

研究ノート

保育者を対象とした食育実践及び食生活、食知識に関する実態調査

A Fact-finding Survey of Food and Nutrition Education Practices, Dietary Habits, and Dietary Knowledge for Childcare Workers

進 藤 容 子・中 井 清津子

キーワード 幼児教育保育、食育実践力、保育者、食に関する意識、食に関する知識

1. はじめに

日本の食事情の問題、家庭の教育力低下などを背景に、2005年に「食育基本法」^{参1)}が制定され、「幼稚園教育要領」^{参2)}、「保育所保育指針」^{参3)}、「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」^{参4)}にも食育の重要性が記されている。幼児教育保育での食育の主体者は保育者（幼稚園教諭、保育士、保育教諭）であり、保育者には食育の実践的指導力が求められる。筆者らは、保育者養成、保育者研修に必要なツールとして提供できるよう、幼児教育保育における食育実践力を評価する指標の構築をめざし検討を進めている。本研究では、その評価項目検討にあたって、保育者の食育実践及び食生活、食知識に関する実態調査の質問紙を作成し、保育者を対象に調査を行ったので、その結果を報告する。

2. 方 法

2-1 調査対象者及び調査時期

調査対象者は、関西地域を中心とした11都道府県の幼稚園、認定こども園、保育所、計100施設の幼稚園教諭、保育教諭、保育士（以下、保育者）である。調査協力施設に電話等で協力依頼をしたのち質問紙を郵送し、無記名での回答、回答者による返送によって回収した。質問紙表紙に、調査目的、情報の扱い、回答は任意であること、回答の返送をもって同意を得たものとするを明記した。配布質問紙は1000部、回収件数は770件（回収率77%）であった。回答のうち、10%以上のデータ欠損があるもの（7件）については分析から省き、763件を対象として分析を行った。調査時期は、2017年11月－2018年1月である。本調査は、相愛大学「人を対象とする研究」に関する倫理審査委員会の承認を得て実施した（相愛大倫2017第01号）。

2-2 質問紙の作成

本研究の目的から、保育者の食育実践の思い、子どもの食や食全般に関する意識、行動、知識、技術を調査したいと考え、質問は、①保育において「食育の実施内容・方法」で重視する事柄（以下、「内容・方法の重視度」）、②保育を考えるうえで「食育に関連したねらい」とする事柄（以下、「ねらいの重視度」）、③保育者自身の食意識・食行動（以下、「食意識・食行動」）、④保育者自身の食に関する知識や技術（以下、「知識・技術」）、とした。（以下、これら4種の項目を「大項目」とする）。

①「内容・方法の重視度」及び②「ねらいの重視度」各々の質問項目については、次に示す方法で作成した。筆者らは事前に、「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～「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」の「発育発達過程に応じて育てたい「食べる力」について」¹⁾や「食育推進有識者懇談会による食育の考え方の体系的整理」²⁾の整理から、幼児の食育実践の分類を行った³⁾。この分類をもとに、保育所長、幼稚園長を対象に半構造化インタビュー調査を実施し⁴⁾、保育現場の実態に合うよう質問項目を作成した。③「食意識・食行動」の項目については、三宅ら⁵⁾が大学生対象の調査に用いた質問

項目を参考に作成した。また、前述の保育所長、幼稚園長対象の調査⁴⁾から、学びに向かう意欲や態度、自然や人の営みなどから季節の変化に気付く感性が、保育者にとって重要な資質であることが示唆されたため、重点項目として本大項目に含めた。④「知識・技術」の項目については、三宅ら⁶⁾の調査項目及び保育士養成課程告示科目「子どもの食と栄養」の教授内容（質問紙作成当時）⁷⁾を参考に作成した。

回答形式は4から1の数字に○をつける4段階評価とした。①については、“4. 重視度はとても高い”、“3. 重視度はやや高い”、“2. 重視度はあまり高くない”、“1. 重視しない”、②については、“4. ひん度・重要度はとても高い”、“3. ひん度・重要度はやや高い”、“2. ひん度・重要度はあまり高くない”、“1. 扱わない・とりあげない”、③については、“4. よくあてはまる”、“3. ややあてはまる”、“2. あまりあてはまらない”、“1. 全くあてはまらない”とした。なお、給食、弁当に関する質問については、“0. 該当しない”を加えた。④「知識・技術」の理解度は、自己評価では個人差が大きくなると想定し、本質問群についてはループリック形式での回答にした（表1）。

試作した質問紙を用い、兵庫県の保育者73名（認定こども園5園、保育所1園、小規模保育施設1園）を対象に、2017年6-7月、事前

表1 「知識・技術」質問項目と評価（ループリック形式）

次にあげる知識や技術に関する項目について、ご自身にもっとも近いと感じる記述のある欄の数字を○で囲んでください。				
1	おもにエネルギーになる栄養素とは	4. 糖質、脂質、(条件によってはタンパク質)であることを理解しており、それらを多く含む食品もわかる。	3. 糖質、脂質、タンパク質だと思うが、正確にはわからない。	2. 左記の栄養素を部分的に思い出せる。
2	おもに体の組織をつくる栄養素とは	4. タンパク質、ミネラル(カルシウムなど)であることを理解しており、それらを多く含む食品もわかる。	3. タンパク質やミネラルだと思うが、正確にはわからない。	2. 左記の栄養素を部分的に思い出せる。

3	おもに体の調子を整える栄養素とは	4. ミネラル、ビタミン、タンパク質であることを理解しており、それらを多く含む食品もわかる。	3. ミネラルやビタミンだと思うが、正確にはわからない。	2. 左記の栄養素を部分的に思い出せる。	1. よくわからない。
4	「食事バランスガイド」について	4. 「食事バランスガイド」を使って一日の食事を考えることができる。	3. 「食事バランスガイド」の意味は知っているが、使いこなせない。	2. 「食事バランスガイド」の意味をよく理解できていない。	1. 「食事バランスガイド」を知らない（聞いたことがない）。
5	「日本人の食事摂取基準」について	4. 「日本人の食事摂取基準」を使って、栄養素摂取のめやすなどを考えることができる。	3. 「日本人の食事摂取基準」が何を示すものかを知っているが、使いこなせない。	2. 「日本人の食事摂取基準」の意味をよく理解できていない。	1. 「日本人の食事摂取基準」を知らない（聞いたことがない）。
6	「3つの食品群（3色食品群）」について	4. 赤、緑、黄の3色の食品群の特徴を知っており、食品を分けることができる。	3. 「3色食品群」は知っているが、使いこなせない。	2. 「3色食品群」をよく理解していない。	1. 「3色食品群」を知らない（聞いたことがない）。
7	「6つの食品群（6つの基礎食品群）」について	4. 1群～6群の食品群の特徴を知っており、食品を分けることができる。	3. 「6つの食品群」は知っているが、使いこなせない。	2. 「6つの食品群」をよく理解していない。	1. 「6つの食品群」を知らない（聞いたことがない）。
8	「4つの食品群（4群点数法）」について	4. 1群～4群の食品群に食品を分けることができ、摂取量のめやすを考えられる。	3. 「4つの食品群」は知っているが、使いこなせない。	2. 「4つの食品群」をよく理解していない。	1. 「4つの食品群」を知らない（聞いたことがない）。
9	生鮮食品の選択法について	4. 生鮮食品の鮮度や産地、用途に応じて選択することができる。	3. 生鮮食品を用途に応じて、だいたい選択できる。	2. 生鮮食品の適切な選択があまりできない。	1. 生鮮食品の選択法はわからない。気にしない。
10	食品の旬について	4. 食品の旬をよく知っている。	3. 食品の旬はだいたいわかる。	2. 食品の旬はあまりわからない。	1. 食品の旬はわからない。
11	食品の品質表示について	4. 食品の品質表示の意味をよく理解している。	3. 食品の品質表示の意味はだいたい理解している。	2. 食品の品質表示の意味はあまり理解していない。	1. 食品の品質表示の意味はわからない。
12	食品の保存法について	4. 生鮮食品や加工食品の保存法をよく理解している。	3. 生鮮食品や加工食品の保存法はだいたい理解している。	2. 食品の保存法はあまり理解していない。	1. 食品の保存法はわからない。
13	食中毒について	4. 食中毒の原因は微生物（菌）が多く、その予防に「菌をつけない。菌を増やさない。殺菌する。」という3原則があることを理解し、実践できる。	3. 食中毒予防が「菌をつけない。菌を増やさない。殺菌する。」の3原則だとだいたい理解しているが、自信のないところがある。	2. 食中毒予防についてあまり理解できていない。	1. 食中毒予防がわからない。
14	食品添加物について	4. 食品添加物の種類や働き、使用に関するきまりなどを理解しており、適切な食品選択にいかせる。	3. 食品添加物についてだいたい理解しているが自信のないところがある。	2. 食品添加物についてあまり理解できていない。	1. 食品添加物について全く理解できていない。
15	「日本型食生活」について	4. 「日本型食生活」についてよく理解している。	3. 「日本型食生活」をだいたい理解している。	2. 「日本型食生活」がよく理解できていない。	1. 「日本型食生活」がわからない（聞いたことがない）。
16	「一汁三菜」について（ごはん、汁物、主菜、副菜、副々菜からなる献立のこと）	4. 「一汁三菜」の意味がわかり献立も考えられる。	3. 「一汁三菜」はだいたいわかるが献立には自信がない。	2. 「一汁三菜」がよくわからない。	1. 「一汁三菜」がわからない（聞いたことがない）。

17	朝食の欠食について	4. 朝食の欠食と、午前の活動への影響・栄養状態への影響・一日の生活リズムへの影響などとの関連を考慮することができる。	3. 朝食の欠食の影響を部分的に考えることができる。	2. 朝食の欠食がどのような影響を及ぼすかをあまり考えられない。	1. 朝食の欠食の影響を考えられない（知らない）。
18	子どもの孤食について	4. 子どもの孤食について、子どもの心身の発達への影響をよく考えられる。	3. 子どもの孤食について、子どもの心身の発達への影響を少し考えられる。	2. 子どもの孤食について、子どもの心身の発達への影響があまり考えられない。	1. 子どもの孤食について、子どもへの影響を考えられない（知らない）。
19	食具の扱い（作法）について	4. 箸や椀などの食具を正しく使える。	3. 箸や椀などの食具はだいたい正しく使える。	2. 箸や椀などの食具の使い方に自信のないところがある。	1. 箸や椀などの食具の正しい使い方を知らない。
20	食料自給率について	4. 食料自給率の意味を理解しており、おもな食品の食料自給率を知っている。	3. 食料自給率の意味は理解しているが、食品の食料自給率はあまり知らない。	2. 食料自給率の意味をあまり理解していない。	1. 食料自給率がわからない（聞いたことがない）。
21	身体の一日のリズムについて	4. 身体の一日のリズムの重要性を、睡眠・覚醒、ホルモン、体温調整などの面から理解している。	3. 身体の一日のリズムの重要性を、だいたい理解している。	2. 身体の一日のリズムの重要性についてあまり理解していない	1. 身体の一日のリズムについて知らない。
22	空腹を感じるしくみについて	4. 空腹を感じるしくみについて、血糖値や摂食中枢・満腹中枢のはたらきを含め理解している。	3. 空腹を感じるしくみをだいたい理解している。	2. 空腹を感じるしくみをあまり理解していない。	1. 空腹を感じるしくみを知らない。
23	指数やグラフを用いた栄養状態の評価について	4. 「カウプ指数」や「乳幼児身体発育曲線」の意味がわかり、栄養評価に利用できる。	3. 「カウプ指数」や「乳幼児身体発育曲線」をだいたい知っているが使いこなせない。	2. 「カウプ指数」や「乳幼児身体発育曲線」をあまり理解していない。	1. 指数やグラフから栄養状態を評価できることを知らない。
24	味覚や嗜好（しこう）の発達について	4. 味覚の発達のしくみや嗜好の形成過程をよく理解している。	3. 味覚の発達のしくみや嗜好の形成過程をだいたい理解している。	2. 味覚の発達のしくみや嗜好の形成過程はあまり理解していない。	1. 味覚の発達、嗜好の形成過程がわからない。
25	咀嚼の効用について（肥満防止、味がよくわかる、言葉の発音、脳の発達、歯の病気予防、がんの予防、胃腸の働きを助ける、全力を出せる など）	4. 咀嚼の大切さを5つ以上考えられる。	3. 咀嚼の大切さを3、4つ考えられる。	2. 咀嚼の大切さを1、2つ考えられる。	1. 咀嚼の大切さがわからない。
26	咀嚼や舌、口の動きの発達について	4. 咀嚼、舌・口唇の動きの発達について、しくみや過程をよく理解している。	3. 咀嚼、舌・口唇の動きの発達について、しくみや過程をだいたい理解している。	2. 咀嚼、舌・口唇の動きの発達について、しくみや過程をあまり理解していない。	1. 咀嚼、舌・口唇の動きの発達について、しくみや過程がわからない。
27	離乳について	4. 離乳の意義、進行についてよく理解している。	3. 離乳の意義、進行についてだいたい理解している。	2. 離乳の意義、進行についてあまり理解していない。	1. 離乳についてわからない。
28	窒息の危険性について	4. 窒息の危険性の高い食品や状況をよく理解している。	3. 窒息の危険性についてだいたい理解している。	2. 窒息の危険性についてあまり理解していない。	1. 窒息の危険性がわからない。
29	食物アレルギーについて	4. 食物アレルギーについて、原因、発症、対応、緊急対応（エピペンの使用方法など）をよく理解している。	3. 食物アレルギーについて、だいたい理解しているが自信のないところがある。	2. 食物アレルギーについて、よく理解していない。	1. 食物アレルギーがわからない（聞いたことがない）。

30	植物の栽培について	4. 植物が生きていくのに必要な条件を理解し、植物を栽培することができる。	3. 植物が生きていくのに必要な条件がだいたいわかり、栽培できる植物がいくらかある。	2. 植物が生きていくのに必要な条件をあまり理解できていない。	1. 植物が生きていく条件を知らない。
31	動物の飼育について (昆虫などの虫、水辺の小動物、は虫類、鳥類、ほ乳類 など)	4. 動物が生きていくのに必要な条件を理解し、動物を飼育することができる。	3. 動物が生きていくのに必要な条件がだいたいわかり、飼育できる動物がいくらかある。	2. 動物が生きていくのに必要な条件をあまり理解できていない。	1. 動物が生きていくのに必要な条件を知らない。
32	調理技術について	4. 切る、むく、煮る、焼く、蒸す、ゆでる、あえるなど、様々な調理方法がわかり、調理できる。	3. 様々な調理方法はわからないものの、簡単な料理は調理できる。	2. 調理方法をあまり知らない。調理は苦手である。	1. 調理はできない。
33	食の情報の入手について	4. 食に関わる情報を適切に得る方法を知っている。(書籍、情報誌、各種ガイドライン、専門機関、国や県のサイトなど)	3. 食に関わる情報を得る方法(左にあげたようなもの)を少し知っている。	2. 食に関わる情報を得る方法はよく知らない。(簡単なネット検索くらいしか思いつかない)	1. 食に関わる情報を得ようと思わない。

調査を実施した⁸⁾。事前調査で見出された傾向をより明確に判断できるよう各項目を精査し、回答しやすいようレイアウトや表現を修正して、①「内容・方法の重視度」(31問)、②「ねらいの重視度」(29問)、③「食意識・食行動」(27問)、④「知識・技術」(33問)の合計120問からなる質問紙を作成した。(以下、これらの質問項目を「小項目」とする)。

3. 結果と考察

3-1 属性

回答者の現所属施設を表2に示す。保育対象児の年齢で分けると、幼児のみを保育する「幼稚園」、「幼保連携型認定こども園(1号・2号認定のみ)」、「幼稚園型認定こども園」の合計が348名、乳幼児を保育する「保育所」、「幼保連携型認定こども園(1号・2号・3号認定)」、「保育所型認定こども園」の合計が385名であった(以下、前者を「幼稚園等」、後者を「保育所等」とする)。回答者763名のうち、女性714名、男性45名、不明4名で、幼稚園等、

表2 回答者の所属施設

現所属施設	人数
幼稚園	308
幼保連携型認定こども園(1号・2号認定のみ対象)	31
幼稚園型認定こども園	9
保育所	187
幼保連携型認定こども園(1号・2号・3号認定対象)	182
保育所型認定こども園	16
地方裁量型認定こども園	0
その他	3
無回答等	27

保育所等ともに女性が94%であった。年齢構成は、25-29歳が最も多く、次いで30-34歳、20-24歳、40-44歳であった(表3)。保育・教育職での総勤務経験年数では、10年以上が最も多かった(表4)。

3-2 内容・方法の重視度

保育において「食育実践の内容・方法」で重視する事柄についての集計結果を表5に示す。全般的に様々な食育方法や内容を重視している様子がうかがわれた。とくに数値が高かったも

表3 回答者の年齢構成

年齢(歳)	n	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70≦	無回答
全体(人)	768	98	148	122	80	98	75	61	63	9	4	1	4
(%)		(13)	(19)	(16)	(10)	(13)	(10)	(8)	(8)	(1)	(1)	(0)	(1)
幼稚園等(人)	348	50	59	52	36	46	34	33	35	3	0	0	0
(%)		(14)	(17)	(15)	(10)	(14)	(10)	(9)	(10)	(1)	(0)	(0)	(0)
保育所等(人)	383	48	80	67	40	47	38	26	26	5	4	1	3
(%)		(12)	(21)	(17)	(10)	(12)	(10)	(7)	(6)	(1)	(1)	(0)	(1)

表4 回答者の保育・教育経験年数

経験年数(年)	n	1, 2	3-9	10≦	無回答等
全体(人)	763	74	225	420	44
(%)		(10)	(30)	(55)	(6)
幼稚園等※(人)	348	32	101	211	6
(%)		(9)	(29)	(60)	(2)
保育所等※(人)	383	42	124	209	8
(%)		(11)	(32)	(55)	(2)

※現所属施設

のは、「3 しっかりと噛んで食べるよう促すこと」、「7 食具の正しい使い方を促すこと」、「8 食事中に正しい姿勢を促すこと」、「10 衛生的な行動を促すこと」で、食事場面での指導であった。また、「16 食べられる作物の栽培活動ができるようにすること」、「17 動植物の観察、飼育栽培活動ができるようにすること」も高く、他の保育内容とも関連するためと思われる。「21 安心、安全な食環境を提供すること」、「27 家庭との連携」も高く、保育現場での食の体制として重要な視点となっていることが確認できた。

一方、「23 ICT教材を活用すること」については数値が低かった。機材の制限といった物理的な障害、有効な活用方法についての情報不足などが、ICTを使いたいという強い動機に至らない理由ではないかと考える。「13 農業や水産業の現場を見るなどの体験ができるようにすること」、「14 加工食品の製造を見るなどの体験ができるようにすること」、「15 食品を買いに行く体験ができるようにすること」、「19

食に関わる廃棄や再利用を体験できるようにすること」は、低めの数値となっていた。これらは、生産、加工、購入、廃棄や再利用といった、「食べる」以外の食に関するプロセスを体験するような内容や方法である。平本⁹⁾は、「生産から食卓まで」という食環境全体に関わる体験の重要性を指摘しており、筆者らが実施した食育研究者へのインタビュー調査¹⁰⁾においても「食のプロセス体験」が重要という認識がみられ、とくに自然といのちと自分自身のつながりに気づく過程を重視していた。このように食のプロセス体験は重要であると考えられるため、今後、食育内容としての重要性に気づき、実践できる工夫を考えたい事項である。

なお、小項目「28-31」については、給食や弁当を実施していない施設もあるため、選択肢として“該当しない”を設定し、集計から除いた。このためn値が他項目に比べ低くなっている。

3-3 ねらいの重視度

保育を考えるうえで「食育に関連したねらい」とする事柄の重視度について、集計結果を表6に示す。全般に様々な食育のねらいをもっている様子がうかがわれた。とくに、「9 食べ物に興味をもつ」、「18 他者と共に食べることを楽しむ。」は重視度が高かった。この2点は、「幼稚園教育要領」等^{2, 3, 4)}にある保育内容領域「健康」にも記されており、保育者に共

表5 ①保育において「食育実践の内容・方法」で重視する事柄

小項目	n	Mean	SD
1 (子どもが) ほぼ決まった時間に食事・休息をとるようにすること	759	3.3	0.62
2 (子どもが) 薄味で素材の味を体験できるようにすること	760	3.4	0.65
3 (子どもが) しっかりと噛んで食べるよう促すこと	763	3.7	0.48
4 (子どもに) 食べ物の種類や栄養の特徴を伝えること	760	3.2	0.61
5 (子どもに) 献立(主食・主菜・副菜の組み合わせ)を伝えること	759	3.0	0.71
6 (子どもが) 正しく配膳するよう促すこと(皿・ごはん椀・みそ汁椀・箸などの配置)	756	3.1	0.73
7 (子どもに) 食具の正しい使い方を促すこと(箸や椀などの持ち方、使い方)	760	3.6	0.54
8 (子どもに) 食事中に正しい姿勢を促すこと	762	3.7	0.50
9 (子どもに) 食事中に適切な食事のしかたを促すこと(ご飯ばかりを先に食べないなど)	761	3.2	0.63
10 (子どもに) 衛生的な行動を促すこと	761	3.6	0.52
11 (子どもが) 行事食を体験できるようにすること	758	3.3	0.65
12 (子どもが) 地域の食べ物に触れられるようにすること	761	2.9	0.70
13 (子どもが) 農業や水産業の現場を見るなどの体験ができるようにすること	758	2.7	0.77
14 (子どもが) 加工食品の製造を見るなどの体験ができるようにすること	759	2.2	0.73
15 (子どもが) 食品を買いに行く体験ができるようにすること	759	2.7	0.84
16 (子どもが) 食べられる作物の栽培活動ができるようにすること	763	3.7	0.53
17 (子どもが) 動植物の観察、飼育栽培活動ができるようにすること	763	3.6	0.59
18 (子どもが) 調理活動ができるようにすること	760	3.1	0.81
(子どもが) 食に関わる廃棄や再利用を体験できるようにすること(調理や食事が出たごみの処理をする、ごみを少なくする、残飯を堆肥にする、食品容器をリサイクルするなど)	759	2.6	0.80
20 給食やその他の活動に地産地消を取り入れること	747	2.7	0.81
21 安心、安全な食環境を提供すること(衛生・食物アレルギー・誤嚥・誤飲・誤食・窒息等への配慮)	759	3.8	0.42
22 絵本、紙芝居、パネルシアター、カルタなどの教材を活用すること	762	3.2	0.65
ICT教材を活用すること(パソコン・タブレット・プロジェクターなどで発見・気づきを共有したり、情報を検索したり、動画や仮想現実〈バーチャルリアリティ〉での体験をしたりするなど)	758	2.1	0.76
24 食育計画を立案実施すること	757	3.0	0.78
25 職員間の連携(食育方針の確認や情報提供、情報共有など)	760	3.5	0.61
26 地域との連携(地域活動への参加や情報提供、施設活用など)	762	3.1	0.72
27 家庭との連携(子どもの食に関する情報交換、食育に関する情報提供、家庭の協力など)	762	3.7	0.49
28 食育の教材として「給食」を活用すること(食品や料理の種類に気づきを促すなど)	493	3.4	0.66
29 食育の環境として給食での食事の場面を活用すること(共食を楽しんだり、くつろいだりする雰囲気をつくるなど)	495	3.6	0.57
30 食育の教材として「弁当」を活用すること(食品や料理の種類に気づきを促すなど)	537	2.9	0.83
31 食育の環境として弁当での食事の場面を活用すること(共食を楽しんだり、くつろいだりする雰囲気をつくるなど)	543	3.4	0.69

通した視点として定着していると思われる。低めの数値となっているのは、「22 食べ物ができるまでを知る。」であった。「3-2」で、食に関するプロセスを体験する内容が全体的に低い傾向であったことと対応する結果である。

3-4 食意識・食行動

保育者自身の食意識・食行動についての集計

結果を表7に示す。「13 朝食・昼食・夕食の3食をきちんと食べようとしている。」、「24 おいしい食べ物に興味がある。」は数値が高く、「17 市販弁当をよく食べる。」、「18 そうざいをよく利用する。」、「19 レトルト・インスタント食品をよく利用する。」、「20 ファストフードをよく食べる。」は数値が低いことから、全体にしっかりと食事をしようとする意識や食

表6 ②保育を考えるうえで「食育に関連したねらい」とする事柄の重視度

小項目	n	Mean	SD
1 生活のリズムが確立する。食事、運動、睡眠を自ら進んでする。	758	3.6	0.58
2 正しい姿勢で座れる。	759	3.4	0.67
3 味覚が適切に発達する。	760	2.8	0.84
4 好きな食べ物が増える。	759	3.2	0.75
5 咀嚼力が適切に発達する。食品の固さに応じてしっかりと噛める。	760	3.3	0.80
6 食事と健康の関連に興味をもつ。	762	3.3	0.69
7 好き嫌いをなく食べる。	763	3.3	0.70
8 残さず食べる。	762	3.2	0.74
9 食べ物に興味をもつ。	762	3.7	0.53
10 食事の組み合わせ（主菜・副菜・主菜を組合せた献立）に興味をもつ。	761	2.8	0.77
11 食事の配膳（食器の位置）を知る。	763	2.9	0.81
12 自分にとっての食事の適量がわかる。	763	3.0	0.80
13 箸や椀などの食具を正しく使える。	763	3.4	0.62
14 衛生的な行動を知る、気づく。衛生に気をつけようとする。	762	3.6	0.57
15 食に関する危険や危険な行動がわかる。安全に配慮しようとする。	759	3.2	0.79
16 見通しをもって準備したり、待ったりできる。	760	3.3	0.69
17 他者と協力できる。一緒にやり遂げることを喜ぶ。	760	3.2	0.76
18 他者と共に食べることを楽しむ。	763	3.7	0.47
19 食事マナーを知る。食事マナーを守ろうとする。	763	3.6	0.56
20 他者と分けあうことを喜ぶ。（食べ物や収穫した作物などを通して）	761	3.1	0.79
21 食べ物を生産したり食事を準備したりしてくれた人への感謝の気持ちをもつ。	762	3.5	0.66
22 食べ物ができるまで（生鮮食品や加工食品ができるまでの過程）を知る。	762	2.6	0.83
23 いのちの育ちやつながりを考える。いのちを大切にする。	763	3.4	0.72
24 自然への感謝の気持ちをもつ。	763	3.3	0.73
25 環境に配慮できる。（ごみを少なくしようとするなど）	763	2.9	0.79
26 料理（調理）に興味をもつ。	762	3.0	0.78
27 地域の食べ物や料理、行事食に興味をもつ。	762	3.1	0.73
28 調理や手伝いをしようとする。	762	3.0	0.82
29 家庭の食育力が向上する。	760	3.1	0.81

への関心は高いことがうかがわれた。「22 植物や動物の変化から季節を感じるものがよくある。」や、「26 保育をしていて「もっと学ばなければ」、「学びたい」と思うことがよくある。」「27 新しく知ったことや理解したことを、保育にいかしたいと思うことがよくある。」の数値が高いことから、筆者らが重点事項とした季節への感性や学びへの意欲や態度については、高い傾向がみられた。一方、「7 食事摂取基準を利用している。」、「8 食事バランスガイドを利用している。」、「9 食品群別摂取量のめやすを利用している。」の数値は低く、食品表示を確認したり、基準が示す数値を活用したりするなど、正確な情報を収集し、活用す

るといった行動や意識は低いことが示唆された。

3-5 知識・技術

保育者自身の食に関する知識や技術についての集計結果を表8に示す。「17 朝食の欠食について」や「18 子どもの孤食について」、「19 食具の扱い（作法）について」や「32 調理技術について」の数値が高く、日常的に保育や生活の場面で触れる機会の多い事項は、知識や技術が高いようであった。回答者が保育者であることはもちろん、女性が多く、比較的年齢が高いことも関連があると思われる。一方、「4 「食事バランスガイド」について」、「5 「日本

表7 ③保育者自身の食意識・食行動

小項目	n	Mean	SD
1 加工食品を購入するときなどに原材料名を見る。	761	3.0	0.86
2 生鮮食品の原産地を確認する。	763	3.3	0.78
3 栄養成分表示を見る。	763	2.7	0.79
4 食品の安全に関する情報を収集している。	760	2.7	0.79
5 食品の保存方法に気をつけている。	762	3.2	0.67
6 賞味期限・消費期限に気にする。	763	3.4	0.71
7 食事摂取基準を利用している。	762	2.1	0.84
8 食事バランスガイドを利用している。	762	1.9	0.79
9 食品群別摂取量のめやすを利用している。	759	1.9	0.77
10 食事作りを自分でしたり手伝ったりするようにしている。	761	3.4	0.77
11 調理することが好きである。	762	3.1	0.84
12 外で食べたおいしい料理は自分でも作る。	763	2.5	0.92
13 朝食・昼食・夕食の3食をきちんと食べようとしている。	763	3.6	0.71
14 いろいろな食品を摂取するようにしている。	763	3.4	0.71
15 主食、主菜、副菜のバランスを考えている。	762	3.2	0.73
16 栄養のバランスよりも自分の好みを優先している。	763	2.6	0.74
17 市販弁当をよく食べる。	759	2.0	0.77
18 そうざいをよく利用する。	763	2.2	0.79
19 レトルト・インスタント食品をよく利用する。	763	2.2	0.73
20 ファストフードをよく食べる。	760	2.1	0.71
21 行事や食事から季節を感じる事がよくある。	762	3.4	0.64
22 植物や動物（花や虫など）の変化から季節を感じる事がよくある。	761	3.6	0.58
23 食の話題に興味がある。	763	3.4	0.67
24 おいしい食べ物に興味がある。	762	3.7	0.54
25 （食のことに限らず）興味をもったことは、調べたり、知っている人に聞いたりすることがよくある。	761	3.3	0.69
26 （食のことに限らず）保育をしていて「もっと学ばなければ」、「学びたい」と思うことがよくある。	762	3.6	0.53
27 （食のことに限らず）新しく知ったことや理解したことを、保育にいかしたいと思うことがよくある。	762	3.6	0.55

人の食事摂取基準」について」、「8 「4つの食品群（4群点数法）」について」、「15 「日本型食生活」について」の数値は低めであった。これらは、高等学校の「家庭科」、保育士養成課程での「子どもの食と栄養」で学習するような内容であり、やや専門的で日常生活での活用場面が少ないものは、知識が定着しにくいことが示唆された。

4. おわりに

保育者の食育実践及び食生活、食知識を把握することを目的に質問紙を作成し、調査を実施

した。調査結果からいくつかの示唆を得ることができ、作成した質問紙はほぼ妥当なものであったと考える。数値の平均値及び標準偏差から個人差が推測される項目もあった。所属、年齢、担当児年齢で差が生じると想定される。これらの差異の把握は層別の介入検討に重要であるため、今後の検討課題としたい。また、食育実践力の評価項目を作成するためには、本調査で用いた項目を要約し、それぞれの関連性を見出すことが有効と考え、因子分析からの検討を試みている¹¹⁾。

表 8 ④保育者自身の食に関する知識や技術

小項目	n	Mean	SD
1 おもにエネルギーになる栄養素とは	760	3.3	0.71
2 おもに体の組織をつくる栄養素とは	759	3.1	0.82
3 おもに体の調子を整える栄養素とは	759	3.1	0.79
4 「食事バランスガイド」について	758	2.5	0.80
5 「日本人の食事摂取基準」について	759	2.4	0.72
6 「3つの食品群（3色食品群）」について	761	3.4	0.62
7 「6つの食品群（6つの基礎食品群）」について	760	2.6	0.70
8 「4つの食品群（4群点数法）」について	761	2.4	0.73
9 生鮮食品の選択法について	756	2.9	0.68
10 食品の旬について	763	3.0	0.51
11 食品の品質表示について	760	2.8	0.58
12 食品の保存法について	761	3.0	0.49
13 食中毒について	762	3.2	0.59
14 食品添加物について	762	2.8	0.57
15 「日本型食生活」について（和食を中心に乳製品なども適切に摂取できる食事で構成された食生活）	762	2.3	0.72
16 「一汁三菜」について（ごはん、汁物、主菜、副菜、副々菜からなる献立）	761	3.3	0.52
17 朝食の欠食について	761	3.6	0.55
18 子どもの孤食について	762	3.6	0.49
19 食具の扱い（作法）について	763	3.5	0.60
20 食料自給率について	760	2.9	0.51
21 身体の一日のリズムについて	763	3.1	0.57
22 空腹を感じるしくみについて	763	2.8	0.66
23 指数やグラフを用いた栄養状態の評価について	761	2.6	0.73
24 味覚や嗜好（しこう）の発達について	761	2.6	0.66
25 咀嚼の効用について（肥満防止、味がよくわかる、言葉の発音、脳の発達、歯の病気予防、がんの予防、胃腸の働きを助ける、全力を出せる など）	763	2.9	0.67
26 咀嚼や舌、口の動きの発達について	762	2.7	0.64
27 離乳について	762	3.0	0.69
28 窒息の危険性について	760	3.2	0.56
29 食物アレルギーについて	761	3.4	0.54
30 植物の栽培について	762	3.1	0.63
31 動物の飼育について（昆虫などの虫、水辺の小動物、は虫類、鳥類、ほ乳類 など）	763	3.1	0.65
32 調理技術について	761	3.5	0.64
33 食の情報の入手について	762	2.8	0.67

謝辞

湊川相野学園、原口富美子氏をはじめ、ご協力くださいました保育者各位に深く感謝申し上げます。本研究は、JSPS 科研費の助成を受けた、16K04786「幼児教育保育における食育の実践的指導力を評価する指標の構築」の一環として実施したものです。

引用文献

- 1) 厚生労働省 (2004), 『楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～』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』, pp.13-16
- 2) 食育推進有識者懇談会（食育担当大臣主催）による食育の考え方の体系的整理 (2007), 『平成 22 年度食育白書』, p.145
- 3) 進藤容子, 今村千浩, 原口富美子 (2013), 「保育所における食育実践の評価方法の検討 (1)」, 『湊川短期大学紀要』, 49, pp.1-6
- 4) 進藤容子, 中井清津子, 横島三和子, 原口富美子 (2017), 「保育者の食育実践に必要な指

- 導力について (1)－保育者対象の食育力調査項目の検討－,『日本保育学会第70回大会発表要旨集』, p.1153
- 5) 三宅元子, 柳澤あさこ, 河野菜月, 佐藤かな子, 高岸結, 山田英明, 河田哲典 (2016), 「大学生の食生活からみた家庭科の食生活教育の課題－食生活に対する意識と食事習慣及び食品群別摂取頻度との関連－」,『日本家政学会誌』, 67, pp.700-708
- 6) 三宅元子, 河野菜月, 柳澤あさこ, 佐藤かな子, 高岸結, 山田英明, 河田哲典 (2016), 「大学生の食生活に関する知識の確信度と食事習慣及び食品群別摂取頻度との関連」,『日本家政学会誌』, 67, pp.617-626
- 7) 厚生労働省 (2002),『指定保育士養成施設の指定及び運営の基準について別紙3「教科目の教授内容の標準的事項」』
- 8) 進藤容子, 中井清津子, 横島三和子 (2018), 「保育者の食育実践に必要な指導力について (2)」,『日本保育学会第71回大会発表要旨集』, p.657
- 9) 平本福子 (2019),『食育の場をどうデザインするか「深い学び」が動き出す! 食育こそアクティブラーニング! 20の実践と理論』, 女子栄養大学出版社, pp.132-137
- 10) 進藤容子, 中井清津子 (2019), 「保育者の食育実践に必要な指導力について (3)－食育研究者対象のインタビュー調査から－」,『第3回日本保育者養成教育学会研究大会抄録集』, p.74
- 11) 進藤容子, 中井清津子 (2020), 「保育者の食育実践に影響する要因の関連－保育者を対象とした食育実践及び食生活、食知識の実態調査から－」,『保育者養成教育研究』, 4 (掲載予定)

参考文献

- 1) 「食育基本法」(2005), (最終改正 2015)
- 2) 文部科学省 (2017), 「幼稚園教育要領」
- 3) 厚生労働省 (2017), 「保育所保育指針」
- 4) 内閣府・文部科学省・厚生労働省 (2017), 「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」