

保育士・栄養士養成課程の学生における食育意識の検討

Study of dietary education in student awareness of course nursery teacher training, nutritionist

次世代教育学部こども発達学科

築山 依果

TSUKIYAMA, Yorika

Department of Child Development

Faculty of Education for Future Generations

キーワード：食教育，保育士課程，栄養士課程

Abstract： While the importance of nutrition education to the infant is enshrined in the guidelines childcare nursery is positioned about healthy eating as part of the contents of the childcare reference to the “Guidelines for nutrition education in nursery”, Based on the “Basic Law on Food Education” have. Considered in this study that there is a need to understand the reality of the students training school is the place cultivate practical skills and knowledge of food issues on the go conduct nutrition education nutritionist and Nursery future work together in order to clarify the, we have examined a survey questionnaire to the students of the course students and nutritionist courses nursery. The results show that although different approach to childhood nutrition education in each course in the curriculum and nutritionist nursery, awareness of the importance of nutrition education are common suggesting. Deployment of dietary education better, that to cultivate the practical skills in helping to deepen their expertise, respectively, carried out in cooperation until the final evaluation from the planning of nutrition education, to unify the consciousness of nutritionist and nursery expected.

Keywords： dietary education, Nursery program, Dietician course

1 緒言

幼児への食育の重要性が謳われるなか、保育所保育指針において食育の分野で改訂が行われた。保育所保育指針では、「食育基本法」を踏まえ、「保育所における食育に関する指針」を参考に保育の内容の一環として食育を位置付けられている。保育所は施設長の責任の下、保育士、調理員、栄養士、看護師などの全職員が連携をとり、各保育士の創意工夫の下に食育を推進していくことが求められている¹⁾。今回改訂された保育所保育指針においては、保育士、栄養士等の職員間の連携の必要性が述べられている¹⁾。また、「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～」においても、保育士と栄養士、調理員などの役割・連携が不明確であっては、食育の目標を効果的に達成することはできない。食育は全職員の共通理解のもとに計画的・総合的に展開されなければならないと示されている²⁾。

また、食育に関する意識調査報告書（2011）³⁾によ

ると、食育に対して積極的に関心を持っている者の男女の割合は20～30代の男性で20.9%、女性で31.2%である³⁾。また、梶等の研究⁴⁾によると「家では食べないものを園では食べる」「家では園のようにメニューや食材を豊富にできない」等、核家族化等により、調理技術やノウハウを身につけていない保護者の姿が推測される。その一方で、食の大切さ、食事のしつけ、偏食改善などに関しては、保護者側から保育所に対する大きな期待感が寄せられていることを明らかにしてきた⁴⁾。

このような現状より、保育士と栄養士の養成校では、食に関心を持ち、食育意識が高く連携実践力のある人材育成に向けての教育が求められている⁵⁾。また、保育士養成校学生の食知識・技能などが備わっていないとの報告もある⁶⁾。

そこで、本研究では食に関する知識や実践力を培う場である養成校の学生の実態を把握する必要があると考え、今後保育士と栄養士が連携して食育活動を行っていくうえでの課題を明らかにするため、保育士

課程の学生と栄養士課程の学生にアンケート調査を実施し検討を行った。

2 方法

(1) 調査時期および調査対象

調査時期は平成24年7月から8月とした。調査対象者は本学こども発達学科144名およびN大学食品栄養学科241名の計385名とした。

(2) 調査方法

調査方法は自記式アンケート調査である。授業後にアンケートを配布し、その場で記入および回収を行った。調査内容は属性、食習慣・食行動、食知識、食に関するしつけへの意識、食育への認識、幼児教育に関する認識についての6項目である。

設定項目の食に関するしつけへの意識、食育への認識に関しては、駒田⁶⁾が食に関するしつけを受けた経験と重要意識で実施した項目を参考にアンケート項目を作成した⁶⁾。幼児教育に関する認識に関しては、保育所保育指針に謳われている4歳児保育内容の「健康」の部分参考にアンケート項目を作成した⁷⁾。

(3) 統計処理

統計処理はデータ解析用SPSS17.0Jを使用した。各項目の回答差のクロス集計にはカイ二乗検定を用い統計学的有意差を検討した。この際有意水準5%未満を有意差ありと判断した。

3 結果

(1) 回収状況

アンケート回収率（有効回答率）は、100%であった。授業終了後にアンケートを配布し回答終了後に回収を行った。

(2) 回答者の属性

保育士課程の学生144名、栄養士課程の学生241名であった。今回は保育士課程の学生は4年生が3名のみであったため保育士課程のみ区分を「2年生」「3・4年生」とした。

保育士課程では下宿をしている者が7割以上占めており自宅から通う者は2割程度であった。栄養士課程では自宅から通う者が7割以上を占めている（表1）。

表1 保育士・栄養士課程の学生とその属性

(%)

	保育士課程		栄養士課程		
	2年生	3.4年生	2年生	3年生	4年生
自宅	20.3	24.0	83.8	74.7	72.9
下宿	78.3	74.7	15.0	22.0	27.1
無回答	1.4	1.3	1.3	3.3	0.0

(3) 朝食摂取状況

朝食を食べる頻度が「毎日」と答えた者は保育士課程に通う下宿生では、40.9%、栄養士課程に通う下宿生では39.2%であった（表2）。

表2 朝食摂取頻度

(%)

	保育士課程		栄養士課程		
	2年生	3.4年生	2年生	3年生	4年生
毎日	40.7	41.1	33.3	40.0	42.1
週5-6日	16.7	21.4	16.7	20.0	15.8
週3-4日	22.2	7.1	16.7	10.0	21.1
週1-2日	9.3	12.5	16.7	10.0	21.1
食べない	11.1	17.9	16.7	10.0	7.8
無回答	0.0	0.0	0.0	5.0	2.0

(4) 食知識を得るための情報源

保育士課程では「テレビ」26.4%，次いで「インターネット」「家族」22.2%，「授業」16.0%の順であった。先行研究においても保育士課程の養成カリキュラムでは，食や栄養に関する内容が授業に取り入れられる機会としてはごくわずかだとの報告もあり，本結果でも16.0%と授業から情報を得ているという認識が低くメディアを主な情報源としていると考えられ

る。栄養士課程では「授業」48.1%，次いで「テレビ」42.3%，「インターネット」19.1%の順であった。栄養士課程の学生は「授業」もメディアと同等の情報源としていた。メディアからの情報は信憑性が問われるが，授業，症例検討の実践，臨地実習等の座学と実践の両面からのアプローチにより体得した正しい情報によってメディアからの情報の適否を判断していると考えられる。(表3)。

表3 食知識を得るための情報源

	保育士課程		栄養士課程		
	2年生	3.4年生	2年生	3年生	4年生
テレビ	5.8	45.3	46.3	35.2	47.1
ラジオ	0	1.3	0	2.2	0.8
新聞・雑誌	1.4	5.3	8.8	9.9	11.2
インターネット	24.6	20	23.8	13.2	19.1
授業	2.9	28	38.8	56.0	48.1
家族	26.1	18.7	11.3	4.4	7.9
友人	5.8	1.3	1.3	1.1	2.1
その他	1.4	1.3	2.5	0.0	0.8
無回答	0	1.3	1.3	3.3	1.7

(5) 食育として最も重要だと思う項目について

幼児において食育として重要だと思う項目については，「食事の挨拶をする」「みんなが揃うまで待つ」「食事中は肘をつかない」「出された料理は残さない」「食器の並べ方」「正しい箸の持ち方」「食事中はテレビを見ない」「食事中は動き回らない」「よく噛んで食べる」「食べ物を粗末にしない」「姿勢を正して食べる」「口に物をいれて話さない」「音を立てて食べない」「毎日朝食を食べる」「食事の後に歯磨きをする」の15項目の中から重要だと思うもの上位3位を選ばせた。保育士課程の結果として最も多いのは「食事の挨拶をする」46.5%，「食べ物を粗末にしない」14.6%，「毎日朝食を食べる」9.7%であった。栄養士課程の結果として最も多いのは「食事の挨拶をする」38.2%，「正しい箸の持ち方」17.8%，「食べ物を粗末にしない」17.0%であった。両課程とも幼児に対する教育として「食事の挨拶をする」が最も重要だと考えており，また「食べ物を粗末にしない」ことにも重点を置いているということがわかった。「正しい箸の持ち方」については，栄養士課程が17.8%，保育士課程4.9%において有意な差がみられた ($p<0.05$)。(表4)。

表4 幼児に対する食育として最も重要だと思う項目

	保育士課程	栄養士課程
食事の挨拶	46.5	38.2
揃うまで待つ	2.1	1.2
肘をつかない	0.7	1.2
料理を残さない	3.5	2.9
食器の並べ方	0	0
箸の持ち方	4.9 *	17.8 *
テレビは見ない	0	0.4
動き回らない	0.7	2.5
よく噛む	4.2	6.2
食べ物を粗末にしない	14.6	17
姿勢を正す	0.7	0
口にもものを入れて話さない	0	0
音を立てない	1.4	0.8
毎日朝食を食べる	9.7	10
歯磨きをする	1.4	0.4

(6) 教育として最も重要だと思う項目について

幼児において食育として重要だと思う項目については，「食べ慣れていないものや嫌いなものでも少しずつ食べるようにする」「周りの人が言葉をかけることなどで睡眠や休息をする」「衣類などの着脱を順序よくしたり，その時の気候や活動に合わせて適宜調節をする」「自分で鼻をかんだり顔や手を洗うなど，からだを清潔にする」「体の異常について自分から訴える」「危険なものや場所についてわかり，遊具，用具など

の使い方に気を付けて遊ぶ」「すすんで外で体を十分に動かして遊ぶ」「遊具、用具や自然物を使い、様々な動きを組み合わせて積極的に遊ぶ」の9項目の中から重要だと思うもの上位3位を選ばせた。両課程の結果として最も多いのは「食べ慣れていないものや嫌いなものでも少しずつ食べるようにする」であり、保育士課程では42.4%、栄養士課程では42.3%であった。次いで「すすんで外で体を十分に動かして遊ぶ」であり、保育士課程では20.1%、栄養士課程では16.6%であった。両課程共に「食べ慣れていないものや嫌いなものでも少しずつ食べるようにする」が最も多いことより「食」に対する意識が高いことが考えられる（表5）。

表5 幼児に対する教育として最も重要だと思う項目 (%)

	保育士課程	栄養士課程
嫌いなものも食べる	42.4	42.3
1人でトイレができる	3.5	7.1
睡眠・休息	4.2	1.2
衣服着脱・調節	1.4	1.2
からだを清潔にする	3.5	6.2
からだの異常を訴える	6.9	7.1
危険がわかる・遊具の使い方がわかる	4.2	10.4
外で遊ぶ	20.1	16.6
ものを活用して遊ぶ	6.3	6.6

4 考察

保育士、栄養士共に幼児の食の問題に対する関心を高め、食に関する十分な知識をつけ、知識を効果的にいかす実践力、連携に必要なコミュニケーション能力の向上を図ることが求められていると考えられている。

また、保育の中心となる保育士の養成カリキュラムにおいて、食や栄養に関する授業は「こどもの食と栄養」など数少ないのが現状であり⁸⁾、心身の成長及び発達を支える食習慣の定着を図るための十分な食育実践は保育士のみでは困難な面もあると考えられる。

各養成課程の学生に対して、幼児教育に関する質問項目の中で、最も重要だと思うものとして、下記の9項目から選択させた。質問項目は以下のとおりである。「食べ慣れていないものや嫌いなものでも少しずつ食べるようにする」「排泄やその後の始末などは、ほとんど自分でやる」「周りの人が言葉をかけること

などで睡眠や休息をする」「衣類などの着脱を順序よくしたり、その時の気候や活動に合わせて適宜調節する」「自分で鼻をかんだり、顔や手を洗うなど体を清潔にする」「体の異常について自分から訴える」「危険なものや場所についてわかり、遊具、用具などの使い方に気を付けて遊ぶ」「すすんで外で体を十分に動かして遊ぶ」である。このうち8項目は幼児の発達、保育に関する項目である。この9項目より上位3位を選択させた。その結果、両養成課程ともに「食べ慣れていないものや嫌いなものでも少しずつ食べるようにする」が最も多く、「食育」が重要であると認識している傾向にあることより、食育の重要性についての意識が共通していることがわかった。

この理由として考えられることは、栄養士課程はライフステージ全体を通しての「食と健康」として、幼児に対する食育を心身の成長及び人格の形成、豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものだけでなく⁹⁾、その後の成長に影響する健康と発達のかかわり¹⁰⁾、望ましい食生活習慣の基礎となることを学んでいる¹¹⁾。保育士課程では、幼稚園、保育所および小学校においては幼稚園教育要領や保育所保育指針および小学校学習指導要領に基づき、こどもの発達段階に応じた食育計画を作成し、系統立てた食育を推進することとされている。しかし、就学前保育においては、その狙いや内容が明示されておらず、食育計画の作成および実践が、それぞれの保育者の考えに委ねられているのが現状である。また、食育推進においてもこどもの発達過程を見通し、就学前保育から小学校へと連続性のある系統立てた活動内容や体制の整備不足が報告されている¹¹⁾。保育士課程はこのような現状を踏まえた教育内容で学習しているため幼児に対する早い時期での食育実践が重要であると考えていると示唆される。このように保育士課程および栄養士課程においてそれぞれ幼児期での食育に対する考え方は違うものの、食育の重要性に対する認識は共通していることがうかがえる。

幼児に対する食育として重要だと思うものとして、「食事の挨拶をする」「みんなが揃うまで待つ」「食事中は肘をつかない」「出された料理は残さない」「食器の並べ方」「正しい箸の持ち方」「食事中はテレビを見ない」「食事中は動き回らない」「よく噛んで食べる」「食べ物を粗末にしない」「姿勢を正して食べる」「口にものをいれて話さない」「音を食べて食べない」「毎日朝食を食べる」「食事の後に歯磨きをする」の15項目の中から重要だと思うもの上位3位を選ばせた。

その結果、両養成課程の学生は幼児に対する食育として、「食事の挨拶をする」が最も重要だと考えており、また「食べ物を粗末にしない」ことにも重点を置いていることより食事を提供してくれた人や食べものへの感謝の気持ちが重要だと考えていることが示唆される。感謝の気持ちを持って食事を大切にしているからこそ「毎日朝食を食べる」ことにも重点を置いていることが考えられる。保育士や栄養士などは子供たちが食習慣や様々な基本的習慣を身につけていくうえで、モデルとなる非常に重要な人的環境である。保育士、栄養士が食や食習慣を大切にし、楽しく子供たちと一緒に食事をとることが、こどもたちにとってはよい食習慣を身につけ、積極的に食に関心を持つための教材になる¹¹⁾。そのため、食事への感謝の気持ちと、食事への態度を表し子供たちに望ましい姿を見せることが幼児に対する食育として重要であると考えられる。

また、鈴木等¹²⁾の研究によると、こどもたちに対する食育の重要性が謳われたことにより、ほとんどの幼稚園や保育所ではにわかに食育の取り組みが進められている。しかし、食育の具体的な内容や方法がどこからも示されなかったために、手探りで始めているところが多くあることから、保育所等に食育・栄養教育に対する考えに統一性を持たせることが実施されていないことが推測される¹²⁾。就学前のこどもの発育・発達過程は急激であり、食育活動にあっては必ずしも明確なねらいが設定されていないため、実践にあたっては保育者のとらえ方に大きく影響されることが示唆されている。保育士と栄養士が食育における教育内容や教育技法の基準を作ることで、どの施設においても、こどもの発育・発達過程に沿った共通した食育を行うことが可能となるものではないかと示唆される。

将来現場において、食に関する知識を定着させるためには繰り返し実践を重ねることが必要であると考えられる。栄養士課程においては演習、実習など様々な抗議を通して栄養や食について学ぶ機会も多いが、保育士課程においては、食や栄養に関する授業が「こどもの食と栄養」など数少ない⁸⁾。今回の調査においても、食知識を得るための情報源として「授業」と答えたのは保育士課程で16.0%、栄養士課程で48.1%と保育士課程のほうは低い傾向にあった。この結果より保育士課程では食や栄養に関する授業が数少ないため、授業から情報を得ているという認識が低いことが考えられる。保育士養成カリキュラムのなかで「こどもの食と栄養」の中に「食育」が含まれたことより、授業の中で「食育」を取り上げた教材作成、「食育」につな

がる絵本や歌などの教材研究を通して、学生自身が「食」に関心を持ち「食育」につながる授業の展開が必要であると考えられる。また、栄養士課程カリキュラムでは、対象者をあらかじめ設定し栄養教育を行う演習がある。栄養士課程では幼児とのかかわり方について学ぶ授業が数少ないため、このような演習の中で幼児を対象とした栄養教育について考え、実践的な教育を強化していく必要があると考えられる⁸⁾。

食育の展開には、知識を効果的に生かす実践力、連携体制の構築には課題はある。しかし、それぞれの専門分野を深めたくて実践力を培うこと、食育の計画から最終評価までを連携して行い、保育士と栄養士の意識を統一することで、より良い食育の展開が期待される。よって、こどもの心身の成長・発達を支えるためには両課程の専門性を生かした食育の展開が求められる。

5 まとめ

幼児への食育の重要性が謳われるなか、保育所保育指針では、「食育基本法」を踏まえ、「保育所における食育に関する指針」を参考に保育の内容の一環として食育を位置付けられている。食育は全職員の共通理解のもとに計画的・総合的に展開されなければならないと示されている。本研究では食に関する知識や実践力を培う場である養成校の学生の実態を把握する必要性があると考え、今後保育士と栄養士が連携して食育活動を行っていくうえでの課題を明らかにするため、保育士課程の学生と栄養士課程の学生にアンケート調査を実施し検討を行った。その結果、保育士課程および栄養士課程においてそれぞれ幼児期での食育に対する考え方は違うものの、食育の重要性に対する認識は共通していることがうかがえる。それぞれの専門分野を深めたくて実践力を培うこと、食育の計画から最終評価までを連携して行い、保育士と栄養士の意識を統一することで、より良い食育の展開が期待される。

参考文献

- 1) 厚生労働省(2009) 保育所保育指針解説書, フレーベル館, p169
- 2) 保育所における食育のあり方に関する研究班: 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~(2004), 平成15年度児童環境づくり等総合調査研究事業, pp3-4
- 3) 内閣府食育推進室(2011), 食育の現状と意識に

関する調査報告書 Ⅲ調査結果の詳細, 内閣府食育推進室, p. 11

- 4) 梶美保 (2009), 食育に関して保育園と家庭との連携構築をめざす調査研究(1) - 2歳児を中心に -, 高田短期大学紀要27, 129-142
- 5) 坂本裕子 (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48, pp21-29
- 6) 駒田聡子 (2008), 保育士養成校学生の食に関わる手伝いの実態としつけについての意識, 岐阜聖徳学園大学紀要教育学部編, (47), pp15-25
- 7) 保育指針研究会 (1999), 保育所保育指針平成12年度施行版
- 8) 三浦さつき (2010), 栄養士・保育士養成課程の短期大学生による食育実践の検討, 奈良佐保短期大学研究紀要18, 1-18
- 9) 食育基本法 (2005), 内閣府
- 10) 古郡曜子 (2011), 幼稚園と保育所の食育計画 - 幼児期のあそびをとおして -, 北海道文教大学研究紀要 (35), 1-9
- 11) 高橋美保 (2010), 保育者の食の認識からみる食育推進の課題~保育士養成課程におけるカリキュラムを通して~, 白鳳大学教育学部論集4(2) pp351-370
- 12) 木村悦子 (2000), 集団保育施設(幼稚園・保育所)における食育・栄養教育についての調査研究, 栄養学雑誌, Vol. 58(1) pp29-36
- 13) 鈴木秀子 (2010), 子どもから家庭へつなぐ食育, 会津短期大学部紀要年報, 67, pp1-19
- 14) 山本茂・奥田豊子・濱口郁枝編 (2011), 食育・食生活論 社会・環境と健康, 講談社
- 15) 藤沢良知 (1997), 子供の食育を考える - 生活習慣病時代の保育所給食を中心として -, 第一出版, pp158-160