

都区内保育所における食育活動実施状況～絵本の活用に着目して～

大坂 裕子*¹, 上杉 宰世*^{2*}

Dietary education in nursery schools in the Tokyo ward area: Focus on the use of picture books

Yuko OSAKA*¹, Sayo UESUGI*^{2*}

Abstract

The use of picture books is considered a potentially effective means of dietary education. However, much remains unknown about the use of picture books for this purpose at nursery schools. Therefore, we conducted a postal questionnaire survey of nursery schools in the Tokyo ward area (480 schools) to determine their specific uses of picture books. Responses were obtained from 184 schools. The results showed that picture books were read aloud as a method of dietary education at more than 80% of the schools. A dietitian participated in only 26.0% of the picture book readings, which were performed mainly by nursery school teachers. The readings by nursery school teachers were performed as part of routine childcare at the schools. Although some responses indicated that the readings were performed by a dietitian, in such rare cases, the readings were performed based on a dietary education plan rather than as part of routine childcare.

キーワード：食育 (dietary education), 絵本 (picture book), 保育所 (nursery school)

1. 緒言

幼児期の食品の好き嫌いは大学生になっても継続し、強い相関関係がみられること¹⁾や、保育所および幼稚園での食の楽しい思い出と大学生になってからの食の楽しさに関係性がみられた報告²⁾があるように、幼児期の食の体験や関心などが、その後の食生活状況に影響を与えることは明らかであり、この時期の食育は大きな意味を持つものと考えられる。実際、平成20年の保育所保育指針³⁾の改定では初めて食育の

推進が明記され、様々な取り組みが行われてきている。幼児期の食体験を増やすことや幼児期に食への興味を引き出すことを目的とした取り組みの中で、栽培活動や調理保育はその一方法であろう。食べ物を栽培したことや料理を作ったことを楽しい思い出と感じている学生が多いという報告²⁾からも効果は期待できる。しかし、子どもの食への関心は実際に食べ物を栽培し触れ、調理し食べることからだけでなく、ごく身近にいつでも手にとることのできる絵本を読む

*¹駒沢女子大学人間健康学部健康栄養学科

*²大妻女子大学家政学部食物学科

ことから導きだすことができるのではないだろうか。絵本を読むことが食への興味をもつきっかけになることもあろう。絵本を食育活動に活用することの効果を検討した報告^{4~5)}や、教員や保育士を目指す学生を対象として食育絵本製作を行い、食育への興味や幼児期における食育推進の大切さを再認識することができたなどの報告^{6~7)}があることから、食育活動への絵本の活用の効果は期待できるものとする。我々はすでに東京都下の保育所を対象とし、食育活動における絵本の活用実態について報告⁸⁾した。しかし、絵本の具体的な活用方法に関しては明らかにすることができなかった。そこで今回は、都区内の保育所を対象として特に誰が読み聞かせを担当しているのかに着目し、絵本の読み聞かせのタイミングも含めた絵本の具体的な活用状況を明らかにすることを目的として調査した。

2. 方法

(1) 調査時期、対象及び調査方法

2018年6月に東京都民間保育園協会名簿(2016年版)に記載されている幼児クラスをもつ東京都区内の認可保育所480園を対象に郵送による質問紙調査で回答を得た。回答するための参考資料として、食育のねらい5項目について解説している「保育所における食育の計画づくりガイド」⁹⁾の抜粋を調査用紙に同封した。

調査用紙は各園の園長あてに送付し、食育活動に関する調査であることを記し、回答は園長自身ほか栄養士(管理栄養士を含む。以下栄養士と記す。)や食育担当保育士などそれぞれの保育所の状況に合わせて回答が可能な適任の方をお願いしたい旨を明記した。184園より回答いただいた(有効回収率:38.3%)。

(2) 調査項目

調査項目は、栄養士配置の有無や給食形態及

び年間食育計画の作成の有無など園の概要、栄養士によるミールラウンドの実施状況、食育活動の実施状況及び栄養士の参加状況、食育活動への絵本の活用状況である。食育活動に食育を意識しての絵本の読み聞かせをしている保育所に対しては、具体的な絵本名を30冊提示(表1)し、1冊ごとに食育活動への活用状況を質問した。対象とした30冊の絵本は、「保育所における食育に関する指針」¹⁰⁾に示されている食育のねらい5項目(食と健康、食と人間関係、食と文化、いのちの育ちと食、料理と食)を網羅できると考えられるよう組合せた。具体的には前報⁸⁾で50%以上の保育所にて食育活動に活用していた絵本22冊、およびその調査の際に自由記述で活用していると回答を得た絵本の中から前述条件に合うよう研究者が選択した絵本8冊、合計30冊である。

(3) 解析方法及び統計処理

表1 調査に使用した絵本のタイトル

いちご	福音館書店
いのちをいただく	講談社
いわしくん	文化出版局
おおきなおおきなおいも	福音館書店
おおきななぶ	福音館書店
おさじさん	童心社
おしゃべりなたまごやき	福音館書店
おせちのおしょうがつ	世界文化社
おにぎり	福音館書店
おばけのてんぷら	ポプラ社
からすのパンやさん	偕成社
きょうからおはし	アリス館
くだもの	福音館書店
グリーンマンのピーマンマン	岩崎書店
ぐりとぐら	福音館書店
さつまのおいも	童心社
しろくまちゃんのほっとけーき	こぐま社
11びきのねこ	こぐま社
11びきのねことあほうどり	こぐま社
14ひきのあさごはん	童心社
すいかのたね	福音館書店
そらめくんのベッド	福音館書店
にんじん	福音館書店
はじめてのおつかい	福音館書店
はははのはなし	福音館書店
はらぺこあおむし	偕成社
ひなまつりのちらしずし	講談社
みんなうんち	福音館書店
もったいないばあさんのいただきます	講談社
やさいのおなか	福音館書店

項目ごとに記述統計を行い、さらに食育の実施状況と栄養士の参加の有無の関連及び絵本の読み聞かせ担当者による相違を検討した。解析は統計ソフト spss.ver23.0を用い、有意水準は5%（両側検定）とした。

(4) 倫理的配慮

調査対象施設には、施設が特定されるような状況での結果の公表はしないこと及び調査用紙の返送をもって調査への同意とする旨を明記し、協力を募った。なお、本研究は駒沢女子大学・駒沢女子短期大学研究倫理委員会にて承認を受けて実施した。（承認番号2018-008）

3. 結果

(1) 調査対象保育所の食育実施状況

0歳児保育を実施している保育所は156園（84.8%）、未実施28園（15.2%）であった。栄養士の配置について、「いない」と回答した保育所は1園のみであり、その1園は0歳児保育を実施していたが、給食形態は委託であった。全体でも給食の実施状況は、委託している保育所は28園（15.2%）であった。

栄養士がいる183園の栄養士によるミールラウンドの実施状況は、90%以上の保育所で週数回以上行われていた。

‘餅つきや節分など年中行事に関わる食育活

動’や‘調理保育’、‘食材の展示や下処理など食材に関わる活動’及び‘栽培活動’は96～98%で実施されていた（表2）。今回の研究の主題に関わる‘食育を意識しての絵本の読み聞かせ’も155園（84.2%）の保育所で「実施している」という回答が得られた。

実施されている食育活動への栄養士の参加状況は、‘年中行事に関わる活動’、‘調理保育’、‘食材に関わる活動’、‘栄養の知識に関する話や活動’でおおよそ80%以上の参加率であった。一方、‘栽培活動’（36.0%）、‘絵本の読み聞かせ’（26.0%）と栄養士の参加が少ない活動も見られた。

食育活動を「計画的に実施する」と回答した保育所が多い活動には、‘年中行事に伴う活動’や‘調理保育’が、「日常保育で実施する」と回答した保育所が多い活動としては‘食事マナー指導’や‘絵本の読み聞かせ’があげられた。

食育活動を年齢別に行うか異年齢で行うかは、‘年中行事に関わる活動’だけが「異年齢で行っている」と回答した保育所の方が多かった。

(2) 食育活動への栄養士の参加と活動方法の関連

それぞれの食育活動の栄養士参加の有無と活動の方法について χ^2 検定にて解析した結果、

表2 食育活動実施状況

食育活動	実施保育所数 n (%)	栄養士の参加数 n (%)	活動方法(%)		実施状況(%)	
			計画的に	日常保育で	年齢別	異年齢
年中行事に関わる活動	181 (98.4)	144 (80.0)	80.1	6.1	34.8	43.1
調理保育	180 (97.8)	161 (89.9)	76.7	7.2	73.3	11.1
食材に関わる活動	180 (97.8)	143 (79.9)	40.0	40.0	59.4	23.3
栽培活動	178 (96.7)	64 (36.0)	40.0	32.6	66.3	16.9
食事マナー指導	166 (90.2)	110 (66.7)	28.3	57.2	65.7	16.9
絵本の読み聞かせ	155 (84.2)	40 (26.0)	20.0	68.4	54.2	23.9
栄養知識の話や活動	148 (80.4)	118 (80.3)	46.6	41.2	69.6	21.6

‘食事マナー指導’や‘食育を意識しての絵本の読み聞かせ’および‘栄養の知識に関する話や活動’では、栄養士が参加している場合は計画を立てて行われていることが多かった(表3)。

(3) 食育活動への具体的な絵本の活用

「食育を意識しての絵本の読み聞かせを行っている」と回答した155園の提示した絵本30冊の絵本ごとの実際の活用状況の結果を表4に示した。

およそ75%以上の保育所で活用されている絵本が8冊、25%以下の保育所でしか活用されていない絵本が5冊であった。

絵本を最も読み聞かせしているのは保育士であり、栄養士が読み聞かせしている絵本は、9冊13例と少数であった。

絵本の読み聞かせを行うタイミングは、日常保育の中で行われることが多かったが、食育計画に基づいて活用している状況や、保育所で実施される行事の際に読み聞かせが行われている状況、さらには給食の献立に基づき読み聞かせされている状況も明らかになるなど、絵本によりその活用状況が異なった。明らかに絵本のタイトルと保育所内での行事が結びつきそうな絵本は、行事の際に読み聞かせされていた。たと

えば、「ひなまつりのちらしずし」(81.6%)や「おせちのおしょうがつ」(58.8%)、「おおきなおいも」(45.8%)である。

最も多くの保育所で活用され、読み聞かせのタイミングも日常保育の中だけでなく、食育計画や給食の献立に基づいて読み聞かせされている絵本として、「そらまめくんのベッド」があげられた。

「栄養士が読み聞かせしている」と回答があった13例については、年中行事に関連して読み聞かせする1例及び不明の2例を除き、食育計画に基づいて読まれていた(表5)。

4. 考察

(1) 保育所で実施されている食育について

本調査で対象とした‘年中行事に関わる活動’など7項目の食育活動の実施状況は、いずれも80%以上の保育所で実施されており、食育活動は日常的な活動として積極的に取り組まれていた。保育所内で行われる食育活動への栄養士の参加は、調理保育(89.9%)、栄養知識の話や活動(80.3%)、年中行事に伴う活動(80.0%)、食材の話や活動(79.9%)など、専門性がより発揮されると思われる活動に多くの栄養士が参

表3 食育活動への栄養士の参加と活動方法の関連

食育活動	栄養士の参加	活動方法			χ^2 検定
		計画的に	日常保育で	不明	
年中行事に関わる活動	あり (n=124)	103(83.1)	5(4.0)	16(12.9)	
	なし (n=27)	18(66.7)	4(14.8)	5(18.5)	
調理保育	あり (n=138)	106(76.8)	7(5.1)	25(18.1)	
	なし (n=13)	10(76.9)	1(7.7)	2(15.4)	
食材に関わる活動	あり (n=124)	52(41.9)	45(36.3)	27(21.8)	
	なし (n=28)	9(32.1)	13(46.4)	6(21.4)	
栽培活動	あり (n=49)	22(44.9)	12(24.5)	15(30.6)	
	なし (n=100)	43(43.0)	33(33.0)	24(24.0)	
食事マナー指導	あり (n=92)	34(37.0)	42(45.7)	16(17.4)	p<0.05
	なし (n=47)	4(8.5)	38(80.9)	5(10.6)	
絵本の読み聞かせ	あり (n=40)	22(55.0)	7(17.5)	11(27.5)	p<0.05
	なし (n=114)	9(7.9)	98(86.0)	7(6.1)	
栄養知識の話や活動	あり (n=101)	56(55.4)	30(29.7)	15(14.9)	p<0.05
	なし (n=28)	5(17.9)	22(78.6)	1(3.6)	

表4 30冊の絵本の活用状況 (n = 155)

	活用保育所数 n (%)	読み聞かせ担当者 (%)				読むタイミング (%)					
		保育士	栄養士	その他	不明	食育計画	日常保育	行事	給食の献立	その他	不明
いちご	83 (53.5)	95.2	1.2	0.0	3.6	3.6	89.2	0.0	6.0	0.0	1.2
いのちをいただく	31 (20.0)	77.4	3.2	6.5	12.9	29.0	54.8	6.5	0.0	0.0	9.7
いわしくん	15 (9.7)	73.3	0.0	0.0	26.7	13.3	40.0	33.3	6.7	0.0	6.7
おおきなおおきなおいも	72 (46.5)	93.1	0.0	0.0	6.9	6.9	43.1	45.8	1.4	0.0	2.8
おおきなかぶ	130 (83.9)	92.3	0.0	1.5	6.2	0.8	85.4	5.4	3.8	0.0	4.6
おさじさん	77 (49.7)	92.2	0.0	0.0	7.8	2.6	93.5	0.0	0.0	0.0	2.6
おしゃべりなたまごやき	81 (52.3)	92.6	0.0	0.0	7.4	0.0	93.8	1.2	2.5	0.0	2.5
おせちのおしょうがつ	34 (21.9)	79.4	0.0	0.0	20.6	11.8	23.5	58.8	0.0	0.0	5.9
おにぎり	88 (56.8)	94.3	0.0	0.0	5.7	2.3	86.4	3.4	6.8	0.0	1.1
おばけのてんぷら	110 (71.0)	93.6	0.0	0.9	5.5	0.9	95.5	0.9	2.7	0.0	0.0
からすのパンやさん	123 (79.4)	92.7	0.0	0.8	6.5	1.6	91.1	1.6	4.1	0.0	1.6
きょうからおはし	15 (9.7)	80.0	0.0	0.0	20.0	26.7	66.7	0.0	0.0	0.0	6.7
くだもの	116 (74.8)	92.2	0.0	0.0	7.8	3.4	89.7	0.0	5.2	0.0	1.7
グリーンマンのピーマンマン	86 (55.5)	88.4	0.0	3.5	8.1	5.8	74.4	7.0	9.3	0.0	3.5
ぐりとぐら	130 (83.9)	91.5	0.8	2.3	5.4	6.2	89.2	1.5	0.0	0.0	3.1
さつまのおいも	96 (61.9)	90.6	0.0	2.1	7.3	5.2	52.1	37.5	1.0	0.0	3.1
しろくまちゃんのほっとけーき	120 (77.4)	92.5	0.8	0.8	5.8	5.8	86.7	0.8	4.2	0.0	2.5
11びきのねこ	103 (66.5)	91.3	0.0	1.9	6.8	1.0	96.1	1.0	0.0	0.0	1.9
11びきのねことあほうどり	90 (58.1)	92.2	0.0	2.2	5.6	0.0	94.4	1.1	0.0	0.0	3.3
14ひきのあさごはん	80 (51.6)	88.8	0.0	0.0	11.3	5.0	86.3	0.0	0.0	0.0	7.5
すいかのたね	64 (41.3)	89.1	1.6	0.0	9.4	4.7	78.1	6.3	7.8	0.0	3.1
そらまめくんのベッド (※)	137 (88.4)	90.5	3.6	0.7	5.1	19.7	55.5	3.6	19.0	0.0	2.2
にんじん	70 (45.2)	90.0	1.4	0.0	8.6	2.9	81.4	0.0	11.4	0.0	4.3
はじめてのおつかい	116 (74.8)	92.2	0.0	0.9	6.9	1.7	95.7	0.8	0.0	0.0	1.7
ははのはなし	90 (58.1)	83.3	0.0	5.6	11.1	7.8	47.8	36.7	0.0	3.3	5.6
はらぺこあおむし	134 (86.5)	92.5	0.0	1.5	6.0	1.5	94.0	1.5	0.0	0.0	1.5
ひなまつりのちらしずし	38 (24.5)	81.6	2.6	2.6	13.2	0.0	13.2	81.6	0.0	0.0	5.3
みんなうんち	81 (52.3)	85.2	0.0	3.7	11.1	3.7	80.2	7.4	0.0	3.7	4.9
もったいないばあさんのいただきます	69 (44.5)	87.0	0.0	2.9	10.1	5.8	84.1	0.0	1.4	0.0	8.7
やさいのおなか	80 (51.6)	90.0	2.5	0.0	7.5	10.0	73.8	2.5	7.5	1.3	5.0

表5 栄養士の読み聞かせ13例の読むタイミング (n = 13)

絵本のタイトル	読むタイミング					
	食育計画	日常保育で	行事	給食の献立	その他	不明
いちご	1					
いのちいただく	1					
ぐりとぐら	1					
しろくまちゃんのほっとけーき	1					
すいかのたね	1					
そらまめくんのベッド	4					1
にんじん	1					
ひなまつりのちらしずし			1			1
やさいのおなか	2					

加しており、栄養士への期待は大きいものと捉えられた。上杉ら¹¹⁾は保育所で行う食育活動への栄養士の参加の有無および給食時間中の栄養士と園児との関わりの有無と食育実践数とに関連があることを明らかにしており、食育活動への栄養士の参加がある保育所や給食時間中に栄養士と園児の関わりがある保育所の方が、食育実践数が多いと述べている。今回の結果では栄養士の参加率が高い活動が多く、好ましい状況であると考えられた。

食育活動の多くは年齢別で行われていたが、‘年中行事に伴う活動’のみ「異年齢で行う」と回答した保育所の方が多かった。年中行事は保育所全体もしくは幼児クラス全体などで行われることが多いことが理由として考えられた。

(2) 食育活動への絵本の活用状況について

‘食育を意識しての絵本の読み聞かせ’は84.2%の保育所で実施されていて、絵本はすでに食育活動に活用されていた。絵本が食育活動に利用でき、すでに活用されていることは前報⁸⁾と同様な結果が得られた。今回はさらに、その読み聞かせへの栄養士の参加は26.0%にとどまり、多くは保育士により日常保育の中で読み聞かせが行われていることを明らかにすることができた。

我々が提示した30冊の絵本のうち21冊は50%以上の保育所で活用されており、食育活動へは複数の絵本が活用されていると言える。一方で特に活用の少なかった5冊（「いのちをいただく」「いわしくん」「おせちのおしょうがつ」「きょうからおはし」「ひなまつりのちらしずし」）は、内容からもともと食育を意識して製作された絵本とも言うことができ、そのような絵本を活用するか否か意見が分かれるかもしれないと考えた。実際にそれら5冊を活用していた保育所の活用方法を探ってみると、「食育計画に基づいての活用」や、「行事に合わせて活用」するな

ど教育的意義をもつ活用が多かった。前報⁸⁾の自由記述で「活用している」と回答の多かった絵本として調査に加えられた絵本がこの5冊に該当したことも、教育的意義をもつ活用が多いことにつながる結果になった理由と考えられた。

30冊の絵本ごとの活用状況でも、多くの絵本は日常保育の中で保育士によって読み聞かせが行われていた。しかし、13例ではあるが栄養士が読み聞かせをしていたケースの多くは、「食育計画に基づいて」行われていた。そのことから、栄養士が食育活動に絵本の読み聞かせを取り入れるのは、食育計画に沿って教育効果をあげるために教材として絵本を選択し活用していることが推測された。我々は年間食育計画に絵本の活用を記載している保育所があることをすでに報告⁸⁾しているが、今回の結果からもそれを裏付ける結果が得られた。

(3) 今後の方向性

本研究では、こちらが提示した絵本30冊に関する回答を得ているため、提示した絵本が適切であったか否かの検討を今後加える必要がある。さらには、食育活動への絵本の活用は、食育活動のテーマが先に決められ、それに対しどう活用していくのか検討されがちである。しかし、今回の結果からも実際には保育士が日常保育の中で絵本を読み聞かせしながら、食への興味を引き出している様子が見え始める。したがって、幼児は絵本を読み聞かせてもらうことを通じ、どう食へ興味を持つようになるのかなど調査研究を進めたいと考えている。

5. 結論

都区内の保育所を対象として食育を意識した絵本の読み聞かせの担当者や読み聞かせをするタイミングなど、食育への絵本の具体的な活用状況を明らかにすることを試みた。その結果

80%以上の保育所が食育を意識して絵本の読み聞かせを行っていた。また、読み聞かせ活動への栄養士の参加は26.0%であった。読み聞かせを主に行っているのは保育士であり、保育士の読み聞かせは日常保育の中で行われていた。一方、栄養士が読み聞かせをしている場合は、日常保育の中ではなく食育計画に基づいて行われていた。

6. 謝辞

本調査にご多忙の中、快くご協力いただきました各保育所の先生方に感謝申し上げます。

7. 利益相反

本調査における利益相反はございません。

参考文献

- 1) 原正美, 山本実里, 神保忍, 星野由花, 宮本侑紀, 古川漸 (2011) 女子大生の幼児期と現在における食品の好き嫌いの変化, 日本食育学会誌, 第5巻第4号, p209-215
- 2) 古郡曜子, 菊地和美 (2009) 保育所・幼稚園における食の思い出調査-家庭でのしつけとの関連をふまえて-, 日本調理科学会誌, 42巻, 6号, p410-416
- 3) 保育所保育指針〈平成20年告示〉(2008): 厚生労働省告示第141号
- 4) 城戸杏奈, 高村仁知, 上田由喜子 (2012) 小学2年生に対する絵本を用いた食育の有効性-食知識と食態度に着目して-, 栄養学雑誌, 第70巻, 4号, p236-243
- 5) 梅本真美, 奥野そのみ, 吉本優子, 谷川賀苗, 南出隆久 (2013) 幼稚園児を対象とした食育プログラムの取り組み-野菜に興味・関心をもつ食育と絵本の連携プログラムの実践-, 人間科学部研究年報(帝塚山学院大学), 15, p74-82
- 6) 小鶴祥子 (2013) 食育絵本制作における学び, 梅花女子大学食文化学部紀要, vol 2, p1-8
- 7) 柴英里 (2012) アメリカの coloring book を利用した食育ぬりえ絵本の読み聞かせによる相互評価, 高知大学教育学部研究報告, 第72号, p25-33
- 8) 大坂裕子, 上杉宰世 (2018) 保育所食育活動での絵本の活用実態, 第6回総会・学術大会講演・学術報告要旨集, 日本食育学会, p42
- 9) (財) こども未来財団 (2007) 保育所における食育の計画づくりガイド, p5
- 10) 厚生労働省 (2004) 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~
- 11) 上杉宰世, 稲葉理恵子 (2013) 保育所における食育活動の現状と栄養士の関わり, 大妻女子大学紀要, 第49号, p55-62

