

食育と心理の関連を考える試み(その5)

—保育所保育指針と食育—

The relationship between food education and psychology (Part 5)

: Nursery care guidelines and food education

林 昭 志

要旨

本研究では、まず保育所保育指針がどのように食育を捉えているのかを、保育指針とその解説書をもとにして論じた。その結果、保育指針では、食が心身の生涯発達に及ぼす影響や、日本人の食文化の継承と発展、という食育基本法の基本的な精神が明確でないこと、また現在の家庭や社会における子どもの食の問題についての危機意識が薄いことなどが指摘された。次に、第2次食育推進基本計画について述べ、保育所における食育のあり方を論じた。さらに、アンケート調査を行い、子どもの年齢が上がったにもかかわらず、食育に関する意識や実態に対して、ほぼ前回と同様の結果を得た。たとえば、子育て家庭において、食事を家族そろって食べることの重要性が認識されていた。

キーワード：食育、発達、親、子育て

1. 保育指針と食育

2008年3月28日に告示され、2009年4月1日から適用された保育所保育指針では食育をどのように捉えているのか。

保育指針では、第5章の「健康及び安全」において、「3 食育の推進」という項目が挙げられた。そこでは、「保育所における食育は、健康な生活の基本としての〈食を営む力〉の育成に向け、その基礎を培うことを目標として、次の事項に留意して実施しなければならない。」とある。これは、保育所においては、子どもの健康な生活を確立するために、食べることに関する基礎的な能力を育てなければならない、という意味である。

まず「(1)子どもが生活と遊びの中で、意欲を持って食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみ合う子どもに成長していくことを期待するもので

あること。」として、保育における食事の楽しさと意欲を大切にすることが述べられている。

次に「(2)乳幼児期にふさわしい食生活が展開され、適切な援助が行われるよう、食事の提供を含む食育の計画を作成し、保育の計画に位置付けるとともに、その評価及び改善に努めること。」として、食育を保育の計画として作成して食育の評価や改善につながるようなシステムの整備について述べられている。

さらに「(3)子どもが自らの感覚や体験を通して、自然の恵みとしての食材や調理する人への感謝の気持ちが育つように、子どもと調理員との関わりや、調理室など食に関わる保育環境に配慮すること。」として、物理的かつ人間的な保育の環境としての食育のための整備を通して、子どもの体験を豊かにしていくことが必要であることが述べられている。

最後に「(4)体調不良、食物アレルギー、障害のある子どもなど、一人ひとりの子どもの心身の状態等に応じ、嘱託医、かかりつけ医等の指示や協力の下に適切に対応すること。栄養士が配置されている場合は、専門性を生かした対応を図ること。」として、保育における食の上での安全対策や食の専門性の発揮について述べられている。(以上の引用は、保育所保育指針2008.3.28告示)

このように、新しい保育指針(2008年告示)では、食育の推進が加わっている。しかし、「食育基本法(2005年6月制定)」や、その前年の平成16年(2004年)3月29日の厚生労働省の通知「保育所における食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」)に関する取組みについて」にみられるような、心と体の生涯発達と深く関わっているという視点や、日本人の食文化の継承や発展についての観点がみられていないのである。

しかし、実はこうした視点・観点は新しい保育指針にも継承されていて、保育指針の解釈を変えれば、生涯発達や食文化の継承などの視点・観点が保育指針の中に存在するといえるのだろうか。つまり保育指針の捉え方や解釈の仕方の問題だと主張できるのだろうか。

そこで、保育指針の解説書(厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課 平成20年(2008年)4月)を確認した。そこでは、「3 食育の推進」とあり、(1)食育の基本、(2)食育の計画、(3)食育のための環境、(4)特別な配慮を含めた一人一人の子どもへの対応、という項目が並んでいる。そして(1)食育の基本、のなかのコラム「食育の5項目」の3)食と文化、において、「人々が築き、継承してきた様々な文化を理解し、つくり出す力を養う」とある。

ここには食文化の理解と創造が現れてはいるが、もともとの内容そのものではない。なぜなら、平成16年(2004年)3月29日の厚生労働省の通知「保育所における食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」)に関する取組みについて」では、地域の食の産業や、郷土食、食習慣などにも触れられているからである。そこでは、近年において家庭では行いにくくなった、餅つき、月見団子のお供え、鬼退治の豆まき、などの伝統行事を保育所において行うことが想定しやすかったのであるが、新しい保育指針の解説書ではニュアンスが大きく後退してしまった。

また、解説書の序章の「改定の要点」の中の「(2)保育内容の改善」における「③健康・安全のための体制の充実」において、「食育基本法の制定などを踏まえ、健康な生活の基本としての〈食を営む力〉の育成に向け、食育の推進を明記しています。」とある。

しかし、厳密に言えば、そもそも食育とは、健康・安全のための体制の充実という項目に含めてよいものではない。食育基本法(2005年)や食育の通知(2004年)にみられるような、食が心身の生涯発達に及ぼす影響(つまり子どもの今後の発達そのものに影響するという視点)、日本人の食文化の継承の観点は特に明確に述べられていないものとなっている。

この保育指針は、食育基本法の制定や先の食育の通知などと本質的にみて整合性があると言えるのだろうか。形式的な整合性は確保されてはいるが、食育の目標が、健康な生活の基本としての〈食を営む力〉の育成という文言にまとめられてしまい、食育とはどのようなものか、という内容やニュアンスが大きく後退したものになってしまったように思われる。したがって、今後の食育の推進の内容も、食育基本法の本質とは大きくかけ離れたものになってしまうことが危惧されることになりはしないか。

むしろ、今回の保育指針(2008年)は、前回の保育指針(1999年)のように、養護のための生命の維持と安全対策、健全な生活習慣の確立のために食生活を確立する能力の育成、食を通しての人間関係づくり、保育所での生活の一部としての食、という従来型の観点が継承されたものといえる。

つまり、従来の保育における食の観点を食育という用語を使って改めて捉えなおしたのといってもよいかもしれない。養護のための生命の維持と安全対策、健全な生活習慣の確立のために食生活を確立する能力の育成、食を通しての人間関係づくり、保育所での生活の一部としての食、という観点は、すなわち食育そのものだ、ということになってしまう。

しかし、子どもを取り巻く食の現状は近年大きく変化した。現代の日本人の食文化

は、欧米の文化に大きく影響されており、大きな曲がり角にたっている。大人に食を頼る子どもの食生活も当然大きく変わってしまった。従来の日本の食文化の良さが失われてしまわないか、という危機意識のもとに、食育基本法やその他の通知が行われた。しかし、保育指針では、そうした肝心の問題が抜けてしまっている。だから新しい保育指針は現在の家庭や社会における子どもの食の問題についての危機意識が薄いといえる。

現在は、保育所の調理室の自由化、保育所の設置基準の緩和化、民間事業者の保育所への参入の自由化の問題とも関わって、これからの乳幼児の生活や食の問題が課題となる中で、保育所では食育基本法にそった食育の推進が実は困難であるという状況があるだろう。この保育指針は、こうした現状を考慮したもので、食育という用語を使用することとしたが、従来の内容とは大きく変化していないものとするにしたい、というように憶測することもできる。つまり従来の食の保育実践を評価して推進・発展を促すものではなく従来の内容のままでも肯定するもの、といえるものかもしれない。いずれにせよ、保育指針は保育所の食の内容、食育の推進を食育基本法の精神にそって高めていくというものではない。

新しい保育指針とその解説書において、食育基本法の精神や食育の具体的内容が書かれなかったことは問題である。

2. 第2次食育推進基本計画

平成23(2011年)年3月31日には、食育推進会議において、第2次食育推進基本計画が決定された。この第2次食育推進基本計画は、1つ目の食育推進基本計画(平成18年度(2006年度)から平成22年度(2010年度)までの計画)の食育の推進の程度を踏まえて作成されたものとされ、平成23年度(2011年度)から平成27年度(2015年度)までの5年間を対象とする計画である。(以上、平成23年版食育白書、内閣府のホームページより、以下同様)

この第2次食育推進基本計画の策定の主な経緯は以下の通りである。まず、食育推進会議に設置された、食育推進評価専門委員会が計画の骨子案を取りまとめ、平成23年2月4日の食育推進会議で骨子案が決定され、平成23年2月8日～21日にはインターネットを通じて国民から意見を募集し、平成23年3月1日に食育推進評価専門委員会が第2次食育推進基本計画(案)を議論して、平成23(2011年)年3月31日に食育推進会議が第2次食育推進基本計画を決定した。

この第2次食育推進基本計画は、「周知」から「実践」へ、というコンセプトのもとに、3つの重点課題を掲げている。すなわち、①生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進、②生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進、③家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進、である。このように、子育て家庭の食の仕方などを含めて、国民の生涯にわたって食育を推進して、国民の健康を増進しようとするものである。

また、7つの基本的な取組み方針を掲げている。すなわち、①国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成、②食に対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食に対する体験活動と食育推進活動の実践、⑥我が国の伝統的な食文化、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。このように、我が国の伝統的な食文化の継承、食料自給率の向上、環境と調和した生産、農村・山村・漁村の活性化、食品の安全性の確保、食に対する体験活動など、現代の日本の工業化・近代化・欧米化に伴って抱えることとなった問題を取り上げている。

さらに、目標値を設定している。すなわち、①食育に関心を持っている国民の割合の増加を90%以上にする。②朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を1週間に10回以上とする。③朝食を欠食する国民の割合の減少について、子ども(小学生)を0%にする。また20～30歳代の男性を15%以下とする。

以下は、項目のみ挙げる。④学校給食における地場産物を使用する割合の増加、⑤栄養バランスに配慮した食生活を送っている国民の割合の増加、⑥メタボリックシンドロームの予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実践している国民の割合の増加、⑦よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある国民の割合の増加、⑧食育の推進に関わるボランティア数の増加、⑨農林漁業体験を経験した国民の割合の増加、⑩食品の安全性に対する基礎的な知識を持っている国民の割合の増加、⑪推進計画を作成・実施している市町村の割合の増加。

このような第2次食育推進基本計画は子どものための食育というよりは、日本国民全体に対してのものである。そして第2次食育推進基本計画は食育の計画としては総合的なものであり、乳幼児の保育所においてもこれをもとにして保育の年間計画を考えていくことが望まれている。この結果、保育実践も従来のものから、変化することもあるかもしれない。たとえば、家庭への協力・働きかけ・共同などである。こうし

た契機になりえる可能性がある。

ただし、いくつかの問題点がある。たとえば、政府が食育推進のための予算を使って啓蒙活動を積極的に行っても、国民が安全な食を入手しにくい状況があったり、家庭で調理をする時間的ゆとり・精神的ゆとりがない状況などがあれば、食育を実践していくことは難しく、成果が上がらない。この点は検討を要する事項である。

また平成23年版食育白書によれば、食育関連予算は平成23年度予算額で約29億円である。2年前の平成21年度決算額は約83億円である。十分な費用対効果が得られたのか、検討を要する事項である。食育に関連する省庁を挙げると、文部科学省(子ども関連、栄養教諭、食生活学習、学校給食などの事業)、厚生労働省(母子保健活動、国民健康づくり、食品の安全性についての意見交換会と啓蒙などの事業)、農林水産省(日本型食生活の実践、食料自給率向上、地産地消の推進、農林漁業の活性化、食に関する情報提供などの事業)、内閣府食品安全委員会(食育の調査研究、食育理解促進、意見交換会と情報提供などの事業)、である。これらには、事業に大きな違いがなく、重複の可能性が高いもの、したがって統合したほうが良いもの、があるかもしれない。とくに、リスクコミュニケーションの項目にある、啓蒙活動や意見交換会や情報提供の事業である。よって、近年の事業仕分けなどで内容が検討されることが望まれる。

また現在、日本ではオーガニック、自然食など民間レベルでも食に対する関心が高くなっており、食育の資格講座も数多くなった。食べないから「食べる」へ、というよりも、何を「どのように」食べるか、という時代になってきているかもしれない。政府の食育推進政策が、民間のものに比べて遅れていないかどうか、検討を要する。

3. 「〈第2次食育推進基本計画〉に基づく保育所における食育の推進について」

平成23年(2011年)5月31日には、厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課長より、都道府県・政令指定都市・中核市の民生主幹部(局)長宛てに、「〈第2次食育推進基本計画〉に基づく保育所における食育の推進について」(雇児保発0531第1号)が出ている。

これは、食育基本法、第2次食育推進基本計画、および6月が「食育月間」であることを踏まえて、さらに保育所が食育の推進に努めるようにと要請したものである。(ちなみに、5年前の平成18年5月31日には、類似したタイトルの「〈食育推進基本計画〉に基づく保育所における食育の推進について(雇児保発0531001号)」が出ている。)

ここで注目すべきは、「平成16年3月に作成・公表した「保育所における食育に関する

指針」の普及を図り、その活用を促進し、食を通じて、健康な心と体を育て、人と関わる力を養い、伝承されてきた文化の理解や郷土料理への関心、自然の恵みとしての食材や調理する人への感謝の気持ちをはぐくめるような取組をお願いする。」とあることである。このように、「伝承された文化の理解」、「郷土料理への関心」、という保育指針からは外された内容がここにはある。

しかも、平成16年3月の「保育所における食育に関する指針」には、3月16日のものと、3月29日のものがあり、3月29日のものは、「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」というものであるが、保育指針とその解説書とは異なり、食育の内容が詳しく書かれており、食育基本法にそった精神で食育を進めていこうというものである。これを各地方自治体が計画して、住民にも啓蒙したりすることはもちろん、保育所においてもこの方向で実施していこうとするものである。

このように、平成23年5月31日の「＜第2次食育推進基本計画＞に基づく保育所における食育の推進について」(雇児保発0531第1号)は、2008年3月28日に告示された保育指針では触れていなかった食育の内容が書かれており、食育の具体的内容については保育指針を越えるものである。保育指針では書かれなかった重要な内容を取り上げて、それを保育において計画し推進するよう求めるものである。したがって食育については、保育指針(2008年)よりも、第2次食育推進基本計画(2011年)や平成16年3月の「保育所における食育に関する指針」(2004年)を参照して、保育実践をしていく方が望ましいことになった。

4. アンケート調査

今回も身近な親に依頼してアンケート調査を行った。今回の調査の目的は、朝食を食べる習慣、朝食の重要性の認識、和食の重要性の認識、食育に対する認知度、などを調べることである。

調査回答者は、母親が10人、父親が0人。このように、人数の少なさは今後の課題であるが、これまでの調査と同様に、父親の回答者が少なく、母親が多いという結果であり、育児・家事・地域参加など依然として父親よりも母親の方が多いという現状を浮き彫りにするものである。

子どもの人数は、2人が6人、3人が4人。家族は、3世代家族(祖父母が同居している)が6人、2世代家族または核家族(祖父母が同居していない)が3人、無回答が1人。

子どもの年齢は、1歳以上～2歳未満が1人、2歳以上～3歳未満が1人、3歳以上～4歳未満が1人、4歳以上～5歳未満が3人、6歳以上～7歳未満が2人、7歳以上～8歳未満が1人、8歳以上～9歳未満が3人、10歳以上～11歳未満が2人、12歳以上～13歳未満が1人、13歳以上～14歳未満が1人、14歳以上～15歳未満が2人、15歳以上～16歳未満が1人、16歳以上～17歳未満が1人、17歳以上～18歳未満が1人、18歳以上～が3人、以上で子どもの人数は合計24人。平均年齢は9～10歳。

質問項目とその回答は以下の通りであった。なお自由記述での回答については、回答の趣旨をそこなわないように注意し、かつ回答の趣旨が明確になるように、要約・補筆・簡略化して示した。また χ^2 検定とフィッシャーの直接確率検定の数値を示した。

(1)はい・いいえ式で回答する質問

1. 朝食を食べるようにしていますか。．．．．．はい 10人、いいえ 0人
 $\chi^2=10$, $df=1$, $P=0.0016$, 直接確率検定 $P=0.00195$ $P<.005$
2. 朝食は重要だと思いますか。．．．．．はい 10人 いいえ 0人
 $\chi^2=10$, $df=1$, $P=0.0016$, 直接確率検定 $P=0.00195$ $P<.005$
3. 和食をよく食べますか。．．．．．はい9人・いいえ1人
 $\chi^2=6.4$, $df=1$, $P=0.0114$, 直接確率検定 $P=0.0215$ $P<.05$
4. 和食は健康によいと思いますか。．．．．．はい10人・いいえ0人
 $\chi^2=10$, $df=1$, $P=0.0016$, 直接確率検定 $P=0.00195$ $P<.005$
5. 家族そろっての食事が大切だと思いますか。．．はい10人・いいえ0人
 $\chi^2=10$, $df=1$, $P=0.0016$, 直接確率検定 $P=0.00195$ $P<.005$
6. 今の食生活は理想的ですか。．．．．．はい2人・いいえ8人
 $\chi^2=3.6$, $df=1$, $P=0.0578$, 直接確率検定 $P=0.109$ NS
7. 食について何か困っていることはありますか。．．はい5人・いいえ5人
 $\chi^2=0$, $df=1$, $P=1.0$, 直接確率検定 $P=1.0$ NS
8. 「食育」という言葉を知っていますか。．．．．．はい10人・いいえ0人
 $\chi^2=10$, $df=1$, $P=0.0016$, 直接確率検定 $P=0.00195$ $P<.005$
9. 「食育」の意味を正しく答えられますか。．．．．．はい3人・いいえ7人
 $\chi^2=1.6$, $df=1$, $P=0.206$, 直接確率検定 $P=0.344$ NS
10. 「朝食を食べると成績がよくなる」は本当だと思いますか。はい9人・いいえ1人
 $\chi^2=6.4$, $df=1$, $P=0.0114$, 直接確率検定 $P=0.0215$ $P<.05$

朝食を食べるようにしているか、という問いに対しては、回答者すべてが「はい」と回答した。これは、ほとんどの子育て家庭において、朝食が食べられているという事実を示している。これは、食育白書(平成23年版、9ページ)に掲載された調査の結果と同様である。学校や園に通っている子どもにとって、朝食は食べる必要のある重要なものである、ことが示されている。

朝食は重要か、という問いに対しては、やはり回答者すべてが「はい」と回答した。これは、1. の質問の理由となるものであり、ほとんどの子育て家庭において、朝食の重要性が認識されているものと考えられる。

和食をよく食べるか、という問いに対しては、ほとんどの回答者が「はい」と回答した。これは、子育て家庭において、日本の伝統的な食事である和食が広く食べられていることを示すものである。ただ、家族構成をみると、祖父母との同居が多く、そのため和食が多くなる、という可能性もある。もちろん、核家族でも和食がよく食べられている可能性もある。ここでは、地域差・家族の差などもみられるかもしれない。

和食は健康によいか、という問いに対しては、すべての回答者が「はい」と回答した。これは、子育て家庭において、和食の良さが認識されていることを示すものである。日本人にとっては和食は馴染み深いものである。子育て家庭が食の知識を持っていることを示している。

家族そろっての食事が大切か、という問いに対しては、すべての回答者が「はい」と回答した。これは、子育て家庭において、食事を家族そろって食べることの重要性が認識されていることを示すものである。ここでも、子育て家庭が食の知識を持っていることを示している。

一方で、今の食生活が理想的か、という問いに対しては、「いいえ」が多く、理想どおりの食生活でないという現実が示された。

食について何か困っているか、という問いに対しては、「はい」「いいえ」が半々であり、回答が分かれた。困っている家庭も多いことが考えられる。

食育という言葉を知っているか、という問いに対しては、すべての回答者が「はい」と回答した。これは、食育という言葉がよく知られた言葉であることを示している。

しかし、食育の意味を正しく答えられるか、という問いに対しては、「いいえ」が多くなっている。食育とはどのようなものか、という正確な意味が知られていないことが考えられた。

「朝食を食べると成績が良くなる」は本当だと思いますか、という問いに対しては、

ほとんどの回答者が「はい」と回答した。これは、朝食はとても重要であり、成績にも影響するものである、という認識を示すものである。

以上をまとめると、朝食は重要だと思っていて、朝食を食べるようにしている母親が多い。また、「朝食を食べると成績がよくなる」は本当だと思っている母親も多い。また、和食が健康によく、家族そろっての食事が大切だと思っている母親が多い。そして、和食をよく食べる家庭も多い。しかし今の食生活が理想的だと思っている母親はやや少なく、食について困っていることがあるか、という回答は分かれていた。また食育という言葉を知っている母親は多いが、食育の意味が正しく答えられるとは限らない、という結果となった。これらは、ほぼ前回の結果と同様といえるのではない。子どもの年齢が上がっても、ほぼ同様の結果であったと考えられる。

(2)自由記述式で回答する質問

食生活で気をつけていること、に対しては、バランスよく食べる、野菜・魚を多く食べる、砂糖など甘いものを控える、薄味を心がける、多くの種類の食品を食べる、家族そろって食べる、などが挙げられた。

食について困っていること、に対しては、時間がないので手間がかけられず簡単な食事になる、外食・中食・できあいのものが多い、料理がうまくない、料理のレパートリーが少ない、好き嫌いがある、献立を決めることが大変、などが挙げられた。

このように、子育て家庭においては、食生活で気をつけていることが様々にあり、食について困っていることも、様々なものがある。食育の推進にあたっては、このような子育て家庭の声に耳を傾ける必要がある。

文献

- ・林 昭志 2008 食育と心理の関連を考える試み 上田女子短期大学児童文化研究所所報第30号 pp.77-88.
- ・林 昭志 2009 食育と心理の関連を考える試み(その2) ——親の食に関する知識と子どもの発達—— 上田女子短期大学児童文化研究所所報第31号, pp.45-55.
- ・林 昭志 2010 食育と心理の関連を考える試み(その3) ——親の食への意識—— 上田女子短期大学児童文化研究所所報第32号, pp.41-49.
- ・林 昭志 2011 食育と心理の関連を考える試み(その4) ——朝食の必要性和子どもの発達—— 上田女子短期大学児童文化研究所所報, 第33号, p.27-36.

- ・食育白書 平成23年版 内閣府(編集)平成23年7月29日
- ・その他、保育所保育指針やその解説書、食育に関する行政の文書、内閣府のホームページなどを参照・引用した。