

幼稚園における食育の実態と課題

多々納道子*・山田 千尋**

Michiko TATANO and Chihiro YAMADA

Actual Conditions and Problems of Dietary Education in Kindergarten

要 旨

わが国では、家庭生活や社会生活の変化により、幼児の食環境が大きく変化してきており、幼児期においても様々な食生活の課題が生じてきている。食べることは、生きるための基本であり、幼児の健やかな心身の成長・発達にとって、極めて重要である。そのため、平成20年3月に改訂された幼稚園教育要領では、食育に関する事項が新たに加えられ、幼児期から食育に取り組むことになった。そこで、食育の担い手として果たす役割が重要になってきている幼稚園における食育の実態と課題を明らかにするため、鳥根県及び鳥取県の全ての国公私立幼稚園を対象にアンケート調査を実施した。

幼稚園で食育の全体計画や目標を設定しているのは約1/3にとどまり、また食育の主担当者を決めているのは、約半数であった。子ども達に対しては、給食、弁当の時間や野菜の栽培などを通して、健康な心身・食習慣の形成や食べる喜びや楽しさを味わうことなどを目標にして、積極的に実施されていた。その内容は、友達や先生と一緒に食べることを楽しむ、食べるときの姿勢・マナーなどに関することを重視するものであった。

このように、いわゆる実践先行型といえるような取り組みが行われており、さらに教員研修を工夫するなど、取り組みの体制についての充実が求められる。

【キーワード：食育、幼稚園、食育基本法、幼稚園教育要領】

I 緒 言

近年、我が国では、家庭生活や社会生活の変化により、幼児を取り巻く食環境に大きな変化が起こっている。その結果、幼児期の食生活には、朝食欠食、こ食、偏食、肥満、咀嚼力の低下や生活習慣病の低年齢化など、種々の課題が生じていることが指摘されるようになった^{1) 2) 3) 4)}。食べることは生きるための基本であり、幼児の健やかな心身の成長・発達に欠かせないものである。これらのことを背景として、平成17年6月に食育基本法が制定され⁵⁾、食育は生きるための基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものとして位置づけられた。さらに、平成18年3月には食育推進基本計画が策定され⁶⁾、「学校、保育所等における食育の推進」の項の中に、幼児期における食育の方向性や施策が具体的に示され、幼児期から食育に取り組むことが明示された。

このように、幼児期における食育の必要性が明確にされたことから、平成20年3月に改訂された幼稚園教育要領⁷⁾では、「第2章 ねらい及び内容」の「健康」領域において、「内容」と「内容の取扱い」のそれぞれに食育に関する事項が新たに加えられ、幼児期から取り組む食育の計画案が示された。

幼児期は、その人の生涯にわたる食生活習慣の形成や、

おいしさを感じる味覚の基礎を築き上げる時期である⁸⁾。また、心身の健康や発達に直接的に関わり、さらには人間形成にもつながっていくものである。そこで、幼児期に食べることの楽しさや大切さを体験することが極めて重要となる。幼児期の食育は、専ら家庭教育の事項として考えられてきたが、現在では、幼児を取り巻く家庭生活や社会生活の環境が変化し、家庭だけで食育を行うことは難しくなってきた。そこで、幼児期の食育の担い手として、幼児を保育し、一日の多くの時間を幼児とともに過ごしている幼稚園教諭の果たす役割が重要になってきた。

これらのことから本研究では、幼児の食育の担い手として役割を果たすことが求められている幼稚園での食育の実態を明らかにするために、鳥根県及び鳥取県の全ての国公私立幼稚園を対象にアンケート調査を実施し、食育の目標や、園児に対する食育の内容や方法、保護者に対する食育、教職員の食育研修の実施状況などについて尋ねるとともに、それらの実態を踏まえて今後の課題について検討し、幼稚園における食育をより一層充実させることを目的とした。

* 島根大学教育学部人間生活環境教育講座

** 出雲市立塩冶幼稚園

Ⅱ 幼稚園教育要領における食育の位置づけ

平成17年6月の食育基本法の制定や、保育現場における食育の重要性の高まり⁹⁾を受けて、平成20年3月に改訂された幼稚園教育要領には、食育に関する事項が追加された。食育については、「第2章 ねらい及び内容」の「健康」領域において、下記のように記されている。

まず、今回の改訂で、「2 内容」においては、第5項に「先生や友達と食べることを楽しむ」という内容が追加された。そして、「3 内容の取り扱い」では、第4項に「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、和やかな雰囲気の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て、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。」とされており、食育の重要性が強調されている。

また、幼稚園教育要領解説の中では、食べることは健康な心と身体に欠くことのできないものであり、生涯にわたって健康な生活を送るためには望ましい食習慣の形成に欠かせないとされている。幼児期には、言うまでもなく食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通して、幼児自ら進んで食べようとする気持ちが育つようにすることが重要である。幼児が食べる喜びや楽しさを感じられるようにするには、幼稚園での様々な機会を通して、幼児がみんなで食べるとおいしいという体験を積み重ねていくことが大切である。そして、幼児が自ら進ん

で食べようとする気持ちが育つようにするには、食べ物への興味や関心を高める活動も重要である。例えば、子どもは栽培を通して野菜に親しみを感じ、日頃は口にしようとしなくても、栽培した野菜はおいしいと感じることが多い¹⁰⁾。また、教師とともに簡単な料理をしたり、教師の手伝いをしたりすることにより、その食べ物を食べたいという気持ちが高まる¹¹⁾。農家などの地域の人々との交流によって食べ物への関心が高まることもある。幼児の身近に食べ物があることにより、幼児は食べ物に親しみを感じ、興味や関心を持ち、食べてみたいものが増え、進んで食べようとする気持ちが育つのである。さらには、地域や保護者の協力を得ながら食べることにしかかわる体験を通じて、幼児なりに食べ物を大切にすることが育ち、食べ物準備してくれる人々への感謝の気持ちが自然と芽生えていくことにもつながるものである。

なお、食生活の基本はまず家庭で育まれることから、家庭との連携は必要不可欠からざるものである。併せて、望ましい食習慣の形成には、基本的な生活習慣の形成にも大きく関わるものである。幼児が、食べることに楽しさや満足感を感じるには、十分に体を動かして遊び、食べる時には腹がすいているというような、健康的な生活リズムを身に付けることが重要である。

以上のように、幼稚園教育要領では、幼児の健康な心と身体を育て、自ら健康で安全な生活を作り出す力を養うために、先生や友達と食べることを楽しむことが幼児にとって必要な経験であるとされている。その中で、食べる喜びや楽しさを味わったり、食べ物への興味や関心

表1 幼稚園教育要領

<p>第2章 ねらい及び内容</p> <p>「健康」領域</p> <p>〔健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う。〕</p> <p>1 ねらい</p> <p>(1) 明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。</p> <p>(2) 自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする。</p> <p>(3) 健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける。</p> <p>2 内容</p> <p>(1) 先生や友達と触れ合い、安定感をもって行動する。</p> <p>(2) ～ (4)</p> <p>(5) <u>先生や友達と食べることを楽しむ。</u></p> <p>(6) 健康な生活のリズムを身に付ける。</p> <p>(7) ～ (10)</p> <p>3 内容の取扱い</p> <p>上記の取扱いに当たっては、次の事項に留意する必要がある。</p> <p>(1) 心と体の健康は、相互に密接な関連があるものであることを踏まえ、幼児が教師や他の幼児との温かい触れ合いの中で自己の存在感や充実感を味わうことなどを基盤として、しなやかな心と体の発達を促すこと。特に、十分に体を動かす気持ちよさを体験し、自ら体を動かそうとする意欲が育つようにすること。</p> <p>(2) ～ (3)</p> <p>(4) <u>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、和やかな雰囲気の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こと。</u></p> <p>(5) 基本的な生活習慣の形成に当たっては、家庭での生活経験に配慮し、幼児の自立心を育て、幼児が他の幼児とかかわりながら主体的な活動を展開する中で、生活に必要な習慣を身に付けるようにすること。</p>
--

をもったりすることを通じ、幼児が進んで食べようとする気持ちが育つようにするために、食育が重要であると強調されているのである。

Ⅲ 研究方法

1. 調査対象

鳥根・鳥取両県の全ての国公私立の幼稚園計146園を対象とした。その内、114園から回答が得られた。回収率、有効回収率ともに78.1%であった。内訳は国公立幼稚園が86園で75.4%、私立幼稚園が28園の24.6%であり、両者を合わせて、計114園の実態を分析の対象とした。

2. 調査方法

質問紙法によるアンケート調査を郵送により行った。

3. 調査時期

平成23年8月。

4. 調査内容

調査内容は、各園における食育の目標、園児に対する食育の内容や方法、保護者に対する食育、教職員の食育研修の計画、栽培活動の実施状況や給食の実施状況などであった。

Ⅳ 研究結果及び考察

1. 食育の全体計画や年間計画の策定

まず、各園で食育に取り組むための体制を明らかにするため、全体計画や年間計画を策定しているかどうかについて尋ねた。

結果の図示は省くが、「食育の全体計画や年間計画がある」と答えた園は、分析対象の114園中36園で31.6%、逆に「全体計画や年間計画がない」園は78園の68.4%であった。今回の調査結果では、「食育の全体計画や年間計画がない」という園が、「食育の全体計画や年間計画がある」という園の2倍以上を占めた。

これらの結果から、各園で食育を行うにあたって全体計画や年間計画を作成した上で食育を行っている園は、調査の段階ではまだ少なく、全体計画や年間計画を十分に立てないで食育を行っているのが実態で、多くの園で実践先行型の取り組みになっていると言えよう。言うまでもなく、食育の全体計画や年間計画は、実践する際の枠組みになるものであり、実践の成否を決するものである。したがって、策定していない園では、計画を早急に策定することが何よりも重要である。

2. 食育の目標

(1)園における食育の目標設定

次に、各園における食育の目標設定について尋ねた。この結果についても、図示することは省略した。

「食育の目標がある」と答えた園は、35園で30.7%、「食

育の目標がない」園は、79園で69.3%を占めた。食育の目標設定についても、全体計画や年間計画の策定と同様に、「食育の目標がある」園は約30%にとどまり、「食育の目標がない」園が、目標がある園の2倍以上存在する結果になった。これらの結果から、各園では日々の保育の中で食育を行っていても、現状では食育単独での目標は設けないで実践するという、実践先行型の園が多いといえる。

(2)園における食育の具体的な目標

「園における食育の目標がある」と回答した35園に、具体的な食育の目標を自由記述によって尋ねた。各園が様々な目標を複数にわたって記していたので、それらの目標を、幼稚園教育要領に示された内容をもとに分類することにした。すなわち、平成20年3月に改訂された幼稚園教育要領において、「健康」領域の「内容の取扱い」の項に、「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、和やかな雰囲気の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こと」と記されている。このことを踏まえて、園における食育の目標を

1. 「健康な心身・食習慣の形成」に関する目標、
2. 「食べる喜びや楽しさを味わうこと」に関する目標、
3. 「食べ物への興味や関心をもつこと」に関する目標、
4. 「食べ物や食にかかわる人々への感謝の気持ちや

命を大切にすることを大切にする気持ちをもつこと」に関する目標、

に設定した。そして、各園で記述された目標をこの4つの目標に分類分けをして、示したのが表2である。

1つ目は、「健康な心身・食習慣の形成」に関する目標である。調査の結果、園において食育の実際の目標としているものの中で、これに当てはまるものとしては、「望ましい食習慣を育て、バランスのとれた食事ができる」、「おなかやすくリズムのもてる子どもを育てる」、「好き嫌いをなくし、健康な体と心を育てる」等であった。これらの「健康な心身・食習慣の形成」に関する目標は、「食育の目標がある」と答えた園のうち、60.0%を占めた。

2つ目は、「食べる喜びや楽しさを味わうこと」に関する目標である。この目標に当てはまるのは、「教師や友だちと食べる喜びを味わう」、「みんなと一緒に食べることを楽しむ」、「楽しい給食の時間にする」等であった。また、「みんなと一緒に気持ちよく食べるためのマナーを身に付ける」等、楽しく食べるための食事のマナーや、食事の準備と片付けについての目標も、「食べる喜びや楽しさを味わう」ことに関する目標としてとらえた。これらの、「食べる喜びや楽しさを味わう」ことに関する内容は、62.9%の園の目標に含まれ、最も多いものであった。

3つ目は、「食べ物への興味や関心をもつこと」に関する目標である。これに当てはまる目標には、「みんなで作った野菜を食べてみよう」、「栽培、飼育、食事などを通して、食に対する興味や関心をもつ」、「いろいろな

種類の食品に親しむ」等であった。分類の結果、これらの「食べ物への興味や関心をもつ」ことに関する内容が、51.4%の園の食育の目標に含まれていた。

4つ目は、「食べ物や食にかかわる人々への感謝の気持ちや命を大切にすることを大切にする気持ちをもつこと」に関する目標である。実際に園における食育の目標とされているものの中で、これに当てはまるのは、「感謝して食べる」、「食事に関わる人やものへの感謝の気持ちをもつ」、「食べ物を大切にし、感謝する心を育てる」、「菜園活動を通して命の大切さに気づき、感謝の気持ちを育てる」などであった。これらの、「食べ物や食にかかわる人々への感謝の気持ちや命を大切にすることを大切にする気持ちをもつ」ことに関するものは、28.6%の園の食育の目標に含まれており、上記の3つの目標と比較するとほぼ半分の割合を占めるに過ぎなかった。

以上のように、幼稚園における実際の食育の目標について、その内容からみて大きく4つに分けて述べてきたが、各目標に該当するとした例示以外のものも、これら4つ目標に分類することができた。各園では、幼稚園教育要領に示されたことにしたがって、目標を設定していることが分かった。そして、感謝の気持ちや命を大切にすることを除いては、半数以上の園で目標に設定しており、重視しているといえる。

また、多くの園ではその目標を、1つではなく複数設けており、これらのことから幼稚園における食育の目標は、幼稚園教育要領に記されていることをしっかりと踏まえて考え、決められていることが分かった。

3. 園児に対する食育の内容

園児に対する食育の内容については、これまでに食生活や食育の内容として調査されたもの¹²⁾を参考に25項目を取り上げ、それぞれの園で実施している主なもの5つを選択し回答してもらい、まとめた結果を表3に示した。

園児に対する食育の内容として、最も多かったのは、「友だちや先生と一緒に食べることを楽しむ」ことで、78.1%であった。次いで「栽培活動」が62.3%、「食べるときの姿勢・マナー」は52.6%であり、これらの内容は半数以上の園で取り上げられていた。「好き嫌いをなくす・減らす」と「調理体験(クッキング)」はともに42.1%であり、「感謝の気持ちを育てる」が34.2%であった。この他、10~20%台の割合で取り上げられている内容の

数が最も多く、はしの持ち方、あいさつ、手洗い・うがいや歯磨き、食事の準備や片付けなど、食に関わる基本的な生活習慣についてであった。また、今回の調査では、「食べ物の名前や旬」、「食べ物とからだとの関係」、「食べ物の栄養・はたらき」、「3色食品群」といった、食に関する知識を主とした内容は、幼稚園での食育の内容としてはあまり取り上げられていないことが明らかになった。

以上のような結果から、幼稚園での食育は、「友だちや先生と一緒に食べることを楽しむ」ことや「栽培活動」、「調理体験(クッキング)」といった幼児が実践的な活動を通して、食べ物や食べることに興味や関心をもつ内容が重視されているといえる。そして、「食べるときの姿勢・マナー」や「好き嫌いをなくす・減らす」ことなど、基本的な生活習慣であり、幼児の毎日の生活の中で身近な食事に直接かかわることや、食事を通して実践できることが食育として多く行われていると考えられる。嫌いな食べ物を減らし、好きな食べ物を増やしていくことは、食べる楽しみや、食べ物への興味を広げていくことにつながるものであり、幼児のその後の生活においても大切なことであると考えられる。「食べ物の名前や旬」、「食べ物の栄養・はたらき」等の知識的な内容は幼児にとっては少し難しいものであるが、食べることを楽しみ、興味をもつことを基本とし、その上で扱うものとして捉えられていると考えられる。

このような園児に対する食育の内容について、給食を実施している園と実施していない園(弁当の園)に分けて集計したところ、「食べるときの姿勢・マナー」、「好き嫌いをなくす・減らす」の項目で、両者の間で違いが見られた。すなわち、「食べるときの姿勢・マナー」の項目については、給食を実施している園が60.0%であるのに対し、給食を実施していない園では25.0%であった。また、「好き嫌いをなくす・減らす」の項目は、給食を実施している園が46.7%であるが、給食を実施していない園(弁当の園)では、25.0%であった。食べるときの姿勢については、給食がある場合の方が、園児全体に指導がしやすいことや、給食の時間には、マナーやルールがより必要になるものと考えられる。好き嫌いについても、給食の場合、弁当のように一人ひとりに合わせたものではないため、好き嫌いが現われやすいので、指導がより必要になるであろう。

表2 園における食育の目標の分類

	目標とする園の数(園)	割合(%)
健康な心身・食習慣の形成	21	60.0
食べる喜びや楽しさを味わうこと	22	62.9
食べ物への興味や関心をもつこと	18	51.4
食べ物や食にかかわる人々への感謝の気持ちや命を大切にすることを大切にする気持ちをもつこと	10	28.6

(複数回答)

4. 園児に対する食育の方法

では、どのような方法で指導されているのか、園児に対する食育の方法について尋ねた結果を示したものが、表4である。

最も多かったのは、「栽培活動」99.1%で、分析の対象とした114園中113園で実施されていることが分かった。次いで、「調理体験」90.4%、「一緒に食事をする」90.4%、「お話」86.0%、「絵本」81.6%という結果であった。「その他」としては、「行事の活用」、「エプロンシアターやパネルシアター」、「給食センターの見学」や「親子クッキング」などの回答が多いものであった。

これらの結果から、園児に対する食育の方法としては、栽培活動や調理体験といった幼児が実際に体験することを通して、楽しみながら食べ物について興味をもったり、学んだりすることができるものが重視されていると考えられる。そして、保育者が子どもたちと一緒に食事をする、子どもたちにとっても友だちと一緒に食事することも、幼児にとっては大切な食育の場として捉えている。「お話」や「絵本」は、子どもたちにとって日々の生活の中でごく身近なものであるため、食育を行う際

も多くの園で使われていると考えられる。

また、平成20年3月に改訂された幼稚園教育要領解説では、健康領域の内容の取り扱いにおいて、「幼児期には、食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通じて、自ら進んで食べようとする気持ちが育つようにすることが大切である」と記されている。そのために、幼児がみんなで食べるとおいしいという体験を積み重ねていくことや、自ら進んで食べようとする気持ちが育つように食べ物への興味や関心を高める活動が大切であるとされている。食べ物への興味や関心を高める活動の例としては、野菜などを育てることや教師とともに簡単な料理をすることなどが挙げられている。

今回の調査において、園児に対する食育の方法として多くの園で実施されていた栽培活動、調理体験、一緒に食事をするなどは、幼児にとっての食育にふさわしい方法であり、幼稚園教育要領において推奨する方法でもある方法においても幼児に適する多様な方法が用いられ、豊かな食育を実践できるような工夫がさらに求められる。

表3 園児に対する食育の内容

	実施している園の数(園)	割合(%)
友だちや先生と一緒に食べることを楽しむ	89	78.1
栽培活動	71	62.3
食べるときの姿勢・マナー	60	52.6
好き嫌いをなくす・減らす	48	42.1
調理体験(クッキング)	48	42.1
感謝の気持ちを育てる	39	34.2
生活リズムを整える	29	25.4
はしの持ち方・使い方	25	21.9
食事の前後のあいさつ	19	16.7
手洗い・うがい・歯磨きの指導	18	15.8
食事の準備や片付けをする	16	14.0
朝ご飯を食べること	16	14.0
よく噛んで食べる	12	10.5
食物アレルギーへの対応	9	7.9
栄養士・調理師等によるお話	8	7.0
食べ物の名前や旬	7	6.1
行事食を知る・食べる	5	4.4
食べ物とからだとの関係	5	4.4
食べ物の栄養・はたらき	4	3.5
地域の伝統的な食べ物	4	3.5
給食や給食に使われる食材の展示	3	2.6
地域の農家・生産者とのかかわり	3	2.6
3色食品群	2	1.8
おやつ役割や食べ方	0	0.0
その他	0	0.0

(複数回答)

表4 園児に対する食育の方法

	実施している園の数 (園)	割合 (%)
栽培活動	113	99.1
調理体験	103	90.4
一緒に食事をする	103	90.4
お話	98	86.0
絵本	93	81.6
紙芝居	74	64.9
壁面掲示(食材パネル等)	50	43.9
歌	32	28.1
食材をつかった遊び	16	14.0
劇	14	12.3
ゲーム	9	7.9
テレビやビデオ	5	4.4
その他	11	9.6

(複数回答)

5. 食育の担当者

園の中で、食育の担当者は誰であるかについて尋ねた。

まず「食育の担当者が決まっている」園は57.0%、「食育の担当者が決まっていない園」が43.0%であった。本調査では、食育の担当者が決まっている園の方が若干多いという実態であった。

次に、園での食育の担当者は誰かについて、表5よりみると、最も多かったのは、「担任教諭」の40.0%、次いで、「副園長・教頭」と「養護教諭」がともに21.5%、「調理員」が9.2%であった。これらの結果から、園児と一緒に過ごす時間が最も長い担任教諭や、園児全体に対して話をする機会が多かったり、管理・運営の責任者であったりする園長や副園長などが食育の担当者となっている場合が多いと考えられる。また、養護教諭、栄養士や調理員など健康や直接に食に関わる職員がいる園では、彼らが主として食育を担当したり、園長や副園長、担任教諭と連携したりして食育を担当するケースが多いことが明らかとなった。なお、今回調査を行った園では、養護教諭は国公立幼稚園にのみ置かれていた。したがって、幼児の健康や食生活管理の重要性という観点からすると、養護教諭の配置が、さらに求められる重要事項となる。「その他」として挙げられていた食育担当者はそう多くはなかったが、「統括(主任)教諭」や「給食担当教諭」であった。

食育の担当者が複数いる園での組み合わせは、「園長と調理員」(1園)、「副園長・教頭と調理員」(2園)、「副園長・教頭と担任教諭と調理員」(1園)、「担任教諭と養護教諭」(1園)、「担任教諭と栄養士」(1園)、「担任教諭と調理員」(1園)という実態であった。複数配

置の場合には、健康や食に直接的に関わる職員がいずれにも含まれており、食育の推進の推進上、よい組み合わせであると思われる。

表5 食育担当者の内訳

担当者	園数(園)	割合 (%)
園長	5	7.7
副園長・教頭	14	21.5
担任教諭	26	40.0
養護教諭	14	21.5
栄養士	5	7.7
調理員	6	9.2
外部講師	0	0.0
その他	5	7.7
無回答	1	1.5

(複数回答)

6. 教職員の食育研修

表6は、各園の教職員の食育研修の実施状況について尋ねた結果を示したものである。

食育研修の実施方法として最も多かったのは、「市内・県内で実施される研修会に参加する」の68.4%であった。次いで、「園内で独自の研修会を実施する」16.7%、「県外で実施される研修会に参加する」7.0%という結果であった。「その他」としては、「日々、資料を読んだり、試作をしたり、生活の中に手作りのものを増やすことを心がけている」、「地区大会で、日頃の取り組みを研究発表をした」、「地区の園が集まり、共同して取り組んでいる」という回答などであった。また、市内・県内の研修会と園独自の研修会の両方を計画している園(14園)や、市内・県内の研修会と県外での研修会の両方を計画している園(6園)、市内・県内の研修会及び園独自の研修会及び県外での研修会を計画している園(1園)などがあった。

このように、食育研修を積極的に実施している園がある一方で、食育研修を「実施していない」園が23.7%あるという結果であった。

以上のことから、食育研修を実施していない園と無回答の園を除いた約70%の園では、様々な方法でもって、職員の食育研修を行っているということが分かった。食育研修を実施している園の中には、複数の研修を実施している園も多くあることから、食育研修を行っている園は、積極的に食育について学んだり研究したりしていると考えられる。これらのことから、教職員の食育研修を実施している園と実施していない園では、園における食育への取り組み方にも影響が生じるものと考えられる。

表6 教職員の食育研修

	実施している園 の数(園)	割合(%)
市内・県内で実施される研修会に参加する	78	68.4
園内で独自の研修会を実施する	19	16.7
県外で実施される研修会に参加する	8	7.0
その他	3	2.6
実施していない	27	23.7
無回答	4	3.5

表7 園児の家庭における食生活習慣の把握状況

	国公立	私立	全体
把握している	8(9.3)	0(0.0)	8(7.0)
おおむね把握している	51(59.3)	14(50.0)	65(57.0)
あまり把握していない	19(22.1)	13(46.4)	32(28.1)
把握していない	3(3.5)	1(3.6)	4(3.5)
無回答	5(5.8)	0(0.0)	5(4.4)
計	86(100.0)	28(100.0)	114(100.0)

7. 園児の家庭における食生活習慣の把握状況

幼稚園が園児の家庭における食生活習慣を把握しているのか、その把握状況について尋ねた結果が表7である。

全体的にみて最も多かったのは、「おおむね把握している」の57.0%で、次いで、「あまり把握していない」28.1%、「把握している」7.0%、「把握していない」4.4%であった。このことから、6割以上の園が、園児の家庭における食生活習慣について、把握またはおおむね把握した上で、日々の保育や食育を行っていることが理解できた。

このことは、多くの幼児にとって、幼稚園は家庭から出て初めて体験する集団生活の場であり、幼稚園での生活が、幼児の家庭での生活経験を踏まえて営まれることが大切であることや、幼児が家庭でも園でも生活の中でまだ大人の援助を必要とする存在であることに由来すると考えられる。日々の保育や食育を行っていく上で、園児の家庭における食生活習慣を把握しておく必要性が高いものと考えられる。

その一方で、園児の家庭における食生活習慣についてあまり把握していない園も約30%程度あるという結果であった。これは、園児の家庭における食生活習慣について把握する必要性を感じていても、実際に把握することの難しさを示していると考えられる。

また、園児の家庭での食生活習慣の把握状況を国公立幼稚園と私立幼稚園に分けてみると、国公立幼稚園では、「把握している」または「おおむね把握している」と答えた園が68.6%、「あまり把握していない」または「把握していない」園が25.6%という結果であった。一方、私立

幼稚園は、「おおむね把握している」と答えた園が50.0%、「あまり把握していない」または「把握していない」園が50.0%と、園児の家庭における食生活習慣について把握している園と把握していない園が半数ずつに分かれる結果となった。

幼稚園での食育はやはり家庭との連携が重要であるので、園児の家庭での食生活習慣をいかにして把握するかが、課題となる。

8. 保護者に対する食育

幼稚園で園児に対する食育を実践する際には、家庭と連携して取り組むとともに、保護者に対しても積極的に食育を行うことが重要である。そこで、保護者に対する食育について尋ね、結果を表8に示した。

最も多かったのは、「園だよりや学級通信に食育の内容を記載する」と「給食の献立表の配布」であり、76.3%の園で実施されていた。次いで、「給食の試食」72.8%、「栄養士等による食育についての講話」51.8%、「親子クッキング」43.9%という結果であった。「その他」としては、「朝食の大切さについて機会あるごとに話す」、「弁当作り講習会」、「弁当公開日」、「保護者向けの料理教室」などがあった。

これらの結果から、保護者に対する食育は多くの場合、園や学級の便りや給食の献立表といった配布物や、保護者向けの講話などを通して行われていることが分かった。幼稚園において、保護者に向けた便りは、保護者に園や学級での活動を知ってもらい、保護者とのつながりをもつために大切なものである。その便りが、保護者に

表8 保護者に対する食育

	実施している園の数(園)	割合(%)
園だよりや学級通信に食育の内容を記載する	87	76.3
給食の献立表の配布	87	76.3
給食の試食	83	72.8
栄養士等による食育についての講話	59	51.8
親子クッキング	50	43.9
給食の展示やレシピの提供	38	33.3
食育だよりの配布	34	29.8
園で実施している食育についての掲示	26	22.8
食育に関する冊子等の配布	17	14.9
その他	10	8.8
無回答	3	2.6

(複数回答)

対する食育のためにも活用されていると考えられる。食育だよりの配布という単独の形式のものは、約3割の園にとどまっており、園や学級の便りの中で、食育の内容も扱うという形が多数であるといえる。

また、給食の試食や親子クッキングなど、保護者が実際の食事を味わったり、体験したりできるものも多かった。これらは、保護者に園児が普段食べている給食を試食してもらったり、親子クッキングを行ったりすることが、保護者の食への関心を高めることや、家庭での食生活について振り返るきっかけづくりにつながるものとして重視されているのだと考えられる。

また、保護者に対する食育として、給食に関係するものは、給食を実施している園でしか実施できないが、給食を実施していない園(弁当の園)でも、「その他」の回答にあるように「弁当作り講習会」、「弁当公開日」などの工夫が見られた。このように、それぞれの園の状況に応じて工夫しながら食育を行っていくことが必要である。

9. 栽培活動について

(1)栽培活動の実施状況

各園における栽培活動の実施状況の回答をみると、栽培活動を「実施している」と答えた園が114園中113園で99.1%、「実施していない」園が1園で0.9%という結果であった。この結果から、ほぼすべての幼稚園で栽培活動が実施されていることが分かった。

(2)栽培しているもの

園で何を栽培しているかについて、栽培活動をしている園に尋ねた結果を表9に示した。選択肢の中から各園で栽培しているものについての回答を求め、選択肢のないものについては、「その他」の欄に記入してもらった。

園で栽培しているものの中で最も多かったのは、「トマト」の95.6%で、栽培活動を実施している113園中108園で栽培されていた。次いで、「さつまいも」90.3%、「き

表9 園で栽培しているもの

	栽培している園の数(園)	割合(%)
トマト	108	95.6
さつまいも	102	90.3
きゅうり	91	80.5
ピーマン	85	75.2
じゃがいも	79	69.9
なす	71	62.8
たまねぎ	63	55.8
だいこん	55	48.7
果物	50	44.2
枝豆	43	38.1
稲	37	32.7
にんじん	36	31.9
すいか	32	28.3
とうもろこし	22	19.5
かぶ	20	17.7
その他	62	54.9

(複数回答)

ゅうり」80.3%、「ピーマン」75.2%であった。

「トマト」は、ミニトマトなど園児が一人一鉢で育てることができることや、鉢で育てられるので畑がない場合にも栽培が可能であることなどから栽培している園が多くなったと考えられる。また、「さつまいも」は、育てやすく、いも掘りを楽しんだり、収穫後には、焼きいも、さつまいもを使った料理作り、製作活動などをしたり、さまざまな利用法があることなどから、高い割合になったものと考えられる。トマトやさつまいも以外にも、比較的簡単に育てることのできる野菜が、多くの園で栽

培されていた。

「その他」として何が栽培されているのかを、自由記述で求めた。最も多かったのは、「かぼちゃ」の21.2%で、次いで、「オクラ」17.7%、「ゴーヤ」16.8%、「落花生」15.9%という結果であり、30種類以上が栽培されていた。

これらの結果から、それぞれの園で、様々な種類の野菜が栽培されているということが分かった。栽培活動は1園を除くすべての園で実施されているが、実際に栽培されているものは、それぞれの園が工夫しながら栽培活動を行っていることが分かった。

(3)栽培したものの利用方法

表10は、栽培活動を実施している園に、園で栽培したものの収穫後の利用方法について尋ねた結果を示した。

最も多かったのは、「園で食べる」の96.5%で、栽培活動を実施している113園中109園が回答した。次いで「園児が調理する」90.3%、「絵を描く、製作をする等、保育に利用する」と「園児が家に持ち帰る」が71.7%という結果となった。「その他」としては、「交流活動でふるまったりクッキングをしたりする」、「親子で試食会をする」、「行事の時の食材として利用」、「地域の人と一緒に食べる」等があった。

これらの結果から、園で栽培したものは90%以上の園で、園児が食べているということが分かった。そして、ただ食べるだけでなく、栽培した野菜を調理して食べることも行われており、園児に対する食育に活かされていた。幼児にとって、自分たちが一生懸命育てた野菜や果物は、普段食べているものよりも、さらにおいしく感じられるものである。育てることを通して、育てているものに対して愛着をもつようになるのである。さらに、一生懸命育てた野菜を使って、先生や友だちと一緒に調理をして食べれば、おいしさやうれしさ、楽しさはさらに増すものである。自分たちで育てたものをおいしく食べるという体験は、野菜を好きになったり、さらには食べ物や食べることへの興味や関心を高めたりすることにもつながると考えられる。以上のようなことから、園で栽培したものの利用法として、園で食べることや、園児が調理することが多くなったと考えられる。

食べることのほかにも、絵を描いたり製作をしたりという活動に使われたり、園児が家に持ち帰ったり、「その他」の中の回答にあったように保護者や地域の方々と

の交流にも活かされたりしており、栽培したものが様々な方法で有効活用されていることが分かった。

なお、「給食の材料として使う」は、給食を実施している園でなければできないため、25.7%と他の項目に比べて低い割合であった。また給食を実施していても、自園で調理していない場合は難しいと考えられる。

10. 給食について

(1)給食の実施状況

給食の実施状況について尋ねたところ、「実施している」と答えた園が114園中90園で78.9%、「実施していない」園が24園で21.1%という結果であった。また、国公立と私立別では、国公立幼稚園は給食を「実施している」園が74.4%、「実施していない」園が25.6%であり、私立幼稚園は給食を「実施している」園が92.9%、「実施していない」園が7.1%であった。

全体で約80%の園が給食を実施していたが、国公立よりも私立幼稚園の方が実施率は高かった。給食がなくて弁当というのは保護者にとって負担感があり、自由意思で園を選択する私立幼稚園においては、自ずと給食を提供する園が多くなるものと考えられる。

(2)給食の調理形態

給食を実施している園に調理の形態について尋ねた。給食を「自園」で調理している園が、給食を実施している90園中19園で21.1%、給食センターなどの「外部」で調理されたものである園が71園で、78.9%という結果であった。今回分析対象とした園では、給食を「自園」で調理している園は2割にとどまり、約80%の園が「外部」で調理されたものであることが分かった。特に公立では対象となる園の数が多いので、経費節減やアレルギー対応の除去食の調理など、給食への要求が多様化しており、様々な要求に応えるために、センター方式での調理形態が進められているものと思われる。私立幼稚園では自園で調理しているケースが多く、給食を園の特色の1つにしていることが考えられる。

(3)給食の時間における食育

給食を実施している園に、給食の時間に実施している食育について尋ねた。その結果を表11に示した。

最も多かったのは、「食事のマナーについて」の90.0%で、給食を実施している90園中81園で実施されてい

表10 栽培したものの利用方法

	実施している園数(園)	割合(%)
園で食べる	109	96.5
園児が調理をする	102	90.3
絵を描く、製作をする等、保育に利用する	81	71.7
園児が家に持ち帰る	81	71.7
給食の材料として使う	29	25.7
その他	11	9.7

(複数回答)

た。次いで、「食事の準備や片付けをする」88.9%、「食事の前後のあいさつ」87.8%、「その日の献立を説明する」82.2%、「感謝の気持ちをもって食べること」80.0%という結果であった。「その他」には、「楽しく食べること」、「箸の持ち方の指導」、「当番活動」、「よく噛んで食べること」等があった。

これらの結果から、給食の時間の食育としては、食事のマナーや準備や片付け、あいさつなどの給食の時間の一連の流れの中や、食事をしながら園児が身につけることができる内容のものが多く実施されていた。給食は、基本的にすべての園児が同じ献立であることを活かして、その日の献立について説明することで、園児が、自分が食べるものについて知ったり、興味をもったりすることができるようにしていると考えられる。

また、園児が感謝の気持ちをもって食べたり、先生や友だちと楽しく食べたりするなど、給食を通して、園児の心を育てることも大切にされていると考えられる。

(4) 弁当の時間における食育

弁当の園で実施している食育について尋ねた。その結果を表12に示した。

最も多かったのは、「食事の準備や片付けをする」と「食

事の前後のあいさつ」の96.2%で、弁当を実施している園（給食と弁当の両方を実施している2園を含む）26園中25園で実施されていた。次いで、「感謝の気持ちをもって食べること」92.3%、「食事のマナーについて」84.6%という結果であった。「その他」には、「楽しく食べること」、「好き嫌いをなく食べること」等があった。弁当の時間の食育として実施されていたのは、給食の場合と同様に、食事の準備や片付け、あいさつ、食事のマナーといった弁当の時間の一連の流れの中や、食事をしながらでも園児が身につけることができる内容であった。また、弁当の時間においても、園児が感謝の気持ちをもって食べたり、先生や友だちと楽しく食べたりするなど、給食を通して、園児の心を育てることが大切にされていると考えられる。

また、「一定の時間内に食べること」については、給食の場合でも弁当の場合でも、特に就学前の年長児において、小学校での給食時間を考慮して、意識的に実施されているといえる。

11. 園における食育の特色や工夫

今回のアンケート調査を依頼した幼稚園に、園におけ

表11 給食の時間の食育

	実施している園数（園）	割合（%）
食事のマナーについて	81	90.0
食事の準備や片付けをする	80	88.9
食事の前後のあいさつ	79	87.8
その日の献立を説明する	74	82.2
感謝の気持ちをもって食べること	72	80.0
その日の献立に使われている食材についてのお話	68	75.6
一定の時間内に食べること	66	73.3
担任教諭・栄養士・調理員等によるお話	39	3.3
その他	11	12.2
無回答	6	6.7

(複数回答)

表12 弁当の時間の食育

	実施している園の数（園）	割合（%）
食事の準備や片付けをする	25	96.2
食事の前後のあいさつ	25	96.2
感謝の気持ちをもって食べること	24	92.3
食事のマナーについて	22	84.6
一定の時間内に食べること	21	80.8
担任教諭等によるお話	13	50.0
その他	3	11.5
無回答	1	3.8

(複数回答)

る食育の特色や工夫について、自由記述で回答を求めた。

その結果を分析したところ、各園から食育の特色や工夫として挙げられたものを、Ⅳ—2で述べた園における食育の目標を踏まえて分類すると、「食や食べ物への興味や関心をもつ」ことに関するものが多く、この目標に関してさまざまな活動や取り組みが行われていた。これはさらに、「園児の食や食べ物への興味や関心を高める活動や取り組み」と、「保護者の食への興味や関心を高める活動や取り組み」の2つに分けて考えることができた。

まず、「園児の食や食べ物への興味や関心を高める活動や取り組み」としては、無農薬合鴨農法による米作り体験や、行事食や地域の伝統食を味わう活動、園児が育てた野菜などを使った調理体験、旬の食材を取り入れた料理を味わう活動などであった。これらの活動は、誕生会などを利用して、園児が楽しみながら食べ物への興味や関心をもつことができるように工夫されていた。また、米作りや地域の伝統食を味わう活動などは、園だけでなく、地域の人々の協力を得ながら実施されており、園児が食べ物への興味や関心を持つこととともに、地域の人々との交流の場としても活かされていた。

次に、「保護者の食への興味や関心を高める活動や取り組み」としては、給食の試食や食育の講演会、弁当レシピの紹介、親子クッキングなど、さまざまな形態で実施されていることが分かった。園の一角に食育コーナーを設け、園での食育活動を写真や掲示で保護者に伝えたり、職員が研修会で学んだことを保護者に伝えたりしている園もあった。また、園児や保護者に向けた「食や食べ物への興味や関心をもつ」ことに関する活動や取り組み以外としては、園児のアレルギーへの対応や、食べ物や食にかかわる人々への感謝の気持ちを育てることが、園における食育の特色や工夫として挙げられていた。

これらのことから、それぞれの園が工夫し、特色を出しながら食育活動を行っており、それらは、楽しみながら体験することを通して、食や食べ物への興味をもつことや、感謝の気持ちを育てることなど、食育の目標や、

幼稚園教育要領に示された内容などを踏まえたものであった。

さらに、園における食育の特色や工夫をより明確にするため、自由記述の内容を、質的・量的両面の技法を用いた「内容分析」が可能であるソフトウェア（トレンドサーチ2010）を用いて単語（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、また、単語間の関連度に応じて平面上にマッピングして分析を行った。この結果を図1に示した。

この重要キーワードマッピングにおいて、「栽培」という用語を中心にして考えると、「栽培」は、「野菜」、「収穫」、「調理」という用語と強く結び付いている。そして、「調理」については、「食べる」という用語とも強く結び付いている。これらのことから、幼稚園において、野菜を栽培し、収穫し、収穫した野菜を調理して食べるという一連の流れが、一つの食育活動となっており、多くの園で、園における食育の特色や工夫であると捉えているものと考えられる。また、園児が野菜を栽培することを通して、楽しみながら栽培し、収穫の喜びを味わったり、季節ごとに、栽培した野菜そのものの味を味わったりすることが大切にされていると考えられる。

次に、「食育」という用語を中心にして考えると、「食育」は、「保護者」、「保育」、「おやつ」という用語と強く結び付いている。これらのことから、保護者に対する食育や、保育を通じた園児への食育が重視されていると考えられる。「おやつ」については、誕生会のおやつや預かり保育のおやつなど、手作りのおやつを園における食育の特色や工夫として上げている園が多かったため、「食育」と強く結び付いていると考えられる。そして、「食育」は、「給食」という用語とも結び付いており、給食を通して園児に対する食育や、給食の試食による保護者や家庭への意識づけが行われていた。

「米」という用語を中心にして考えると、「米」は、「田植え」、「餅つき」、「協力」、「作り」という用語と強く結び付いている。これは、地域の人などの協力を得ながら、田植えから収穫までの米の栽培、収穫した米を使って餅

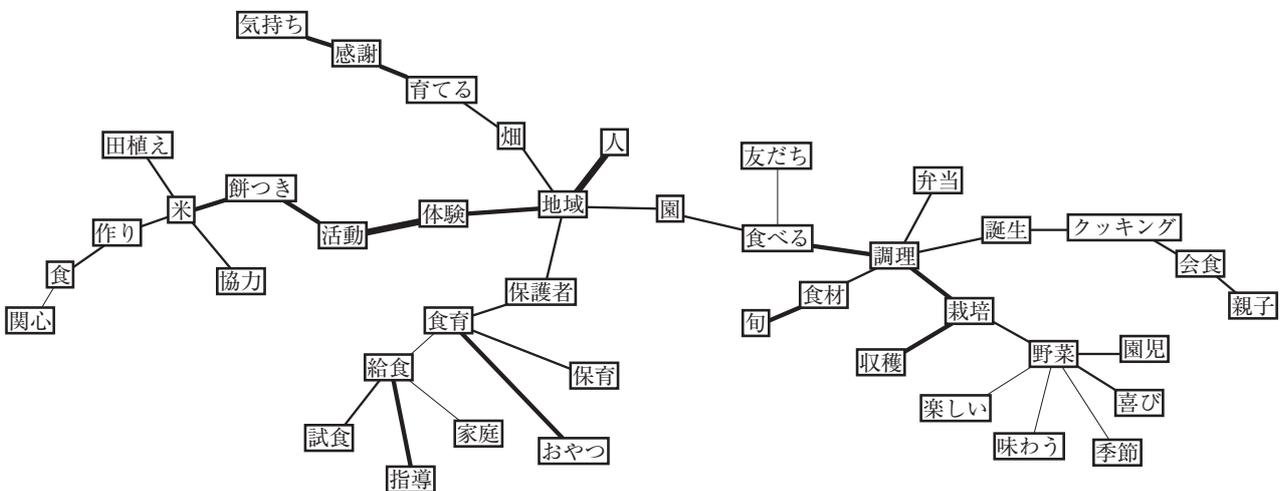


図1 各園における食育の特色や工夫

つきをするまでの一連の活動が、園児に対する食育として実施されていることを表していると考えられる。そして、米の栽培を通して、園児の食への関心を高めることにつながっていると考えられる。実際に、園における食育の特色や工夫として、米の栽培を上げている園が多数あった。

以上のように、各園における食育の特色や工夫についての自由記述の内容について重要キーワードをマッピングして分析した結果、強い結びつきのある用語をもとに、多くの園が、園における食育の特色や工夫として挙げている活動や取り組みについて知ることができた。

V まとめ

近年、わが国では、家庭生活や社会生活の変化により、幼児の食環境が大きく変化してきており、それに伴い、幼児期においても様々な食生活の課題が生じてきている。食べることは、生きるための基本であり、幼児の健やかな心身の発達に欠かせないものであるため、食育基本法や食育推進基本計画において、学校、保育所等における食育の重要性が示された。これを受けて、平成20年3月に改訂された幼稚園教育要領では、食育に関する事項が新たに追加され、幼児期から積極的に食育に取り組むことになった。そこで、本研究では、食育の担い手として果たす役割が重要となってきた幼稚園における食育の実態と課題を明らかにするため、島根県及び鳥取県のすべての国公立幼稚園を対象にアンケート調査を実施したものである。

1. 各園における食育の年間計画や全体計画また食育の目標を設定しているのは、いずれも30%台に過ぎなかった。実際の食育の目標は、平成20年3月改訂の幼稚園教育要領の内容を踏まえて分類できる、「健康なからだ・食習慣の形成」、「食べる喜びや楽しさを味わうこと」、「食べ物への興味や関心をもつこと」や「食べ物や食にかかわる人々への感謝の気持ちや命を大切にすることを大切にする気持ちをもつこと」に関する4つに大きく分けられ、これらの中から複数を設定していた。

2. 園児に対する食育の内容は、多い順にみると「友だちや先生と一緒に食べることを楽しむこと」、「栽培活動」、「食べるときの姿勢・マナー」、「好き嫌いをなくす・減らす」と「調理体験(クッキング)」という結果であり、実践活動を伴うものが重視されていた。また、その方法も内容に合わせて「栽培活動」、「調理体験」、「一緒に食事をする」結果であった。園児に対する食育の内容や方法としては、栽培活動や調理体験といった幼児が実際に体験することを通して、楽しみながら食べ物について興味をもったり、学んだりすることができるものが重視されていると考えられる。そして、子どもたちが保育者や友だちと一緒に食事をするのも、大切な食育の場であると考えられる。食育の担当者については、担当者が決まっている園が過半数を占めた。食育の担当は、「担任教諭」、「副園長・教頭」、「養護教諭」や「調理員」

などであった。また、「副園長・教頭及び調理員」、「担任教諭及び養護教諭」など食育の担当者が複数いる園もあり、教職員間で連携を取りながら食育を行っていると考えられる。

3. 各園の園児の家庭における食生活習慣の把握状況については、「おおむね把握している」が過半数であった。

保護者に対する食育としては、「園日より学級通信に食育的内容を記載する」、「給食の献立表の配布」、「給食の試食」、「栄養士等による食育についての講話」や「親子クッキング」などであり、園や学級の便りや給食の献立表といった保護者への配布物や、保護者向けの講話などを通してよく行われていることが分かった。

4. 幼稚園における食育の担い手である教職員の食育研修は、最も多かったのは「市内・県内で実施される研修会に参加する」、次いで「園内で独自の研修会を実施する」、「県外で実施される研修会に参加する」の順であった。その一方で、食育研修を「実施していない」園が約1/4あり、教職員の食育研修を実施している園と実施していない園で、取り組みに大きな差が見られた。

5. 栽培活動については、ほぼ全部の園で行われていた。栽培しているものは、「トマト」、「さつまいも」、「きゅうり」がトップ3であった。これら上位のものをはじめとして、比較的簡単に育てることのできるものが、多くの園で栽培されていた。また、収穫後は、園で食べる、園児が調理をする、絵を描くなど保育の中で使用するなど、さまざまな形で利用されていた。

6. 幼稚園での給食は、実施している園が約80%であった。また、給食を実施している園と実施していない園(弁当の園)に、それぞれ給食や弁当の時間に実施している食育は、「食事のマナーについて」、「食事の準備や片付けをする」、「食事の前後のあいさつ」、「感謝の気持ちをもって食べること」が、両方に共通して多く行われていることであった。これらの結果から、給食の時間や弁当の時間における食育としては、食事のマナーや、準備・片付け、あいさつなどの給食の時間の一連の流れの中や、食事をしながら園児が身につけることができる内容のものが多く実施されていると考えられる。また、園児が感謝の気持ちをもって食べたり、先生や友だちと楽しく食べたりするなど、給食を通して、園児の心を育てることも大切にされていると考えられる。

7. 各園における食育の特色や工夫については、自由記述により多くの回答が得られた。その結果を分析したところ、「食や食べ物への興味や関心をもつ」ことに関してさまざまな活動や取り組みを行っている園が多かった。それぞれの園が工夫し、特色を出しながらさまざまな食育活動を行っており、それらは、楽しみながら体験することを通して、食や食べ物への興味をもつことや、感謝の気持ちを育てることなど、園における食育の目標や、幼稚園教育要領に示された内容などを踏まえたものになっていた。

以上のような結果から、幼稚園における食育は幼稚園教育要領に食育が明記されてから、短期間で実践される

ようになった。ただ、食育の全体計画や年間計画の策定や食育の目標の設定など根幹の部分が未整備であるなど、実践先行型で進められていた。また、食育を進める推進力である職員の研修についても、十分になされていないなど、食育を進める体制をさらに整備することが早急に求めることである。

本研究にご協力くださいました、鳥根県及び鳥取県の全ての国公私立幼稚園の先生方に深く感謝いたします。

Ⅵ 引用・参考文献

- 1) 岡崎光子 (2006) 『0～5歳児の食育 これだけは知っておきたい』、チャイルド本社、p.7.
- 2) 今田純雄編 (2005) 『食べることの心理学』、有斐閣、pp.142～144.
- 3) 岩村暢子 (2009) 『変わる家族 変わる食卓』、中央公論新社、pp.29～48.
- 4) 独立行政法人日本スポーツ振興センター (2010) 「児童生徒の食生活等実態調査」、pp.301～302.
- 5) 内閣府 (2005) 「食育基本法」.
- 6) 内閣府 (2006) 「食育推進基本計画」.
- 7) 文部科学省 (2008) 「幼稚園教育要領」.
- 8) 山口規容子、水野清子 (2006) 『新育児にかかわる人のための小児栄養学』、診断と治療社、pp.22～24.
- 9) 西日本新聞社「食 暮らし」取材班 (2004) 『食卓の向こう側①②』、日本西新聞社.
- 10) 古谷千絵 (2007) 『食育現場からのメッセージ』、ぎょうせい、PP.21～22.
- 11) 足立己幸、巻野悟郎 (1991) 『乳幼児からの食事学 一心とからだを育てる』、有斐閣、pp.126～128.
- 12) 三輪聖子、小川宣子 (2007) 「岐阜県における幼児の食育実態調査と食育推進活動の実践例」、岐阜女子大学紀要、36巻、pp.105～114.