付属幼稚園と短大の食育についての連携の試み（第一報）

――連携のいきさつから実施状況報告――

塩田博子・木村秀喜

A trial of the dietary habits education for kindergarteners in collaboration with the attached kindergarten (1)

—Reports on the development of the collaboration—

by
Hiroko SHIOTA and Hideki KIMURA

1．はじめに

「食」をめぐる現状として、肥満や生活習慣病、栄養バランスの偏った食事、過度なダイエット、食品の自給率の低下、食の安全性、伝統的な食文化の喪失など食に関して様々な問題が出てきている。それらの諸問題を改善していく為にも、食育基本法が平成17年6月に成立され、国を挙げて食育に取り組むことになってきた。

食育基本法の前文に、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身につけていくためには、何よりも『食』が重要である。改めて、食育を、生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。」と書かれているように、特に幼児期は基本的な生活習慣を身につける大切な時期である。また、食生活についても健康的な生活をおくるのはもちろんのこと、心身の発育、発達に大きな影響をもたらすものでもある。しかし、現在、幼児期の食生活について朝食の欠食、食事の偏り、加工食品への依存、間食の重要性など様々な問題が生じてきている。

本学において、今年度より付属第一、第二幼稚園と連携し、幼児期の「食育」について取り組んでいることを報告する。

2．内容

2・1　連携の試みのいきさつ

本学は付属高校、付属第一幼稚園、付属第二幼稚園が併設されている。本学栄養健康学科と付属第一、第二幼稚園とは今までほとんど交流がされていない状態であったが、今回の調査・研究について話しを持ちかけたところ園においても本学科との交流を望んでいた為、学園内での意思の疎通をはかり、共に成長する為にも共通理解の深められる「食育」を通しての連携を試みることにした。

また、保護者の方々へも、幼児期より親子でもっと「食」へ関心を持ってもらい、「食」への正しい知識の普及と楽しい食生活のあり方について理解を深めてもらうために、本学付属第一、第二幼稚園と連携し「食育活動」として「食育」に取り組んでいくことを伝える。

2・2　食育活動の取り組み

幼稚園との連携をとりながらの「食育活動」としては、18 年度の幼稚園 PTA との検討も必要なため、17 年度末に 18 年度の「食育活動」の取り組みについての協力要請の依頼文を各園に提出した。

18 年度に入り、「食育活動」の詳しい内容として、はじめに付属第一・第二幼稚園で「食育」を実施する目的の提示をする。次に年間スケジュールの組み立て案を提示し、各園の PTA との話し合いにより、実施することとした。

3．結果

18 年 3 月 27 日に各園に、18 年度の食育の研究活動の取り組みについての協力要請についての「幼稚園児を対象とした『食育』についての研究活動を進めるにあたって」という依頼文書を提出し、各園共に受理され、18 年度の食育活動の実施の運びとなる。しかし年間スケジュールの組み立てについては 18 年度の PTA 役員決定以降の話し合いになるとのことである。

3・1　付属第一・第二幼稚園で「食育」を実施する目的の提示について

付属第一・第二幼稚園で「食育」を実施する目的として次の 5 項目の提示を行った。

①子どもたちに食に興味を持ってもらい、「食べることの大切さや楽しさ」を知ってもらいたい。

②保護者へ、心身の発育、発達に大きな影響をもたらす幼児期の食生活について「食べることの大切さや楽しさ」、「偏食の改善」、「食品の特徴」などについて理解してもらいたい。

③園児の保護者を通して、この活動を地域の皆さんにも周知してもらいたい。

④学園内のつながりを持ちたい。

⑤できれば現年少児については、これから3年間の動向の変容を見ていきたい。

これらの5項目の提示について、園及びPTA役員にも理解を得ることが出来、年間のスケジュールを検討することとなった。

3・2　付属第一・第二幼稚園における年間スケジュールの検討について

付属第一・第二幼稚園の年間スケジュール案として「アンケート調査」、「アンケート調査を基にした『食育』の講話」、「お弁当についての講話」と「園児たちへの食べ物についてのお話」を提示した。付属第一・第二幼稚園年間スケジュールの検討結果を表1、各幼稚園の園児数を表2に示す。

表1　付属第一・第二幼稚園の年間スケジュール表

スケジュール内容	付属第一幼稚園	付属第二幼稚園
「園児の食生活アンケート」の実施	5月12日	5月12日
「園児の食生活アンケート」の回収	5月17日	5月17日
「食育」について保護者へ講演	7月2日	6月16日
テーマ：「食育について―おいしく食べよう！ 元気なこども―」		
夏季保育園児へ「食育」	8月2日 （未就園児親子含む）	8月1日
未就園児の保護者への「食育」		9月13日
テーマ：「食育について―おいしく食べよう！ 元気なこども―」（未就園児編）		
親子で「おにぎりづくり」		3月6日

＊内容の詳細については、これから各園と話し合いをすすめていく。

＊夏季保育にはエプロンシアターなどの媒体を使用する。

＊出来れば年度末にもう一度アンケートを実施し、保護者の変容を把握したい。

表2　付属第一・第二幼稚園の園児数（人）

	年少	年中	年長	合計
付属第一幼稚園	26	44	23	93
付属第二幼稚園	28	28	20	76
合　　計	54	72	43	169

3・3　「食育」の実施状況

「食育」の実施は付属第一、第二幼稚園で年間スケジュールが多少異なるが、これまでに実施した内容は以下のとおりである。

（1）幼児の食生活アンケートの実施と回収

各園に5月12日、一園児につき一部のアンケートを配布し、実際に家庭で食事を提供している方に回答してもらう方法を取った。また5月17日に回収を行った。回収率は付属第一幼稚園85%、付属第二幼稚園87%である。集計については本学科1年10名の協力を得て6月16日の付属第二幼稚園での講演に間に合わせる為、毎日時間の許す限り、集計を行った。

（2）「食育」について、保護者へ講演

（内容）

1．幼児の食事とは[1)]
2．「食育アンケート」調査結果について
3．園児の食生活の問題改善について
4．園児の食生活の問題改善の対策について
5．栄養バランスと愛情のバランスについて

以上、パワーポイントにて進める

図1　「食育について―おいしく食べよう！ 元気なこども―」のパワーポイントの内容の一部

6月16日付属第二幼稚園（参加保護者70名）、7月2日付属第一幼稚園（参加保護者80名）において図1のとおり「食育について―おいしく食べよう！元気な子ども―」と題して保護者の方々へ、パワーポイントによって「食育」の講演を実施した。

付属第二幼稚園70名、付属第一幼稚園80名の保護者の聴講があった。講演中の様子については、就園前の乳児や幼児もかなり同伴していたが、保護者の方々は終始耳を傾け、内容によっては納得できると言わんばかりに、うなずく様子もこちらに伝わってきた。

また、5月の「食育アンケート」を基に内容を進めたため、保護者の方々も身近なものとし

て受け止めていたように思う。会場内の様子については図２、図３のとおりである。

図２　付属第二幼稚園での講演の様子

図３　付属第一幼稚園での講演の様子

（３）園児への「食育」

園児への「食育」は「園児に『食』に興味を持ってもらい、『食べることの大切さや楽しさ』を自覚してもらう」ことを目的として８月１日付属第二幼稚園、同２日付属第一幼稚園において実施した。これに本学科２年５名の「食育ボランティア」による食育活動「たべもののなかまとはたらき（おはなしとゲーム）[2)]」、「たべもののゆくえ（エプロンシアター＆ペープサート）」を行なった。

また付属第二幼稚園では絵本とパネルを使用し、「『14ひきのあさごはん』と『みんなのあさごはん』について」(塩田)、「『このたべもの』なにからできているの？」(木村）も行なった。

付属第二幼稚園の講演中の様子は、図４に示したとおり、とても元気の良い園児と学生の気持ちがすぐに溶け合い、学生の緊張もすぐに解きほぐされ、内容楽しく説明し、ゲームを交えながら年長児、年中児に理解を促すことが出来た。年少児については理解を望むことは困難だったが、年長児、年中児を見ながら、この雰囲気を楽しんでいた様子である。

また、絵本やパネルにも興味を持ち、園児自身の食生活と絵本の内容とを比較、または重ね

図４　付属第二幼稚園での学生による園児への「食育」の様子

合わせて発言する場面もあった。内容を楽しく説明し、ゲームを交えながら年長児、年中児に理解を促した。

付属第一幼稚園の講演中の様子は、内容の取りかかりに園児の反応が弱く学生も戸惑いを見せていたが、間もなく園児と学生の気持ちもお互いに通じたのか、図5に示したとおり学生の緊張も解きほぐされ、園児も活発な反応を示すようになった。

また、未就園児も保護者と共に参加し、内容の理解は困難な様子ではあったが、保護者のひざに抱かれ、解説をしてもらいながら、学生や園児の動きをしっかりと見ていた様子である。

図5　付属第一幼稚園での学生による園児への「食育」の様子

両園共に学生が積極的な「食育活動」を行ったことにより、園児は学生に興味を示して、「食」について楽しくゲームに参加し、時には真剣に話に耳を傾けるなど、「食」に関心を持ち、「食べることの大切さや楽しさ」を意識しはじめているように感じることができた。

（4）未就園児の保護者への食育

9月13日付属第二幼稚園において未就園児の保護者約25名へ、幼児の食生活の中で「入園までに心がけたいこと」（図6）、「いまなぜ食育なの」を中心に講話を実施した。子どもと同席のため、講演も至難の業ではなかったが、熱心に聴講している様子であった。また、入園前に幼児の食生活について講話を聞く機会がほとんどない様子で、個人的に質問を受けるなど、子どもの食生活に不安を抱えいる保護者が多いように見受けられた。

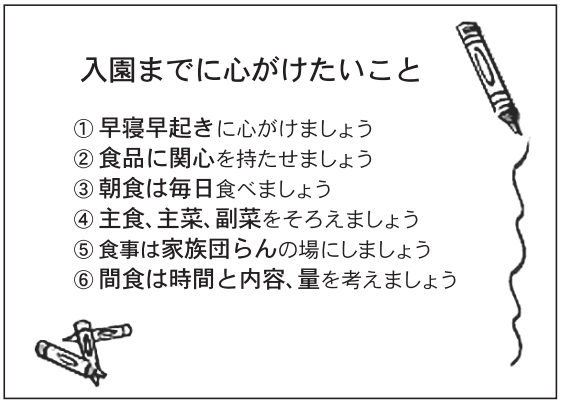

図6　第二幼稚園での未就園児の保護者への食育の一部

（５）年長児（保護者同伴）の「おにぎりづくり」

今年度末の３月初旬に実施予定のため、ここに報告できないのが残念である。しかし、いま現在、研究室のゼミナール受講者２名と共に実施に向けての準備を進めている。

これは山口県健康福祉部発行の「幼児期からの食育ガイドライン」（H17年３月）の中で幼児の食育の目的のひとつとして掲げている「食の正しい知識を知る」中の実践項目である「家族や友達といっしょに料理をつくろう」というものに当たるものと思われる。

4. 考察

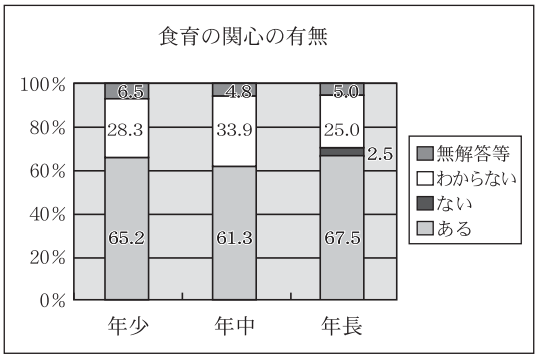

図７　食育の関心の有無

園との連携で食育活動を始めるまでは、図７のグラフのとおり、アンケート調査で「食育に関心のある保護者」が付属第一、第二幼稚園を合わせ、クラス別で見た場合、年少：65.2%、年中：61.3%、年長：67.5%と、食育推進基本計画の「食育に関心を持っている国民」の割合（70%）よりも低い値を示していた。

しかし、園と連携して食育活動を実施したことにより、保護者や園児も「食」への関心を深めてきていることが下記に紹介する講演についての評や、本誌記載の「幼稚園ボランティア活動の実施について」の園長先生の講評[3)]からもわかる。

講演についての評

園長先生より：

- とても理解しやすく、保護者の方も帰ってすぐにでも実行できそうな内容でした。帰って実行するかどうかは皆様次第です。どうか帰りましたらご家族で食育についてもう一度考え、良いことは実行してください。（保護者の方へ）
- 普段出来そうなことですが、実際にはなかなか出来ないものですね。お母さん方も今以上に食育に関心を持ち、楽しい食生活を送ってください。

保護者より：

- 改めて考えさせられることばかりでした。
- 食事中のテレビを消すことにより、食事にかかる時間も短縮され、話も弾み、家族のいろいろな顔を見ることもでき楽しいです。テーマでもある「おいしく食べよう！元気なこども」

ということにつながるものではないでしょうか。

・食育といっても具体的にどのように進めていけばよいか分からなかったが、今日の講話でアンケート調査の結果を見て反省するところもあるが、子どもには生活リズムを規則正しくし、反省した面を改善していくように努めます。

5．まとめ

幼児期は基本的な生活習慣の基礎づくりの時期であるが、食生活についても同様のことが言える。今回、本学が食育活動を行ったことにより、子どもや保護者の皆には「食べることの大切さや楽しさ」を知ってもらい、理解を深めてくれたものと思われる。また、未就園児の保護者の参加により、この活動が園を通じて、わずかであるが地域の方々へ広めることが出来たように思う。また、年中、年少児については１年後、２年後の変容を見たい。

付属幼稚園と連携しての「食育活動」は今年度始めたばかりであり、すべてを報告することが困難であるため、これを第一報としたい。

6．謝辞

食育活動を実施するにあたり、本学付属第一幼稚園、付属第二幼稚園の先生方や保護者の皆様方にご協力いただき、深く感謝申し上げます。

平成 18 年度、本学栄養健康学科１年の長部麻美、柏木朋子、久保田朋子、神代聡美、兒玉佐知子、下栗智恵美、下土井芳江、廣瀬里枝、八塚華奈、山本千里、２年の稲崎翔子、内田仁美、北島沙緒理、齋藤友香、村上文佳の協力に深く感謝したい。

参考文献

１）山口県健康福祉部健康増進課：幼児期からの食育ガイドライン，健康やまぐちサポートステーションHP，http://www.kenko.pref.yamaguchi.lg.jp/kenko21/tebiki/shokuiku.pdf

２）坂本元子：子どもの栄養・食教育ガイド，p.144，医歯薬出版（株），2001，東京

３）塩田博子・木村秀喜：幼稚園食育ボランティア活動の実施について，下関短期大学紀要，25，p.130 2007