

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成24年6月20日現在

機関番号：42625

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2009～2011

課題番号：21653106

研究課題名（和文） 保育所、幼稚園、小学校、中学校、高等学校までの
一貫した食育カリキュラムの構築研究課題名（英文） Building of a Consistent Shokuiku Curriculum from Nursery School
and kindergarten through high school

研究代表者

白尾 美佳（SHIRAO MIKA）

実践女子短期大学・食物栄養学科・教授

研究者番号：00352708

研究成果の概要（和文）：近年、ライフスタイルの変化に伴い、子どもの食生活も変化してきた。すなわち、朝食の欠食、孤食や肥満などが増加している。このような食生活の乱れは大人になってからの生活習慣病が懸念される。そこで、乳幼児期から継続した食育が必要であることから、本研究では、保育所、幼稚園から小中高校における一貫した食育カリキュラムの構築を行った。

研究成果の概要（英文）：Recently, food habits on children have changed for the worst in accordance with changes in their lifestyles. There has been a rapid increase in the number of children who go without breakfast, eat alone, obesity and overly thin. Upon reaching maturity, these habits have been shown to be highly correlated with lifestyle-related diseases. Therefore, continued Shokuiku is important from the time they are infants. The study aims to build a consistent Shokuiku Curriculum from nursery school and kindergarten through high school.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合 計
2009年度	800,000	0	800,000
2010年度	1,000,000	0	1,000,000
2011年度	700,000	210,000	910,000
年度			
年度			
総 計	2,500,000	210,000	2,710,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：教科教育

キーワード：食育、カリキュラム、食生活

1. 研究開始当初の背景

近年、子どもの偏食、孤食、朝食の欠食ならびに肥満や痩身傾向が増加し、適正体重である子どもが減少している。このような食生活の乱れを改善するために、食育の推進が求

められている。食生活は長年かかって培われ、発達段階の途中で急に変えることは難しい。つまり、乳幼児期から発達段階で途切れない継続した食育が必要である。平成20年に改訂された保育所保育指針、幼稚園教育要領、

小中学校学習指導要領では、新たに食育が位置づけられた。しかし、食に関する教育を受けていない指導者がどのように指導してゆべきか現場は困惑しており、早急に具体的に詳細な食育カリキュラムの開発が必要である。また、成人病（生活習慣病）胎児期発症説（Barker DJ, et al ; Lancet, 8489, 1077-1081, 1986）によると、胎児期からの栄養状態が将来の生活習慣病を決定すると言われている。すなわち子どもを宿す前の青年期の栄養も重要である。現在は、小学校における食育は実施されつつあるが、中学校、高校、大学などの一環した食育は実施されていない現状である。

2. 研究の目的

本研究では、乳幼児期から青年期にわたる食育を継続的な目でとらえ、保育所、幼稚園から小中高校における系統的、具体的な食に関する全体計画や指導計画、目標、評価方法を明確にする。また、新しい指導要領等に準じた各教科に連動したかたちで子どもたちが実践できる食育カリキュラムを構築することを目的とした。さらに、子どもの生きる力の基礎となる食育の重要性を訴え、食育の位置づけを強固にすることを目指した。

2. 研究の方法

研究については以下の項目を行った。

- (1) 乳幼児期から青年期の食に関する実態をアンケート等から検討する。
- (2) 保育所から高校に至る食育に関する指導計画、指導目標を分析・検証する。
- (3) 保育所、幼稚園から高校にいたる重要項目を洗い出す。すなわち、保育所保育指針、幼稚園教育要領、学習指導要領などより食育関連の重要項目を洗いだす。
- (4) 小中高校における各教科における食育

に関連する項目を洗い出し、全体計画案を作成する。

(5) 発達段階に応じた教材開発

発達段階に応じた教材を作成する。

(6) 保育所から高校に至る一貫した食育カリキュラムの構築

発達段階に応じた実態調査、各教科から食育内容の洗い出した内容を参考に保育所から高校に至る一貫した食育カリキュラムを開発する。

3. 研究成果

子どもから青年期における食に関する実態調査では、嗜好の面では、和食より洋食を好む傾向がある。青年期の女性では適切な食事をとっていない場合も多い。また、肥満でない場合においても、ダイエット志向が強いことは、懸念される。なお、食に関する意識レベルについては自己認識のレベルと実際の知識レベルに差があるようであった。子どもの家庭における食に関しての指導については、家であまり注意されることが少ない傾向であった。

食に関する課題点は多様であり、発達段階によっても違うことから、食育カリキュラムの作成にあたっては、それぞれの発達段階における課題や食育基本法等の基本理念の中からカリキュラムを検討していくこととした。まず、食育の観点を文部科学省「食に関する指導の手引」の指導目標より「食事の重要性」「心身の健康」「食品を選択する能力」「感謝の心」「社会性」「食文化」を取り入れた。さらに、「食に関する体験活動」と「食の安全安心」を加えて8項目とした。また、発達段階に応じて、乳児期では「楽しく食事をする」、中学校や高校では「食事と病気を考える」なども取り入れながら乳幼児期から高校までの一環した食育カリキュラムを作

成した。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕（計 11 件）

1) 白尾美佳、馬場融道：日野市食育条例について、第 3 回日本食育学会、平成 21 年 6 月

2) 大迫早苗、白尾美佳、川上純子：女子学生のライフスタイルと食知識との関連、第 56 回日本栄養改善学会、平成 21 年 9 月

3) 白尾美佳、芦川修貳、阿尻貞三、加藤チイ、山本初子：学生と共に推進する地域食育活動プログラム、第 4 回日本食育学会、平成 22 年 5 月

4) 白尾美佳：食嗜好が骨密度、咬合力に及ぼす影響について、第 5 回日本食育学会、平成 23 年 5 月

〔図書〕（計 6 件）

高内正子監修、今津屋直子編、久保田優、白尾美佳 他：子どもの食と栄養、保育出版社、2010

東愛子、原田まつこ編 江田節子、木藤宏子、齊藤郁子、白尾美佳 他：応用栄養学実習、講談社

6. 研究組織

(1) 研究代表者

白尾美佳 (SHIRAO MIKA)

実践女子短期大学・食物栄養学科・教授

研究者番号：00352708