

認定こども園における食育実践

山本真子

Dietary education practice in center for early childhood education and care

YAMAMOTO Mako

Key Words : Dietary education, center for early childhood education and care

抄録

目的：幼児期は食習慣の確立に大きな影響を及ぼす重要な時期である。認定こども園では“食を営む力の基礎を培うこと”を食育の目標とし、さまざまな取り組みを行っている。かねてより給食に好評を得ているK園において食育実践を検討し、園児がおいしく残さず食べる要因を探ることを目的とした。

方法：管理栄養士、保育教諭各1名にインタビューを行い、昼食および献立会議の様子を観察した。

結果：管理栄養士は献立を工夫し、保育教諭は園児をよく観察して環境を整え、喫食量を調節していた。話し合いを通して両者が連携し、発達段階に応じた目標を設定して計画的に食育活動を行っていた。食育だよりによる情報発信や給食の試食・展示を行い、家庭での食育が推進できるよう支援していた。

結論：管理栄養士および保育教諭の連携のもと、園児・保護者対象の食育活動、設備環境等、総合的な食育実践が要因と推察された。

キーワード：食育、認定こども園

1. 目的

幼児期は満1歳から小学校入学までをいい、発達が著しく、将来に向けての基本的な生活習慣、なかでも、食習慣の確立に大きな影響を及ぼす時期である。運動機能の盛んな発達に伴って活動意欲が高まり、生活の場が家庭から外へ広がることで興味・関心に広がりが見られ、思考力の基礎が培われる。摂食機能の発達により、さまざまな食品や料理を食べる食体験を通して嗜好の幅が広がり、味覚が発達する。味覚の発達と併せて心理的、環境的、生理的影響を受け、嗜好が形成される。摂食行動は、食べさせてもらう受動的行動から自分で食べる能動的行動に変化し、自分ひとりで食べる量の調節もできるようになる¹⁾。また、愛情豊かで思慮深い家族

をはじめとする大人の関わりから安心感や信頼感を育むことが、主体的に環境に馴染む基盤となり、他者への信頼感と自己の主体性を形成する。食に関して言えば、食体験を積み重ね、安心と安らぎの中で食べる心地良さを味わうことや食べる意欲を育むことが重要となる²⁾。

一方、乳幼児栄養調査(2015年)によると、“遊び食べをする”、“食べるのに時間がかかる”、“偏食する”、“むら食い”、“小食”等が、「現在子どもの食事で困っていること」として挙げられている³⁾。よって、運動機能や精神機能の発達が著しい幼児期の子どもに対して、養育者はじめ保育者は適切な援助を行う必要がある。

2005年に制定された食育基本法では、「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」⁴⁾としている。また“幼保連携型認定こども園教育・保育要領”では“食育の推進”が掲げられ、「幼保連携型認定こども園における食育は、健康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」を食育の目標としており⁵⁾、幼児を対象とする食育の重要性を提示している。現在、幼稚園、保育所(園)、認定こども園等でさまざまな食育の取り組みが行われており、K園もその一つである。

K園は神戸市に位置する大学併設の園である。2009年4月に保育園として設立され、2016年4月に保育園と幼稚園の機能を併せ持つ幼保連携型認定こども園(以下、認定こども園と記載)へ移行した。6か月の乳児から就学前の幼児を対象とした定員60名の園で、現在、0・1・2歳児クラス31名、3・4・5歳児クラス41名、計72名の園児が在籍している。提供される給食はかねてから園児より「おいしい」という評価を得ており、好き嫌いはあまり見られず、よく食べ、残食量は少ない現状にある。そこで本稿では、園児が給食をおいしく残さず食べられる要因を探ることを目的とし、具体的な食育実践を通して検討することとした。

2. 方 法

実施状況：管理栄養士、保育教諭各1名にインタビューを行い、昼食および献立会議の様子を観察した。

場所：K園

日時：2018年8月7日14時～14時20分、8月23日14時～15時、11月19日11時～13時30分
質問項目：①給食の実施状況、②献立作成時の工夫点、③保育教諭の視点からみた食育、④食育計画：食育イベント、食育会議、食育だより作成状況、⑤管理栄養士と保育教諭の連携の取り方、⑥保護者を対象とした食育、⑦食育を行うにあたっての課題

3. 結果と考察

3.1 給食の実施状況

3.1.1 恵まれた設備環境

給食は自園にて調理を行い、管理栄養士2名と調理補助職員1名(以下、給食従事者と記載)で、園児および一時預かり児童の昼食とおやつを提供している。発達段階に応じた幼児食と併

せて、特別な配慮を必要とする離乳食、アレルギー食にも対応している。自園内調理の利点は、園児が調理者の姿を見てコミュニケーションを取ることや給食室から聞こえてくる調理の音や香りが食欲を刺激すること、でき立ての給食をすぐに提供できることである。

一般的に給食室は、1階の奥に位置することが多く閉鎖的になりやすいが、K園の給食室は2階に位置している。

また、給食室と隣接したランチルームがあり、2歳児クラス以上の園児は給食やおやつの時間になると集まって食事を摂る。ランチルームという喫食スペースを設けて食事を摂ることにより、遊びの時間と給食の時間にメリハリをつけて生活リズムをつくり、「これから食事をする」という認識のもと、食べることに集中できる。ランチルームの外に面した壁がガラス製であることから、2階から外の景色を見ることができ、晴れた日には明るい陽射しが差し込み、開放的な環境の中で食事を摂ることができる。衛生管理の行き届いた心地よい食堂で、友達と一緒に食事を摂る場は楽しく、おいしさを感じるとものと考えられる⁶⁾。

給食室はガラス製の窓と扉になっているため、外から中の様子を見ることができ、園児は給食従事者の調理している姿を見ることで、感謝の気持ちが生まれる。給食従事者も給食室から園児の姿を見ることができ、近寄ってきたときには一旦手を止める等、双方がコミュニケーションをとりやすいようになっている。

3.1.2 離乳食の個別対応

子どもは生まれてから母乳または育児用ミルク等の乳汁により栄養素を摂取するが、摂食機能等の発達に応じて幼児食へ移行する必要がある。乳汁栄養から幼児食に移行する過程を「離乳」といい、離乳は生後5、6か月頃に開始し、12か月から18か月頃を目安に完了することが望ましいとされる。調理形態は、なめらかにすりつぶした状態のものから始め、舌でつぶせる固さ、歯ぐきでつぶせる固さ、歯ぐきで噛める固さに進行していく。子どもには個性があるため、内容や量は、個々に合わせて進めていくことが必要とされる⁷⁾。

離乳期は特にアレルギーを発症しやすい時期と言われており、離乳食の提供において細心の注意を払わなければならない。原則として、家で食べさせたことのある食材を提供する。その

ため、保護者と保育教諭、管理栄養士は、面接や紙面を用いて入念に確認を取る必要がある。配膳時には、管理栄養士が対象園児ひとりずつの名前、献立名、除去した食材を読み上げ、担任の保育教諭と互いに献立表を確認しながら、誤配のないようにする。

保育教諭は園児の食べるときの癖や歯の状態、咀嚼・飲み込みの仕方、意思表示をよく観察しながら離乳食を与える。例えば、吸いながら食べる癖がある場合、スプーンを下唇にあてることで吸い込みを防いでいる。嚥下ができないために食塊を指で喉の奥まで突っ込んで飲み込もうとする園児には、指に頼らず舌の動きで食塊を喉まで送られるよう、正面から軽く手を握り、無理強いせず楽しく食べられるよう丁寧に関わっている。咀嚼・飲み込みの仕方から、形状・硬さが園児と合っているか確認し、合っていないときは管理栄養士に変更してもらうよう伝える。料理の指差し、そっぽを向く仕草から、「食べたい」「食べたくない」の意思表示をくみ取る。食べている様子と歯の状態、月齢、喫食可能食材リスト、家庭での状況から進行具合を確認する。適切でない場合は、保育教諭が保護者に丁寧に状況説明をし、家庭でも連携をとって一緒に対応できるようお願いしている。

3.1.3 アレルギーの個別対応

食物アレルギー（以下、アレルギーと記載）とは、「食物によって引き起こされる抗原特異的な免疫学的機序を介して生体にとって不利益な症状が惹起される現象」と定義され、卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そばの7品目が特定原材料として挙げられる⁸⁾。有症率は乳児期が最も高く、加齢とともに漸減することが報告されている⁹⁾。治療原則は「正しい判断にもとづいた必要最小限の原因食物の除去」である⁸⁾ことから、“神戸市 教育・保育施設等におけるアレルギー対応の手引き”に沿い、医師の診断（生活管理指導表）に基づいて除去食物を決定し、完全除去としている¹⁰⁾。除去する際は可能な限り、代替食を提供して、必要な栄養素を補う。

アレルギー食は個別調理を行い、調理器具、食器類は他の園児と異なるものを使用する。名前と除去食材名が記載されたテープを貼った専用のトレイ、名札を用い、盛り付け、配膳も他の園児とは別の位置にして誤配を防ぐ。また、職員会議でアレルギー児の状況を報告するとともに、ランチルームの壁にはアレルギー児のイニ

シャルと除去食材名が記載されたポスターを貼り、保育者全員が情報共有できるようにしている。配膳時には個別対応が正確にされているか、誤配がないか、管理栄養士二人でダブルチェックをした後、二名の保育教諭により再度確認を行って配膳する。喫食時は、アレルギー児専用のテーブルが設けられ、誤食を防いでいる。

完全除去以外の注意点として、必要以上に除去しないことが挙げられる。不必要に除去することで、必要な栄養素を摂取できなくなってしまう。また、他の園児と違う料理を食べることに対するアレルギー児の気持ちに配慮する必要がある。

3.1.4 喫食量の調節

幼児期は個人差が大きいことが知られており、喫食量の少ない園児もいれば多い園児もいる。給食従事者が全園児の盛り付けを行った後に、担任の保育教諭が量の調節を行うきめ細やかな対応をしている。小食の園児に対しては、盛り付け量を少なくすることで「これくらいなら食べてみよう」という気持ちにさせて、完食して達成感を持たせるようにしている¹¹⁾。よく食べる園児に対しては、おかわりを準備している。

3.1.5 衛生管理

給食従事者は、食中毒を予防して安全な給食を提供するために、衛生管理を徹底して行うという日々の重要な作業がある。細菌性食中毒予防三原則として、食品の細菌汚染の防止（つけない）、食品中での細菌増殖防止（増やさない）、食品の加熱処理（殺す）が挙げられ¹²⁾、食中毒予防のために、原材料受入れおよび下処理段階における管理、加熱調理食品の加熱温度管理、二次汚染の防止、原材料および調理済み食品の温度管理が重要であり、これらを怠った際に、食中毒の発生リスクが高まるといわれている。また、取り決めた内容を明確に表す文書化、誰が行っても同じ結果が得られる標準化、作業が確実に実施されたことを証明する記録が必要である¹³⁾。給食提供は日々行うことであり、ほんの一瞬の気の緩みにより事故を引き起こしかねない。給食提供に携わるすべての者が決められたルールを理解し、順守する必要がある。給食従事者は自らが食中毒菌を保有することで食品を汚染しないよう、まずは自身の健康管理に留意している。手洗いは衛生管理の基本であり、石鹸を使って十分に洗浄した後、ペーパータオル

ルで水気を拭き取り、キエルキンを噴霧してから作業にあたる。調理作業開始前や生ものに触れた後、盛り付け前、食品以外のものに触れた後、トイレの後、毛髪や顔等に触れたとき等に十分に手を洗って消毒し、菌を付けないように努める。給食従事者は、おいしく調理することや誤配・遅配を防ぐことに加え、常に食中毒予防の意識を持ち、職務に当たっている。よって給食の安全性は保たれ、園児が安心して信頼感を抱いて食べることができるのは、日々の地道な努力の結果であるといえる。

3.2 献立作成時の工夫点

必要とする栄養素の供給と栄養バランスを考えることに加えて、園児が給食をおいしく食べられるよう、工夫して献立を立てている。献立は2週間のサイクルメニュー方式をとっており、1・3・5週目の献立、2・4週目の献立が同一のものとなる(表1)。この方式は、味に慣れ、2回目の提供時には1回目よりも安心して食べることで自信を持ちつつ、食体験を積み重ねるこ

とができる。毎回保育者が検食を行い、硬さや味つけ等を評価するとともに、1回目で挙げられた課題を2回目で改善し、より良い給食の提供を心がけている。昼食は他園に比べて品数が多く、一汁三菜に加えて果物を提供する。品数が多いことで使用する食材の種類が増え、さまざまな味を楽しめること、苦手な料理があっても好きな料理と交互に食べることで完食につないでいる。果物は園児にとってお楽しみ要素となり、食後の果物を楽しみに苦手な料理を食べることができる。副菜は野菜だけで構成せず、卵や鶏ひき肉、ツナ、しらす干し、薄揚げ等のたんぱく質を多く含む食材を少量使い、うま味を足すこともある。味付けは基本的に薄味で、素材の味を利かせるようにしている。その他、栄養価が高く、おいしく安価な旬の食材を使うことや調理操作・味つけ・食感の組み合わせ、彩りの良さ、ボリューム、噛み応え、食具の使いやすさ等に留意している。

また、日々提供される日常食に加え、月に1回開かれるお誕生会や行事食のときには、特別

表1 2018年10月献立(一部抜粋)

日付	曜日	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1・15・29	月	ごはん、牛肉の卵とじ 南瓜の煮物 スパゲティサラダ みそ汁、果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子
2・16・30	火	栗ごはん、鮭のバター醤油焼 ひき肉と野菜のオイスター炒め もやしの中華和え 卵スープ、果物	牛乳 菓子	牛乳 マーブルクッキー
3・17	水	ごはん、☆味噌カツ 秋野菜のチャンプル 酢の物 ☆きしめん、果物	牛乳 菓子	牛乳 ☆小倉トースト
31	水	ごはん、☆味噌カツ 秋野菜のチャンプル 酢の物 ☆きしめん、果物	牛乳 菓子	牛乳 南瓜の茶巾
4	木	ごはん、チーズハンバーグ キャベツとツナのソテー ポテトサラダ 白菜のスープ、果物	牛乳 菓子	お茶 焼きおにぎり
5・19	金	ごはん、鯖の塩焼 切干大根の卵焼 ひじきの煮物 みそ汁、果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子
6・20	土	カレーうどん 里芋の煮物 小松菜ともやしの梅おかか和え 果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子

☆は郷土料理を示す。

<http://konan-hoikuen.net/kondate10.htm>

食を提案して園児を楽しませるよう工夫している。行事食は、子どもの日、七夕、月見（団子）、クリスマス、節分、ひなまつり等があり、遊びの中に行事を取り入れ、それと併せて献立を構成する。

さらに、1か月に約2回、郷土料理を提供しており、これは園児の興味・関心から始まった取り組みである。以前、5歳児クラスでは、「世界」をテーマにした遊びを取り入れていた。さまざまな国があり、生活習慣の異なる多くの人がいることを知った園児は、外国に関心を持ち、国旗をはじめ図鑑や読み物に触れる機会を増やしていた。次第に、出身が神戸以外の保育者がいることを知り、外国と同様に興味・関心を持つようになった。同じ日本人でも、方言があること、イントネーションや食べ慣れたものの味が異なることに驚いた園児の気持ちを汲み取り、満足させたい思いから、郷土料理の提供を開始した。ランチルームの壁には各都道府県の郷土料理と特産物の写真が貼られた日本地図のイラストが掲示され、給食を通して学習している（写真1）。

管理栄養士がすべての給食業務に携わり、作成した献立を実際に調理するため、味つけや硬さ、食感、作業効率等がわかり、改善してより良い献立を作成している。



写真1 ランチルームに掲示している郷土料理のポスター

3.3 保育教諭の視点からみた食育の例

3.3.1 園児への言葉かけ

保育教諭は園児と一緒に給食を食べ、離乳食も事前に味見をする。それは、「甘酸っぱいね」「シャキシャキするね」「温かいね」等の言葉かけをし、目に見えない味や食感、温度を共有するためである。また、咀嚼している園児に対し、0歳児クラスでは、「カミカミ上手だね」と褒めたり、1歳児クラスでは、奥歯の生えている部

分を頬の上からさして「ここ」と知らせながら、奥歯で咀嚼できるように促す等、年齢に応じた言葉かけをしている。

3.3.2 正しい姿勢で食事を摂るための環境づくり

保育教諭は園児の姿からヒントを見つけ、年齢のとらわれをなくして個別対応している。これまでは、クラス（年齢）によって机と椅子の高さを指定しており、クラス全員が同じ高さの机と椅子で食事を摂っていた。しかし、園児に落ち着きが見られないことから、年齢に関係なく、ひとりずつの身長に合った机と椅子を使わせることにした。すると、落ち着いて食事に集中する姿がみられた。食行動は、4段階のピラミッド構造で表すことができる。1番下の第1段階は姿勢を保つ、バランスをとる等姿勢保持の動き、第2段階は食具を握る、食器を持つ等手の動き、第3段階は食べ物や手元等を見る目の動き、咀嚼等口腔の動き、第4段階は注意・思考の認知機能である¹⁴⁾。すなわち、正しい座り方をして姿勢を保ち、バランスをとりながら食事をすることは、食行動の土台となる。ただ「姿勢よく食べなさい」と口頭で指導するだけでなく、園児の実態をよく観察し、今使っている椅子は本当に姿勢よく食べられる椅子か話し合い、どうすれば姿勢よく食べられるのか提案して実行し、環境を整えることが重要である。

また、3歳児クラスにおいては、給食用トレイを外して提供する取り組みをした。トレイは安全面や運びやすさのメリットがあるが、食器の位置を移動させにくいいため、姿勢を崩しながら食事を摂ることになる。そこで、トレイを外してみると、園児は自ら食器を食べやすい位置に移し、姿勢よく食事を摂るようになった。

その他に、園庭で育てた夏野菜を用いたスタンプの製作や作品展で披露した食品の工作、ランチルームの壁に掲示された食事に関するマナーのポスター等、保育内容に食育を取り入れている。

3.4 管理栄養士と保育教諭との連携

－食育会議・献立会議における話し合い－

3.4.1 目標の設定および計画の立案

管理栄養士と保育教諭は、食育会議で話し合い、園で行う食育について決定している。基準となるのが、保育目標と食育目標（表2）である。毎月その時期に適した目標を立て、園児と職員が意識して実行できるよう、玄関付近やランチ

ルームの壁に掲示する。食育だよりも掲載し、保護者に呼びかけている。実施した翌月には振り返りを行い、その目標の継続または変更を決める。

担任の保育教諭は、園児の様子や発達段階、環境等を考慮して保育の計画を立てる。その一方で、管理栄養士は1年間をⅠ期からⅣ期に分け、各時期に行う活動について示した年間食育計画を立てる(表3)。保育教諭が保育の計画に基づき食育活動を提案することもあれば、管理栄養士が年間食育計画に基づき食育活動を提案し、相談することもある。ただやみくもに食育活動を行うのではなく、計画を立てて一貫性を持たせて行っている。

3.4.2 園児の喫食状況の報告と改善

担任の保育教諭から、各クラスの喫食状況や姿勢、マナー等について報告があり、課題となるものがあれば話し合いが行われる。例えば、3歳児は箸を使えるようになって自信がつく時期であるが、その時期につかむことが困難な献立があると挫折してしまう。そのため、五目豆のときは、芽ひじきではなく長ひじきを使うよう

管理栄養士に伝える。保育教諭は食べやすさ、つかみやすさ等発達の面からも献立をみており、それは献立作成において貴重な意見となる。

3.4.3 食育イベント実施にあたっての話し合い

食育イベント実施の際には、事前に十分な話し合いが行われる。例えば、12月に計画されていた5歳児クラス対象のバイキング給食では、保育教諭から、1週目は主食のみ、2週目は主食と主菜、3週目はすべての料理を園児が取り分けるよう提案があった。しかし、園児にトングを使って取らせると、食事時の自分の食器にあてることや床に落としたトングを元の場所に戻す可能性があるとの指摘があった。そこで、食具の取り扱いや衛生管理について、管理栄養士が事前に注意事項を伝えることになった。

クリスマス会では、2歳児クラス以上でケーキ作りが計画されていた。2歳児クラスは、ケーキにのせる果物のトッピング、3歳児クラスは生クリームを絞り、果物をのせる。4歳児クラスは生地を混ぜることから始め、ホットプレートで焼き、生クリーム、果物、チョコスプレーで飾り付けをする。5歳児クラスは、作品展で

表2 保育目標および食育目標 (2018年度)

月	保育目標	食育目標
4	新しい生活環境に慣れる	食べることを楽しもう
5	早寝・早起き・朝ごはんを基本に生活のリズムを整える	食べることを楽しもう
6	口腔内を清潔にする	自分で食べよう、食材に関心を持とう
7	清潔に過ごそう	夏野菜に関心を持って味わって食べよう
8	水分補給をまめに行い暑さに負けずに元気に過ごす	夏野菜に関心を持って味わって食べよう
9	生活のリズムを整え元気に過ごそう	姿勢を正して座ろう
10	体を十分に動かして遊ぶ	秋の味覚を味わって食べよう
11	薄着で過ごそう	よく噛んで食べよう、マナーを守って食べよう
12	手洗いうがい丁寧にしよう	よく噛んで食べよう、マナーを守って食べよう
1	寒さに負けず元気に体を動かそう	食具を正しく持って食べよう
2	寒さに負けず元気に体を動かそう	食具を正しく持って食べよう
3	自信を持って身の回りのことをしよう	意欲的に食べよう

表3 年間食育計画 (2018年度)

Ⅰ期 (4, 5, 6月)	Ⅱ期 (7, 8, 9月)	Ⅲ期 (10,11,12月)	Ⅳ期 (1, 2, 3月)
・春野菜に触れる→季節の食材の展示	・夏野菜に触れる→季節の食材の展示 ・旬の食材(野菜)を使ったクッキング ・三色食品群(4・5歳対象)	・秋野菜に触れる→季節の食材の展示 ・行事と食に関わりがあるクッキング(お月見だんご作り) ・命ある食物に感謝して食べる→魚の解体ショー	・冬野菜に触れる→季節の食材の展示 ・ブラックボックスの設置(におい当てクイズ)

披露したたこ焼きの屋台を「実際にやりたい」との意見があったため、生地は4歳児クラスと同様に作り、ホットプレートではなく、たこ焼き器を使って、ベビーカステラを焼く計画がされていた。また、他クラスの保育教諭から意見をもらい、段取りや準備について細部にわたって話し合いが行われる。「園児が楽しいことをしているときに注意をしたくない」との思いから、事前に保育者が入念に準備し、安全に楽しく活動が行えるよう環境を整えている。

その他に、園内菜園や魚の解体ショー、クッキング等、園児を対象とした活動を行っている。

3.5 保護者を対象とした食育

認定こども園は、保護者が食への理解を深め、食事をつくることや我が子と一緒に食べることに喜びをもつことができるようにする支援が望まれ、食育の取組を保護者や地域に向けて発信することが大切であると提示している⁵⁾。また、家庭では適正な栄養素摂取と望ましい食習慣が身につく食事が提供されていない場合があることや家族と一緒に食事をする“共食”の機会の減少が指摘されており¹¹⁾、K園においても、子どもの喫食量がわからない保護者がいる。そこで保護者を対象に、食育だよりを通しての情報提供、給食の実物展示、保育参加での試食を行っている。

月に一度発行する食育だよりは、食育活動の様子やその季節に応じた食事、健康な体づくりに関する知識を発信している。例えば、園内菜園は、植物と触れ合って生長過程を観察し、収穫することで、食材や食べることに興味を持ち、命を大切にすることを育むねらいがあることを伝えている。その他、丈夫な歯、健康な骨を作るために必要な知識や夏場の衛生管理、行事食、バランスの良い食事、食事のマナー等をテーマにしている。また、給食のうち、保護者が簡単に家庭で調理できるレシピや郷土料理、行事食のレシピ掲載も併せて行っている。

玄関付近には、4・5歳児クラスに提供した給食の実物を展示している。実物大の給食内容を見ることで、栄養バランスのとれた献立例、特に4・5歳児クラスの保護者には、子どもに適した量・大きさを示すことができる。

行事のひとつである保育参加では、保護者に昼食(0歳児クラスでは離乳食)を試食してもらっている。また、子どもに適した硬さや大きさ、量について給食を用いて伝えることは、家庭で

の調理の参考となる。食を通して発達する心のひとつに、対人関係・社会性の発達が挙げられる。これは愛情関係の発達を基盤とし、親との間に形成した愛情関係を他人に拡大していくことを指している。家族そろって食卓を囲む機会が多いほど、食べ物と同時に会話を楽しみながら食事をするようになる発達につながるとされる¹⁵⁾。家庭内調理が行われ、家族そろって食事を摂ることは、精神発達において重要なことである。

家庭での食育が推進できるよう、保護者に適切な情報を発信することも、認定こども園が担う重要な職務である。

3.6 食育を行うにあたっての課題

園では好き嫌いなく、よく食べるが、家庭での喫食量が少ない園児がいることが気になる点として挙げられた。さまざまな食育活動を行い、園児がおいしく給食を食べられる工夫をしているが、家庭においても同様であるとは限らない。家庭での様子や保護者の意識を把握したうえで、食育計画を立て実行することが望ましい。それらを把握するには保護者対象の定期的なアンケート調査が有効である。以前、実施したことがあったが、日々の給食業務や食育活動に加えてのアンケート調査は、負担が大きく困難である。定期的にアンケート調査をし、その結果を踏まえた食育計画の立案と実施が、今後の課題として挙げられた。

4. 結 論

園児が給食をおいしく残さず食べられるのは、恵まれた設備環境のもと、管理栄養士および保育教諭の視点から食育が実践されていることが要因と考えられる。

管理栄養士は、献立内容や味付け・食感等、園児がおいしく食べられるよう工夫している。また、常に衛生管理を徹底して行い、安全な給食を提供し続けることで、園児が給食に対して信頼感を抱き、安心して食べることができる。

保育教諭は、園児の喫食の様子をよく観察し、量を調節するきめ細かいケアに加え、食べやすくするための環境づくりを行い、保育内容に食育を取り入れている。

また、話し合いを通して両者は連携し、発達段階に応じた目標設定と計画立案をし、実行に移している。家庭内での食育が推進されるよう、

保護者対象の食育活動も行っている。

K園は、園児を中心に置き、管理栄養士および保育教諭の両者が協同し、一丸となって食育を実践している。

謝辞

今回、インタビューおよび観察にご協力いただいたK園の皆様に、心よりお礼申し上げます。

参考文献等

- 1) 武見ゆかり, 赤松利恵, 2013, 『栄養教育論 理論と実践』, 医歯薬出版, 106-107
- 2) 丸山千寿子, 足達淑子, 武見ゆかり, 2016, 『栄養教育論(改訂第4版)』, 南江堂, 195-196
- 3) 厚生労働省, 2015, 『平成27年度 乳幼児栄養調査結果の概要』(2018-9-24 アクセス <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Ko-youkintoujidoukateikyoku/0000134207.pdf>)
- 4) 農林水産省, 2015, 『食育基本法』(2018-9-22 アクセス http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_27911.pdf)
- 5) 内閣府, 文部科学省, 厚生労働省, 2018, 『幼保連携型認定こども園 教育・保育要領解説』(2018-9-22 アクセス http://www8.cao.go.jp/shoushi/kodomoen/pdf/youryou_kaisetsu.pdf)
- 6) 山本茂, 奥田豊子, 濱口郁枝, 2011, 『栄養科学シリーズNEXT 食育・食生活論 社会・環境と健康』, 講談社, 39
- 7) 厚生労働省, 2007『授乳・離乳の支援ガイド』(2018-9-24 アクセス <https://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/03/dl/s0314-17a.pdf>)
- 8) 本田佳子, 2016, 『Visual 栄養学テキストシリーズ 臨床栄養学Ⅱ各論』, 中山書店, 150, 154
- 9) 日本小児アレルギー学会食物アレルギー委員会, 2016, 『食物アレルギー診療ガイドライン2016 ダイジェスト版』(2018-9-25 アクセス http://www.jspaci.jp/allergy_2016/chap03.html)
- 10) 神戸市, 2016, 『神戸市 教育・保育施設等におけるアレルギー対応の手引き』(2018-9-26 アクセス http://www.city.kobe.lg.jp/child/grow/nursery/img/allergy_youshiki_4.pdf)
- 11) 飯塚美和子, 瀬尾弘子, 曾根真理枝, 濱谷亮子, 2015, 『最新 子どもの食と栄養－食生活の基礎を築くために－』, 5, 185, 199
- 12) 増田邦義, 植木幸英, 野村秀一, 2011, 『栄養科学シリーズNEXT 食品衛生学 食べ物と健康 第3版』, 講談社, 51
- 13) 檜尾一, 矢野俊博, 岸本満, 2007, 『管理栄養士のための大量調理施設の衛生管理』, 幸書房, 3-5
- 14) 日本健康・栄養システム学会, 2018, 『子どもの「食べる楽しみ」を支援する－特別な配慮を必要とする子どもの栄養ケア・マネジメントのために－』, 建帛社, 117-119
- 15) 巷野悟郎, 向井美恵, 今村榮一, 2008, 『心・栄養・食べ方を育む 乳幼児の食行動と食支援』, 医歯薬出版, 15-17