

食育に関する意識の調査研究

— 食育基本法成立から10年を経過した現状と課題について —

後藤 由美

1. はじめに

近年、子どもを取り巻く環境は大きく変化し、食行動の多様化が進むに伴い、偏った栄養摂取、朝食の欠食といった食生活の乱れ、肥満傾向、生活習慣病の低年齢化が社会問題化している。このことから、平成17年に食育基本法が成立及び施行され、平成18年度から5年にわたり「食育推進基本計画」が策定された。また、平成21年に内閣府から出された「食育白書」では、食育推進施策の基本的枠組と動向、家庭・学校・保育園等における食育の推進、地域における食生活の改善が明記された。平成17年の食育基本法の成立から現在に至るまで10年が経過し、幼児における食事の重要性を明らかにしたさまざまな先行研究がなされてきた。食育は、生命維持や身体の成長に必要な栄養・水分を摂取するだけでなく、食べる機能を獲得・習熟していく機会であり、食事場面でのコミュニケーションを図ることで、健全な成長・発達を促す事も明らかになっている¹⁾。また、生活習慣である睡眠時間、運動習慣の有無に加え、朝食摂食状況が影響している事も明らかになった²⁾。これらの国民運動である食育の推進をする中で、学校や保育園等で食育の推進が図られるようになり、厚生労働省における「保育所保育指針」、文部科学省における「幼稚園教育要領」の中にも明記され、多く実践されるようになってきた。

学校や保育園では、実践的な研究も多く、野菜栽培活動が食育効果に影響を及ぼしていること³⁾や家庭における望ましい食育に関する指針を提案し、米作りから体験を通じた食育の効果を実証していた⁴⁾。また、保育園や幼稚園だけでなく家庭との連携構築をすることで食育改善を目指す取組も報告されている^{5) 6)}。これらの先行研究からも分かるよう、食育基本法が成立及び施行され10年が経過し多くの実践がなされてきた。

そこで、本研究では食育基本法の成立から10年が経過し、保育士、幼稚園教諭の意識の中で食育の位置づけがどのように変化しているのかを明らかにし、新たな課題を見いだすことを目的とする。内閣府が行った平成27年の食育意識調査⁸⁾を基に、保育士、幼稚園教諭に意識調査を行い、その中で食育に対する認知度を測り、保育園、幼稚園、認定こども園における子ども達に必要な食育とは何かを明らかにし今後の課題としていきたい。

2. 研究方法

2-1. 研究期間・研究対象

2017年4月、愛知県にある保育園、幼稚園、認定こども園の保育士、幼稚園教諭（以下「保育者」とする）100人を対象にアンケート調査を行った。調査は自記式無記名の調査票を用い、集計方法は、項目ごとに単純集計をし、さらに経験年数でクロス集計をした。

2-2. 調査項目

内閣府が行った平成 17 年「食育に関する特別世論調査」(内閣府)⁷⁾ 及び平成 27 年「食育に関する意識調査」⁸⁾ の研究結果を基に、「食育」という言葉の理解及び実践の有無 2 項目、「食育」への関心について 2 項目、「食育」の子ども達への伝達方法について 1 項目の計 5 項目を尋ねた。

3. 結果

回収率は 75%であり、75 人から回答を得た。75 人の所属は保育園 68 人、幼稚園 6 人、認定こども園 1 人であった。経験年数の分布は 30 年以上 1 人、20 年以上 4 人、10 年以上 19 人、10 年未満 49 人であった。担当は園長 1 人、主任 4 人、フリー 8 人、担任 54 人、その他 8 人であった。

3-1. 「食育」の周知度について

平成 27 年に内閣府が行った「食育に関する意識調査」⁸⁾ より抜粋した資料を基に「食育」という言葉やその意味を尋ねた結果を表 1 に示す。半数以上が「言葉も意味も知っていた」ことが分かり、「言葉も意味も知らなかった」人はいなかった。また、経験年数による差はあまり見られなかった。

表 1. 「食育」の周知度について

項 目	10 年以上 人 (%) N=26	10 年未満 人 (%) N=49	合 計 人 (%) N=75
言葉も意味も知っていた	20 (77%)	31 (63%)	51 (68%)
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	6 (23%)	18 (37%)	24 (32%)
言葉も意味も知らなかった	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)

3-2. 保育における「食育」の実践状況について

保育の中で「食育」の実践状況を尋ねた結果を表 2 に示す。「とてもそう思う」と答えた人は全体の中でも低い数値を示しているが、「そう思う」と回答した者は半数以上の結果となった。「全くそう思わない」については特に低い数値になっている。各項目を比較した経験年数ごとによる割合率の差は同様であるが「あまり思わない」における 10 年以上の人の回答数が少ないことが分かる。

表 2. 保育における食育の実践状況

項 目	10 年以上 人 (%) N=26	10 年未満 人 (%) N=49	合 計 人 (%) N=75
とてもそう思う	4 (15%)	2 (4%)	6 (8%)
そう思う	18 (69%)	33 (67%)	51 (68%)
あまり思わない	2 (8%)	11 (22%)	13 (17%)
全くそう思わない	0 (0%)	1 (1%)	1 (1%)

3-3. 「食育」への関心について

回答者に「食育」への関心の有無を尋ねた結果を表 3 に示す。合計では、「関心がある」「どちらか

と言えは関心がある」が多い。また、経験年数別で見ると、「どちらかと言えは関心がある」「関心がない」「分からない」を答えた人がいなかった。

表3. 「食育」への関心について

項 目	10 年以上 人（％）N=26	10 年未満 人（％）N=49	合 計 人（％）N=75
関心がある	14（54％）	22（45％）	36（48％）
どちらかと言えは関心がある	10（38％）	23（47％）	33（44％）
どちらかと言えは関心がない	0（0％）	3（6％）	3（4％）
関心がない	0（0％）	3（6％）	3（17％）
わからない	0（0％）	0（0％）	0（0％）
無回答	0（0％）	0（0％）	2（3％）

3-4. 関心のある食育実践について

平成27年「食育に関する意識調査」⁸⁾における「食育を国民運動として実践するなら関心があること」の質問項目を参考に、保育の中で実践するとしたらどのような事に関心があるのかを尋ねた。（3つまで複数回答可）その結果を表4に示す。上位3項目は経験年数により、順位が異なるが「食生活・食習慣の改善」「食を通じてコミュニケーションを図る」「食事に関するあいさつや作法の習得」は、過半数を超えていた。

表4. 「関心のある食育実践について」

項 目	10 年以上 人（％）N=26	10 年未満 人（％）N=49	合 計 人（％）N=75
食生活・食習慣の改善	17（65％）	35（71％）	52（69％）
食を通じてコミュニケーションを図る	21（81％）	30（61％）	51（68％）
食事に関するあいさつや作法の習得	16（62％）	32（65％）	48（64％）
自然の恩恵や生産者などへの感謝・理解、農林漁業などに関する体験活動	9（35％）	22（45％）	31（41％）
郷土料理、伝統料理などの優れた食文化の継承	7（27％）	14（29％）	21（28％）
環境との調和、食品ロスの削減や食品リサイクルに関する活動	2（8％）	8（16％）	10（13％）
食品の安全性を知らせる	3（12％）	5（10％）	8（11％）
その他	2（8％）	1（2％）	3（4％）

3-5. 関心のある「食育」について

今後、特に力を入れていきたい「食育」を尋ねその結果を表5に示す。上位3項目は「おいしさや楽しさなどの食の豊かさを伝えたい」「家族や友人と食卓を囲む機会の重要性を啓蒙したい」「地域性や季節感のある食事をとりいれたい」であった。各項目を経験年数で比較すると多少の差はあるが、

同じ項目が多い。また、10年以上の人は、多岐の項目に渡り解答数が多いことから選ぶ項目数が多いことが分かる。

表 5. 今後特に力を入れたい「食育」について

項 目	10 年以上 人（％）N=26	10 年未満 人（％）N=49	合 計 人（％）N=75
おいしさや楽しさなどの食の豊かさを伝えたい	17（65％）	35（71％）	52（69％）
家族や友人と食卓を囲む機械の重要性を啓蒙したい	10（38％）	33（67％）	43（57％）
地域性や季節感のある食事をとりいれたい	15（58％）	28（57％）	43（57％）
食事の正しい作法を習得させたい	14（54％）	27（55％）	41（55％）
栄養バランスのとれた食生活の重要性を啓蒙したい	14（54％）	27（55％）	41（55％）
食べ残しや食品の廃棄を削減したい	14（54％）	18（37％）	32（43％）
規則正しい食生活の重要性を啓蒙したい	12（46％）	20（41％）	32（43％）
子どもが調理する機会を作りたい	13（50％）	13（27％）	26（35％）
地場産物を使用したい	6（23％）	8（16％）	14（19％）
家庭で調理する機会を作りたい	7（27％）	7（14％）	14（19％）
食文化を伝承していきたい	8（31％）	5（10％）	13（17％）
食品の安全性について理解させたい	2（8％）	7（14％）	9（12％）
生産から消費までのプロセスを知らせたい	3（12％）	5（10％）	8（11％）
調理方法・保存方法を習得させたい	3（12％）	3（6％）	6（8％）

3-6. 「食育」を伝えるために必要なこと

「食育」を子どもに伝えるのに必要なことを尋ねた。（複数回答可）その結果を表6に示す。経験年数に関わらず、保育現場や家庭での伝える機会を持つことの回答が多いが、地域で伝える機会があることについては回答が少なかった。また、伝える必要がないという回答をした人はいなかった。

表 6. 「食事」を伝えるのに必要なこと

子どもに伝えるのに必要なこと	10 年以上 人（％）N=26	10 年未満 人（％）N=49	合 計 人（％）N=75
保育現場で伝える機会があること	22（85％）	41（84％）	63（84％）
課程で伝える機会を持つこと	21（81％）	37（76％）	58（77％）
一緒に食事をする友達がいること	14（54％）	35（71％）	49（58％）
食育に関する絵本や玩具といった教材が整っていること	16（62％）	24（49％）	40（53％）
地域で伝える機会があること	16（62％）	1（2％）	17（23％）
その他	2（7％）	0（0％）	2（3％）
伝える必要がない	0（0％）	0（0％）	0（0％）

4. 考察

4-1. 食育における周知度、関心度の変化

食育における周知度は、本調査で、「言葉も意味も知っていた」68%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」32%、「言葉も意味も知らなかった」0%であった。平成17年に行われた「食育に関する特別世論調査」（内閣府）の結果は、「言葉も意味も知っていた」26%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」26.6%、「言葉も意味も知らなかった」47.4%であった⁷⁾。また、平成27年に行われた「食育に関する意識調査」（内閣府）の結果では、「言葉も意味も知っていた」44.4%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」34.1%、「言葉も意味も知らなかった」21.5%であった⁸⁾。このことから、食育基本法の成立から10年以上が経過する中で、「食育」の周知度が高くなっていることが分かる。本調査では「言葉も意味も知っていた」という人が経験年数に関わらず51人（68%）であり、「言葉も意味も知らなかった」という人が0人であったことから「食育」に関する周知度が高いことが伺える。

保育における「食育の実践状況」では、「とてもそう思う」「そう思う」を合わせた76%の人が実践をしていると考えている。この結果は、坂本ら⁹⁾によると9割を超える園で実践されているという結果と同様、保育の中で食育は多く実践されていることが推測される。また、保育所保育指針では「乳幼児期にふさわしい食生活が展開され、適切な援助が行われるよう、食事の提供を含む食育の計画を作成し、保育の計画に位置づける」とあるが多々納ら¹⁰⁾による幼稚園への調査では、食育の全体計画や年間計画があると答えた園は31.6%であった。このことから、実践をしている人は多いが、食育を取り組むための全体計画や年間計画を策定しているかは、施設により差があることが指摘される。「食育」への関心度は、本調査では、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合計すると92%であった。さらに、経験年数の内訳として経験年数10年以上の人は「どちらかと言えば関心がない」「関心がない」「わからない」は0人であった。また10年未満の人でも「関心がない」0人であった。これは平成17年の調査では「関心がある」は31.9%、「どちらかと言えば関心がある」37.1%、「どちらかと言えば関心がない」は15.6%、「関心がない」7.9%、「わからない」が1.5%であり⁷⁾、平成27年の調査では「関心がある」は37.9%、「どちらかと言えば関心がある」37.9%、「どちらかと言えば関心がない」は16.2%、「関心がない」9.7%、「わからない」が4.3%であった⁸⁾。本調査と比較すると関心度が高くなっていることが伺える。また、白石¹¹⁾の保護者を対象に行った調査では食育への関心について「ある」48.8%、「少しある」44.2%と報告されている。これらのことから、国民に対する意識調査の結果同様、保育者も「食育」という言葉も意味も知らない人は減少傾向にあり、「関心がない」「わからない」人も少ない現状が明らかになった。このことから、「食育」に関する意識が高くなり、実践も多くされているが、計画的に実践する事より「食育」の効果の向上に繋がることが期待される。

4-2. 関心のある食育実践について

本調査上位3項目は「食生活・食習慣に改善」「食を通じてコミュニケーションを図る」「食事に関するあいさつや作法の習得」であった。また、経験年数別に比較すると、10年以上の人は「食を通じてコミュニケーションを図る」「食生活・食習慣の改善」「食事に関するあいさつや作法の習得」であり、10年未満の人は「食生活・食習慣の改善」「食事に関するあいさつや作法の習得」「食事を通してコミュニケーションを図る」であり、経験年数による差は見られなかった。平成27年の調査では「食品の安全性」75.3%、「食生活・食習慣の改善」60.4%、「自然の恩恵や生産者への感謝・理解、

農林漁業等に関する体験活動」36.3%、「郷土料理、伝統料理などの優れた食文化の伝承」34.2%、「環境との調和、食品ロスの削減や食品リサイクルに関する活動」24.2%、「食を通じたコミュニケーション」21.5%であり、「食品の安全性」「食生活・食習慣の改善」を挙げた者の割合は全世帯の総数で高くなっている。また、若い世代（20～39歳）は「食事に関するあいさつや作法」「食を通じたコミュニケーション」で特に高い結果となっていた⁸⁾。20～39歳は、子育てをしている人が多いことが推測される世代のため、本研究と一致した項目は、子育てに携わっている人が関心を持っている食育実践だと考えることができる。

また、本調査における、経験年数別の比較では「おいしさや楽しさといった食の豊かさを伝えたい」については同じであったが、10年以上の人は「食事の正しい作法を習得させたい」「栄養バランスのとれた食生活の重要性を啓蒙したい」であった。10年未満の人は「家族や友人と食卓を囲む機会の重要性を啓蒙したい」「地域性や季節感のある食事をとりいれたい」と相違があった。これらの背景には、乳幼児を対象とした保護者、担当保育士を対象とした調査⁵⁾は「偏食」「遊び食べ」などが報告され、また年長児を対象とした保護者、担当保育士を対象とした調査⁶⁾は、食事のマナー、食具について姿勢や箸の持ち方が気になるといった結果であった。また、食育白書⁷⁾では「友達や保育者とともに喜んで食べることが心と体の栄養となる」と明記され、食事を通してコミュニケーションを図る重要性が明らかにされている。保育者の関心がある食育は、子どもの姿からの課題と関連性があると推測される。本調査における経験年数別での項目に着目すると相違が見られ、保育者の世代により、関心のある食育が異なっていた。このことより、保育者が関心のある食育を子どもの発達に応じて、バランスよく計画的に取り組むことの重要性が示唆された。

4-3. 今後の「食育」について

上位項目は「おいしさや楽しさなどの食の豊かさを伝えたい」、「家族や友人と食卓を囲む機会の重要性を啓蒙したい」「地域性や季節感のある食事をとりいれたい」、「食事の正しい作法を習得させたい」「栄養のバランスのとれた食生活の重要性を啓蒙したい」だった。平成27年の調査では「普段の食生活の中で、今後食育としてあなたはどのような事に力を入れていきたいと思いますか」という質問に対し、上位3項目から「栄養のバランスのとれた食生活を実践していきたい」62.8%「食品の安全性について理解したい」50.9%「食べ残しや食品の廃棄を削減したい」48.1%であった。しかし、世代間別で見ると若い世代（20～39歳）は「家族や友人と食卓を囲む機会を増やしたい」「食事の正しい作法を習得したい」「家族と調理する機会を増やしたい」で特に高いという結果であった⁸⁾。本調査の結果と比較すると、10年未満の人は「おいしさや楽しさなどの食の豊かさを伝えたい」36（74%）「家族や友人と食卓を囲む機会の重要性を啓蒙したい」33人（67%）「地域性や季節感のある食事をとりいれたい」28人（57%）という項目で家族や友人と食卓を囲む機会の重要性という点では一致していたが、おいしさや楽しさなどの食の豊かさや地域性や季節感のある食事を取り入れたいという点では相違が見られた。

本調査の結果から、保育者が選んだ項目が多岐に渡っているが、これらの項目は日常生活に直接関わることが多く、食育にとって重要なことであると考えられる。饗場¹²⁾は「食育」は単に「教える」ものではなく「育む」ものであり、毎日の習慣として定着させる（身につけさせる）ことがもとめられる。子ども達の食への体験が習慣化されるためにも、繰り返し知らせていくことが大切であると考えられる。

4-4.「食育」の伝達方法

食育の伝達方法として、保育者は「保育現場で伝える機会があること」63人（84%）「家庭で伝える機会を持つこと」58人（77%）と多いことから、保育現場や家庭での「食育」の伝達について必要性が高いことが伺える。しかし、白石¹¹⁾は先行研究において、「食育に取り組むことが必要な関係機関・団体」は「家庭」が96.9%、「学校、幼稚園、保育園」が77.8%「国、県、市町村」が44.4%であった事を明らかにしたが、近藤ら¹³⁾の調査によると食育を家庭で行うべきという意識は高いが、実践する事の困難さを指摘している。このことから、家庭では食育実践の困難さがあるため、保育現場や国、県、市町村といった地域が「食育に関する実践方法や知識・技術」を発信し家庭と連携することが「食育」推進において有意義であると考ええる。

本研究の対象者や地域が限定されていることから本研究の限界であると考えられる。今後の課題として、家庭や地域における周知度や関心度、今後の課題を明らかにし、子どもを取り巻く環境の一つとした新たな食育を提案することでより「食育」が充実していくのではないかと考える。

謝辞

本研究を実施するにあたり、多大なご指導を頂きました林牧子先生に深くお礼申し上げます。また、調査の実施にご協力頂きました保育園、幼稚園、認定こども園の保育士、幼稚園教諭の先生方に深く感謝申し上げます。

引用文献

- 1) 江田 節子 2006 「幼児の朝食と共食状況と生活習慣、健康状態の関連について」小児保健研究 第65巻 1号 pp55-61
- 2) 小島 由記子、山田 浩平 2011 「幼児の生活習慣の実情と課題－附属幼稚園における園児を対象として－」愛知教育大学保健環境センター紀要 vol.10 pp15-22
- 3) 木田 春代、武田 文、荒川 義人、大久保 岩男 2012「幼稚園における野菜栽培活動の状況とその食育効果」 天使大学紀要 vol.13 No2 pp1-11
- 4) 塚田 信、大澤 繁男、小泉 裕子、飯村 敦子、田爪 宏二、内藤 知美 2007 「幼児期の子どもたちへの食育推進のための試みについて－平成18年度中間報告－」鎌倉女子大学学術研究所報 第7号 pp97-110
- 5) 梶 美保 豊田 和子 2008 「食育に関して保育園と家庭との連携構築を目指す調査研究（1）－2歳児を中心に－ 高田短期大学紀要 第27号 pp139-141
- 6) 梶 美保 2009「食育に関して保育園と家庭との連携構築を目指す調査研究（2）－5歳児を中心に－ 高田短期大学紀要 第28号 pp57-68
- 7) 内閣府 2009「食育白書」 pp4-55
- 8) 内閣府 2016「食育に関する意識調査」http://warp.dandl.go.jp/infondljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h28/pdf_index.html
- 9) 坂本 裕子、中島 千恵、浅野美登里、落合 利佳 2009 「京都府南部の保育所における食育状況」 京都文教短期大学研究紀要 pp21-29
- 10) 多々納道子 山田 千尋 2012 「幼稚園における食育の実態と課題」 島根大学教育学部紀要（教育科学）第46巻 pp15-27
- 11) 白石裕子 2012「幼児を持つ保護者の食生活と食育への取り組みと関連」 日本小児看護学会誌 vol21 p1-7
- 12) 饗場 直美 2007「食育の現状～問題点とこれからの課題～」 食生活 101（5） pp16-21
- 13) 近藤 みゆき、日比野 久美子、三田 弘子、宮澤 節子 2011「幼稚園児の食生活調査」 名古屋文理大学紀要 第11号 pp137-143

参考文献

- ・内閣府 2009「食育白書」内閣府
- ・愛知県食育推進会議 2011「あいち食育いきいきプラン」愛知県食育推進会議
- ・愛知県食育推進会議 2012「あいち食育いきいきプラン」愛知県食育推進会議
- ・村井 陽子、越川 絵里子、奥田 豊子 2008「高学年児童の食生活と学習態度・意欲や健康状態との関連－楽しく食べることの重要性－」 日本食育学会誌 2 pp3-9
- ・宇野 典子 2007「地産地消で子ども達に健康な身体と心を育てる」 保健の科学 49 pp635-640
- ・大森 玲子、山崎 久子、飯田 有美、岩原 裕子、永山 ケエ子 2007 「保育園児の食生活などに関する実態調査」 宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要第 30 号 pp361-36