

幼稚園児の保護者の弁当昼食作りの実態と課題

多々納道子*・西村世梨子**

(*島根大学教育学部・**社会福祉法人わたりはし保育園)

(キーワード) 食育、弁当、幼稚園児、食育基本法

Actual Conditions and Problems of made with Lunch Meal of Guardian of the Kindergarten Children

Michiko TATANO & Yoriko NISHIMURA

(Key word) dietary education,lunch meal,kindergarten children,basic act on food education

Abstract

Foster a healthy mind and body, basic education to foster a rich humanity is food and nutrition education. In this research, we decided to target the guardian of kindergarten children will become apparent from the survey to think about lunch meal, consider the way of better food and nutrition education.

Guardian of kindergarten children, in making be lunch meal, had been focused on color, nutritional balance and ease of eating. Was the same as the difficulty of making a lunch meal. Since the feel on the growth of the child, to make a packed lunch, which had been the pleasure. Therefore,it was considered as joy, but the difficult thing was also simultaneously felt for making lunch meal. We made it clear that there is a need to provide information and practical support for making lunch from kindergarten.

I. 目的

我が国では今日、家庭生活や社会生活の変化により、幼児の食生活が大きく変化してきている。すなわち、保護者の就労状況や生活スタイルの変化から、子どもにとって極めて重要な生活リズムの乱れから生じる朝食欠食、偏食や食の洋風化・欧米化による肉類や脂肪の摂取量の増加による栄養バランスの偏り、肥満や生活習慣病の低年齢化、軟食嗜好がもたらす咀嚼力の低下など、枚挙に暇がないほど様々な課題が生じている¹⁾²⁾³⁾。これら食の課題は子どもの心身の発達だけでなく、学力の獲得にも大きな影響を及ぼすことが明らかにされている⁴⁾⁵⁾。

食することは生きていくための基本であり、平成17年6月に制定された食育基本法には、「食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置づけるとともに、様々な経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進する…」⁶⁾とある。つまり、健全な心身を培い、豊かな人間性を育む基礎教育が食育である。

このような趣旨から、幼稚園教育においては平成20年3月の幼稚園教育要領の改訂に伴って、食育がより一層重視されるようになった。具体的には、幼稚園教育要領の心身の健康に関する領域「健康」において、「先生や友達と食べることを楽しむ」こと、「健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気

中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、進んで食べようとする気持ちが育つようにする。』⁷⁾ことの2項目が追加された。幼児期の食育では、健康な心と体を育てるために望ましい食習慣の形成を図ることを重視しているのである。

幼児期の食育を推進するには、家庭との連携が重要であり、幼稚園側からの支援が鍵になる。幼稚園児の保護者が抱える食の課題は多様で、それらの中で弁当昼食に関する悩みは、とりわけ大きいものがある⁸⁾。厚生労働省による学校給食実施状況調査によると、平成21年度において、全国の13,054幼稚園で弁当の昼食を実施しているのは約4割で、園児数にすると53万人にのぼることが明らかにされている⁹⁾。山陰両県の幼稚園では、約2割が弁当による昼食であるように¹⁰⁾、弁当昼食は園児の食の中で、量的にも質的にも大きなウエイトをしめているといえる。

そこで、本研究では幼稚園児の保護者を対象に弁当昼食の実態や考え方をアンケート調査によって明らかにし、幼稚園と家庭との連携によって弁当昼食を通したよりよい食育のあり方を検討していくことを目的とした。

II. 調査

1. 調査対象

松江市内の弁当昼食を実施している国公立幼稚園2園の保護者161人を調査対象としてアンケート調査を行い、130人から回答が得られた。有効回収率は80.7%であった。よって、130人を分析の対象とした。

2. 調査方法

質問紙法を用いたアンケート調査を行った。

3. 調査時期

平成23年10月下旬に調査用紙を配布し、11月上旬に回収を行った。

4. 調査内容

弁当作りの経験年数、弁当を作る際の考慮点や困難点、保護者から子どもに指導していること、作ってみたい弁当、弁当作りの情報源や弁当作りの感想などとした。

III. 結果と考察

1. 弁当作りの経験年数

弁当作りの経験年数は、子どもの人数や通園年数の影響を受けている。よりよい弁当作りには経験という要素が大きく影響すると思われるので、まず弁当作りの経験年数について尋ねた。その結果は表1に示される通りである。

表1より単独の年数では、「5年目」のものが19.2%と最も多かった。次に、「1年目」と「2年目」がそれぞれ18.5%、「3年目」が13.8%であり、これら1年目から3年目までを合わせると50.8%になり、全体の約半数を占めた。「6年目」は9.2%であったが、「7年目」以降は、いずれの年数も数%とわずかであった。

このような弁当作りの経験年数の実態から、おそらく第一子の弁当作りを3年程度経験し、第一子の在園中に第二子の弁当作りが始まるという状況にあるものが多いことが推測できる。少子化という中では、単独では「5年目」がピークであるとともに、「5年目」までが多くを占め、それ以上の年数は極めて少ないことが明らかとなった。弁当作りに経験豊かであるというものはそう多くないので、家庭と連携した食育の実践が大事になる。子ども達の食している弁当の写真とその食材分析とともに、よりよい弁当を作るためのヒントを掲載した「お弁当BOOK」と言う冊

表1 弁当作りの経験年数
人 (%)

1年目	24 (18.5)
2年目	24 (18.5)
3年目	18 (13.8)
4年目	12 (9.2)
5年目	25 (19.2)
6年目	12 (9.2)
7年目	4 (3.1)
8年目	5 (3.8)
9年目	1 (0.8)
10年目	3 (2.3)
15年目	1 (0.8)
未回答	1 (0.8)
計	130 (100.0)

子を作成し・配布したところ、参考資料として役だった事例がある¹¹⁾。このように、幼稚園側から保護者へ弁当作りに関する情報発信や直接的な学習機会を設定することなどが、求められているといえる。

2. 弁当を作る際の考慮点

弁当を実際に作る際にどのようなことに気を付けているのかを明らかにするため、弁当作りに必須である「栄養バランス」、「食材の種類」、「彩り」、「衛生面・安全性」や「調理方法」などに関する13項目をあげ、その中から大切にしている3つを選択する方法をとった。結果を表2に示した。

保護者が弁当を作る際に考慮している点を多い順に見ると、「彩り」は52.3%、「食べやすさ」の51.5%、「栄養バランス」は44.6%というように、これら3項目は約半数のものが考慮しているという結果になった。つまり、保護者は弁当作りにおいて、見た目、食べやすさ、栄養バランスという順位で3項目を重視しているといえる。

次に重視する項目として、「子どもの好き嫌い」が30.0%、「弁当の量」が29.2%、「衛生面・安全性」が25.4%、「手作り」が24.6%という順位であった。この「子どもの好き嫌い」を重視するものが、実際には「子どもの好きなもの」、あるいは「嫌いなもの」でも食べるように指導しているのかの関連性を明らかにするため、表4に示した「弁當時の食べ方について指導すること」の中で、「嫌いなものでも食べることを指導しているものを求めると、35.2%と約1/3に過ぎなかった。したがって、保護者は栄養バランスを考慮して弁当を作っているものの、食べる際には嫌いなものを食べることを強制するものは、そう多くないことが明らかとなった。また、「衛生面・安全性」との関わりで「手作り」をすること自体にも気を付けていることとして、約1/4のものが選択していた。手作りによる愛情表現の役割を果たしているものと思われる。

表2 弁当を作る際の考慮点

	人 (%)
彩り	68 (52.3)
食べやすさ	67 (51.5)
栄養バランス	58 (44.6)
子どもの好き嫌い	39 (30.0)
弁当の量	38 (29.2)
衛生面・安全性	33 (25.4)
手作り	32 (24.6)
主食・主菜・副菜の割合	22 (16.9)
食材の種類	19 (14.6)
味付け	7 (5.4)
調理方法	6 (4.6)
旬の食材	2 (1.5)
弁当のレパートリー	2 (1.5)
その他	1 (0.8)
計	394

(複数回答)

これらに対して、「主食・主菜・副菜の割合」と「食材の種類」は、ともに10%台に過ぎなかった。また、「味付け」や「調理方法」なども、気を付けているものはわずかに数%であった。これらの項目は弁当作りにおいて、特段に重視する項目に位置づけられるものではなかった。

以上から明らかなように、保護者が子どものための弁当を作る際に重視する項目は彩りという見た目と、子どもにとっての食べやすさは2人に1人が、栄養バランスについてはそれよりもやや少ない4割強のものが選んでおり、これら弁当作りにおいて保護者が重視する3項目は最重要項目であるといえる。

3. 弁当を作る際の困難点

保護者が弁当を作る際に困っているのは、どのようなことであろうか。このことを明らかにするため、13項目をあげ、その中から特に困っている3つを選択する方法をとった。結果を表3に示した。

選んだものが最も多かったのは、「レパートリーの少なさ」が80.8%、「栄養バランス」70.0%、「彩り」52.3%という順であった。また、「弁当作りにかかる時間」は、これらの割合より少なく24.6%のものが困っていると回答した。これに対して、「味付けの調整」、「食品の腐敗」、「中身が動いてしまう」や「食べ残しの量と頻度」は、10%台かそれ以下であり、弁当作りにおいてはあまり困っ

ている点ではなかった。

これらの結果から、毎日の弁当作りの中で、おかずのレパートリーや栄養バランス、彩りなどを考えることに苦勞をしているものが多いことが分かった。後述するが、弁当の感想を自由記述で求めたものの中に、「工夫はしているが、毎日似たような弁当になってしまう。」といったことが記されており、日々のことから生じる課題が如実に示されたものと考えられる。栄養バランスについては、「弁当を作る際の考慮点」という回答では上位であったが、弁当を作る際の困難点においても上位に位置付いており、考慮しているにも関わらず困っているということが読み取れた。したがって、課題として大きいといえる。

よりよい弁当づくりのヒントによると¹²⁾、彩りや見た目の良い弁当は栄養バランスも良くなるということである。また、栄養バランスだけが重要なのではなく、おいしく食べることで、体内で栄養が十分に活用されるというような、栄養素の働きや弁当作りについての基礎的な知識や技術がある。これらのことを保護者が十分理解できるように、実践を伴う支援が必要であると考えられる。

4. 弁当の食べ方について子どもに指導すること

弁当昼食についての家庭教育の一端を明らかにするため、保護者が幼稚園での弁当の食べ方に関して子どもに指導することについて、尋ねた。その結果を示したのが表4である。

保護者が子どもに指導することは、「嫌いなものでも食べること」が34.6%と最も多く、好き嫌いの少ない子に育てて欲しいという保護者の願いが感じられた。次いで、「食べる時のマナー」が33.8%と多かった。「嫌いなものでも食べること」

との差異があまりなかった。基本的な生活習慣の1つである食べ方のマナーを、幼児期から身に付けさせたいという願いのあらわれだと考えられる。

他方で、「感謝の気持ちをもつこと」や「食時前後のあいさつ」を選ぶものは、約1割程度にとどまり、「はしの持ち方」について指導をしているものの割合は1割にも届かなかった。保護者は、「感謝の気持ちをもつこと」、「食時前後のあいさつ」や「はしの持ち方」について幼児期においてはあまり重視せず、他の好き嫌いを減らすことや食事時のマナーなどの指導に重点を置いているものと思われる。

また、選択肢の項目以外に「その他」として具体的に示された内容に、「食事を楽しむこと」や、「残さないようにすること」がみられた。保護者は、好き嫌いを減らすことや食事時のマナーも大切であるが、食事を楽しむことや、弁当を全部残さず食べることで感じられる喜びや楽しさを子どもに感じてほしいという思いがあるものと推察できる。

弁当昼食について幼稚園ではどのようなことを指導しているのかを明らかにした調査結果によると、「食事のマナー」、「食事の準備や片づけをする」、「食時前後のあいさつ」、「献立の説明」や「感謝の気持ちをもって食べること」などが上位になっていた¹³⁾。これらは家庭で重視していない項目なので、両者が補完的に食育として機能していると考えられる。さらに、家庭と幼稚園とが密に情報交換できれば、食育の効果は大きくアップすることが期待できる。

表3 弁当を作る際の困難点

	人 (%)
レパートリーの少なさ	105 (80.8)
栄養バランス	91 (70.0)
彩り	68 (52.3)
弁当作りにかかる時間	32 (24.6)
味付けの調整	16 (12.3)
食品の腐敗	15 (11.5)
中身が動いてしまう	13 (10.0)
食べ残しの量と頻度	8 (6.2)
その他	13 (10.0)
計	361

(複数回答)

表4 弁當時の食べ方について指導すること

	人 (%)
嫌いなものでも食べること	45 (34.6)
食べる時のマナー	44 (33.8)
感謝の気持ちをもつこと	12 (9.2)
食事前後のあいさつ	11 (8.5)
はしの持ち方	6 (4.7)
その他	12 (9.2)
計	130 (100.0)

5. 弁当作りの喜び

保護者は子どものために弁当作りを行って、どんなことに喜びを感じるのかについて尋ねた。結果を表5に示した。

最も多かったのは、「残さず食べること」で40.0%であった。本アンケート調査の中では、「今日の弁当について子どもと話すこと」を尋ねており、詳細は後述するが、その中で「完食の状況を子どもに聞いている」と答えたものが多くいたこともあり、完食の状況は多くのものが気にしていることだと理解できた。これらのことから、「残さず食べてくれた時」に喜びを感じるものが最も多かったものと考えられる。

次に「おいしかったよと言う」が37.7%であった。「弁當時の様子を話す」では13.1%という結果となった。そして、最も割合が低かった項目は、「ありがとうと言う」で7.6%とわずかであった。

以上のことから、弁当作りに対して子どもに感謝してもらおうということより、弁当昼食と関わって、子どもに見られる変化を喜びとして感じとっているといえる。完食や弁当の感想をいわれた時のことをより強く喜びとして受け止めていた。子どもへの献身が強く感じとれた。

表5 弁当を作っていて、嬉しいと感じる時 人 (%)

残さず食べる	52 (40.0)
おいしかったよと言う	49 (37.7)
弁當時の様子を話す	17 (13.1)
ありがとうと言う	10 (7.7)
その他	2 (1.5)
計	130 (100.0)

6. 作ってみたい弁当

保護者にとってどんな弁当を作りたいのか、理想の弁当の条件について尋ねた。結果は表6に示した。

作ってみたいという希望が最も多かったのは、「栄養バランスのよい弁当」で25.4%、次に「キャラクター弁当」で20.0%、「食材・食品の種類が多い弁当」が15.4%で、以下、「子どものリクエスト弁当」、「簡単に作れる弁当」、「彩りのよい弁当」の順であった。

栄養バランスについては、これまでの種々の質問への回答として選ばれることが多かった項目であり、弁当作りにおいて重視することの上位にある項目であることが窺がえた。栄養バランスについて十分考慮しているつもりが本当に栄養バランスの良い弁当になっているのか不安である。しかし、一番作りたい弁当は簡単な弁当ではなく、子どもの心身の成長のためにも栄養バランスの良い弁当を作りたいと考えているものが多いことが読み取れた。

次いで、キャラクター弁当を選択するものが20.0%であった。弁当に対する感想を、本アンケート調査において尋ねた際、「子どもが友達のキャラクター弁当を見て作ってほしいと言う。」とか、「子どもにキャラクター弁当を作ってあげた時の笑顔が見たい。」などの回答があった。一方で、「キャラクター弁当が良いものとは思えない。」「作ってあげたいが時間がかかるので結局作れないまま。」というように、キャラクター弁当については保護者の中でも賛否両論であった。ただ、「以前キャラクター弁当を作ったらとても嬉しそうだった。」という記述がされていたことなど考えると、子どもにとってキャラクター弁当は嬉しいものだが、作り手である保護者からみると、作る可否かを検討する余地のある弁当といえる。「彩りのよい弁当」については、選択するものが最も少なかったが、弁当を作る際に最も考慮していた点であったためか、作ってみたい弁当としては上位ではなかった。

表6 作りたい弁当 人 (%)

栄養バランスのよい弁当	33 (25.4)
キャラクター弁当	26 (20.0)
食材・食品の種類が多い弁当	20 (15.4)
子どものリクエスト弁当	19 (14.6)
簡単に作れる弁当	19 (14.6)
彩りのよい弁当	12 (9.2)
その他	1 (0.8)
計	130 (100.0)

7. 弁当作りの情報源

弁当を作る際にどんなことを参考にしているのか、その情報源について9つの項目の中から3つ選んでもらった。その結果は表7に示される通りである。

選んだものが多かった項目順に見ると、「雑誌」が61.5%、「友人・知人」45.4%、「インターネット」33.1%という順位であった。雑誌は伝統的しかもポピュラーな手法である。したがって、今まで情報源としてトップの地位にあるものと思われる。

次に「友人・知人」を情報源にするものが多いのは、保護者が幼稚園まで送り迎えをするのが基本であるため、その機会を捉えて、保護者同士の情報交換が可能だからと思われる。

「インターネット」は、33.1%と、約3人に1人のものが情報源として利用していた。素材名を入れるだけで簡単に調理方法が検索できる利便性が「インターネット」の利点である。幼稚園の保護者は比較的若い世代であるので、情報収集について積極的であると思われる。

「その他」において、「自己流」と答えたものが3名あった。毎日の弁当作りの中で、自分なりの作りたい弁当というものが分かるようになり、弁当作りに生かしているものもいるようである。また、「園からのたより」が15.4%、「幼稚園の先生からの話し」が10.0%で、両者を合わせると25.4%となり、幼稚園からの保護者への情報が、弁当作りに役立っていることが理解できた。

8. 調査日の弁当のポイント

保護者が本アンケート調査に回答した日に作った弁当の絵を描いてもらい、その弁当のポイントを自由記述で尋ねた。そのポイントを分類して項目化し、調査対象者130人のうち、この質問に回答した124人がどのような点を弁当作りのポイントとしているのかを示したのが表8である。

弁当のポイントとして、最も多くのものが挙げていたのは、「彩り」で29.6%であった。やはり「彩り」は、弁当作りにおいて最も重視されている項目であった。次いで、「好き嫌い」については16.8%であった。具体的には、「好きなものの中に一つだけ嫌いなものを入れた。」「弁当に嫌いなものを入れると嫌がるので、好きなものばかり入れた。」などの回答があった。保護者は子どもの食嗜好の状況を意識して弁当作りをしており、子どもの好き嫌いを少しでも減らそうと工夫するタイプと、好き嫌いを受け入れるタイプに分かれた。また、その他には「食べやすさ」、「栄養バランス」、「食材の種類」や「調理方法」についてポイントとしているものが10.0%程度であった。

これらの結果を、「2. 弁当作りの際の考慮点」の回答結果と照らし合わせると、弁当作りの際の考慮点である「彩り」、「食べやすさ」、「栄養バランス」と「好き嫌い」は、弁当作りの際の考慮点

表7 弁当作りの情報源

	人 (%)
雑誌	80 (61.5)
友人・知人	59 (45.4)
インターネット	43 (33.1)
テレビ・ラジオ	27 (20.8)
園からのたより	20 (15.4)
スーパーに置いてある情報誌	15 (11.5)
幼稚園の先生からの話し	13 (10.0)
新聞	6 (4.6)
料理教室	2 (1.5)
その他	14 (10.8)
特になし	64 (49.2)
計	360

(複数回答)

表8 弁当のポイント

	人 (%)
彩り	37 (29.6)
好き嫌い	21 (16.8)
食べやすさ	15 (12.0)
栄養バランス	13 (10.4)
食材の種類	13 (10.4)
調理方法	13 (10.4)
弁当の量	11 (8.8)
リクエスト	8 (6.4)
レパートリー	7 (5.6)
味付け	5 (4.0)
旬の食材	3 (2.4)
手作り	3 (2.4)
時間短縮 (作り置き)	2 (1.6)
主菜・副菜の割合	2 (1.6)
衛生面・安全性	2 (1.6)
中身の配置	1 (0.8)
計	156

(複数回答)

の上位4項目と同じであった。

このように、本アンケート調査において弁当作りの際の考慮点を尋ねたものと、実際の弁当作りにおいてポイントとしている点はほぼ一致していた。したがって、これらの4項目は、弁当作りにおいての最重要項目であるといえる。

さらに、「弁当の量」が8.8%、「リクエスト」が6.4%、「味付け」が4.0%というように、そう多くはなかったが、保護者として子どものことを十分に考慮していることが窺がえる結果であった。

その他の項目については、いずれも数%であり、弁当作りにおいてはあまり重視されていなかった。

9. 弁当について子どもと話すこと

その日の弁当について子どもと話すことを自由記述で答えてもらった。その内容を分類して項目化し、調査対象者の中でこの質問に回答した120人が、弁当について子どもと話すことと回答した内容を示したのが表9である。

「弁当の量」について、保護者から子どもに尋ねると答えたものが17.5%と最も多かった。家庭で食べる場合は、足りなければおかわりができ、多ければ残しておいて、後で食べるということができる。幼稚園での弁当においてはそれができないので、食べたかどうか気にしているものと考えられる。しかし、弁当の適量は幼児の体型や体調、その日の園での活動量により変動するため、そう心配する課題ではない。

次に「弁当時の様子」について話すことと回答したものが15.8%いた。具体的には、「どこで食べたか」、「楽しく食べられたか」、「美味しく食べられたか」などを尋ねていた。また、「共食の状況（誰と一緒に食べたか）」を尋ねるものが10.8%いたことから、子どもがどのような様子で弁当を食べているのかを気にしているものと思われる。

「完食」については、「完食の状況」が12.5%、「完食を褒める」9.2%、子どもが「完食の報告」をする8.3%の3つに分けられ、合計すると30.0%となり、3人に1人が「完食」について話していることが分かった。

さらに、「弁当の感想」、「一番美味しかったおかず」、「食べるのにかった時間」、「初めて入れたメニューの感想」など、保護者が作った弁当そのものに対する話もしていた。「友達の弁当」について聞くものも少数だがあり、他の保護者が作った弁当を、自分の弁当作りの参考に使っているものがあることが窺がえた。

このように、弁当について子どもと話すこととして、17項目が挙げられており、以上のことを含めて、弁当は親子のコミュニケーションツールとして機能していることが理解できた。

10. 弁当についての感想

現在、子ども達のために弁当作りをおこなっている保護者は、弁当についてどのような感想をもっているのだろうか。この感想は、弁当作りに大きな影響を及ぼすものと考えられる。そこで、弁当についての感想を自由記述によって求めた。そして、この感想を、質的・量的両面の技法を用いた

表9 弁当について子どもと話すこと

	人 (%)
弁当の量	21 (17.5)
弁当時の様子	19 (15.8)
一番美味しかったおかず	17 (14.2)
リクエスト	15 (12.5)
完食の状況	15 (12.5)
共食の状況	13 (10.8)
完食を褒める	11 (9.2)
弁当の感想	11 (9.2)
完食の報告	10 (8.3)
弁当の味	8 (6.7)
弁当の食べやすさ	8 (6.7)
頑張っ、残さず食べてね	8 (6.7)
弁当の中身の紹介	7 (5.8)
食べるのにかった時間	6 (5.0)
友達の弁当	5 (4.2)
残した理由を聞く	4 (3.3)
初めて入れたメニューの感想	2 (1.7)
何も話さない	5 (4.2)
その他	10 (8.3)
計	196

(複数回答)

内容分析が可能であるソフトウェア（トレンドサーチ）を用いて、要素分析による単語（キーワード）抽出を行った。抽出した単語の重要度を出現頻度やばらつきによって算出し、単語間の関連度に応じて平面上にマッピングをして、分析を行った。その結果を、図1に示した。

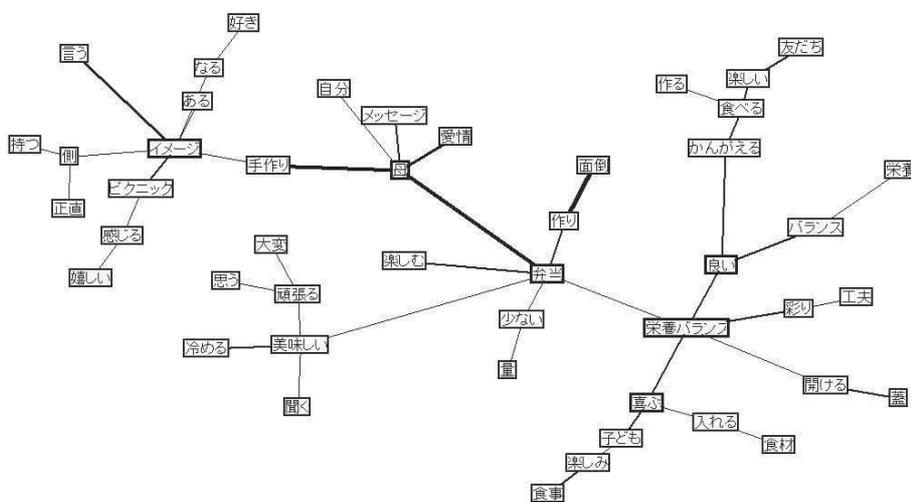


図1 弁当の感想についての内容分析による主な重要キーワードのマッピング

保護者の感想から抽出した重要キーワードのマッピングを見ると、大きく、「栄養バランス」、「喜ぶ」、「良い」、「弁当」、「母」、「イメージ」という用語を核にする6つのグループに分かれた。さらに、「喜ぶ」は、「子ども」、「楽しみ」や「食事」などの用語と関連していたり、「良い」は「バランス」、「栄養」や「楽しい」などの用語と繋がっていたりすることから、弁当の特性が肯定的に評価されているものと考えられる。

「栄養バランス」については、「良い」、「彩り」と関連しているので、栄養に配慮した弁当が作られていることが窺がえた。さらに、「母」という用語は、「愛情」、「メッセージ」や「手作り」と繋がっており、弁当はまさに、母親の愛情表現そのものであると理解しているものといえる。

ただ、「弁当」という用語そのものは、「楽しむ」、「美味しい」や「栄養バランス」という用語と関連しているものの、「大変」や「面倒」などの用語とも繋がっており、保護者にとって毎日の弁当作りは大変さが伴っていることがあらわれていた。

したがって、保護者と幼稚園とが連携して、よりよい弁当作りについての情報提供や実践を伴った学習機会を積極的に設定して、保護者への支援をすることが、弁当作りの大変さや面倒感を減じることになるものと考えられる。

IV. まとめ

幼稚園の子ども達において食生活の充実は、心身の発達や学力獲得の基盤を形成することに大きく関わっている。そのためには、食育の推進が重要となる。食育を実践するには、家庭との連携が重要である。幼稚園児の保護者が抱える食の課題は多様であるが、それらの中で弁当昼食に関する悩みは、とりわけ大きいものがある。弁当昼食は園児の食の中で、量的にも質的にも大きなウエイトを占めるものである。そこで、本研究では幼稚園児の保護者を対象に弁当昼食についての考え方をアンケート調査によって明らかにし、弁当昼食を通したよりよい食育のあり方を検討していくことを目的として、保護者を対象にアンケート調査を実施し、弁当昼食作りの実態と課題を明らかにしたので報告する。

まず、弁当作りの経験年数について見ると、単独では「5年目」というものが最も多かったが、「1年目」から「3年目」まで合わせると約半数になり、経験が豊かとはいえないので、食育という

観点からの支援が必要だと思われる。弁当を作る際に考慮している点を多い順に見ると、「彩り」、「食べやすさ」と「栄養バランス」の順位になり、約半数に達した。「子どもの好き嫌い」、「弁当の量」、「衛生面・安全性」や「手作り」は、それほど重視する項目ではなかった。弁当を作る際の困難点については、弁当を作る際の考慮点と類似点が多くみられた。

弁当の食べ方について子どもに指導することは、「嫌いなものでも食べること」と「食べる時のマナー」を選ぶものが多く、基本的な生活習慣の1つである食べ方のマナーを幼児期から身に付けさせたいという願いのあらわれだと考えられる。一方で、その他の項目についてはすべて10%未満であり、あまり重視されていなかった。

弁当作りの喜びは、弁当を「残さず食べてくれた時」や「おいしかったよと言ってくれた時」であり、弁当に関わって子どもに見られる変化を喜びとして感じとっていた。

作ってみたい弁当の条件は、「栄養バランスのよい弁当」が最も多く、次いで「キャラクター弁当」であった。ただ、「キャラクター弁当」については、自由記述から見ると、子どもが喜ぶことと、弁当としてはよいものではないということとの間で、賛否が分かれるところであった。

弁当作りの情報源として最も利用されるものは、「雑誌」、「友人・知人」と「インターネット」という順位で、伝統的な手法とインターネットという最新の情報源を利用していることが分かった。また、「園からのたより」や「幼稚園の先生からの話」を情報源としているものもあり、幼稚園からの保護者への情報が弁当作りに役立っていることが理解できた。

本調査の実施日に作った弁当のポイントを尋ねたところ、「彩り」と「好き嫌い」が主たるものであった。これは弁当作りの際の考慮点とほぼ一致していた。弁当について子どもと話すことを自由記述によって求めた。その内容を分類して項目化し、集計したところ、「弁当の量」について尋ねるものが最も多かった。「弁当時の様子」や「共食の状況」についても尋ねており、子どもがどのような様子で弁当を食べているのか気にしていることが窺えた。また、3人に1人のものが、「完食」（状況を聞く、褒める、報告）について話していた。やはり、弁当を残さず食べたか否かは、保護者にとって気になる点のようである。弁当について子どもと話すことは、これらを含め17項目あり、弁当は親子のコミュニケーションツールとして機能していることが分かった。

弁当についての感想を自由記述で求めた。その結果を、トレンドサーチを用いて、質的、量的に内容を分析した。大きく、「栄養バランス」、「喜ぶ」、「良い」、「弁当」、「母」、「イメージ」という用語を核にする6つのグループに分かれた。弁当の特性が肯定的に評価されているものもあれば、一方で毎日の弁当作りの大変さが窺えるものもあった。

以上のことから、幼稚園における弁当昼食は、保護者が作り、その子どもが食べることを基本としているので、子どもに合わせて作り、その弁当を食べることによって食や食育について保護者と子どもとの双方向のコミュニケーションをとることによって、食育の役割を果たしていることが窺えた。ただ、栄養バランスと子どもの好き嫌いの両面を達成するという点では、課題がある。したがって、弁当昼食を実施している幼稚園では、弁当を核にして、保護者と子どもの両方を対象に食育を実施することが、効果的であると思われる。幼稚園児とともに、保護者に対しても食育の機会を設定し、支援していくことが重要である。

本研究にご協力くださいました、幼稚園の保護者のみな様と先生方に深く感謝いたします。

IX 参考・引用文献

- 1) 柳田多寿・大森玲子「児童の食生活実態調査と食育の実践」宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要第30号、2007年、pp.352-354.
- 2) 日本スポーツ振興センター「平成22年度児童生徒の食生活実態調査」日本スポーツ振興センター、2011年.
- 3) 小児肥満対策推進委員会「第1回子供の食生活実態に関するアンケート調査」小児肥満対策推進委員会、2011年.
- 4) 国立教育政策研究所「平成15年度小・中学校教育課程実施状況調査の概要」国立教育政策研究所、2003年、p.25.
- 5) 雲南市教育委員会「平成23年度雲南市小中学生生活実態調査<第2次報告>県学力調査との関連分析」雲南市教育委員会、2012年、pp.28-29.
- 6) 内閣府「食育基本法」2005年.
- 7) 文部科学省『幼稚園教育要領解説』フレーベル館、2008年、pp.75-87.
- 8) 藤山涼子「食育におけるおやつ教室の効果」島根大学教育学部卒業研究、2012年.
- 9) 文部科学省「平成21年度学校給食実施状況」文部科学省、2011年.
- 10) 多々納道子・山田千尋「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第46巻（教育科学）、2012年、p.23.
- 11) 島根大学教育学部附属学校園食育プロジェクト『お弁当BOOK』島根大学教育学部附属学校園食育プロジェクト、2007年.
- 12) 足立己幸・針谷順子『3・1・2弁当箱ダイエット法』群羊社、2004年、pp.16-17.
- 13) 10)と同じ、p.24.