

平成21年6月19日現在

研究種目：基盤研究（B）
 研究期間：2006～2008
 課題番号：18300255
 研究課題名（和文）幼児の健全な食行動の形成に対して連続的な食生活体験を取り入れた食教育のあり方
 研究課題名（英文）Ideal way of food education to which continuous eating habits experience for formation of infant's healthy eating behavior is taken.
 研究代表者
 小松 啓子（KOMATSU KEIKO）
 福岡県立大学・人間社会学部・教授
 研究者番号：30136220

研究成果の概要：福岡県内の全幼稚園および全保育所(園)を対象に食教育活動について調査した結果、連続性のある菜園活動は、食べようとする意欲の高まりや自然環境に対する探索心や好奇心の発達、人との関わりによる社会性の発達、感性や表現力の発達等に効果的であることが推察された。また、モデル園での連続的な菜園活動においては、偏食の改善や食材に対する愛着形成を促す効果が実証された。さらに、保護者には連続的な菜園活動が好意的に受けとめられていた。

以上の結果から、幼児の健全な食行動の形成には、連続的な菜園活動が有効であることが明らかとなった。

交付額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2006年度	2,700,000	810,000	3,510,000
2007年度	1,500,000	450,000	1,950,000
2008年度	1,300,000	390,000	1,690,000
年度			
年度			
総計	5,500,000	1,650,000	7,150,000

研究分野：総合領域

科研費の分科・細目：生活科学・食生活学

キーワード：連続的な食生活体験、菜園活動、幼児、食教育

1. 研究開始当初の背景

近年、子どもたちの食生活の乱れが社会的に指摘されるようになり、食教育の重要性が再認識されるようになってきた。これまで子どもたちの食生活の現状に関する調査報告は多数みられる。また、様々な面から子どもたちに、食生活体験の場を提供してきた。しかし、いずれの取り組みも断片的な食生活体験の提供に終わっており、各年齢の食行動の発達課題を通過しながら、生きる力や知恵を

学び、獲得し、健全な食行動を形成させるための連続性を備えたプログラムに関する研究はみあたらない。

2. 研究の目的

過去50年間、日本の食卓は大きく変わってきた。一家団欒を重視した食卓が消失し、その結果、家族間の心の絆も希薄になってきた。さらに、子どもたちの連続的な食生活体験の機会も減少し、一連の食行動過程を学ぶ

ことが困難になっている。このような状況は子どもたちから食事を食べる楽しさを奪い、食事の欠食やお菓子ばかり食べて食事をしないという子どもたちを出現させている。今日、学校教育においては、体づくりを大切に食教育の重要性が見直されている。幼児期は健全な食行動の形成を基盤にした連続的な食生活体験を重視し、家庭において食卓を通して食べることの楽しさや幼稚園や保育所（園）での食教育活動を通して、子ども同士のコミュニケーションづくりを構築していく必要があると思われる。

本研究は、食生活体験が乏しい環境におかれている幼児に焦点をあて、連続的な食生活体験を取り入れることにより、子どもたちの食材に対する愛着形成を重視し、健全な食行動の形成に繋がる食教育のあり方を探ることを目的とする。

3. 研究の方法

(1) 幼稚園および保育所（園）における食教育活動に関する実態調査

2007年2月、福岡県内の全幼稚園493園を対象に、これまで保育活動のなかで行ってきた食教育実施状況について、郵送法により調査を行った。また、2008年2月、福岡県内の全保育所（園）872園を対象に、幼稚園と同様の調査を実施した。なお、両者とも、園長または幼稚園教諭や保育士が記入したのち、本学に返送する方法で協力を依頼した。

(2) 子どもたちを中心とした保護者と保育者の連携による連続的な菜園活動体験プログラムの実践

①連続的な菜園活動について

本学に隣接する幼稚園の5歳児を対象に、毎年5月から11月にかけて実施した「畝作り、苗植え・種まき、水撒き、草取り、収穫、調理、食す」という一連の菜園活動を子どもたちが主体的に連続的に関わる取り組みを「連続的な菜園活動」と称した。

栽培する野菜は、子どもたちの野菜に対する愛着心を育てるため、短期間で育つ野菜は避け、夏を越して秋に収穫できる野菜を検討し、もちきび、落花生、黒豆、さつまいもの4種類とした。また、すでに好き嫌いが子どもたち自身に認知されている野菜ではなく、多くの子どもたちが初めて食べることを想定して、もちきび、落花生、黒豆を選択した。

もちきびは、多くの子どもたちが初めて出合う食材であることを想定して選択した。もちきびが食べることができるようになる段階で漂う匂いを体験させるため、食す際の調理法としては、「蒸す」という基本的な調理法を活用した。

落花生は、普段の生活のなかで、見た経験や食べた経験のある食材と想定した。しかし、

どのように実るかについては、多くの子どもたちが未知であると考えた。収穫後に、「茹でる」という調理法を用いることは、落花生の食べ方として新たな経験であると考えた。子どもたち一人ひとりが、沸騰した湯に落花生を入れ、茹であがった後、お玉を使って鍋から取り出すという基本的な調理法を体験させた。

黒豆は、お正月のおせち料理で見た経験がある子どももいると想定した。その黒豆を若菜の時期に収穫し、普段食べている大豆の枝豆とは異なる黒豆の枝豆を初めて食べることを計画した。黒豆の枝豆は「茹でる」という調理法を用い、子どもたちに「茹でる」ことを再度体験させた。

さつまいもは、多くの子どもたちが、すでに知っている食材であることを想定した。しかし、茎や葉が食べられることは、子どもたちにほとんど知られていない。幼稚園教諭がさつまいもの茎を収穫し、調理したものをお弁当の時間に、子どもたちに分けて食べる体験を行った。さつまいもを収穫した後は、茎をクリスマス用のリースに活用した。芋の食べ方として、収穫後に「焼く」という調理法を体験させた。さらに、子どもたちが芋を活用した料理を考え、子どもたちが調理するものと保護者が調理するものを分担し、その年の菜園活動を総括する収穫祭として、お芋会を開催した。保護者と一緒に調理した料理をゆったりと食べる機会を設定し、みんなで食べる楽しさを体験させた。

②連続的な菜園活動の年間スケジュール

連続的な菜園活動の年間スケジュールを図1に示した。毎年4月に年間スケジュールの打ち合わせを行った。5月に草刈りを行った後、畝作りを行った。5月下旬から順次、子どもたちが野菜の苗や種を植え付けた。その後、収穫までの間、子どもたちが中心となり、水撒きと草取りを行った。夏休み期間中の水撒きは、子どもが保護者と一緒に菜園に来るように、幼稚園教諭がローテーションを計画した。9月下旬頃から野菜の生育状況に応じて収穫し、調理して食す活動を行った。2月下旬には5歳児（年長児）が4歳児（年少児）に次年度に植える種を渡し、活動を継承していく「種送りの会」を行った。活動全体を通して、子どもたちの発達段階を踏まえ、機械を要する草刈りや鋤を使った畝づくり、おいも会の料理は、保護者が主になって調理し、子どもたちが一部を手伝うようにして進めた。

③連続的な菜園活動の評価について

本取り組みの効果を評価するため、連続的な菜園活動の体験前後に野菜に対する偏食状況調査を行った。さらに、連続的な菜園活動を体験することによってみられた子どもの変化や活動に対する保護者の意見につい

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
打合せ	打合せ											
草刈り		草刈り										
畝作り		畝作り										
さつまいも		苗植え					お収穫も会					
もちきび			種植え				食収穫・調理・					
落花生			種植え				食収穫・調理・					
黒豆				種植え			食収穫・調理・					
水撒き		水撒き										
草取り		草取り										
種送り												種送り

図1 年間スケジュール

て、活動後の調査の際に自由記述で回答を求めた。

4. 研究成果

(1) 幼稚園および保育所(園)における食教育活動に関する実態調査

① 調査票の回収数について

幼稚園の回収数は 333 園 (67.5%)、保育所(園)の回収数は 630 園 (72.2%) であった。

② 菜園活動の実施状況について

保育活動のなかで菜園活動を実施していた園は幼稚園の 270 園 (81.3%)、保育所(園)の 564 園 (89.2%) であった。

菜園活動を実施していた園に対して尋ねた「菜園活動のなかで保育者が感じること」について図2に示した。「自然と触れ合うよい機会」「園児の顔が生き生きしている」「園児同士で協力し合う姿がみられる」「園児が積極的に取り組んでいる」というプラス面の回答が高頻度にみられた。

「菜園活動が子どもや保護者に与える効

果」について図3に示した。「自然環境と関わるなかで、探究心や好奇心が高まった」「菜園活動中に喜びを伝え合い、友達との交流が深まった」「食材・食事への感謝の気持ちが高まった」「食材への興味や関心が高まった」「栽培した作物に対する偏食が改善された」「食事への意欲が高まった」などの回答が高頻度にみられた。菜園活動は、子どもたちの

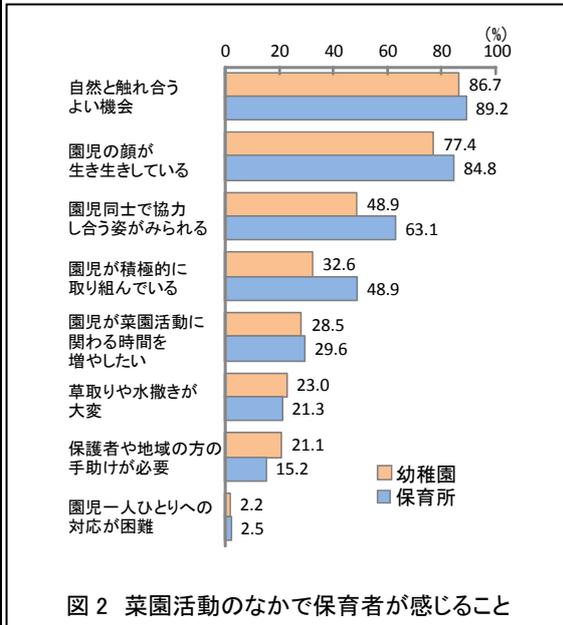


図2 菜園活動のなかで保育者が感じる事

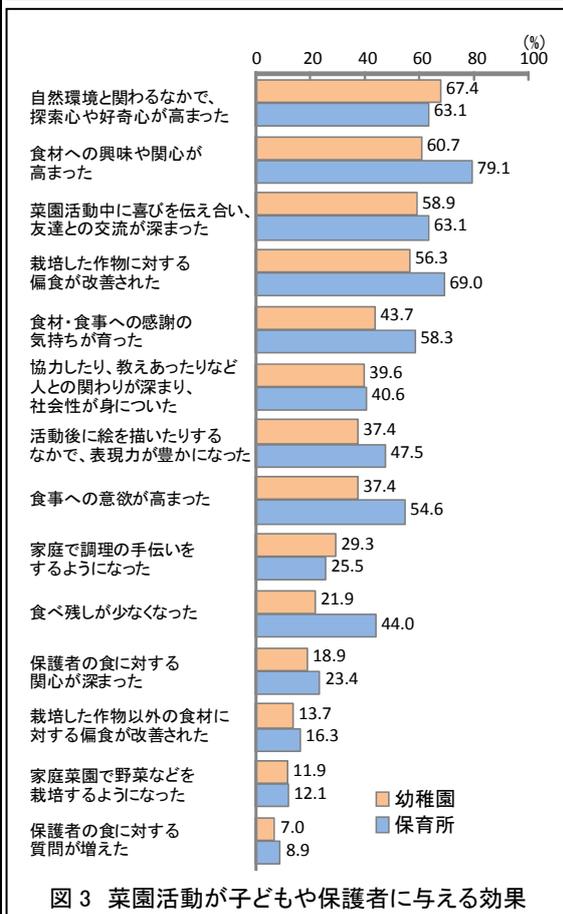


図3 菜園活動が子どもや保護者に与える効果

探索心や好奇心の発達や人との関わりによる社会性の発達、食べものを大切にする感謝の心の育ち、食べてみようとする意欲の高まりにつながる活動であることがうかがえた。

③連続的な菜園活動について

菜園活動の実施内容として、子どもたちが「土作り、種まき・苗植え、水撒き、草取り、収穫、調理、食す」という過程すべてに主体的に関わっている場合に「連続性あり」と定義した。菜園活動を実施していた園のうち、「連続性あり」の幼稚園は29園(10.7%)、保育所(園)は101園(18.1%)であった。

保育所における菜園活動の連続性の有無と菜園活動のなかで保育者が感じることとの関連性について検討した結果を図4に示した。連続性がある活動を行っている園の方が「自然と触れ合うよい機会(p<0.01)」「園児の顔が生き生きしている(p<0.05)」「園児同士で協力し合う姿がみられる(p<0.01)」「園児が積極的に取り組んでいる(p<0.01)」と感じている保育者が有意に高頻度であった。

さらに、保育所における菜園活動の連続性の有無と菜園活動が子どもや保護者に与える効果との関連性について検討した結果を図5に示した。連続性のある活動を行っている園の方が、探索心や好奇心の発達や人との関わりによる社会性の発達、食べものを大切にする感謝の心の育ち、食べてみようとする意欲の高まりが有意に高頻度にみられた。

図には示していないが、幼稚園についても菜園活動の連続性の有無と菜園活動のなかで保護者が感じることおよび菜園活動が子どもや保護者に与える効果との間に有意な関連性がみられ、保育所とほぼ同様の結果であった。

④考察

菜園活動を実施する場合は、「土作りから収穫して食す」までのすべての過程を、子どもたちが連続性を持って主体的に体験できるようにプログラムを企画し、実施することが子どもたちの食育上の課題の解決につながることを示唆された。

⑤調査報告書の配布について

幼稚園と保育所(園)それぞれの調査について、「食教育活動に関する実態調査報告書」を作成し、調査対象となった福岡県内の全幼稚園493園および全保育所(園)872園に送付した。

(2) 子どもたちを中心とした保護者と保育者の連携による連続的な菜園活動体験プログラムの実践

3年間にわたって実施した連続的な菜園活動に対する保護者の意見について年度ごとにまとめた。

①2006年度 (n=23)

対象となった23名のうち、嫌いで食べら

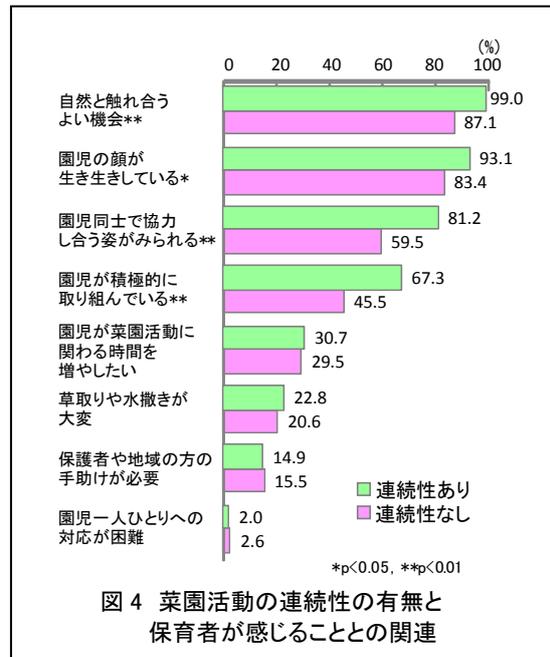


図4 菜園活動の連続性の有無と保育者が感じることとの関連

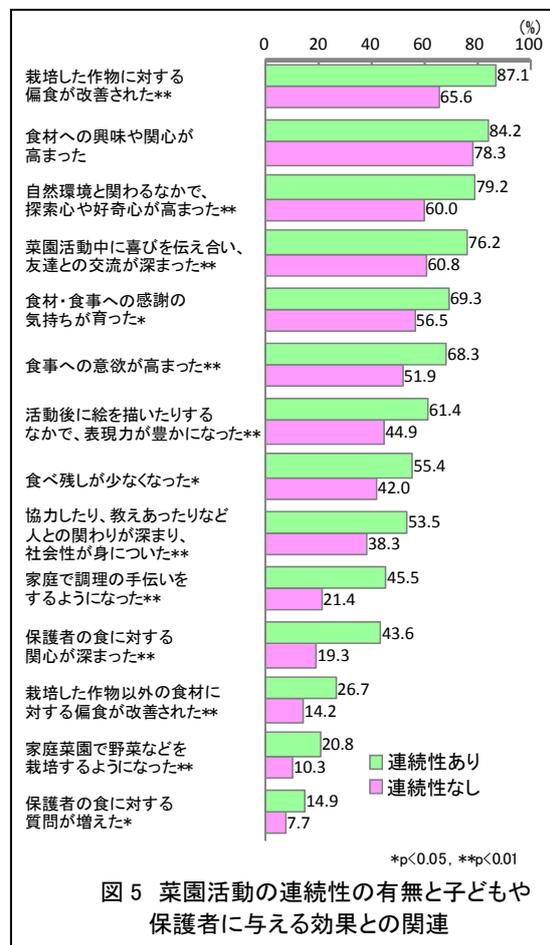


図5 菜園活動の連続性の有無と子どもや保護者に与える効果との関連

れない野菜があったものは17名であった。そのうち活動後に嫌いで食べられない野菜数が減少したものは6名であった。この6名の保護者の意見としては、「子どもにとってよい経験・貴重な経験・感動の体験・大切な体験」「家庭で活動のことが話題になった」

「今後も続けて欲しい」「食べ物のありがたさや大切さがわかった」等が記述されていた。一方、嫌いで食べられない野菜数に減少がみられなかった 11 名の保護者の意見としては「子どもが菜園に行くことを楽しみにしていた」「子どもにとってよい経験・貴重な経験・感動の体験・大切な体験」「家庭で活動のことが話題になった」「今後も続けて欲しい」「子どもが家庭でも野菜を作りたくなった」等と記述されていた。

②2007 年度 (n=10)

対象となった 10 名のうち、活動前に嫌いで食べられない野菜があったものは 6 名であった。そのうち、活動後に嫌いで食べられない野菜数が減少したものは 5 名であった。この 5 名の保護者の意見としては、「家庭で活動のことが話題になった」「子どもにとってよい経験・貴重な経験・感動の体験・大切な体験」「今後も続けて欲しい」等が記述されていた。嫌いで食べられない野菜数に減少がみられなかった 1 名の保護者の意見としては「子どもにとってよい経験・貴重な経験・感動の体験・大切な体験」と記述されていた。

③2008 年度 (n=10)

対象となった 10 名のうち、活動前に嫌いで食べられない野菜があったものは 8 名であった。そのうち、活動後に嫌いで食べられない野菜数が減少したものは 4 名であった。この 4 名の保護者の意見としては、「子どもが菜園に行くことを楽しみにしていた」「子どもが何でも進んで食べるようになった・食べてみようとするようになった」「子どもにとってよい経験・貴重な経験・感動の体験・大切な体験」等が記述されていた。一方、嫌いで食べられない野菜数に減少がみられなかった 4 名の保護者の意見としては「家庭で活動のことが話題になった」「家庭の食事に栽培した食材が出ると話題になった」「子どもにとってよい経験・貴重な経験・感動の体験・大切な体験」「勉強になったと思う」等が記述されていた。

④考察

嫌いで食べられない野菜数の変化に関わらず、栽培した食材や菜園活動のことが家庭で話題になっていることから、子どもの食材に対する愛着形成は進んでいるものと推察した。また、保護者にとっては、子どもにとってよい経験、貴重な経験、感動の体験、大切な体験であると感じられていたことから、連続的な菜園活動が好意的に受けとめられていたことが明らかとなった。

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 3 件)

- (1) 小松啓子、岡村真理子：福岡県の保育所(園)における食育活動実態調査報告書、査読無、2009
- (2) 小松啓子、岡村真理子：福岡県の幼稚園における食育活動実態調査報告書、査読無、2008
- (3) 小松啓子、岡村真理子：“本物”とふれあう食育活動 子どもの偏食改善は本物の食材に対する愛着心を育てることから～食材体験活動『たけのこと遊ぶ』～、食育フォーラム、査読無、8、2008、25-31

[学会発表] (計 2 件)

- (1) 岡村真理子、小松啓子：食育推進活動における幼稚園での菜園活動の取り組み、第 2 回日本食育学会総会学術大会、2008. 5. 31、東京
- (2) 岡村真理子、小松啓子：幼稚園における食育活動の取り組み、第 1 回日本食育学会総会学術大会、2007. 5. 12、東京

6. 研究組織

- (1) 研究代表者
小松 啓子 (KOMATSU KEIKO)
福岡県立大学・人間社会学部・教授
研究者番号：30136220
- (2) 研究分担者
岡村 真理子 (OKAMURA MARIKO)
福岡県立大学・人間社会学部・助手
研究者番号：40248109
- (3) 連携研究者