

# 保育計画に位置づけた保育所給食を活用した食育の体系化

## A Systemization of Food Education by Utilizing Nursery School Lunch Programs in Childcare Planning

曾我 郁恵\*<sup>1</sup>・田原 理加\*<sup>1</sup>・宮原 公子\*<sup>2</sup>

Ikue SOGA, Rika TAHARA, Kimiko MIYAHARA

### はじめに

法的には栄養士は、栄養管理者として栄養管理・情報提供を担うとされながらも、保育所給食においては、栄養士の必置規定はなく調理担当者とされ、その位置づけがまだ明確ではない。

食育基本法の制定を機に、保育所における食育の役割が大きくクローズアップされ、「保育所における食事の提供ガイドライン」においても、食育の計画を作成し、給食を活用することが求められている。

しかし、保育の計画に食育を位置づけ、専門性を発揮した関わりは模索段階であり、保育の計画に位置づけた食育を体系化して行っている施設は、多いとはいえない現状にある。また、幼児の特性を理解し、保育士と連携して食育を展開することは、今後、保育所給食においては重要な課題となる。

本研究は、保育の計画に位置づけた保育所給食の実態を把握し、保育の計画に位置づけた食育の体系化を保育所現場に啓発することを目的に行ったので報告する。

### 保育所における食育推進の経緯

保育所における食育については、平成16年3月に「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～」が策定された。この中で食育は、健康な生活の基本である食を営む力として、5項目における取り組みが求められている。

その後、平成17年6月に食育基本法が制定され、食育とは生きる上での基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置づけられている。

また、平成20年4月には「保育所保育指針」が改定され、その中で初めて食育の重要性が上げられ、保育の計画に食育の計画を位置づけ、食育を保育の内容の5領域で行うよう示された。

### 研究方法

食育の体系化を行うにあたり、次の方法で研究をすすめた。

#### 1. 研究Ⅰ

(1) 内容：食育の体系化

- 1) 食育年間計画書
- 2) 保育デイリープログラム中の食育表記法の検討
- 3) 食育計画書の様式の検討
- 4) 保育園給食献立計画の様式の検討
- 5) 食育の実践
- 6) セミナーの開催

(2) 研究の場

総社市 S 保育所 の所長、主任保育士、担任保育士、調理担当者（栄養士、調理員）、園児

(3) 期間

平成24年4月から平成25年3月

(4) 研究協力者

総社市 S 保育所 の所長、主任保育士、担任保育士、調理担当者（栄養士、調理員）

#### 2. 研究Ⅱ

(1) 内容

調理担当者への保育所給食に関するセミナーでの食育の体系化の啓発活動

<理論>

1. 保育所給食から食育の発信
2. 食育に栄養教育マネジメント手法の取り込み
3. 保育計画に位置づけた食育

<実践>

4. 食育と献立計画演習
5. 献立評価（試食）

\*1 美作大学生生活科学部 食物学科 助手 Research Associate ,Dept. of Food Science, Mimasaka Univ.

\*2 淑徳大学看護栄養学部・美作大学大学院 教授・博士（医学） Prof., Dept. of Food Science, Syukutoku Univ and Mimasaka Univ., Ph. D.

(2) 対象

岡山県津山市内の保育所 28 施設の調理担当者（管理栄養士、栄養士、調理員等）

(3) 時期

平成 25 年 2 月 23 日

(4) 研究協力者

セミナー開催にあたり、津山市保育園協議会の協力を得た。また、料理の作成は、美作大学 3～4 年のボランティア学生の協力を得て行った。

研究内容

食育を体系化して行うことにより、保育所給食献立計画に繋げることができる内容とした。

1. 研究 I

次の (1) ～ (3) の様式を作成した。

(1) 食育年間計画書

月別の保育目標や主要行事に関連づけ、発達段階に応じた保育の内容に配慮して作成した。

(2) 保育ダイアリープログラム中の食育表記法の検討

食育の位置づけを明確にするために、保育ダイアリープログラムに、食育を行う時間を示した (図 1)。

時間	3 歳以上児	保育者の援助と配慮
10:00 10:15	食育の実践	知識の習得
11:15 12:00	給食時間	給食を用いた 習得内容の実践

図 1 保育ダイアリープログラム

(3) 食育計画書

食育の形態として、担任保育士のみ、栄養士のみ、担任保育士と栄養士の協働が考えられるが、本研究は、担任保育士と栄養士が連携した指導が効果を上げるものと考え、共働形式とした。また、その内容を給食時間の体験に繋ぐことができるようにした (図 2)。

図 2 食育計画書

(4) 保育所給食献立計画の様式の検討

保育所保育指針の中で、小学校と保育所との連携が謳われていることより、小学校の献立計画書を参考に、保育園に適した献立計画書を作成した。その中で、食育の要素を設定し、献立や献立のねらいに反映できるようにした。

さらに、指導内容は、食を営む力の 5 項目で、発達段階別に指導ができるように設定した。また、給食の品質に繋げ、評価ができるようにした (図 3)。

図 3 保育所給食献立計画書

(5) 食育の実践事例

上記の様式を基に、月に 1 回食育を展開した。

下記に実践の一事例を示す。

< 食育の実践 (事例) >

- 実施日 : 平成 25 年 1 月 11 日 (金) 10 時～10 時 15 分
- 指導者 : 担任保育士・栄養士 (本筆者)
- 対象児 : 4 歳児 28 名
- 食育時間 : 給食時間前 10 分間
- 指導場所 : クラス
- 食育テーマ : 果物のよさ
- 食育のねらい: 冬によく食べる果物の種類やよさを知り、味わって食べることができる。

## □学習内容・活動

- ①前回の学習内容「風邪予防と野菜の働き」を思い出す。
- ②冬によく食べる果物を発表する。(果物の種類)
- ③果物のよさを知る。(果物のよさ)
- ④給食に期待感を持つ。

## <給食に繋げる内容>

- 食育内容(果物のよさ)の復習をする。
- 給食にどんな果物があるかを発表させ、確認する。
- 味わって食べる。

## 2. 研究Ⅱ

### (1) セミナーの開催

体系化に必要な諸計画を使用して食育を実施している施設は多いとはいえない。そこで、諸計画の様式の立案をしたので、現場で広く活用していただきたいと考え、諸計画の様式の使用の啓発を行うことを目的とし、セミナーを実施した。

## <セミナー実施までの経緯>

1. 津山市保育園協議会にセミナー開催の目的説明
2. 津山市園長会での承認
3. セミナーの実施

□目的：体系化に必要な諸計画の様式の使用の啓発

□対象者：津山市内の保育所の調理担当者

□実施日：平成25年2月23日

□参加人数：21名

□実施内容：① 食育の体系化の概要  
② ①の一事例の提示

## 研究のまとめ

保育所給食献立計画から繋げる食育の実践研究として、食育の体系化の提案を行った。

本研究をとおして、次のような成果が得られた。

- (1) 食育を体系化して行うためには、食育を実施できる献立が必要となる。
- (2) 保育所給食を用い食育を体系的に実施するためには、関連する諸計画の立案が重要である。
- (3) 諸計画を用い食育を実践することにより、保育士と栄養士が協働で行う必要があることがわかった。
- (4) セミナーの参加者からは、諸計画の現場での使用について、前向きな意見を得ることができた。

## 研究の限界

本研究の限界として、次の4点があげられる。

- (1) 一施設の研究であり、既に体系化した食育を実施している施設があるかもしれない。
- (2) 実践した食育の計画は、家庭や保育園における実態を把握した食育計画ではない。
- (3) 実践内容は、4歳児を対象に行ったものであり、すべての園児に行ったものでない。
- (4) 今回のセミナーでは単発で実施し、啓発も一部しか行わなかったため、今後は継続的に実施しなければいけない。

## 今後の研究の方向性

これらを踏まえ、食に関するアンケート調査を、岡山県内の7施設の園児とその保護者約510名、岡山県内32施設の保育士約670名に実施した。

また、岡山県内420施設の調理担当者を対象に、さらに詳細なアンケートを実施中である。

平成25年度は、これらのアンケート結果に基づき、到達できていない点を明確にし、実態にそった食育の計画としたい。

また、今後は、津山市の保育所に働きかけて、協働でより良いものを作成していきたい。

## 謝辞

本研究にあたり、総社市S保育所の皆様、津山市保育園協議会の皆様、および津山市内の保育所調理担当者の皆様のご指導・ご協力に対して、深謝申し上げます。

## 参考文献

- 1) 保育所における食事の提供ガイドライン  
厚生労働省 平成24年3月
- 2) 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～  
厚生労働省 平成16年3月
- 3) 保育所保育指針解説書 厚生労働省 平成20年4月
- 4) 宮原公子・土海一美：献立計画書，学校給食，12,25-35,2012

