

「食育」の理念と幼児期食育実践について

－ 栄養士・管理栄養士・栄養教諭養成校の役割を考える －

鈴木 道子*・和泉 眞喜子*・早坂 千枝子**

千葉 元子*・阿部 由希*・輪田 稔***・太田 健児****

About the Concept of “Dietary Education” (Shokuiku)
and its Practice Targeted at Infants

－ Considering the roles of training institutes of dietitians,
registered dietitians, and nutrient teachers －

Michiko Suzuki, Makiko Izumi, Chieko Hayasaka,
Motoko Chiba, Yuki Abe, Minoru Wada, Kenji Ota

以前より食教育の重要性は一部栄養・教育関係者により認識され、実行されていたが、昨今の「食育ブーム」とも呼ぶべき状況の現出は、平成17年の食育基本法の制定によるものが大きい。本稿では、食育基本法制定の概要・理念等、またその実行の基礎をなす食育基本計画について概観したあと、乳幼児期の食事の重要性に鑑み、宮城県内での食育実践及びその支援例を2例あげる。1例は、2箇所の保育所で同時期に行われた食育に関する研修会と実践、その報告会の経過であり、もう1例は幼稚園児の保護者を対象とした料理教室である。保育所職員及び幼稚園保護者は乳幼児に直接関わる食育の実践者である。その支援過程を振り返りながら、栄養士・管理栄養士・栄養教諭の養成校である本学の役割を考えるとともに、より広く、食育の今後について展望する。

キーワード 食育 食育基本法 栄養士 管理栄養士 栄養教諭

はじめに

平成17年6月に食育基本法¹⁾が制定され、食育推進の動きが活発化している。同年、女子栄養大学の足立は「長年にわたって、栄養指導・栄養教育・食教育等の用語を軸に栄養改善活動にたずさわってきた栄養関係者にとって、この“食育ブーム”ともいえる栄養・食生活への関心（個人、組織、行政等各レベルで）の高まりは夢のようで、感慨無量である」と述べている²⁾。栄養関係者が、食教育推進に地道に努力して来たことは事実であるが、「食育ブーム」とも言える現況は、必ずしもその努力のみで現出したものではなく、文部科学省・厚生労働省・農林水産省が関わる現代社会の諸問題を背景にした食育基本法の成立・施行により飛躍的に加速されたものである。

* 尚綱学院大学 総合人間科学部 健康栄養学科

** 尚綱学院大学 名誉教授

*** 尚綱学院大学 総合人間科学部 人間心理学科 元教授

**** 尚綱学院大学 総合人間科学部 人間心理学科

本稿では、まず、食育基本法制定の概要・理念・成立背景及び食育推進基本計画に関して概観する。次いで、食育の実践の観点からミクロマネジメントレベルでもマクロマネジメントレベルでも健康を考える上でその効果に対する期待が大きい乳幼児期の食育に問題を絞って、現状と課題を明らかにした上で、栄養士・管理栄養士・栄養教諭養成校である本学の役割と今後の方向性について、2例の食育支援実践報告をもとに考察する。

I 食育基本法制定の概要・理念・成立背景及び食育推進基本計画

1. 食育基本法の概要と食育の理念

1) 食育基本法の概要～食育基本法とは～

食育基本法（平成17年法律第63号）は、平成16年の第159回国会に提出され、平成17年6月10日に成立した法律で、前文、第1章（総則）、第2章（食育推進基本計画等）、第3章（基本的施策）、第4章（食育推進会議等）及び附則で構成されている。

その目的は「近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与すること」（第1条）である。

第2条から第8条までは食育に関する基本理念があげられている。さらにそれらの基本理念に則った上で、国や地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、さらに国民の責務が記されている。内閣府に置かれた食育推進会議（会長：内閣総理大臣）は、食育推進基本計画を作成し、都道府県は、それを基本として、都道府県食育推進計画を作成、さらに、市町村は、市町村食育推進計画を立てるべきことが明記されている。家庭において、学校・保育所等において、さらに地域において、食育は推進されることになる。

さらに食育は「あらゆる国民に必要なものである」（前文）と同時に「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」（前文）とされており、子どもの人間形成という側面が鮮明に打ち出されている。

このように食育基本法制定及びその施行後、食育推進会議による食育推進基本計画の策定を待って、各都道府県、市町村は、順次、食育推進計画を策定し、地域性を生かしながら、独自の施策に取り組んでいる途上にある。

2) 食育の理念

では、そのように国が主導して展開しようとしている「食育」とはいかなるものであるのか。第159回国会に食育基本法案が提出され、継続審議中の平成16年農林環境課（当時）の森田倫子は行政の立場から『調査と情報』に食育の背景と経緯について記している³⁾。森田は、食育という言葉の起源として「明治期の食育」^{4) 5)}が紹介されることが多いにも関わらず、概念としては、これと「現在の行政施策上の食育」との間に直接の連続性がないことを指摘している。森田の記述に従い、「食育」概念の変遷を表1にまとめた。

食育基本法における食育の理念は、第2条から第8条に記載され、その内容は、①国民の心

表1 「食育」概念の変遷

	内 容	普及度
1890年代 ～ 1900年代	石塚左玄『食物養生法』：著者の説く食養生法により子どもの心身を育むこと 村井弦斎『食道楽』：食物についての知識を深め、良い食物を与えることによって子どもの心身を育むこと いずれも、知育や体育等を支える基盤としての「食育」の重要性を主張	一般に定着せず
1980年代	真弓定夫（小児科医）：食事に配慮して子どもを育てること 飯野節夫（大学教授）：子ども自身に健康自衛の力量を身につけさせるために食物の知識を教えること	広がらず
1990年代	砂田登志子（健康・食生活ジャーナリスト）：海外の食に関する教育事情を紹介する際に訳語として採用 以後、食について子ども自身を教育することが「食育」の主眼とされる	使用が増加
2000年代	様々な機会を通じて取り組まれていた食に関する取り組みや教育が、「食育」の名でくくられ、別の名称で行われてきた様々な取り組みや行政施策が含まれるようになる	さらに使用が増加

(2004年森田倫子による)

身の健康の増進と豊かな人間形成、②食に関する感謝の念と理解、③食育推進運動の展開、④子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割、⑤食に関する体験活動と食育推進活動の実践、⑥伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献、⑦食品の安全性の確保等における食育の役割である。食育基本法における「食育」とは、教育のあり方ではなく、栄養・生活・安全・文化・環境・生産消費のあらゆる食に関わる面が取り上げられている。

3) 食育基本法制定の背景

食育基本法制定の背景には、「近年における国民の食生活をめぐる環境の変化」がある。先に挙げた森田は、食育の必要性が説かれるようになった、食自体とそれに起因・付随する問題として以下の9つをあげている³⁾。すなわち、①脂肪摂取の過剰など、栄養バランスの悪化傾向 ②朝食欠食の習慣化、孤食や個食の増加傾向など、食習慣の乱れ ③児童生徒の肥満の増加、過度の痩身、体力の低下傾向など、健康への影響 ④食の安全に対する信頼の喪失 ⑤からだに良い食品・悪い食品に関する情報が氾濫する一方、適正な情報が不足していること ⑥食の外部化、ライフスタイルの多様化などにより、保護者が子どもの食生活を把握し、管理していくことが困難になっていること ⑦家庭において、食材に関する知識、調理技術、食文化、食に関するマナーなどを継承することが難しくなりつつあること ⑧食料資源の浪費 ⑨食料の海外依存が進行し、食料自給率が低下していることである。以前より栄養関係者が地道にその問題を指摘しつつ、改善に向けた努力をしてきた分野も含まれはするが、より広く、行政分野で言えば文部科学省、厚生労働省、農林水産省の管轄する内容を包含している。食育基本法は、現代という時代が抱える多くの課題を「食」という切り口から、解決を図っていこうとする法律と言えるだろう。

一方、食育基本法に関しては、批判的なまなざしを向ける人々も存在する。佐々木はその論文「パンドラの箱をあけてしまった『食育基本法』」の中で、「食育基本の内容の『まともさ』『もっともらしさ』に隠蔽された問題を照射し、『食育幻想』の孕む政治性を考察」しようとしている⁶⁾。

2. 食育推進基本計画の概要と進捗状況

食育推進基本計画は、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、食育基本法に基づき、内閣府に設置される食育推進会議において作成されると定められ、平成18年3月に決定されたもので、計画期間は平成18年度から22年度までの5年間である。平成20年8月に目標値に対する現状が発表された⁷⁾。食育推進基本計画のポイントと合わせて、その進捗状況を表2に示す。

表2 食育推進基本計画のポイントと目標値に対する現状（平成20年8月現在）

第1 食育の推進に関する施策の基本的な方針	
1. 国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成 2. 食に関する感謝の念と理解 3. 食育推進運動の展開 4. 子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割 5. 食に関する体験活動と食育推進活動の実践 6. 伝統的な食文化、環境と調和のとれた生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献 7. 食品の安全性の確保等における食育の役割	
第2 食育の推進の目標に関する事項	策定時値→現状値
1. 食育に関心を持っている国民の割合（70%→90%） 2. 朝食を欠食する国民の割合（子ども4%→0%ほか） 3. 学校給食における地場産物を使用する割合（21%→30%） 4. 「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の割合（60%） 5. 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を認知している国民の割合（80%） 6. 食育の推進に関わるボランティアの数（20%増） 7. 教育ファームの取組がなされている市町村の割合（42%→60%） 8. 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている国民の割合（60%） 9. 推進計画を作成・実施している自治体の割合（都道府県100%、市町村50%）	69.8%→75.1% 4.1%→3.5% ほか 21.2%→23.7% 58.8%→56.7% 77.3%→87.6% 28万人→33万 →0.4%（取組主体がある市町村65%） 45.7%→57.6% →都道府県85.1%、市町村6.3%
第3 食育の総合的な促進に関する事項	
1. 家庭における食育の推進 2. 学校、保育所等における食育の推進 3. 地域における食生活の改善のための取組の推進 4. 食育推進運動の展開（食育月間（毎年6月）、食育の日（毎月19日）） 5. 生産者と消費者との交流の促進、環境と調査のとれた農林漁業の活性化等 6. 食文化の継承のための活動への支援等 7. 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進	
第4 食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための必要事項（都道府県等による推進計画の策定促進、基本計画の見直し等）	

（内閣府ホームページより作成）

この食育推進基本計画に沿って、都道府県さらに市町村が推進計画を立てて、実施している現状である。たとえば、宮城県では「五感を磨（と）いで、みやぎの食をいただきます」とのコピーをつけて宮城県食育推進計画（プラン）を策定、発表している⁸⁾。宮城県における食をめぐる現状を分析した上で、食育推進の基本目標、視点を定め、主要な項目について定量的な目標値を設定している。また、重点施策として①食育を通した健康づくり②五感を磨く食育③「食材王国みやぎ」の食を通して実感・体感する食育④食の安全安心に配慮した食育⑤みんな

で支えあう食育の5つを挙げている。さらに、ライフステージを6つに分けてそれぞれに応じた食育の推進を図ろうとしている。ライフステージに応じた食育のテーマは表3に示す。6つのライフステージはいずれも重要であるが、「特に乳幼児期から思春期までの食育が、生涯にわたり、健全な食生活を送る上で重要」と位置づけている。

表3 ライフステージに応じた食育の取組

ライフステージ	年齢区分	食育テーマ
乳 幼 児 期	おおむね0～5歳	食習慣の基礎作り
学 童 期	おおむね6～12歳	望ましい食習慣の定着
思 春 期	おおむね13～18歳	自立に向けた食生活の基礎作り
青 年 期	おおむね19～39歳	健全な食生活の実現
壮 年 期	おおむね40～64歳	食生活の維持と健康管理
高 齢 期	おおむね65歳～	食を通した豊かな生活の実現

(宮城県「食育推進プラン」より)

II 食育の実践

1. 乳幼児期の食に関する現状と課題および食育推進計画にみる幼児期食育への期待

今日の「食育」概念からは、あらゆるライフステージの人を対象に、多様な視点から行う食に関するポジティブな行動は、全て食育推進につながると言えるが、食育基本法においても、食育推進計画においても、成長期の子どもを対象とした食育の重要性が強調されており、「食習慣の基礎作り」と位置づけられる乳幼児期の重要性には異論がないであろう。宮城県の食育推進プランでも、乳幼児期は、「一生のうちでもっとも著しく成長する時期」「食を営む力や食生活のリズムの基礎を身につける等、生涯における発達を方向付ける意味でとても重要な時期」とされている。また、「食生活の基本となる味覚も形成されるが、味覚の発達や自我の芽生えにより、偏食や小食といった問題もおきやすくなる」時期である。また、この時期は、家庭にあって保護者（主に母親）と過ごすか、保育所・幼稚園等で過ごす時間がほとんどであり、食生活全般を大人がコントロールすることができるので、直接関わる大人（保護者や、保育所・幼稚園等の教職員）を通して食育を推進しやすいともいえる。また、「食育ブーム」以前から乳幼児期の食を巡る問題に関しては関心が高く、多くの研究・調査がなされており、保育所・幼稚園の保護者を対象として一連の調査研究が発表されている^{9)～16)}。

宮城県食育推進計画では、この時期の食育の取組の方向性として、①規則正しい生活リズムを身につける②家族や友だちと一緒に食べる楽しさを味わう③楽しく食事をするためのマナーを身につける④様々な食べ物を味わうことにより味覚の基礎を養う⑤味、色、香り、音等、楽しい食の体験を通して、食べものへの関心を引き出す の5項目を挙げ、それぞれ、具体的に、家庭、保育所・幼稚園、地域での取組、さらに県の取組（家庭、保育所・幼稚園、地域を対象）を挙げている。

2. 食育支援実践例

保育所・幼稚園関係者は元来食に関する関心が高く、以前から食教育が行われてきたが、この食育基本法、食育推進計画策定後さらに、その動きが活発化している。本稿では、著者らが関わった2例の幼児期食育実践支援について報告する。

1) 保育所職員を対象とした「食育」に関する意識調査と食育実践支援

(1) 概要

2006年度に、宮城県内2保育所の職員と合同で実施した食育およびその支援内容について表4に示す。著者らは、調査者（質問紙法）、研修会講師、実践報告会助言者の立場でこの一連の実践にかかわった。

(2) 両保育所全職員を対象にした「『食育』に関するアンケート」調査結果

保育所全職員を対象に行った質問紙調査の内容は以下のごとくである。

質問項目の前に、調査の目的（食育に対する意識およびニーズ調査を行い、幼児を対象とした食育推進の方策を探るための基礎資料作成）、得られたデータについては研究目的および両保育所主催研修会で使用する以外の目的では使用しないこと、個人を特定することはないこと、回答したくない項目については回答しなくてよいことを記し、自主的な意思による協力を依頼した。質問紙の内容は以下の通りである。①回答者プロフィール：年代、性別、職種、経験年数 ②「食育」に対する関心の程度 ③「食育」に関する講演会、研修会への参加経験の有無 ④「食育基本法」についての認知度 ⑤保育所における「食育」の必要性についての認識 ⑥保育所で接する幼児の食生活についての問題認識、とその具体的内容 ⑦保育所で実施された「食」に関する取組み経験と今後の取組みに関する希望 ⑧保育所の「食」に関連した自由記述。

回答者は保育士38名、栄養士2名、調理師2名、調理補助者2名、職種記載なし1名の計45名であり、年代は20代から50代、性別は女性41名、男性4名であった。「食育」に対する関心は、全体の57.8%が「とてもある」、40%が「ある程度ある」と回答した。また、「食育」に関する講演会、研修会へは、68.9%が参加経験ありと回答していた。「食育基本法」についての回答は、「よく知っている」は2.2%、「ある程度知っている」は66.7%、「知らない」は26.7%であった。保育所における「食育」の必要性については、「強く感じる」が75.6%、「ある程度感じる」が24.4%であり、その必要性を感じないと回答した職員はいなかった。保育所で接する幼児の食生活について「とても問題」と回答した職員は28.9%、「ある程度問題」は66.7%であり、「問題ない」との回答は4.4%であった。「問題」と感じる幼児の食生活に関する項目の自由記述に書かれた具体的内容例を表5に示す。保育所で実施された「食」に関する取組み経験で「よかったことがある」との回答は73.3%あり、「今後取り組みたいことがある」との回答は66.7%であった。両者の具体的内容例を表6に示す。また、保育所の「食」に関連した自由記述例を表7に示す。

これらの結果から、保育所職員のほとんどは食育に関心が高く、保育所における食育の必要性を感じていることがわかった。また、保育所で接する幼児の食生活についての問題認識は高く、朝食欠食、好き嫌い、意欲のなさ、食事態度などと共に、保護者の取組について問題と感じている割合が高いことがわかった。70%の職員は、既に行ってきた保育所での食に関する取組を評価し、今後も取り組みたいとの意欲を持っているが、自由記述から、保育所における衛

生面での配慮や保護者へのかかわり方などで問題を感じていることがわかった。

表4 2保育所における食育実践支援の概要

実施年月	実施内容
2006年5月	両保育所全職員を対象にした「『食育』に関するアンケート」実施
2006年6月	両保育所合同研修会（1） 講演「乳児からの食育——保育所における食育を考える」 「食育」に関するアンケート結果報告を含む 終了後「食育に関して何ができるか」ミニアンケートの実施
～	両保育所による食育実践
2006年10月	両保育所合同研修会（2） 食育実践報告ほか

表5 保育所で接する幼児の食生活についての職員の問題認識項目とその具体的内容例

問題認識項目	問題認識職員の割合 (45名中%、複数回答あり)	具体的内容例（自由記述）
朝食の欠食	48.9%	夜の就寝が遅かったり、低体温の子どもがいて食べたくないなど。親も食べない。
好き嫌い	57.8%	野菜・魚。嫌いなものは一切手をつけない。年長クラスになると全く受け付けないものが固定してくる。気持ちの不安定さと共通する。
意欲のなさ	62.2%	生活リズムとの関係。食べ物にあまり興味を示さない。「食べる」とは言うが、進みが遅く、食べようとする意欲が見られない。
食事の量	13.3%	基本的に少量。小食、間食しなくてもおなかがすかない。
食事態度	48.9%	おしゃべり、姿勢、箸の使い方。遊び食い、むら食い、自分から手を出さずに食べさせてくれるのを待っている。皿をフォークでたたく、横を向いて食べる。
保護者の取組	42.2%	子どもだけで食事をさせているのではないか。和食を作れない人がおり、手作りのものが苦手なため、保育所で出すものが食べられない。保護者自身の食生活の乱れ。
その他	2.2%	食事の内容（ファーストフード・コンビニ弁当など）

表6 今までの「食」に関する取組でよかったこと、今後取り組みたいこと

今までの「食」に関する取組でよかったこと	今後取り組みたいこと
<ul style="list-style-type: none"> ・クッキング保育：おにぎり、ソラマメのさやむき ・野菜栽培 ・焼き芋大会、もちつき会、カレー祭り ・クラスに栄養士が来てくれて話してくれたこと ・赤、緑、黄色の食品ポスターをはり、給食の中のものに分ける ・夏祭りで参加プレゼントとして人參ホットケーキの材料を配布 	<ul style="list-style-type: none"> ・クッキング、調理の様子を見せること ・野菜栽培 ・栄養の話、絵本やパネルを使って身体によいものを知ったり、食べ物を身近に感じられるようにする。 ・家庭と連携しながらの食育：一緒に何かできること ・家庭への啓蒙：食の大切さを親子ともどもに伝えたい

表 7 保育所の「食」に関する職員の自由記述

衛生面など	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生上の問題と子ども達にやらせたいこととの兼ね合い ・O157からかなり衛生面でやれないことが多かった。 ・いかに子ども達が食べることに楽しみを感じるか、衛生面等の配慮から難しいことも多いが、どんなことが集団給食でできるか考えたい。 ・給食室で作っている場面が見られるようなつくりだといふ。
保護者	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者に給食を味見してもらったり、理想的な献立を見てもらう機会がもっとあればと思う。 ・保育所では時間的にも人数的にも難しいが、親子でクッキングとかできるといい。 ・プライバシーに関わってくる話題でもあり、理屈は分かっていることも多いので、どう共感・実感につなげて、実践を促していけるのか・・・という部分をどう計画し、実践していくかが課題だと思う。 ・離乳の進め方が母親教育の中でどの程度のウエイトを置いて行政がしているのか、また若い母親の食生活の意識がどの程度なのかと思う。 ・保育所内だけでの食育ではなく、やはり家庭への啓蒙が大切かと思う。
子ども他	<ul style="list-style-type: none"> ・0歳児から5歳児まで、それぞれの年齢に見合った食育とはどのようにやっていけばよいか。 ・嫌いなものを見向きもしない子どもに対して、どのように関わっていけばよいか。 ・「食」に関して神経質になりすぎではないか、特別なことばかり改まってしようとしてしまうので、大変負担を感じてしまうことがある。

(3) 初回研修会における講義と意見交換内容

上記質問紙調査結果を踏まえ、両保育所職員を対象に初回研修会において、著者の一人が講演を行った。内容は「食育基本法の概要」「子どもたちの食を巡る現状と課題」「食を通じた子どもの健全育成のねらい及び目標」について概説し、その後実際に保育所で食育として実施したいこと、実施可能なこと、実施にあたっての課題・困難さらにその解決の方向性について、特に、自由記述（表4）に記されていた課題を中心に意見交換を行った。食育担当者が過剰な負担感を持たないで実施していく方策についても話しあった。

表 8 保育所食育実践例「3歳未満児における食育活動の取組について」（概要）

目標	楽しく食べる体験を深め“食を営む力”を培う
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・保育所の食事に慣れる ・楽しい雰囲気の中で一緒に食べる ・いろいろな食品に関心をもつ
内容 取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ・一人一人の状態にあった調理形態にした。 ・保育士が子どもと一緒に食べるようにした。（指導食） ・収穫した野菜を給食に取り入れた。
評価 反省	<ul style="list-style-type: none"> ・一クラスから始まった指導食も徐々に増やすことができ、各クラスにより咀嚼を促したり、素材の特徴を知らせたり、旬の野菜を話題にすることができたと思う。 ・収穫したものや収穫したクラス、どの献立に入れたか全体への周知ができなかった。 ・子ども達が収穫物を給食室へ持ってきたときの表情がとても生き生きして満足気であった。 ・旬の野菜に触れたり、食したりする経験はとても貴重だと思う。
今後の 課題	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度はじめて取り入れた指導食の評価、反省をしながら、後期の指導食の出し方を検討していく。 ・収穫物をどのような献立に取り入れているのか等、職員や保護者に知らせていく。 ・3歳未満児の取り組みを踏まえ、以上児での取り組みを系統立てて計画していく。 ・各クラスとの連携を図りながら進めていく。 ・保育所内だけの取り組みとせず、家庭へ知らせる。

(4) 両保育所における食育実践とその総括（第2回研修会）

両保育所から、代表者が実践内容を報告し、その評価・反省を踏まえ、今後の課題について話しあいの時間を持った。いずれも以前から「食」に関する取組は行われていたが、今回は「食育」を意識して視点を明確にした取組であり、評価・反省と共に、今後に向けての課題が明らかにされると共に、食育継続の重要性とその意欲継続の確認がなされた。「3歳未満児における食育活動の取り組みについて」の発表の概要を表8に示す。この保育所では、保育士が子ども達と一緒に食事をする「指導食」を実施することで、子ども達と食の共有化、共感が生まれるとともに、保育士と給食室との連携の強化がなされた。栽培した野菜の活用の仕方や、今後の食育推進の課題が明確になった。発表の様子から、職員が過剰な負担感を感じることなく、楽しく実施できたことがわかった。

2) 幼稚園児保護者を対象とした料理教室

2006年9月に名取市内S幼稚園保護者を対象に「子どもが好む健康食の作り方」を中心にした料理教室を本学調理実習室で実施した。著者らは料理教室講師及びその補助者として関わった。当日実習を行った献立を表9に示す。

参加者15名から得られたアンケート結果は以下の通りであった。回答者は全員女性であり、30代11名を中心に、20代2名、40代1名、うち13名は専業主婦であった。通常、子どもの食事で心がけていることとしてあげられていたことは、「なるべく手作りにする」12名、「食前食後のあいさつ」12名、「一緒に食事をする」11名であり、次いで「栄養面」9名、「おやつや時間の量」8名、「手伝いをさせる」7名、「箸の持ち方」5名、「食品の名前を教える」4名、「食前・食後の手洗い」4名であった。子ども（幼稚園児）に関しては、「好き嫌いが多い」4名、「好き嫌いが少しある」8名、「好き嫌いが少ない」3名であった。嫌いなものとしては、ピーマン・なす・ねぎ・人参・レタス・トマトなどの野菜が多く、その他、果物、牛乳、豚肉、レバー、豆腐、鮭が記載されており、さらに、それらを使った料理名（なすとピーマンの味噌いためなど）を挙げた保護者もいた。子どもが嫌いなものについては、子どもに「出さない」と回答した保護者はなく、「家族が食べてみせる」「言葉をかけて励ます」「好きなものに混ぜる」「細かく切る」「味付けの工夫」などを行って対応していた。子どもの食生活に関しては、問題点が「とてもある」2名、「ある程度ある」10名の回答があった。問題点の内容としては、「好き嫌い」7名、「食事の量」6名、「食事の態度」5名であった。保護者の園児に対するかかわり方や意識、また、園児の好き嫌いの傾向は既報告と同様であった^{14)~16)}。今回の料理教室に参加した理由としては、「料理を覚える」15名、「栄養について知りたい」4名（複数回答）であった。また、今回の献立内容については「よかった」12名、「まあよかった」3名の回答があった。また、12名が今後同様の料理教室を希望していた。料理教室参加後の感想の一部を表10に示す。

表9 「子どもが好む健康食の作り方」献立内容

1. さけのそぼろどんぶり
2. 凍み豆腐のミートサンドフライ（岩出山産凍み豆腐を用いて）
3. ピシソワーズ（ジャガイモの冷製スープ）
4. スコーン

表 10 「子どもが好む健康食の作り方」料理教室参加者の感想（一部）

- ・持ち帰った凍み豆腐のミートサンドフライ、夕食で全部食べました。2歳の弟も全部食べていました。お弁当にもよさそうなので教えてもらってよかったです。
- ・新しい調理方法を知るだけでなく、栄養素のことも教えてもらえたので楽しかったです。
- ・託児を利用して自分のために時間を使う機会になるので、是非また参加したいです。
- ・幼稚園から帰ってきた息子に食べさせたら、どれもすごく好評で近日中にまた作る約束をさせられました。
- ・日本古来の乾物食品の扱い方・調理の仕方、なかなか一般の料理本には載っていないので、たとえば麩とか今回ありました高野豆腐とか簡単にもっと使えるようになりたいと思っています。
- ・子どもと一緒に料理教室などいいと思います。

最後に

～「食育」の今後の展望と管理栄養士養成施設の果たす役割～

今後の食育研究については次のように展望できよう。

第一に食育に関する他分野との横断的研究の促進である。食育基本法の前文にあるように、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育てていく基礎、という明確な理念はすでに確認したとおりである。ならば、「食」を「教育」することは結局「食」とおして「何」を「育むのか」あるいは「食育」が渴望されるその裏には「何」に対する欠乏感や不足感があるのか。この問題を多くの専門分野が総力をあげてとりくむべきである。

ここから第二の展望が開けてくる。それは学校等教育現場での食育カリキュラムのさらなる工夫・洗練と食育の学際的な性格付けへの転換である。教育現場では他教科との横断的な総合的食育カリキュラム作成と授業実践がなされており、その実践例の教育学理論からの振り返りがすでになされている^{17) 18)}。

第三に食や栄養や医療関連の知識・情報の習得プロセスに関して「メディア」（媒介）という観点からの捉え直しと、それらの日常への応用力に関して「リテラシー」という観点からの捉え直しの必要性である。前者に関して、私たちは学校・マスメディア・人づてなどの「メディア」とおしてそれらを習得していくわけだが、このような入手経路とその影響度合の大きさと私たちの食生活習慣形成との関連を無視できないであろう。後者に関してはメディアからの情報・知識を鵜呑みにせず、いかに選別して生活現場に応用していくかというリテラシーの必要性からである。環境倫理問題に関してすでに環境リテラシーという新たなキーワードが登場したように、食育リテラシーとでもいうべき新しい食育の教育目標が設定されてもよい時期にきているのではないだろうか^{註)}。

本学健康栄養学科は、栄養士・管理栄養士・栄養教諭の養成を行っており、「食育」に直接貢献しうる人材の育成・輩出が、その最重要課題であるが、食育基本法策定以後、様々な形で地域社会から食育推進に関する支援を求められている。栄養関係者は、食や栄養に関する啓発、教育活動を、食教育、栄養指導、栄養教育の名のもとに、その重要性を強調すると共に地道に取り組んできた。

現在の「食育基本法」の持っている政策の意図を十分理解、咀嚼した上で、上記第一から第三に示した食育研究の今後を踏まえながら、栄養専門職としてなしうる「食育」とは何かを問い続け、「食」とおして「何を育むのか」という根本的な問題まで見据えることのできる栄

養専門職を育てていくことが重要であると考えます。

今回の実践報告は、学生の教育を通して行ったものではなく、教員が直接保育関係者や保護者と関わって行ったものである。学生の教育に当たって、机上の理論・知識だけでは知ることが出来ない現場の生の声を聴く貴重な機会であり、今後の学生の教育に生かしていきたい。とともに、食は家庭と切り離して考えることはできない。保育所や幼稚園における食育の重要性について異論はないであろうが、本学が直接地域住民を対象に講演会や食事相談会などの実施を通して家庭の食への関わりを深めていくこともまた重要であると考えます。

本研究は、2006年度本学共同研究費「食育に関する総合的研究」（代表：太田健児）の一部をもってなされた。

謝 辞

本研究にご協力いただいたすべての方々に感謝いたします。

文 献

- 1) 食育基本法 平成17年6月17日 法律第63号
- 2) 足立己幸、衛藤久美「食育に期待されること」栄養学雑誌、63巻、201～212、2005年
- 3) 森田倫子「食育の背景と経緯」－「食育基本法案」に関連して－、調査と情報－ISSUE BRIEF－、457巻、1～10、2004年
- 4) 石塚左玄「食物養生法」（明治31年、1898年）近代日本養生論・衛生論集成（瀧澤利行編集；第12巻）復刻版、大空社、東京、1992年
- 5) 村井弦斎「食道楽：増補註釈」（報知社出版部 明治36～37年刊）、複製 柴田書店、東京、1976年
- 6) 佐々木陽子「パンドラの箱をあけてしまった『食育基本法』」鹿児島国際大学福祉社会学部論集、24巻、4号、33～46、2006年
- 7) 内閣府ホームページ「食育推進基本計画の概要」「食育推進基本計画のポイント」「食育推進基本計画の目標値と現状値」など
- 8) 宮城県保健福祉部健康対策課 『宮城県食育推進プラン～五感を磨いで、みやぎの食をいただきます～』（概要版）
- 9) 山口静枝、春木敏、原田暁子「母親の食行動パターンと幼児の食教育との関わり」栄養学雑誌、54巻、87～96、1996年
- 10) 富岡文枝「幼児の食教育と両親の食意識及び食行動との関わり」栄養学雑誌、57巻、25～36、1999年
- 11) 奥田和子、倉賀野妙子「子どものおやつと親の意識」日本食生活学会誌、9巻、56～62、1998年
- 12) 後藤美代子、鈴木道子、佐藤玲子、鎌田久仁子、阿部由希「幼稚園児の食事の担い手の実態」栄養学雑誌、64巻、325～329、2006年
- 13) 後藤美代子、鈴木道子、佐藤玲子、鎌田久仁子、阿部由希「ライフステージごとの栄養と健康－保育園児の食物の好き嫌いと健康に関する研究－」尚絅学院大学紀要、53集、97～102、2006年
- 14) 鈴木道子、後藤美代子、佐藤玲子「幼稚園児の食事づくり担当者に関する質的研究」尚絅学院大学紀要、54集、11～18、2007年
- 15) 後藤美代子、鈴木道子、佐藤玲子、鎌田久仁子、阿部由希「保育園児の食生活に対する保護者の関わり」日本食生活学会誌、17巻、336～341、2007年
- 16) 小椋知子「『食を通して人間を学ぶ』総合カリキュラムの開発－小学校における人間自然総合単元の実践から－」『カリキュラム研究 第15号』日本カリキュラム学会、70～84、2006年
- 17) 三島徳三、三津原熙、羽賀健一「食の安全と生涯学習」『教育学研究 第72巻 第1号』日本教育学会、135～136、2005年

註

食育に直結した論考ではないが、メディアという新しい教育学概念を提唱している研究に以下のものがある。
cf) 今井康雄『メディアの教育学－「教育」の再定義のために－』東京大学出版会 全322頁、2004年