稚園:20% 保育所:67%
Q ¹⁹⁾	2013	北海道	保育士:165名	67.8%
R ²⁰⁾	2013	栃木県	保育所:40	58.3%
S ²³⁾	2013	全国	保育所:357	52.6%

表3 食育年間計画作成状況

出典	年	調査地域	対象・数	食育年間計画作成状況 (%)
F ⁸⁾	2008	大阪府	幼稚園:435 保育所:594	幼稚園:36.4% 保育所:58.2%
G ⁹⁾	2008	福島県	幼稚園:247 保育所:235	幼稚園:54.3% 保育所:85.5%
L ¹⁴⁾	2010	群馬県	幼稚園・保育所:592	幼稚園:52.9% 保育所:90.4%
O ¹⁷⁾	2012	札幌市	幼稚園:86 保育所:117	幼稚園:18% 保育所:94%
P ¹⁸⁾	2012	鳥根県 鳥取県	幼稚園:114	31.6%
R ²⁰⁾	2013	栃木県	保育所:40	97.5%

表4 食育実践担当者

出典	年	調査地域	対象・数	食育実施担当者状況 (%)
O ¹⁷⁾	2012	札幌市	幼稚園:86	担任教師:54% 担任外教師:19% 管理栄養士(栄養士):10% 養護教諭:8% 外部講師:1% 調理員:1%
			保育所:117	担任保育士:34% 担任外保育士:19% 管理栄養士(栄養士):24% 養護教諭:2% 外部講師:1% 調理員:15%
F ⁸⁾	2008	大阪府	幼稚園:435	担任教諭:89.7% 栄養士:17.0% 養護教諭:13.0% 看護師:1.0% 調理師・調理員:3.6% 外部講師:18.3%
			保育所:594	担任保育士:95.9% 栄養士:48.1% 養護教諭:1.0% 看護師:25.7% 調理師・調理員:59.5% 外部講師:5.4%
G ⁹⁾	2008	福島県	幼稚園:247	教師:91.3% 栄養士:17.0% 調理担当者:2.8% 外部講師:22.0%
			保育所:235	保育士:85.3% 栄養士:47.0% 調理担当者:64.7% 外部講師:7.8%
P ¹⁸⁾	2012	鳥根県 鳥取県	幼稚園:114	園長:7.7% 副園長・教頭*:21.5% 担任:40.0% 養護教諭:21.5% 栄養士:7.7% 調理員:9.2% 外部講師:0%

表5 食育実践の問題点や課題

出典	年	調査地域	対象・数	食育実践の問題点や課題												
				施設・設備	予算・人材	時間	(研修・知識の共有)	職員の連携	保護者との連携	地域・団体との連携	情報提供	教材の貸し出し	食育実践例の提供	外部講師の紹介		
I ¹¹⁾	2009	京都市、 京都府南部	保育所:151	○	○	○			○	○						
L ¹⁴⁾	2010	群馬県	幼稚園・保育所:592				○	○			○	○	○	○	○	○
A ³⁾		千葉県 八千代市	幼稚園:19						○	○						○
F ⁸⁾	2008	大阪府	幼稚園:435 保育所:594				○				○	○	○	○	○	○
G ⁹⁾	2008	福島県	幼稚園:247 保育所:235	○	○	○	○	○					○			
D ⁶⁾	2006	全国	保育所:450				○	○								
H ¹⁰⁾	2008	堺市、 泉州地域	保育施設:76		○	○	○					○				

参考文献

- 1) 内閣府 食育基本法 (2005)
- 2) 文部科学省 平成25年度学校保健統計調査速報 (2013)
- 3) 幼稚園における食育アンケート結果概要、千葉県
- 4) 木林悦子、上野恭裕、鏡森定信、「集団保育施設(幼稚園・保育所)における食育・栄養教育についての調査研究、栄養学雑誌 Vol.58 No.1 29~36 (2000)
- 5) 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)
- 6) 全国保育士会給食研究委員会、「平成18年度『食育』に関するアンケート調査・調査票」(2006)
- 7) 三輪聖子、小川宣子、「岐阜県における幼児の食育実態調査と食育推進活動の実践例」、岐阜女子大学紀要、36、105-114 (2007)
- 8) 大阪府食育推進プロジェクト 平成20年度「幼稚園・保育所における食育実施状況アンケート」(2008)
- 9) 鈴木秀子、佐藤三佳、鈴木礼子、「食育に関する実態調査報告書 幼児と保護者の食生活に関する実態、幼稚園・保育所における食育の実態」、50-127 (2008)
- 10) 坂井孝、中田和江、土田幸恵、「保育施設における食育の現状について」羽衣国際大学人間生活学部研究紀要 第3巻 33-42 (2008)
- 11) 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)
- 12) 久野一恵、真名子香織、荒尾恵介、久野建夫、「『食育の計画』作成ワークシート記入結果からみた幼稚園・保育園の食育の実態と課題」佐賀大学研究紀要 Vol.14、No.1、69-74 (2009)
- 13) 幼稚園・保育所における食育の取組に関する調査結果概要、群馬県 (2010)
- 14) 津市内保育園・幼稚園および保護者に対する食育アンケートの結果の概要、津市 (2010)

- 15) 第9回 保育所における食育に関する調査書 集計結果、横浜市 (2012)
- 16) 菅原千鶴子、森谷潔、木田春代、「就学前の子どもを育てる保護者に効果的な継続食育教室と札幌市の幼稚園ならびに保育園の現状」、天使大学紀要、Vol13、No.2、79-93 (2012)
- 17) 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、46、15-27 (2012)
- 18) 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)
- 19) 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 31-43 (2013)
- 20) 厚生労働省 保育所における食事の提供ガイドライン (2012)
- 21) 全国の保育所実態報告書 P33 (2008)
- 22) 池谷真梨子、柳沢幸江、「全国保育所における園児の摂食に関する実態調査」、栄養学雑誌、Vol.71 No.3 155-162 (2013)
- 23) 近藤 清華、「保育士養成課程における科目「子どもの食と栄養」の現状と課題－短期大学のシラバス分析から－」、川口短大紀要 第26号 117-128 (2012)
- 24) 厚生労働省 保育所保育指針 (2008)