

平成 21 年 5 月 29 日現在

研究種目：若手研究（スタートアップ）
研究期間：2007～2008
課題番号：19800006
研究課題名（和文） 成育環境および発達段階を踏まえた食育プログラムの開発
研究課題名（英文） Development of SHOKUIKU program based on growth environment and developmental stage
研究代表者
大森 玲子（OHMORI REIKO）
宇都宮大学・教育学部・准教授
研究者番号：70447259

研究成果の概要：成育環境および発達段階を踏まえた食育プログラムを開発するために、食育プログラム実施対象であるモデル施設の子どもの特性を的確に把握する調査研究を実施した。地域特性として、おやつに摂取されるスナック菓子やジュース類の摂取過多が懸念されたため、特に、おやつへの情報を提供できるよう配慮した活動を取り入れた。開発した食育プログラムを通じて、子どものみならず、子どもに関わる大人への波及効果も期待された。

交付額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007年度	1,320,000	0	1,320,000
2008年度	1,350,000	405,000	1,755,000
年度			
年度			
年度			
総計	2,670,000	405,000	3,075,000

研究分野：食教育、栄養代謝学、食品機能学

科研費の分科・細目：生活科学・食生活学

キーワード：食育、食教育、生活習慣、地域特性、子ども、就学前児童

1. 研究開始当初の背景

子どもの食生活や栄養、健康をめぐる問題が顕在化し認識されていく中で、その対応策が急務とされている。平成 17 年 7 月に「食育基本法」が施行され、平成 18 年 3 月には平成 18 年度から向こう 5 年間を対象とした「食育推進基本計画」が策定された。この計画に基づき、様々な場所と時間を利用して積極的に食育事業が展開されるようになった。

平成 18 年度版食育白書（内閣府）をもとに、全国的に行われている食育事業を大別してみると、①食生活指針や食事バランスガイドを活用した健康・栄養教育的活動、②食の

生産から消費までの一部あるいは全体に関わる体験的活動、③地産地消や郷土料理など地域の食産業を継承する文化的活動、の 3 点が食育の中心的活動と考えられる。しかしながら、これらの活動が推進し展開されていく中で、子どもの家庭環境や地域特性といった成育環境、そして一人一人の子どもの発達段階を踏まえ、就学前施設（保育所や幼稚園）と小学校が連携するような長期的視点に立った食育活動は十分に行われていない。

2. 研究の目的

本研究では、対象とする子どもの成育環境

および発達段階を踏まえた上で、その対象者への効果的な食育プログラムを開発することを目的とする。

3. 研究の方法

(1) 食育事業に関する情報収集

本研究では、就学前児童を対象とするため、既存する保育所や幼稚園の中で、食育実施モデル施設を設定し、モデル施設周辺あるいは近郊で実施されている食育活動に関して調査の上、その情報を整理し、食育を実践する上での課題や問題点を抽出する。

(2) 食関連分野における子どもの発達過程調査

子どもの発達段階を踏まえた食育の実践は、子どもが食の情報を認知し習得していく上で重要な課題となる。食における子どもの発達過程に関わる情報を効率的に収集するために、子どもの発達過程や児童心理の専門家へのヒアリング、文献調査等を行う。

(3) 成育環境を含めた食生活等実態調査

子どもの食生活の状況は、その成育環境に影響を受けやすいことから、食育実施モデル施設等の児童と、その保護者を対象にアンケート調査を行い、子どもの成育環境と食生活や生活習慣の関連性について検討する。さらに、モデル施設や周辺施設における地域特性を明らかにするために、環境の異なる地域において、同様のアンケート調査を実施し、地域特性について比較検討する。

(4) 成育環境および発達段階を踏まえた食育プログラムの開発

子どもの成育環境による食生活等の問題を改善方向へ導き、子どもの食への興味関心を引き出すような食育プログラムの開発を行う。開発の方向性として、①遊びを通じて、子ども自身の栄養や健康への知識や理解を深めるもの、②栽培体験や調理加工体験などの食農体験を通じて子どもの食への関心を引き出すもの、③保護者に対する食育の啓発活動と食、栄養、健康に関する情報提供、④成育環境および発達段階に応じた家庭における食育実践例の提示、を包括させるようにする。開発した食育プログラムをモデル施設に対し実施し、効果を検証する。

(5) 就学後の基礎調査

就学前の食育が就学後に与える影響に関して、小学生を対象に、就学前に積極的に食育を受けた児童と受けていない児童の食に対する知識や関心を調査し比較検討する。宇都宮大学附属学校や宇都宮市内小学校にも平成19年度より栄養教諭が配置されており、研究協力を要請し意見交換する。

4. 研究成果

(1) 食育事業に関する情報収集

① 栃木県内の栄養教諭等に対するヒアリング調査

平成19年12月に栃木県内の栄養教諭等を対象に「平成19年度食に関する指導に係る研究会」を開催した。栃木県では平成19年度に初めて栄養教諭が採用されており、採用初年度の学校現場における食育の現状と今後の課題について発表いただいた。食育の実施により「給食残食率の減少」「教職員および保護者の食への意識向上」などの効果が表れる一方、「学校現場や保護者、地域との連携の取り方」などについて課題のあることが明らかとなった。

② 栃木県および宇都宮市におけるヒアリング調査

行政へのヒアリングを栃木県4部署、宇都宮市5部署に対し実施した。食育担当窓口は栃木県：農務部農政課、宇都宮市：保健福祉部保健所健康増進課にあり、これらの部署を中心に食育推進計画の策定が行われた（栃木県H18年12月、宇都宮市H19年3月）。学校現場における食育事業に着目してみると、国などからの補助金による事業（平成19年度「地域に根ざした学校給食推進事業」、平成20年度「子どもの健康を育む総合食育推進事業」）が指定校を中心に積極的に展開され（図1）、子どもはもとより保護者に対する啓発活動にも繋がるのが把握された。



図1 食育だより（都賀町・平成19、20年度発行）

③ 宇都宮市内就学前施設、小学校、中学校におけるアンケート調査

子どもへの食育を実施する上で現場における現状と課題を把握するため、平成19年12月～平成20年2月に「食に関わる活動等に関する調査」を宇都宮市内の就学前施設、小学校、中学校の212校園を対象に実施した（表1）。平成19年度の食育活動について、保育園および小学校において食育活動が活発に行われており、84%の小・中学校で食に関わる指導等に変化があった（表2）。課題として、実践方法や各方面との連携の取り方、

時間や人材の工面などがあげられた（図2）。

表1 アンケート調査回収率

	保育園	幼稚園	小学校	中学校	計
対象数	70	49	68	25	212
回収数	52	33	59	18	162
回収率	74%	67%	87%	72%	76%

表2 食に関わる指導等への変化

	小学校 (59校)	中学校 (18校)	計 (77校)
変化がある	52校(88%)	13校(72%)	65校(84%)
変化がない	1校(2%)	1校(6%)	2校(3%)
よくわからない	6校(10%)	4校(22%)	10校(13%)

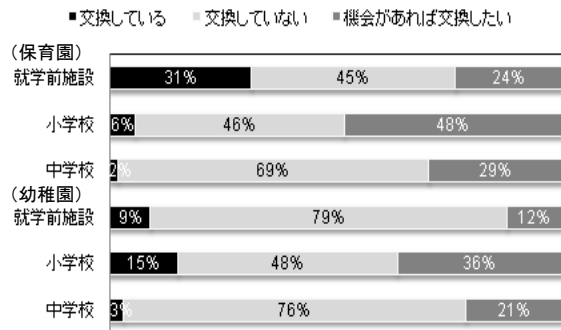


図2 食育活動に関する情報共有の現状

(2) 子どもの発達段階を踏まえた食育活動の検討

宇都宮大学まなびの森保育園食育実践チームの協力を得て、0～6歳児の食における発達過程を検証した。調理過程への参加は2歳児クラスから可能であり2歳未満児については見学型と位置付けた。また、好き嫌いの出現は年齢を追うごとに高くなるが、年長児では食の履歴に関する情報を与えることで消失する可能性を見出した。

(3) 宇都宮市と文京区における食生活等実態調査

宇都宮市の保育園2園・幼稚園1園、文京区の保育園3園・幼稚園2園に在籍している満3～5歳の園児810名を調査対象とし、保護者に調査票への回答を依頼した。無記名選択方式（一部記述）により回答を得た後、施設の各クラスに設置した回収袋により回収した。調査対象者810名のうち、551名（宇都宮市348名、文京区203名）から回答を得ることができ、回収率は68%であった。

家族構成をみると（図3）、文京区、宇都宮市ともに「核家族」が最も多く（79%、68%）、文京区よりは宇都宮市で「核家族」が少なく、

「3世代以上家族」が多いという地域特性が認められた。

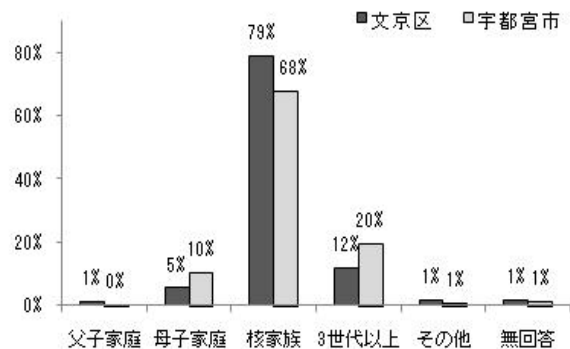


図3 家族構成（文京区 n=203, 宇都宮市 n=348）

また、食習慣における地域特性について、おやつを「毎日食べる」「食べる日もある」と回答した481名に普段おやつに食べているものを聞いた結果、文京区在住児に比し宇都宮市在住児は、スナック菓子（文京区56%、宇都宮市77%）およびジュース類（文京区16%、宇都宮市36%）の摂取率が高いことがわかった（図4）。その他、食事中テレビを視聴する習慣のあること（文京区19%、宇都宮市52%；図5）等が明らかとなり、成育環境により相違のあることが認められた。

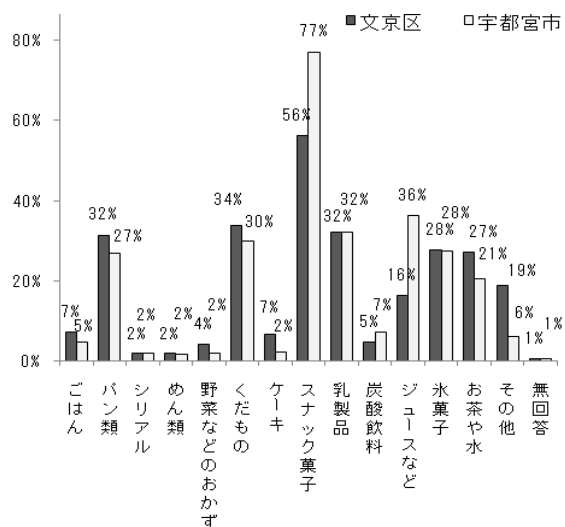


図4 おやつに摂取しているもの
（文京区 n=165, 宇都宮市 n=316）

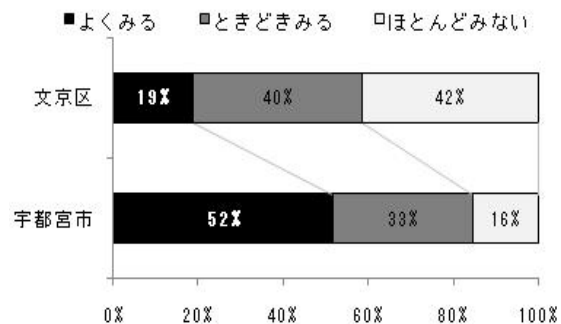


図5 食事中テレビ視聴状況
（文京区 n=203, 宇都宮市 n=348）

(4) 宇都宮市在住児の特徴を踏まえた食育プログラムの開発と実践

これまでの結果を踏まえ、宇都宮大学まなびの森保育園食育実践チームと共に食育年間プログラムを作成した(表3)。作成するにあたり、栃木県の郷土食および季節感を取り入れた行事食を取り入れられるよう配慮した。野菜作りにおいて、クラス毎に野菜と区画を割り当て、責任をもって育て観察するように指導した(写真1)。また、「しもつかれ」においては、学校給食において残食率の高いことが知られているが、子ども達が自ら関わって調理したためか、残食する子どもが少なかった(写真2)。

表3 食育年間プログラム

月	食育活動
4月	よもぎ摘み・よもぎ団子作り・野菜作り準備
5月	くるくるサンド作り・野菜植え・バケツ田植え
6月	グリーンピースご飯作り
7月	給食手伝い(皮むき・野菜切り)
8月	夏野菜カレー作り・会食
9月	十五夜団子作り
10月	おにぎり作り・稲刈り・野菜植え
11月	シチュー作り・ポップコーン作り
12月	餅つき・クリスマス会食
1月	まゆだま作り・みみうどん作り
2月	しもつかれ作り
3月	カップケーキ作り



写真1 野菜の観察記録(年長児)



写真2
しもつかれ作り
(大根を切って鬼おろしでおろす)

また、保護者への啓発活動として食育フェアを4回実施し、おやつに含まれる糖分、油分、塩分、総集の各編について情報を提供した(写真3~6)。



写真3 食育フェア横断幕(保育園廊下)



写真4 7月食育フェア(糖分編)



写真5 9月食育フェア(油分編)



写真6 11月食育フェア(塩分編)

保護者に対し食育フェア実施前後にアンケート調査を行った結果、フェア実施により、保護者の食に対する意識変容が現れ、子どもへのおやつとの与え方に変化を生ずる可能性が期待された。

(5) 栃木県栄養教諭等に対するヒアリング調査

「(1)③宇都宮市内就学前施設、小学校、中学校におけるアンケート調査」における結果から、食育推進における就学前施設と小学校との連携が低いことが把握されたため、栄養教諭等を対象に「平成 20 年度食に関する指導に係る研究会」を開催した。その結果、現在は小学校内での発達段階に応じた食育活動が主となっており、就学前施設との連携にまで至っていない現状が確認された。系統的・継続的な食育活動を進める上で今後の食育推進活動における課題であることが把握された。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計 4 件)

- ① 五月女裕之、大森玲子、幼児の生活習慣と地域特性との関連－東京都文京区と栃木県宇都宮市における比較調査から－、宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要、第 31 号、129-135、2008、査読無
- ② 大森玲子、学校における食育の推進と栄養教諭の役割、宇都宮大学教育学部紀要、第 58 号、227-237、2008、査読無
- ③ 大森玲子、山崎久子、飯田有美、岩原祐子、永山ケエ子、保育園児の食生活等に関する実態調査、宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要、第 30 号、361-368、2007、査読無
- ④ 柳田多寿、大森玲子、児童の食生活等実態調査と食育の実践、宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要、第 30 号、351-360、2007、査読無

6. 研究組織

(1) 研究代表者

大森 玲子 (OHMORI REIKO)
宇都宮大学・教育学部・准教授
研究者番号：70447259