

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 21 日現在

機関番号：27301

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2014～2016

課題番号：26750060

研究課題名(和文) 幼児と保護者を対象とした郷土食教育プログラム開発に関する研究

研究課題名(英文) Development of a regional cuisine education program for infants and guardians

研究代表者

石見 百江 (IWAMI, MOMOE)

長崎県立大学・看護栄養学部・講師

研究者番号：90413228

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,700,000円

研究成果の概要(和文)：家庭での食教育実施に向けて、保護者を援助するための適切な方法を明らかにし、保育所での郷土に関わる栄養教育プログラムの作成と教育プログラム実施後の評価をするために、保護者に対する子どもの食環境実態調査・保育所関係者へインタビュー調査を実施した。保育所での子どもと保護者参加型の食教育実践が保護者の郷土食認知、家庭での食や味の伝承、子どもに対する食教育の実践と必要性に対する重要性の認識を高めた。また、管理栄養士の存在が家庭における食環境の援助につながることを示唆された。

研究成果の概要(英文)：The objectives of the present study were to elucidate the appropriate methods of assisting guardians in the implementation of dietary education at home as well as creating an education program related to regional cuisine at nursery and performing evaluations following implementation of the education program. Therefore, an actual condition survey regarding the dietary environment of children was conducted on guardians. In addition, an interview survey was conducted on individuals involved at nursery. Implementation of nutrition education involving the participation of children and guardians at nursery enhanced the awareness of the importance of guardians' recognition of regional cuisine, the passing down of traditions regarding food and taste at home, and the implementation and necessity of nutrition education for children. The results also suggested that the presence of nutritionists contributed to assistance for the dietary environment at home.

研究分野：栄養教育

キーワード：食教育 郷土 幼児 保護者 家庭教育

1. 研究開始当初の背景

生活スタイルが多様化する現代社会で、郷土の食文化継承に保育士や管理栄養士は幼児や保護者とのように関わればよいのかを地域や文化そして保護者がおかれている状況について調査し、子どもへの影響(食習慣および健康状態)を示す必要がある。2008年11月~2009年2月に36箇所の保育園そして地域で活動する栄養士が連携した食育学習会の実施にかかわり、教育効果の判定および調査の解析をした結果、食教育は専門家へ委ねることこそが適切な育児という思いを持っている保護者が多くみられた。一方、保育所側は保育に対する需要や負担が高まる中、食教育の専門家である栄養士との連携を強く求めていた。現在、保育所・幼稚園に栄養士の必置義務はないが、食教育による子どもの心と身体の発育、家庭と保育所との双方向での情報の受発信、地域に根づく多職種が連携するネットワーク作りをできる範囲で進めるべき状況と考えられた。保護者の食習慣と子どもの食習慣の関連は「保育所における食事の提供ガイドライン」(厚生労働省)やその他の国内論文にて報告されているが、専門職種に関する連携食教育と家庭のかかわりに関する報告は少ない。異なる地域や世帯の特色を把握し、その実態に合わせたよりよい食教育支援を提案するために、子どもの育ちや教育に関わる「質的データ」の収集と解析に取り組み、子どもたちに望ましい食教育をするために実現可能な食教育アプローチ方法を検討した。

2. 研究の目的

本研究は、保護者と幼児の関係性や地域・文化から導き出される課題を解析し、実施可能で効果的な郷土食教育プログラムを作成・実施・評価をすることである。これまでに明らかにした保護者と子どもの食生活環境実態を基にして、保育所の保護者を対象に食生活アンケートを作成し、地域性や家族間の関係性や生活環境要因と子どもの食生活形成について検討した。地域に根ざした郷土食プログラムの開発 家族やその地域の文化に着目した調査および解析 評価プログラムの構築の3点について幼児の発達にふさわしい環境づくりや食環境の援助を目的とした。

3. 研究の方法

(1) 保育所に対するインタビュー調査

北海道、岐阜県、愛媛県、長崎県、高知県の保育所・教育関係へ直接訪問し、インタビューガイドを用いた半構造化面接を行った。インタビュー対象者は施設の園長、保育士を中心に複数人の対象者へ実施した。30~60分程度のインタビューをした。面接はプライバシーが守られる場所で行い、ICレコーダーで録音した。

(2) 食生活アンケート調査

インタビュー調査施設の中から平成26年~平成28年に3都道府県の8保育所と1幼稚園に通う幼児の保護者に対し、食生活習慣の現状と家庭における食教育実践の実態を知るための調査を留置法により実施した。調査目的を文書に記載し同意が得られた対象者からアンケートを回収した。食生活調査票の質問項目は、年齢、性別など対象者の属性(年齢、性別、家族構成(同居者)、子どもの普段の生活習慣(起床時間、排便、家庭での運動・遊びの習慣、歯磨き習慣、テレビゲームの時間、朝食・夕食の食事摂取時間、食事内容、共食習慣、おやつの内容、アレルギーの有無、郷土の食事に関する子どもとのコミュニケーション(家庭での伝承実態、子どもへ伝承する必要性の有無、郷土料理に対するイメージ、子どもへの望ましい伝承方法)、保護者(回答者)の性別、保護者の出身地域、保護者の勤務形態、保護者の食生活習慣、保護者の喫煙習慣に関する設問だった。

(3) 郷土食教育プログラムの実施

平成26年~平成28年、5箇所の保育所で地域住民と取り組む食教育(地域の産物:梅、お茶の加工、野菜づくり、地域の料理を使って地域の方と交流会)を2年間実践した。教育内容は、保育所と保護者をつなぐ教育ツールとして食育通信の配布(研究代表者と保育士で作成・1回/2か月)と通信に対する保護者アンケートを実施した。保護者から得られた回答は掲示をした。

(4) 保護者給食参観の実施

郷土食プログラム実施した保育所で、子どもの給食の様子を実際に見せ、家庭と保育所での食態度について知っていただき、給食の味を実体験してもらうことを目的とした保護者給食参観を実施した(2回/年)。当日、給食の内容に関する調査(色彩・味・バランス)を実施した。子どもの食事の様子と給食内容に関するアンケート用紙を配布し、回収をした。

(5) データ解析方法

食生活調査については、質問項目の集計・記述統計値の算出には統計用ソフトエクセル統計 Ver.2.00を使用した。研究の基礎となるベースライン調査から導き出された課題と食生活の変容について²検定を行い、 $p<0.05$ で有意差ありと判定した。保育所の食教育実施前後の教育効果については、幼児の食生活習慣にかかわる設問と給食参観時の子どもの様子について、教育実施前後の効果についてt検定を行い、 $p<0.05$ で有意差ありと判定した。

(6) 倫理的配慮

研究への参加は自由意思であり、参加に同意した後でも同意撤回が可能であることを

文書と口頭で説明した。本研究は、長崎県立大学一般研究倫理委員会の承認を受け実施した(承認番号 231)。

4. 研究成果

(1) 保育所での食育実施状況

保育士へのインタビュー調査の結果、各園で共通していたのは、個々の子どもと保護者の理解に努めコミュニケーションを重視する点だった。幼児期発育発達に個人差が大きく、「心のそだち・気づきや変化」など、質的な評価を重視していた。子どもを見守り、環境援助をする傾向がみられた。保育所によって異なっていたのは、園長先生からの管理栄養士配置に関する考え方と食育活動の実施状況だった。法的に保育所の管理栄養士必置義務はないため、独自が実施可能なスタイルで自園給食や委託給食が行うことができる。一方、常勤・非常勤の管理栄養士がいる4園は、食育に積極的に取り組む姿勢がみられ、不在の3園は、食物アレルギーや事故防止などのリスクマネジメントを最優先課題に挙げ、地域特性あるいは独自性のある食育活動はほぼしていなかった。幼児期は食生活習慣の確立や幼いころの経験が次世代への継承につながる大切な時期であることから、専門職が食育に関わることが重要と考えられた。

(2) 郷土食プログラム実施と評価

郷土食プログラムを実施した5園は、プログラム実施前の調査と実施後調査の2年間に拡大家族が有意に増加した($p=0.006$)。また、人口減少が顕著な地域ほど、核家族化が急速に進んでいた。また、教育プログラムは初期の学習に多くの効果がみられたが、回数が増えるにしたがって、家庭での食生活の評価が厳しくなる傾向がみられた。これは、郷土食プログラムの実施により、保護者が知識を高め、教育内容を理解することで、保護者の自己効力感が高まる一方で子どもの食態度に対してより厳しい評価になると考えられた。その理由としては、保育士自身は回数を重ねるごとに子どもたちの食態度が良くなっていると答えている点にあった。評価の際には、評価のわかりやすさだけでなく、客観的な判定者が必要である。一つ一つの課題に対してどのような状態になれば「良い」と判断していいのかを客観的に「見える化」することが保護者と教育者にとって重要な点であると考えられた。それ以外の項目では、教育実施後は20~21時の就寝が増え、22時以降に就寝する幼児が減少した($p<0.001$)。教育を重ねるごとに子どもとのコミュニケーションが取れるようになったとの回答もみられた。家庭で「楽しく食事をするためにどのような工夫をしているか」について設問を設けた(図1)。そのうち、「家族でそろって食べるようにしている(共食)」と回答した人が約70%と最も多かった。食教育による効果はみ

られなかった。次に多かったのは「お手伝いをさせている(感謝・コミュニケーション)」で50%以上の方がさせていた。今回の設問のうち「食材を話題にしている(知識・コミュニケーション)」と「買い物と一緒に掛ける(体験型学習)」の設問にあてはまると回答した人は少なかった。この二つも設問については育ちの観点から年中クラス以上のお子さんに対応すべき項目とされているが、この2つの項目は食教育後に取り組みが増えた。子どもの食知識を増やす目的ではなく、保護者と子どものコミュニケーションの観点から話のきっかけになったようだった。

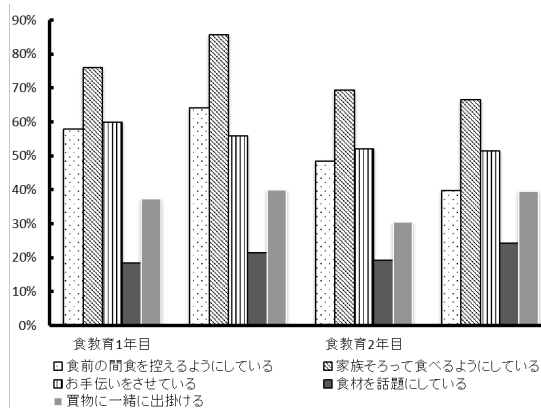


図1 楽しく食事をするための工夫点

(3) 給食参観について

給食参観当日に保護者へアンケート調査を実施、回収した。平成26年度は1回目が441名(回収率90%)、2回目が476名だった(回収率95%)。保護者から見た子どもが給食を食べる様子は、「食事中、座って食べていた」は年少クラス以上の幼児保護者の86.0%が家庭での食事よりマナーが良いとの評価だった。箸は、年少クラス以上の幼児の保護者の40%以上が正しく持っていたと回答した。保育所で努力して食べている姿は保護者の心に残ったようだった。子どもの様子を見て、家庭でも食教育を実施していただくために保護者へ「食べるときの正しい姿勢」や「箸の持ち方」について情報提供をした。その結果、未満児の食態度が有意に高まった。教育介入後、年少クラスになる時点での食態度ベースラインが高まる傾向がみられた。食教育は毎日実施されているわけではないので、4回の教育で家庭での食教育に反映されたかは確認できなかった。しかし、教育に対する保護者の関心は高く、単回の食教育を複数回継続することが大切だと考えられた。すべての子どもたちに望ましい食環境を提供するために保育所や家庭には多くの課題がある。特に、子どもの生活に大きな影響を与える保護者世代の生活習慣が個人によって大きく異なるため、その違いに合わせたサポート体制を作ることが急務である。今回の取り組みは、保護者も幼児も「楽しみながら食

教育に参加する」活動の一つになった。このような働きかけが多くできれば良いと考えている。子どもの身体発達や健康問題を改善し、安心して過ごせる社会を作るためには、保護者や地域の対話を通して、食育活動を進めることが必須になるだろう。

(4) 考 察

幼児期は急速な発育・発達を伴うため、得られた結果が自然と身についたものか、教育によるものかを明らかにするために、継続して食教育プログラムを実施・評価することが望ましいと考えられた。核家族化の急速化に伴い、子育ての孤立や食文化伝承の危機を防ぐためにも幼児教育がその役割を担う必要がある。食育の重要性が取り上げられる中で世代間のコミュニケーションが必要になっていると感じられた。食教育を体験した保護者は、子どもに対して、家庭で食に関する話をしていることが明らかになった。教育効果を得るためにはさらに食教育回数を増やして幼児と保護者が楽しくかかわることができる機会を増やし、保護者に興味を持ってもらえる様な食教育をさらに強化する必要があると示唆された。

<引用文献>

厚生労働省：保育所保育指針，pp.164-168，2008.

厚生労働省：保育所における食事の提供ガイドライン，1-60，2012.

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 1 件)

石見百江，吉澤和子，保育所での食教育実践が保護者の意識や家庭に及ぼす影響について，長崎県立大学看護栄養学部紀要 第15巻，査読無，P67-72，2017

[学会発表](計 3 件)

石見百江，富永美穂子，湯浅正洋：保育所における食教育のかかわり方が保護者の郷土食伝承意識に与える影響について，日本家政学会第69回大会，2017年5月27～28日，奈良女子大学(奈良県奈良市)

石見百江：幼児教育施設と家庭をつなぐ郷土食教育の試み，教養教育研究会(共催第27回ことばを考える会)，2016年9月12～13日，高知県立大学(高知県高知市)

石見百江，富永美穂子，下岡里英：幼児と保護者を対象とした郷土料理の伝承に関する調査，一般社団法人日本調理科学会平成28年度大会，2016年8月28～29日，名古屋学芸大学(愛知県日進市)

[図書](計 0 件)

[産業財産権]

出願状況(計 0 件)

取得状況(計 0 件)

[その他]

ホームページ等(計 0 件)

6. 研究組織

(1) 研究代表者

石見 百江 (IWAMI, Momoe)

長崎県立大学・看護栄養学部・講師

研究者番号：90413228

(2) 研究分担者

()

研究者番号：

(3) 連携研究者

()

研究者番号：

(4) 研究協力者

()