

<b>Title</b>	幼稚園と家庭を結ぶ食育プログラムの評価
<b>Author</b>	金田, 直子 / 子安, 愛 / 大畑, 千弦 / 鍛冶, 晃子 / 太田, 愛美 / 春木, 敏
<b>Citation</b>	生活科学研究誌. 13 卷, p.27-39.
<b>Issue Date</b>	2015-03
<b>ISSN</b>	1348-6926
<b>Type</b>	Departmental Bulletin Paper
<b>Textversion</b>	Publisher
<b>Publisher</b>	『生活科学研究誌』編集委員会

## 幼稚園と家庭を結ぶ食育プログラムの評価

金田 直子<sup>\*1</sup>, 子安 愛<sup>\*2</sup>, 大畑 千弦<sup>\*3</sup>

鍛冶 晃子<sup>\*4</sup>, 太田 愛美<sup>\*5</sup>, 春木 敏<sup>\*1</sup>

<sup>\*1</sup>大阪市立大学大学院生活科学研究科, <sup>\*2</sup>四天王寺中学校, <sup>\*3</sup>健彩青果

<sup>\*4</sup>大阪青山大学健康科学部, <sup>\*5</sup>株式会社カーブスジャパン

### Evaluation of a Nutrition Education Program Linking Kindergartens and Homes

Naoko KANEDA<sup>\*1</sup>, Ai KOYASU<sup>\*2</sup>, Chitsuru OHATA<sup>\*3</sup>, Akiko KAJI<sup>\*4</sup>, Manami OTA<sup>\*5</sup>, Toshi HARUKI<sup>\*1</sup>

<sup>\*1</sup> Graduate School of Human Life Science, Osaka City University, <sup>\*2</sup> Shitennoji Junior High School

<sup>\*3</sup> Kensai-Seika, <sup>\*4</sup> Faculty of Health science, Osaka Aoyama University, <sup>\*5</sup> Curves Japan Co., Ltd.

#### Summary

In this study, a nutrition education program for 4,5-year-old children and their parents was developed and tried, and its effectiveness was evaluated. In this program, kindergarten teachers and parents cooperated to promote nutrition education in everyday life by linking the nutrition education provided in kindergarten to the nutrition education provided at home. The objective of the program based on kindergarten education guidelines was to encourage children in the preschool developmental stage to be proactive in understanding the concept of nutrition by familiarizing themselves with the concept while having fun. After the program ended, a survey was administered to kindergarten teachers and parents. The effectiveness of the program as well as its success in linking kindergarten to home nutrition education was explored through case studies. Evaluations of the program by kindergarten teachers, conversations between parents and children about foods and nutrition education at home suggested that the program contributed to linking kindergarten to home nutrition education. Additionally, most of the 4,5-year-old children were interested in the program and could enthusiastically engage with its contents. To promote nutrition education in the future, in addition to revising program contents and improving educational materials, it will be necessary to train kindergarten teachers and health mates.

**Keywords**: 4・5 歳児, 保護者, 幼稚園教諭, 連携

*4,5-year-old Children, Parents, Kindergarten Teachers, Cooperation*

#### I 緒言

わが国においては生活習慣病の予防および改善を目的としたさまざまな健康施策<sup>1,2)</sup>が展開されてきているものの、国民の健康状態は改善に至っていない<sup>3)</sup>。とりわけ、糖尿病や高血圧症など国民病と称される慢性疾患は不健康な生活習慣に起因す

ること<sup>4~7)</sup>が明らかになっており、国民一人ひとりが健全な食生活を営むことができるよう、健康日本21<sup>1)</sup>に続いて、食育基本法<sup>8)</sup>が公布、施行され、いずれも2次施策<sup>9, 10)</sup>が進められている。健康日本21(第2次)の推進に関する参考資料<sup>11)</sup>においても、生活習慣病予防には健康的な食行動・食習慣を幼児期から身につけ、生涯にわたる健やかな生活習

慣を継続できるようにすることの重要性が示され、幼児期からの食育の重要性が再確認された。

こうしたなか、幼稚園教育要領<sup>12)</sup>には、友達や幼稚園教諭と食べる喜びや楽しさを味わい、食べ物への興味・関心をもち、進んで食べようとする子ども、保育所保育指針<sup>13)</sup>には、生活と遊びの中で意欲を持って食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみあう子どもを育てることが示され、幼稚園、保育所における食育推進が提唱されている。

さらに、第2次食育推進基本計画<sup>10)</sup>において、家庭における食育推進の必要性が示されている。一方、子どもの養育者世代の保護者を対象とした「“世代をつなぐ食”その実態と意識」調査<sup>14)</sup>では、自分自身や家庭の食生活について望むこととして、料理のレパートリーが多い(85.0%)、なるべく手作りする(82.3%)、料理が上手(78.8%)など、調理技術の向上を望む意見が上位にあげられ、食について関心があることとして、献立・レシピ(84.5%)が最も多く、身体に良い食べ物(62.8%)、調理の技術・コツ(58.8%)と続き、調理に関する知識やスキルが十分でないことが推察される実態であった。幼児期の食生活管理は保護者に委ねられており、その影響を大きく受ける<sup>15~18)</sup>ことから、家庭における食育を推進するには、幼児の保護者を対象とした料理を介した食育を行うことが欠かせないものといえる。

これまでの幼児期の食育に関する報告において、幼児と保護者を対象として、食べ物を知り、親子で料理を作ることを通して、楽しみながら食に親しむ態度の形成を目指す食育実践はほとんどみられない。アメリカやニュージーランドの幼稚園において、保護者との連携のもと、食べ物や料理を主題とし、食べ物の変化を想像しながら料理を作る等、子どもが主体的、体験的に関わり食への関心を高める食育が実践されていることについて視察・報告されている<sup>19)</sup>が、保護者に向けた積極的な食育については言及されていない。

幼児期における食育は、健康的な生活の基本としての“食を営む力の育成”に向けその基礎を培うことを目標とし、家族をはじめ幼児をとりまく様々な人たちと連携し、望ましい食習慣を形成、定着させ、生涯における健康的な食生活管理の基礎基本を体得させることが重要であり、日々の生活を通して食育を推進していくことが欠かせない

ものといえる。

本研究は、幼稚園教諭と協同作成した4・5歳児とその保護者を対象とする食育プログラム「食に親しみ、作って食べよう」を実施し、その有用性について検討した。

## II 方法

### 1. 対象

A府B市内の公立幼稚園3施設、私立幼稚園1施設に在籍する4歳児とその保護者各々97名(公立幼稚園71名、私立幼稚園26名)を対象とした。5歳児食育プログラム実施時においては、4歳児食育プログラムを受けた5歳児とその保護者に加え、4歳児食育プログラムを受けていない5歳児とその保護者各々60名についても併せて対象とした。なお、対象園の選定にあたっては食育プログラムを協同作成した幼稚園園長、幼稚園教諭らが所属する幼稚園とした。

### 2. 食育プログラムの概要

食育プログラムを作成するにあたり、A府B市教育委員会主幹2名、B市私立幼稚園連盟会長、幼稚園園長3名、幼稚園教諭11名からなる幼児食育研究会を編成し、筆者らとともに食育案・教材を検討した。

幼児期は、生活の中で自発的・主体的に環境とかわりながら直接的・具体的な体験を通して、生きる力の基礎となる心情、意欲、態度などを身につけていくことから、教育の内容を構成する際は幼児の発達過程に即したものであることが欠かせないと考え、幼稚園教育要領<sup>12)</sup>の5つの視点「表現」、「言葉」、「健康」、「人間関係」、「環境」を参考にした。本食育プログラムについては、そのうち「表現」、「言葉」、「健康」に関する「ねらい」および「内容」に重点をおいた。「表現」では、①生活の中で様々な音、色、形、手触り、動きなどに気づいたり、感じたりするなどして楽しむ、②色々な素材に親しみ、工夫して遊ぶ、「言葉」では、①したり、みたり、聞いたり、感じたり、考えたりなどしたことを自分の言葉で表現する、②いろいろな体験を通じてイメージや言葉を豊かにする、「健康」では、先生や友達と食べることを楽しむが記されており、これらを参考に食育プログラムを構成した。さらに、幼児の発達段階を踏まえた

食育の視点が示されている「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針」<sup>20)</sup>から、「料理と食」、「食と人間関係」、「食と文化」、「食と健康」に関する「ねらい」および「内容」を参考にした。

作成した食育プログラムは、幼児の発達段階に即した“楽しみながら食に親しむ”内容とし、子どもが主体的に食に関わる体験をすることをねらいとした。併せて、幼稚園での食育を家庭につなぐことを目指し、幼稚園と家庭が連携する食育を重視した。図1に食育プログラムの概要、表1、2に各食育プログラムのねらいと内容を示した。

4歳児食育プログラム“食べものに親しむ”では、園児への食育のねらいとして絵本やカード遊びなど幼稚園における活動の中で、食べ物の名前や形、色を知り、毎日の食生活を通して、友達や幼稚園教諭、家族と一緒に食べものに親しみ、幼稚園や家庭において食に関する発語や会話が増えるなど、“食に親しみ、楽しむ子ども”を育てること、保護者への食育のねらいとして幼稚園における食育に関心をもつとともに、家庭で子どもと一緒に食に関する会話を楽しみ、家庭での食生活を通して

親子で食に親しむこととした。

5歳児食育プログラム“作って食べよう”では、園児への食育のねらいとして日常食や行事食をテーマとし、基本的な食品を組み合わせ、簡単な料理を学ぶ中で、食べ物や料理に関心をもつとともに、家庭で家族と一緒に料理を作って食べる体験により調理への関心を高め、感謝の気持ちをもって、“楽しく食べる子ども”を育てること、保護者への食育のねらいとして食にまつわる家庭内行事の大切さを認識し、子どもと一緒に料理することを楽しみながら、家庭での食育をすることとした。

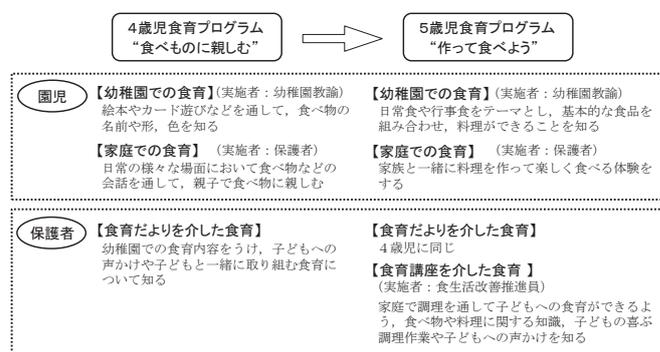


図1 食育プログラムの概要

表1 4歳児食育プログラムのねらい・内容

テーマ	食育で用いる教材 <sup>†</sup>	食育のねらい・内容	
		園児	保護者
第1回 野菜の形や切り口を見てみよう	・絵本「やさいのおなか」 さうちかつ／さく・え (福音館書店)  ・実物の野菜 (絵本に出てくる野菜を中心に、各幼稚園で用意しやすいもの)	・絵本や実物の野菜を用い、いろいろな野菜の形や切り口を見る・触れる・匂うことにより、野菜に興味をもつ	・買い物や料理中に、子どもと一緒に野菜や野菜の切り口を見たり、触れたりすることを通して、家族で野菜に関する会話を楽しみ、子どもと一緒に野菜に親しむ
第2回 いもの食べ方を知ろう	・絵本「どんどこどん」 和歌山静子／作 (福音館書店)  ・実物のいも (じゃがいも、さつまいも)  ・食べ物カード 表／じゃがいもまたはさつまいもの写真 裏／じゃがいもまたはさつまいもを使った料理の写真	・絵本や実物のいもを用い、形や色、匂いなどの特徴を知る  ・カード遊びを通して、いもがどのような料理になるのかを知り、興味をもつ	・食事のときに子どもと一緒にいもを使った料理を探したり、名前を伝えることを通して、家族でいもに関する会話を楽しみ、子どもと一緒にいもに親しむ
第3回 ご飯(米)をおいしく食べよう	・絵本「ごはんだーいすき」 (学研出版)  ・おにぎりを作る手遊び	・絵本やおにぎりを作る手遊びを通して、ご飯(米)に興味をもつ  ・ご飯とおかずを交互に食べることで、美味しく食べられることを知る	・食事のときに子どもと一緒にご飯とおかずを交互に食べることを実践し、おいしいねと家族でご飯(米)に関する会話を楽しむことを通して、子どもと一緒にご飯(米)に親しむ
第4回 大豆製品を探そう	・ペープサート 表／大豆のイラスト 裏／大豆製品のイラスト  ・食べ物カード 表／大豆のイラスト 裏／大豆製品の写真 大豆製品だけでなく、ちくわやソーセージなどの加工食品のカードも作成	・ペープサートやカード遊びを通して、大豆からできている食べ物を知り、興味をもつ	・食事のときに子どもと一緒に大豆製品を探したり、名前を伝えることを通して、家族で大豆製品に関する会話を楽しみ、子どもと一緒に大豆製品に親しむ
第5回 魚・貝カードで遊ぼう	・魚・貝カード 2つに分けられた鯛やタコ、あさりなど特徴のある魚や貝の写真を探し、完成させる	・カード遊びを通して魚、貝の特徴や名前を知り、興味をもつ	・食事のときに子どもと一緒に魚や貝を探したり、名前を伝えることを通して、家族で魚、貝に関する会話を楽しみ、子どもと一緒に魚、貝に親しむ

<sup>†</sup> 絵本教材については市販絵本の中から幼児食育研究会メンバーと検討し、絵本以外の教材については幼児食育研究会のメンバーとともに協同作成した

表2 5歳児食育プログラムのねらい・内容

テーマ	食育講座で作るメニュー	食育のねらい・内容	
		園児	保護者
第1回 食べ物ピラミッドを学ぶ	第1回は講話	・食べ物ピラミッド（工作）を通して食べ物の働きを知り、毎日元気に過ごすためには好き嫌いをなく食べることが大切であることを知る	・食べ物ピラミッドを使って栄養バランスの良い食事の組み合わせを学び、家族の健康管理の大切さを知る
第2回 家族へのごちそう作り	手まりおにぎり（3種） おすまし	・いつも働いたり世話をしてくれている家族に感謝する日（母の日、父の日）があることを知る ・おにぎりを食べている家族の絵を描き、家族のためにおにぎりを作りたいと思う気持ちを育む	・昆布とかつおのだしの旨味を知る ・料理を通して感謝の気持ちを伝えることを知る ・子どもと一緒に料理を作ることを楽しむ
第3回 ヘルシーオムライス作り	ヘルシーオムライス レタススープ	・ヘルシーオムライスの栄養バランスを食べ物ピラミッドで確認する ・家族と一緒にヘルシーオムライスを作りたいと思う気持ちを育む	・子どもが好きな料理であるオムライスを取りあげ、家族の健康管理に役立つ工夫を知る（脂肪を抑える工夫） ・子どもと一緒に料理を作ることを楽しむ
第4回 七夕料理作り	七夕そうめん 麵つゆ 天の川羹	・七夕にそうめんとうの食材を食べる風習を知り、七夕そうめんの栄養バランスを食べ物ピラミッドで確認する ・七夕そうめんに使われている夏野菜を知り、七夕の短冊に好きな夏野菜を描く ・家族と一緒に七夕そうめんを作りたいと思う気持ちを育む	・七夕にそうめんとうの食材を食べる風習を学び、行事食を作る楽しさ、大切さを知る ・栄養バランスが良くなる料理の工夫を知る ・簡単に風味ある麵つゆができることを知る ・子どもと一緒に料理を作ることを楽しむ

### 3. 食育プログラムの実施

全ての幼稚園が同時期に実施できるよう各幼稚園の行事予定を考慮するとともに4歳児から5歳児にかけて連動した食育となるよう、4歳児食育プログラムは2012年2-3月にかけて5回、5歳児食育プログラムは2012年5-7月にかけて4回実施した。

#### 1) 園児への食育

4歳児ならびに5歳児担当の幼稚園教諭が各園室にて実施した。食育の実施者は幼児食育研究会にて食育プログラムを協同作成した幼稚園教諭であったことより事前研修は行わなかったが、一定の水準で実施できるよう、食育でとりあげた食べ物・料理に関する基本知識をまとめた参考資料を作成し、各年齢の食育プログラム実施前に提供した。

#### 2) 保護者への食育

家庭において保護者が主体的に子どもの食育を担うことができるよう「食育だより」ならびに「食育講座」を介して食育を行った。

##### (1) 食育だより

4歳児および5歳児食育プログラムにおける各回の食育について、A4サイズ用紙1-2枚の食育だよりを作成し、各々の食育実施日に幼稚園教諭が園児を介して全ての保護者に配布した。

4歳児の食育だよりには、幼稚園での食育内容、家庭での子どもへの声かけや子どもと一緒に取り組む食育について提示した。5歳児の食育だよりには、子どもと一緒に料理することを介して家庭での食育が行えるよう、幼稚園での食育内容とともに、食育にとりあげた料理のレシピと料理にまつわる行事のいわれなどを提示した。

##### (2) 食育講座

5歳児食育プログラムにおいては、参加を希望した保護者を対象に食育講座を併行実施し、園児の食育にとりあげた料理のデモンストレーションと併せて、使用した食べ物や料理に関する知識、子どもの喜ぶ調理作業や子どもへの声かけについて具体的に指導した。食育講座の実施日は、園児に向けた食育実施日とできるだけ同日とし、保護者が参加しやすい時間帯および場所を設定した。実施時間は子どもを幼稚園に送った後の午前10~12時とし、公立幼稚園では各幼稚園の地域にある区民センターの調理実習室、私立幼稚園は園内の集会室にて実施した。

食育の実施者として管理栄養士資格をもつ研究室員2名に加え、各幼稚園所在地域担当の食生活改善推進員3、4名に協力を依頼した。食生活改善推進員が一定の水準で食育講座を担えるよう、料理レシピとともに、講座の進め方、保護者へ伝える食育のポイント等をまとめた参考資料を作成し、事前に提供した。資料をもとに、各地域の食生活

改善推進員会長に対して説明と調理実演を行い、会長から担当する食生活改善推進員へ同様の説明を行った。

#### 4. 評価方法

作成した食育プログラムは、園児が関心をもち、積極的に参加し、園児の発達段階に即した内容であったか、幼稚園における食育を家庭につなぐことができたかについてケーススタディデザインにより評価を行った。評価項目を表3に示した。

##### 1) 食育プログラムの評価

各回の食育における園児の関心度、参加態度、発達段階との適合性について、幼稚園教諭が質問紙により評価した。

##### 2) 「幼稚園における食育を家庭へつなぐ」についての評価

各回の食育の後、保護者を対象として無記名自記式の質問紙調査を実施した。

身近な食べ物を知り日常の様々な場面で食べ物が話題になることをねらいとした4歳児食育プログラムにおいては、「子どもによる食育内容の家族への伝達」、「教材として用いた食べ物に関する家族との会話」、「家庭における食育実施」を評価指標とした。

家庭で家族と一緒に料理を作って食べることをねらいとした5歳児食育プログラムにおいては、「子どもによる食育内容の家族への伝達」、「子

もによる家庭での料理催促」、「家族との料理実践」を評価指標とした。

各々最終回のアンケートにて、食育プログラムを通して「子どもが食べ物に興味・関心をもつようになったか」、「保護者自身が食育に関心をもつようになったか」についてたずねた。

幼稚園における食育を家庭につなぐにあたり、保護者の食育への関わり方に着目し、保護者が食育を積極的に受けたかどうかにより家庭での食育に影響があるかについて検討した。4歳児食育プログラムでは保護者が食育だよりを読んだ程度を指標とし、食育だよりを「すべて読んだ」と回答した保護者を食育参加群、「半分ほど読んだ／ほとんど読まなかった」と回答した保護者を食育不参加群とし、2群間で比較した。5歳児食育プログラムでは食育講座参加の有無を指標とし、調理をとなう食育講座3回のうち2回以上参加した保護者を講座参加群、参加が1回以下または参加しなかった保護者を講座不参加群とし、2群間で比較した。

##### 3) 解析方法

項目ごとに単純集計を行った後、Mann-WhitneyのU検定にて、保護者の食育参加・不参加の2群による比較を行った。各質問項目における回答の欠損は除外し、統計上の有意水準は両側5%とした。統計処理には統計解析ソフト SPSS 18.0J for Windows（日本アイ・ビー・エム株式会社）を使用した。幼稚園教諭による自由記述については1名の研究者が記述内容から「園児の様子」、「食育内

表3 4・5歳児食育プログラムの評価項目

	評価項目	回答肢
幼稚園教諭による4・5歳児食育プログラムの評価	・園児の関心度	①関心をもった②どちらともいえない③関心をもたなかった
	・園児の参加態度	①積極的であった②どちらともいえない③積極的ではなかった
	・食育内容と園児の発達段階との適合性	①適している②どちらともいえない③適していない
<b>【4歳児食育プログラムについて】</b>		
保護者による「幼稚園における食育を家庭へつなぐ」についての評価	・子どもによる食育内容の家族への伝達状況	①よく伝えた②少し伝えた/③ほとんど伝えなかった
	・教材として用いた食べ物に関する家族との会話状況	①よく話した②少し話した/③ほとんど話さなかった
	・家庭における食育実施状況 <sup>†</sup>	①よく実施した②少し実施した/③ほとんど実施しなかった
	<b>【5歳児食育プログラムについて】</b>	
	・子どもによる食育内容の家族への伝達状況	①よく伝えた②少し伝えた/③ほとんど伝えなかった
	・子どもによる家庭での料理催促状況	①よく催促した②少し催促した/③ほとんど催促しなかった
	・家族との料理実践状況	①作った/②作らなかった
	・子どもの食べ物に関する興味・関心（最終回のみ）	①興味・関心をもつようになった/②今までと変わらない
	・保護者の食育に関する関心（最終回のみ）	①関心をもつようになった/②今までと変わらない

<sup>†</sup> 「幼稚園での食育内容を家庭で子どもと一緒に実施すること」を、「家庭における食育実施」とし、第1回：買い物や料理中に野菜や野菜の切り口を見る、第2回：食卓でいも料理を採る、第3回：ご飯とおかずを交互に食べる、第4回：食卓で大豆製品を採る、第5回：食卓で魚や貝を採ることとした

<sup>‡</sup> 回答肢の/は、Mann-WhitneyのU検定に用いた区分を示す

容や教材」に分類した後、各々を「肯定的な意見」または「課題・提案」に分け、他の研究者 1 名が確認を行った。

### 5. 倫理的配慮

本研究は大阪市立大学大学院生活科学研究科研究倫理委員会の承認を得て実施した。対象園園長には、参加決定は任意であること、途中で参加を辞退できること、一切の不利益を被ることがないよう配慮していることを口頭と書面で説明し、書面にて参加同意を得た。保護者への質問紙の冒頭には、アンケート協力依頼ならびに協力は任意であることを記載し、回収をもって参加の同意を得たものとした。

## Ⅲ 結果

### 1. 食育プログラムの評価

#### 1) 4 歳児食育プログラム

4 施設 4 クラス 4 名の幼稚園教諭により、各回の

食育についての評価を行った。“園児の関心度”については、第 1・2・4・5 回は 4 名が「関心をもった」と回答し、第 3 回は「関心をもった」3 名、「どちらともいえない」1 名であった。“園児の参加態度”については、第 1・4・5 回は 4 名が「積極的であった」と回答し、第 2・3 回は「積極的であった」3 名、「どちらともいえない」1 名であった。“食育内容と園児の発達段階との適合性”については、第 4 回のみ 4 名が「適している」と回答し、第 1・2 回は「適している」3 名、「どちらともいえない」1 名、第 3 回は「適している」2 名、「どちらともいえない」1 名、「無回答」1 名、第 5 回は「適している」2 名、「どちらともいえない」2 名であった。

自由記述について表 4 に示した。園児の様子については、「食育でとりあげた食べ物の中にあまり馴染みのないものが含まれていた」という意見もあったが、多くは肯定的な内容であった。食育内容や教材については、「園児が興味をもつものであった」という意見の一方で、「食育実施者が間違わ

表 4 幼稚園教諭の自由記述による評価（4 歳児食育プログラム）

第1回 野菜	園児の様子 (16件)	良かった点 (16件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・絵本に出てくる野菜の切り口をクイズ感覚で見、名前をあてようと個々に考え、口にしては正解すると喜んでた</li> <li>・切り口が本当に絵本と同じ様になっているのか、どのような色・模様をしているのかを想像しながら、とても興味をもって見ていた</li> </ul>
	食育内容や教材 (9件)	良かった点 (6件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・絵本「やさいのおなか」は実際の野菜の切り口を見ることへの動機づけには適した内容の本であった</li> <li>・本物の野菜を用いることで、園児の興味・関心が高まったので良かった</li> <li>・食育の流れや題材など良い内容だった。野菜の「匂い」も取り入れるとさらに良いのではないかと</li> </ul>
第2回 いも	園児の様子 (14件)	良かった点 (10件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・さつまいもとじゃがいもを1つずつ手にし、形や大きさ、感触などを比べ楽しんでた</li> <li>・食べ物カードの料理を見て「食べたことある！」という声が多くあがった</li> </ul>
	食育内容や教材 (9件)	良かった点 (1件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・絵本「どんどこどん」は園児の興味を引く絵本であった</li> </ul>
第3回 米	園児の様子 (11件)	良かった点 (10件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・絵本そのものは良い題材だと思うが、絵本の中にはごぼうやにんじん等が出てきたので、その後の流れは少し違和感を感じた</li> <li>・食べ物カードの数が多かったため、園児が食べたことがあり、名前を知ってほしい料理に絞ってみたらどうかと感じた</li> <li>・食べ物カードに料理名が書いてあると、食育実施者が間違わずに伝えられるのではと感じた</li> </ul>
	食育内容や教材 (8件)	良かった点 (1件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実体験を思い出しながら、絵本を通してお米がご飯になる様子を楽しんでいた</li> </ul>
第4回 大豆	園児の様子 (10件)	良かった点 (7件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・どの園児もおにぎり好きのため、どんな具が好きか、おいしいかといった点で話が盛り上がった</li> <li>・「お母さんに作ってもらおう！」と発言する子どもがいた</li> </ul>
	食育内容や教材 (9件)	良かった点 (3件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「変身」という言葉に興味をもち、ペープサートを見ていた</li> <li>・食品が何から出来ているかということに初めて興味をもった様子の園児も見られた</li> </ul>
第5回 魚	園児の様子 (11件)	良かった点 (7件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高野豆腐、うすあげ、あつあげ、がんもどき、おからの名前を知らない園児が多かった</li> <li>・大豆製品の食べ物カードがたくさんあり、大豆は色々なものに変身するということが伝わったと思う</li> <li>・食べ物カードを裏返すときにクイズ形式にすることで、園児の興味・関心が高まった</li> </ul>
	食育内容や教材 (9件)	良かった点 (1件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・知らない食べ物を知るといった機会にはなったと思うが、園児が馴染みのある大豆製品に絞っても良いのではないかと</li> <li>・クイズのときに、手をあげて「ハイ！ハイ！」ということに集中してしまう園児がいた</li> </ul>
	園児の様子 (11件)	良かった点 (7件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パズルはすぐできたので、写真を貼り合わせた後、友達と見合いながら名前を考えていた</li> <li>・色や形だけではなく、魚の特徴を細かい部分までよくとらえていた</li> </ul>
	食育内容や教材 (9件)	良かった点 (8件)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・魚の名前は、知っているものと知らないもの差が大きかった</li> <li>・カード遊びとしてはとても楽しい遊びだった</li> <li>・魚の名前を予想しやすくするために、魚の名前カードを用意して一致させるやり方を試した</li> <li>・グループごとの活動は、活動の時間配分や魚介類の名前の発表のさせ方等に工夫が必要であった</li> </ul>

表 5 幼稚園教諭の自由記述による評価（5歳児食育プログラム）

	園児の様子 (3件)	良かった点 (3件)	・食べ物ピラミッドの色塗りを園児が行ったことで、塗りながらどの食べ物は何色のグループになるのか興味をもつことができた
第1回 食べ物ピラミッド	食育内容や教材 (8件)	良かった点 (7件)	・食べ物ピラミッドを見てお弁当に何が足りないか保護者に伝えることで、園児の弁当に変化が見られた ・保護者から家でも食べ物ピラミッドを使っている聞いた
		課題や提案 (1件)	・モデル弁当を赤・黄・緑に分ける活動は、全体で行うと園児の考える機会が少なく物足りないと思い、グループに分かれて行った
		園児の様子 (2件)	良かった点 (2件) ・おにぎり食べている絵は喜んで描いており、一人一人工夫も見られた ・おにぎりの作り方を話すと「作りたい」と声があがった
第2回 おにぎり	食育内容や教材 (5件)	良かった点 (1件)	・いつも使っている出箱ノートを用い、お祝いや感謝する日を一年を通して話すことにより、園児は興味をもっていた
		課題や提案 (4件)	・おにぎり→おむすび→心をむすぶとつなげることが難しかった ・おにぎり食べている絵を描くことは幼児の発達にふさわしくないのではないかと意見が出たため、絵を描くことはやめた ・園児がおにぎりに興味をもっていたので、実際に作ることができた方が良かった
		園児の様子 (4件)	良かった点 (4件) ・食べ物ピラミッドの回で学んだことを友達同士で思い出して伝え合い、一つの答えを導き出すことを楽しんでいた ・油を使わず野菜を茹で、混ぜご飯にすることでヘルシーになることを知り、家族と作ることを楽しみにしていた
第3回 オムライス	食育内容や教材 (8件)	良かった点 (6件)	・食べ物ピラミッドを繰り返し使うことで、各グループの食べ物の働きを再確認できた ・ヘルシーオムライスは色々な食べ物が入っていると知ることができた
		課題や提案 (2件)	・食べ物を各グループに分けるだけでは、あまり面白くなかった ・実際に作ることができた方が良かった
		園児の様子 (2件)	良かった点 (2件) ・食べ物を作るという点ではヘルシーオムライスの回と変わらないので飽きてしまっている園児もいたが、よく理解している園児が多かった ・普段食べているそうめんと七夕そうめんとの違いに興味をもっていた
第4回 七夕そうめん	食育内容や教材 (9件)	良かった点 (5件)	・七夕の行事とつなげられたことが良かった ・冬瓜のおなかを園児に見せたところ、夏野菜の短冊には冬瓜がたくさん登場した ・乾物と湯がいたそうめんを準備したことで、家でよく食べるそうめんに興味を示した
		課題や提案 (4件)	・短冊は別の保育で作ったため、夏野菜の短冊は作らなかった ・園児が作らないにしても、作ってもらったものを試食することができれば良かった
		園児の様子 (2件)	良かった点 (2件)

ないように食べ物カードに料理名が書いてあるとよかった」、「(米の)食育の実施時間を昼食前後にするとよいのでは」等の意見があった。

## 2) 5歳児食育プログラム

4施設6クラス5名の幼稚園教諭により、各回の食育についての評価を行った。“園児の関心度”について、第1回は5名が「関心をもった」と回答し、第2・3・4回は「関心をもった」2名、「どちらともいえない」3名であった。“園児の参加態度”について、第1回は5名が「積極的であった」と回答し、第2・4回は「積極的であった」2名、「どちらともいえない」3名、第3回は「積極的であった」1名、「どちらともいえない」4名であった。“食育内容と園児の発達段階との適合性”について、第1回は5名が「適している」と回答し、第2回は「適している」3名、「どちらともいえない」2名、第3・4回は「適している」2名、「どちらともいえない」3名であった。

自由記述について表5に示した。園児の様子については肯定的な内容で、「食べ物ピラミッドの色塗りをしながら、どの食べ物が何色のグループになるのか興味をもつことができた」、「おにぎりの作り方を話すと“作りたい”と声があがった」等の記述がみられた。食育内容や教材については、「同一の教材(食べ物ピラミッド)を繰り返し使うことで園児の学びが深まった」という肯定的な意見の一方で、「食育内容が難しかった」、「絵を描

くことを省いた」、「実際に料理を作るとよかった」等の意見もあった。

## 2. 「幼稚園における食育を家庭へつなぐ」についての評価

### 1) 4歳児食育プログラム(表6)

#### (1) 質問紙の回答者数および回収率

対象となる保護者97名のうち回答者数(回収率)は、第1回62名(63.9%)、第2回65名(67.0%)、第3回66名(68.0%)、第4回64名(66.0%)、第5回67名(69.1%)であった。

#### (2) 「子どもによる食育内容の家族への伝達」、「教材として用いた食べ物に関する家族との会話」、「家庭における食育実施」状況に関する回答

子どもが家族へ食育内容を「よく伝えた/少し伝えた」と回答した者は、第1回49名(84.5%)、第2回46名(79.3%)、第3回44名(73.3%)、第4回39名(65.0%)、第5回38名(66.7%)であり、4歳児食育プログラムを通して約7-8割の子どもが伝達していた。教材として用いた食べ物について家族で「よく話した/少し話した」と回答した者は、第1回48名(82.7%)、第2回45名(75.0%)、第3回44名(74.6%)、第4回46名(76.7%)、第5回39名(67.2%)であり、4歳児食育プログラムを通して約7-8割の親子が会話をしていた。幼稚園で行った食育内容を家庭において「よく実施した/少し実施した」と回答した者

表6 「幼稚園における食育を家庭につなぐ」についての評価（4歳児食育プログラム）

		全体		食育参加群		食育不参加群		p値†	
		(人)	(%)	(人)	(%)	(人)	(%)		
子どもによる食育内容の家族への伝達状況									
第1回 野菜	よく伝えた		17	29.3	12	26.1	5	41.7	0.90
	少し伝えた	62 (NA:4)	32	55.2	27	58.7	5	41.7	
	あまり伝えなかった		9	15.5	7	15.2	2	16.7	
第2回 いも	よく伝えた		8	13.8	7	14.9	1	9.1	0.16
	少し伝えた	65 (NA:7)	38	65.5	32	68.1	6	54.5	
	あまり伝えなかった		12	20.7	8	17.0	4	36.4	
第3回 米	よく伝えた		11	18.3	10	20.8	1	8.3	0.006
	少し伝えた	66 (NA:6)	33	55.0	29	60.4	4	33.3	
	あまり伝えなかった		16	26.7	9	18.8	7	58.3	
第4回 大豆	よく伝えた		14	23.3	13	27.1	1	8.3	0.060
	少し伝えた	64 (NA:4)	25	41.7	21	43.8	4	33.3	
	あまり伝えなかった		21	35.0	14	29.2	7	58.3	
第5回 魚	よく伝えた		9	15.8	9	19.6	0	0.0	0.10
	少し伝えた	67 (NA:10)	29	50.9	24	52.2	5	45.5	
	あまり伝えなかった		19	33.3	13	28.3	6	54.5	
教材として用いた食べ物に関する家族との会話状況									
第1回 野菜	よく話した		14	24.1	13	27.7	1	9.1	0.33
	少し話した	62 (NA:4)	34	58.6	27	57.4	7	63.6	
	あまり話さなかった		10	17.2	7	14.9	3	27.3	
第2回 いも	よく話した		9	15.0	9	18.4	0	0.0	0.013
	少し話した	65 (NA:5)	36	60.0	31	63.3	5	45.5	
	あまり話さなかった		15	25.0	9	18.4	6	54.5	
第3回 米	よく話した		9	15.3	9	19.1	0	0.0	0.004
	少し話した	66 (NA:7)	35	59.3	30	63.8	5	41.7	
	あまり話さなかった		15	25.4	8	17.0	7	58.3	
第4回 大豆	よく話した		12	20.0	11	22.9	1	8.3	<0.001
	少し話した	64 (NA:4)	34	56.7	31	64.6	3	25.0	
	あまり話さなかった		14	23.3	6	12.5	8	66.7	
第5回 魚	よく話した		10	17.2	10	21.3	0	0.0	0.016
	少し話した	67 (NA:9)	29	50.0	25	53.2	4	36.4	
	あまり話さなかった		19	32.8	12	25.5	7	63.6	
家庭における食育実施状況									
第1回 野菜	よく実施した		14	24.1	12	26.1	2	16.7	0.30
	少し実施した	62 (NA:4)	27	46.6	22	47.8	5	41.7	
	あまり実施しなかった		17	29.3	12	26.1	5	41.7	
第2回 いも	よく実施した		16	26.7	14	28.6	2	18.2	0.32
	少し実施した	65 (NA:5)	14	23.3	12	24.5	2	18.2	
	あまり実施しなかった		30	50.0	23	46.9	7	63.6	
第3回 米	よく実施した		18	30.0	16	33.3	2	16.7	0.015
	少し実施した	66 (NA:6)	28	46.7	24	50.0	4	33.3	
	あまり実施しなかった		14	23.3	8	16.7	6	50.0	
第4回 大豆	よく実施した		16	26.7	15	31.3	1	8.3	0.051
	少し実施した	64 (NA:4)	19	31.7	16	33.3	3	25.0	
	あまり実施しなかった		25	41.7	17	35.4	8	66.7	
第5回 魚	よく実施した		14	24.6	14	30.4	0	0.0	0.024
	少し実施した	67 (NA:10)	14	24.6	12	26.1	2	18.2	
	あまり実施しなかった		29	50.9	20	43.5	9	81.8	
子どもの食べ物に関する興味・関心									
	興味・関心をもつようになった	67 (NA:5)	49	79.0	44	88.0	5	41.7	<0.001
	今までと変わらない		13	21.0	6	12.0	7	58.3	
保護者の食育に関する関心									
	関心をもつようになった	67 (NA:5)	50	80.6	45	90.0	5	41.7	<0.001
	今までと変わらない		12	19.4	5	10.0	7	58.3	

† Mann-WhitneyのU検定

‡ 質問毎にみられた無回答数は、NA:○として各々表中に記載し、解析には用いなかった

は、第1回41名(70.7%)、第2回30名(50.0%)、第3回46名(76.7%)、第4回35名(58.4%)、第5回28名(49.2%)であり、4歳児食育プログラムを通して約5-8割の家庭で実施していた。

保護者に対して行った食育を積極的に受けたかどうかによる影響についてみると、食育プログラムを通して食育参加群では食育不参加群に比べ「子どもによる食育内容の家族への伝達」、「教材として用いた食べ物に関する家族との会話」、「家庭における食育実施」の割合が高く、「子どもによる食育内容の家族への伝達」では第3回“米”，「教材として用いた食べ物に関する家族との会話」では第2回“いも”，第3回“米”，第4回“大豆”，第5回“魚”，「家庭における食育実施」では第3回“米”，第5回“魚”において有意に実施状況が高かった。

### (3) 子どもの食べ物に関する興味・関心

4歳児食育プログラムを通して、子どもが「食べ物に興味・関心をもつようになった」と回答した者は49名(79.0%)、「今までと変わらない」と回答した者は13名(21.0%)であった。

子どもが「食べ物に興味・関心をもつようになった」と回答した者は、食育参加群で44名(88.0%)、食育不参加群で5名(41.7%)であり、食育参加群で有意に高かった ( $p < 0.001$ )。

### (4) 保護者の食育に関する関心

4歳児食育プログラムを通して、保護者自身が「食育に関する関心をもつようになった」と回答した者は50名(80.6%)、「今までと変わらない」と回答した者は12名(19.4%)であった。

保護者自身が「食育に関する関心をもつようになった」と回答した者は、食育参加群で45名(90.0%)、食育不参加群で5名(41.7%)であり、食育参加群で有意に高かった ( $p < 0.001$ )。

## 2) 5歳児食育プログラム(表7)

本研究においては、4・5歳児食育プログラムを受けた園児・保護者と5歳児食育プログラムのみを受けた園児・保護者を区分せず、5歳児食育プログラムを受けた園児・保護者の結果として示した。

### (1) 質問紙の回答者数および回収率

対象となる保護者157名のうち回答者数(回収

率)は、第1回115名(73.2%)、第2回93名(59.2%)、第3回80名(51.0%)、第4回81名(51.6%)であった。

### (2) 「子どもによる食育内容の家族への伝達」、「子どもによる家庭での料理催促」、「家族との料理実践」状況に関する回答

子どもが家族へ食育内容を「よく伝えた/少し伝えた」と回答した者は、第1回89名(80.9%)、第2回45名(59.2%)、第3回44名(57.2%)、第4回42名(54.6%)であり、5歳児食育プログラムを通して約5-8割の子どもが伝達していた。家庭において子どもが幼稚園の食育でとりあげた料理を作りたいと「よく催促した/少し催促した」と回答した者は、第2回44名(57.2%)、第3回45名(57.7%)、第4回33名(42.3%)であり、5歳児食育プログラムを通して約4-6割の子どもが催促していた。幼稚園の食育でとりあげた料理について子どもと一緒に「作った」と回答した者は、第2回57名(61.3%)、第3回42名(52.5%)、第4回38名(47.5%)であり、5歳児食育プログラムを通して約4-6割の家庭で実践していた。

保護者に対して行った食育を積極的に受けたかどうかによる影響についてみると、すべての食育において講座参加群では講座不参加群に比べ「子どもによる食育内容の家族への伝達」、「子どもによる家庭での料理催促」、「家族との料理実践」の割合が高く、「子どもによる食育内容の家族への伝達」、「子どもによる家庭での料理催促」では第2回“おにぎり”，「家族との料理実践」では第2回“おにぎり”，第4回“七夕そうめん”において有意に実施状況が高かった。

### (3) 子どもの食べ物に関する興味・関心

5歳児食育プログラムを通して、子どもが「食べ物に興味・関心をもつようになった」と回答した者は30名(38.5%)、「今までと変わらない」と回答した者は48名(61.5%)であった。

子どもが「食べ物に興味・関心をもつようになった」と回答した者は、講座参加群で14名(53.8%)、講座不参加群で16名(30.8%)であり、講座参加群で有意に高かった ( $p = 0.048$ )。

表7 「幼稚園における食育を家庭につなぐ」についての評価（5歳児食育プログラム）

			全体		講座参加群		講座不参加群		p値 <sup>†</sup>
			(人)	(%)	(人)	(%)	(人)	(%)	
子どもによる食育内容の家族への伝達状況									
第1回 食べ物ピラミッド	よく伝えた	115 (NA:5)	25	22.7	10	27.8	15	20.3	0.14
	少し伝えた		64	58.2	22	61.1	42	56.8	
	あまり伝えなかった		21	19.1	4	11.1	17	23.0	
第2回 おにぎり	よく伝えた	93 (NA:17)	11	14.5	8	32.0	3	5.9	0.038
	少し伝えた		34	44.7	11	44.0	23	45.1	
	あまり伝えなかった		31	40.8	6	24.0	25	49.0	
第3回 オムライス	よく伝えた	80 (NA:8)	13	16.9	6	24.0	7	13.5	0.070
	少し伝えた		31	40.3	12	48.0	19	36.5	
	あまり伝えなかった		33	42.9	7	28.0	26	50.0	
第4回 セブソーめん	よく伝えた	81 (NA:4)	8	10.4	3	12.0	5	9.6	0.10
	少し伝えた		34	44.2	14	56.0	20	38.5	
	あまり伝えなかった		35	45.5	8	32.0	27	51.9	
子どもによる家庭での料理催促状況									
第2回 おにぎり	よく催促した	93 (NA:16)	18	23.4	9	34.6	9	17.6	0.045
	少し催促した		26	33.8	10	38.5	16	31.4	
	ほとんど催促しなかった		33	42.9	7	26.9	26	51.0	
第3回 オムライス	よく催促した	80 (NA:2)	20	25.6	7	26.9	13	25.0	0.63
	少し催促した		25	32.1	9	34.6	16	30.8	
	ほとんど催促しなかった		33	42.3	10	38.5	23	44.2	
第4回 セブソーめん	よく催促した	81 (NA:3)	17	21.8	8	30.8	9	17.3	0.15
	少し催促した		16	20.5	6	23.1	10	19.2	
	ほとんど催促しなかった		45	57.7	12	46.2	33	63.5	
家族との料理実践状況									
第2回 おにぎり	作った	93 (NA:-)	57	61.3	25	78.1	32	52.5	0.016
	作らなかった		36	38.7	7	21.9	29	47.5	
第3回 オムライス	作った	80 (NA:-)	42	52.5	16	57.1	26	50.0	0.54
	作らなかった		38	47.5	12	42.9	26	50.0	
第4回 セブソーめん	作った	81 (NA:1)	38	47.5	19	73.1	19	35.2	0.002
	作らなかった		42	52.5	7	26.9	35	64.8	
子どもの食べ物に関する興味・関心									
興味・関心をもつようになった	81 (NA:3)	30	38.5	14	53.8	16	30.8	0.048	
今までと変わらない		48	61.5	12	46.2	36	69.2		
保護者の食育に関する関心									
関心をもつようになった	81 (NA:8)	35	47.9	20	76.9	15	31.9	<0.001	
今までと変わらない		38	52.1	6	23.1	32	68.1		

<sup>†</sup> Mann-WhitneyのU検定

<sup>‡</sup> 質問毎にみられた無回答数は、NA:○として各々表中に記載し、解析には用いなかった

#### (4) 保護者の食育に関する関心の変化

5歳児食育プログラムを通して、保護者自身が「食育に関する関心をもつようになった」と回答した者は35名(47.9%)、「今までと変わらない」と回答した者は38名(52.1%)であった。

保護者自身が「食育に関する関心をもつようになった」と回答した者は、講座参加群では20名(76.9%)、講座不参加群では15名(31.9%)であり、講座参加群で有意に高かった( $p < 0.001$ )。

## IV 考察

### 1. 4・5歳児を対象とした食育プログラムの評価

幼稚園教諭による評価より、本食育プログラムは、概ね4・5歳児の発達段階に即し、園児が関心をもって積極的に参加できる内容であることが確認された。幼児期の食育では「楽しさ」や「五感で感じることを重視しながら、子どもが食べ物に主体的、意欲的に関わる体験を取り入れることが大切であるとされている<sup>21, 22)</sup>。自由記述からは、園児が感じたことを個々に発言しながら、絵本や

カード遊び、工作等を楽しみ、食べ物に触れ、食べ物を組み合わせて料理ができることを知り、家族と一緒に作って食べることを楽しみにしている様子が観察された。

なお、5歳児食育プログラムにおいては、食育内容が難しいと感じたとの意見や、絵を描くことを省いた、実際に料理を作ることができた方がよかった等、本プログラムの理解が十分とはいえない意見もみられた。5歳児食育プログラムは、当研究室が作成したものであり、幼稚園教諭との事前打ち合わせが十分でなく、食育実施に向けての準備不足があったところが大きいと考えられる。

本プログラムにおいて、園児への食育の担い手は第一に幼稚園教諭であり、園児が日々の幼稚園活動の中で楽しく食の体験を重ねていくことを通して、食への親しみをもつとともに、幼稚園における食の体験を園児が家族に伝え、家族が応答しつつ家庭での食育へとつなぐものであることから、幼稚園教諭の担う役割は大きい。食への興味関心が高い幼稚園教諭ほど、園活動の中に食育を取り入れているものが多いとの報告<sup>23)</sup>からも、幼稚園教諭自身が日頃の食生活のなかで食への興味・関心を高めるとともに、食育を実施するにあたり必要な食べ物や料理に関する知識やスキルを習得することは欠かせないものといえる。今後に向けて、食育のねらいならびに幼児の育ちに食がもたらす意義を確認しつつ、取り組むことのできる食育プログラムとして一部改良するとともに、幼稚園教諭の理解を促すよう食育でとりあげる食べ物や料理に関する基本知識をまとめた参考資料を充実させる。また、幼稚園教諭自身が食生活管理力を身につけ、食への興味・関心を高めつつ食育の重要性を認識するとともに、食育実施にあたり必要な知識やスキルを習得する事前研修について検討していく。

## 2. 幼稚園と家庭を結ぶ食育プログラムとしての有用性

家庭における子どもと保護者の食に関する「会話」ならびに「食育実施・料理実践」の結果から、食育だよりならびに食育講座を介して積極的に食育に参加した保護者の家庭において、幼稚園と家庭を結ぶ食育を達成できる可能性が確認された。

本プログラムにおいて、保護者は家庭での子どもの伝達ならびに食育だよりから幼稚園での食育

を知るなかで、保護者自身も食育を受けることをねらいとした。通信による情報提供は母親の食に関する関心を高める動機づけにつながる<sup>24)</sup>との報告からも、本プログラムで保護者への食育手段とした“食育だより”は、幼稚園での食育を理解したうえで、家庭での食育を担うことを支援し、幼稚園と家庭を結ぶ役割を果たすツールとして有用であると考えられる。今後に向けて、より多くの保護者が幼稚園での食育を知り、家庭における食育に関わるよう「本日、お子さんが食育だよりを持って帰ります」、「どのような食育を受けたかをたずね、お子さんと話をしてください」とお迎え時に幼稚園教諭が保護者に声かけをする、食育だよりをポスターにして幼稚園内に掲示する等、当日実施した食育を保護者に具体的に知らせるようしていく。

5歳児の保護者に向けた食育講座“作って食べよう”の参加保護者は、料理のデモンストレーションと試食ならびに子どもの喜ぶ調理作業や子どもへの声かけについて、具体的な食育方法を知る機会を得、参加者の家庭における調理を介した食育支援につながったものと推察される。今後は、より多くの保護者が食育講座に参加できるよう開催日時・場所の設定を考慮するとともに、食育への関心をあまりもたない保護者に向けて講座に参加した保護者が講座内容や家庭での食育にどのように活かしているかについて話をする（ピアサポート）ように働きかけることを検討していく。

5歳児食育講座では、食生活改善推進員による保護者への調理指導を試行したが事前研修が十分でなく、料理のデモンストレーションに留り、子どもの喜ぶ調理作業や子どもへの声かけ等の指導が不十分な場面もあった。地域の健康づくりを担う食生活改善推進員は、活動を行うにあたり必要な基本的知識やスキルに関する研修を受講している<sup>25)</sup>ものの、本研究のねらいとしている「子どもと一緒に料理を楽しみながら家庭での食育をする」にあたり、保護者を指導するための取組はほとんど実施されていない現状がみられた。今後、食生活改善推進員に向けて本プログラムのねらいとともに幼児期における食育の重要性を確認したうえで保護者への食育を担うことができるよう、食育講座でとりあげる料理を試作するとともに、講座の進め方、保護者へ伝える食育のポイントを具体的に説明する研修を実施することが必要である。

### 3. 本研究の限界点

本研究は一地域における協力の得られた 4 園の園児と保護者を対象とした食育実践であり、食育プログラム実施前の園児の食べ物に関する興味・関心に加え、保護者、幼稚園教諭の食生活や食育への関心、食育実施状況等について十分な把握ができていなかった。また、4・5 歳食育プログラムを受けた園児・保護者と 5 歳児食育プログラムのみを受けた園児・保護者が混在したことにより、5 歳児食育プログラムの評価は不十分となった。今後、4・5 歳児を通じた食育実践による園児の食べ物に関する興味・関心や保護者の食育への関心が検討できる評価デザインを検討することが必要である。

## V 謝辞

食育プログラムの作成にあたり、ともに活動いただきました幼児食育研究会各位に深く感謝申し上げます。本研究実施にご協力いただきました幼稚園園長、幼稚園教諭各位、食生活改善推進員の皆様に感謝申し上げます。

### 参考文献

- 厚生労働省：健康日本 21 (2000), [http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21\\_11/s0f.html](http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21_11/s0f.html), (2014 年 8 月 13 日)
- 厚生労働省：標準的な健診・保健指導プログラム 改訂版 (2013), [http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/seikatsu/index.html](http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/seikatsu/index.html), (2014 年 8 月 13 日)
- 厚生労働省：健康日本 21 最終評価 (2011), <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001r5gc-att/2r9852000001r5np.pdf>, (2014 年 8 月 13 日)
- 厚生労働省：特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き (2013), [http://www.mhlw.go.jp/bunya/shakaihoshou/iryous\\_eido01/pdf/info03d-1.pdf](http://www.mhlw.go.jp/bunya/shakaihoshou/iryous_eido01/pdf/info03d-1.pdf) (2014 年 8 月 13 日)
- 日本糖尿病学会編：『科学的根拠に基づく糖尿病診療ガイドライン 2013』, 南江堂, 東京, 31-37 (2013)
- 江崎治：生活習慣病予防と栄養管理のエビデンス, 栄養 評価と治療, 25 (2), 118-128 (2008)
- 津下一代：特定保健指導における食事療法の考え方, 肥満研究, 15 (2), 119-125 (2009)
- 内閣府：食育基本法 (2005), <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/law/law.html>, (2014 年 8 月 13 日)
- 厚生労働省：健康日本 21 (第 2 次) (2013), [http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippou21\\_01.pdf](http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippou21_01.pdf), (2014 年 8 月 13 日)
- 内閣府：第 2 次食育推進基本計画 (2011), <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/2kihonkeikaku.pdf>, (2014 年 8 月 13 日)
- 厚生労働省：健康日本 21 (第 2 次) の推進に関する参考資料 (2012), [http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippou21\\_02.pdf](http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippou21_02.pdf), (2014 年 2 月 3 日)
- 文部科学省：幼稚園教育要領, チャイルド社, 東京 (2008)
- 厚生労働省：保育所保育指針, チャイルド社, 東京 (2008)
- 農林中央金庫：「世代をつなぐ食」その実態と意識 (2010), [http://www.nochubank.or.jp/contribution/pdf/research\\_2010\\_02.pdf](http://www.nochubank.or.jp/contribution/pdf/research_2010_02.pdf), (2014 年 8 月 15 日)
- 山口静枝, 春木敏, 原田昭子：母親の食行動パターンと幼児の食教育との関連, 栄養学雑誌, 54 (2), 87-96 (1996)
- 大木薫, 稲山貴代, 坂本元子：幼児の肥満要因と母親の食意識・食行動の関連について, 栄養学雑誌, 61 (5), 289-298 (2003)
- 名村靖子, 東根裕子, 奥田豊子：保護者の食意識が幼稚園児の食生活, 食関心に及ぼす影響, 大阪教育大学紀要 第 II 部門, 57 (2), 27-36 (2009)
- Savage, J.S., Fisher, J.O., Birch, L.L.: Parental influence on eating behavior: conception to adolescence. *J Law Med Ethics*, 35 (1), 22-34 (2007)
- 酒井治子, 森眞理：諸外国における幼児教育での食をめぐる取り組みの特徴-米国, ニュージーランド, 韓国, 中国における実践から-, 厚生労働科学研究費補助金分担研究報告書, 126-137 (2005)
- 厚生労働省：楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針 (2004 年), <http://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/06/dl/s0604-2k.pdf>, (2014 年 8 月 13 日)
- 厚生労働省：「食を通じた子どもの健全育成（－いわゆる「食育」の視点から－）のあり方に関する検討会」報告書 (2004), <http://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/02/s0219-4.html>, (2014 年 8 月 13 日)

- 22) 小川雄二：『保育園・幼稚園ですすめる食育の理論と実践』，芽ばえ社，東京，16-21(2009)
- 23) 足立恵子，中山玲子：幼稚園における園児の食べ物の名前認知度と教諭の保育の中での食育との関連，日本食育学会誌，6(2)，197-205(2012)
- 24) 堀田千津子，高田晴子，木村友子，内藤通考：幼稚園児と母親に対する食育プログラム実施の効果，日本食育学会誌，2(4)，141-148(2008)
- 25) 食生活改善推進員教育テキスト，一般社団法人日本食生活協会，東京(2014)

---

## 幼稚園と家庭を結ぶ食育プログラムの評価

金田 直子，子安 愛，大畑 千弦，鍛冶 晃子，太田 愛美，春木 敏

**要旨**：幼稚園での食育を家庭での食育につなげ日々の生活の中で食育を推進していくにあたり，4・5歳児とその保護者を対象とする食育プログラムを幼稚園教諭と協同で作成し，幼稚園教諭，保護者と連携，実施し，その有用性について検討した。作成した食育プログラムは，幼稚園教育要領を踏まえ，4・5歳児の発達段階に即した「楽しみながら食に親しむ」内容とし，子どもが主体的に食に関わる体験をすることをねらいとした。各回の食育の後，幼稚園教諭および保護者を対象に質問紙調査を実施し，食育プログラムの有用性，および幼稚園から家庭に食育をつなぐことができたかについてケーススタディデザインにより評価を行った。幼稚園教諭による評価，および家庭における子どもと保護者の食に関する会話や食育実施の結果より，作成した食育プログラムは概ね4・5歳児の発達段階に即し，園児が関心をもって積極的に参加できる内容であり，幼稚園と家庭を結ぶ食育推進に向けての一助となることが示唆された。今後の食育推進にあたり，プログラム構成・教材の改良とともに，食育の担い手となる幼稚園教諭，食生活改善推進員に向けた研修を行う必要があると考えられる。