

---

## 研究報文

---

### 幼児期の食育における体験の重要性

足立 恵子, 植松亜由美, 岡田 理沙, 中山 玲子

#### The Importance of Experience in the Shokuiku (Food and Nutrition Education) of Childhood

Keiko Adachi, Ayumi Uematsu, Risa Okada and Reiko Nakayama

##### Summary

The purpose of this study was to investigate the relationship between experiences related to food in shokuiku (food and nutrition education) during childhood and the “power of the experiences”. A questionnaire survey was completed by the guardians of 579 kindergartners. The experiences related to food among kindergartners were most often family events and helping with housework rather than direct experiences with food (e.g., cultivation, harvesting, cooking). Factor analysis of the association between experiences related to food among kindergartners and the “power of the experiences” revealed three factors: normative consciousness, relationship skills, and self-support. We found that kindergartners help with housework, and a significant association was found with all three factors. In addition, we examined the relationship between four items of experiences related to food (oneself, other people, nature and sociability) and a sense of justice and morality. A significant association was found between family events and oneself. Helping with housework had a significant association with all of the items shown. We also investigated the parents’ past experiences related to food. Parents’ past experiences related to food and kindergartners’ experiences related to food were significantly associated. On the other hand, a difference of experiences related to food in the home was suggested. In addition, both the practice and the contents of shokuiku in the home provided by the parent (mother) was significantly associated with parents’ past experiences.

(Received October 10, 2016)

## I. 緒 言

食育基本法<sup>1)</sup>が制定されて10年が経過し、行政における食育推進基本計画の作成・実施や家庭、学校、保育所等における食育など、全国において食育の推進が図られている。「食育」についても周知・実践され、多くの人が食育に関心を持つようになっている<sup>2)</sup>。しかし、生活習慣病有病者の増加、子どもの朝食欠食、高齢者の低栄養等、食をめぐる課題は依然として多い<sup>3) 4)</sup>。様々な食生活の問題を改善

し、子どもたちが健やかな食生活をおくるために、生涯を通して適切な時期に必要な食育が行われる環境づくりが必要である。

食育基本法第6条に「食に関する体験活動と食育推進活動の実践」があり、第二次食育推進基本計画<sup>5)</sup>において、「食は日々の調理や食事等と深く結びついている極めて体験的なものである」ことが示され、食育は毎日の習慣として定着させることが求められている。さらに、「食料の生産から消費等に至るまでの食に関する体験活動に参加するとともに、意欲的に食育の推進のための活動を実践できるような施策を講じる」としている。以上、食育には、

子どもたちの豊かな体験が重要とされ、積極的に取り組みがなされているが、食育における食体験に関する効果評価はあまりなされていないのが現状である。

一方、教育においては、体験を通して得られる「体験の力」が重要視されている。文部省が平成10年「子どもの体験活動等に関するアンケート調査」<sup>6)</sup>を実施し、生活体験が豊富な子どもほど、お手伝いをする子どもほど、自然体験が豊富な子どもほど、正義感・道徳観が充実していることが明らかとなっている。平成17年度に調査された「青少年の自然体験等に関する実態調査」<sup>7)</sup>においても、自然体験の多い子どもほど、また、お手伝いをよくする子どもほど、道徳観・正義感が強いという報告がある。平成22年「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」の報告書<sup>8)</sup>では、幼児期から義務教育修了までの各年齢期における子どもの頃の体験の6領域(自然体験、動植物とのかかわり、友だちとの遊び、地域活動、家族行事、家事手伝い)を通して得られる資質・能力、すなわち「体験の力」(自尊感情、共感性、意欲・関心、規範意識、人間関係能力など)に関して調査が行われ、青少年の調査結果では、小学校低学年までは動植物とのかかわりの体験が多いほど「体験の力」が高いことが示唆されている。また、成人調査の結果では、子どもの頃の体験は、その後の人生に影響するという結果が得られている。さらに、青少年の体験活動と自立に関する実態調査<sup>9)</sup>では、自然体験や生活体験及びお手伝いが豊富な子どもほど道徳観・正義感が強いことが明らかにされている。体験は、社会を生き抜く力として必要となる基礎的な能力である「体験の力」を養う効果があり、幼児期からの体験の積み重ねが豊かな人間性の育成において重要とされている。

教育において体験活動の報告はあるが、幼児期の食育における食に関わる体験と「体験の力」に関する研究は今までない。

食習慣の基礎が形成される幼児期には、家庭及び保育園・幼稚園における食育が重要である。保育所保育指針<sup>10)</sup>の食育の基本では、「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」と示され、幼稚園教育要領<sup>11)</sup>の五領域の一つ、健康の内容では、「望ましい食習慣の形成・食べる喜びや楽しさ・食べ物への興味関心」が示され、食育の文言が明記されている。

筆者らは、幼児期における食育に関する研究を行ってきた。幼稚園における園児の食べ物の認知度と幼稚園教諭の食育への興味関心との関連を検討した結果、園児が食べ物に関心をもつような保育をし、野菜の栽培・収穫・調理といった食体験も取り入れていた幼稚園ほど、園児の食べ物の名前認知度が高いことを明らかにした<sup>12)</sup>。また、保育所に比較して幼稚園における食育が遅れていることから、幼稚園における食育計画書を作成し、「食に関する指導の年間指導計画」の中に様々な食体験を取り入れている<sup>13)</sup>。

そこで、本研究では食育における幼児期の食体験の重要性を検討することを目的とし、体験活動6領域の中で、家庭で行われる食体験として、植物との関わり(栽培・収穫・調理)、家族行事(行事食作り)、家事手伝い(食事に关わる手伝い・調理に关わる手伝い)に焦点を絞り、幼児期における食体験の実態を調査した。また、幼児期の「体験の力」との関連について、学習指導要領の道徳教育の内容(低学年)<sup>14)</sup>を参考にし、正義感・道徳観の質問項目について因子分析を行い「体験の力」、さらに、園児の食体験との関連及び道徳教育の内容4項目<sup>14)</sup>との関連について検討した。また、保護者である母親の過去の食体験についても調査を行い、現在の母親の食育への関心や家庭における食育実践との関連について検討を行った。

これらの結果を総合して幼児期における食体験の重要性について考察を行った。

## II. 方法

### 1. 対象

2014年11月、京都府下のM幼稚園(私立)146名(3歳児40名、4歳児44名、5歳児62名)と大阪府下のH幼稚園(私立)433名(3歳児147名、4歳児143名、5歳児143名)に通う園児579名の保護者を対象とした。

### 2. 調査方法および調査内容

調査は質問紙法で行い、回答は無記名自己記入式とした。保護者には各幼稚園より園児を通して質問用紙を配布し、調査に同意を得た保護者より、登園時または降園時に回収した(回収率85.3%)。

調査内容は、全園児について生活環境、生活習慣、食生活状況、食への興味関心、お手伝い状況について質問を設けた。また、5歳児のみ小学校教育要領の第3章道徳の第1学年及び第2学年を参考<sup>14)</sup>とし

た道徳観・正義感について質問を行った。正義感・道徳感の内訳は、自分自身に関わる事、他の人に関わる事、自然なものに関わる事、集団に関わる事の4項目に分類した。一方、保護者へは、食生活状況、食事について、共食状況、園児のための食育への取り組み、食育への関心、園児がお手伝いすることへの考え、過去(幼児期・学童期)の食体験について質問した。

園児及び保護者の食体験の質問項目は、国立青少年教育振興機構による子どもの体験活動の実態に関する調査研究<sup>8)</sup>の「体験を通して得られる資質・能力の関係」を参考にし、食に関わる体験として「植物との関わり」「家族行事」「家事手伝い」の3項目を設定した。「植物との関わり」では、栽培、収穫、調理を、「家族行事」では、行事食作り、「家事手伝い」では、食事に関わるお手伝い、調理に関わるお手伝い、食事以外のお手伝いについて質問した。

### 3. 解析方法

保護者の過去の食体験と園児の食体験、保護者の食育への関心、家庭における食育実践との関連については、 $\chi^2$ 検定により検討した。園児の食体験と体験の力については、主因子法、プロマックス回転による因子分析により因子を抽出した。解析にはIBM SPSS Statistics 22.0を使用し、有意水準5%とした。

尚、本研究は、京都女子大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。

## Ⅲ. 結果

### 1. 園児と保護者の食体験状況

#### 1) 園児の食体験状況

5歳児(172名)を対象に、園児の家庭における食体験について調査を行った。食体験状況の結果を図1に示す。

植物との関わり(栽培、収穫)の項目で子どもと

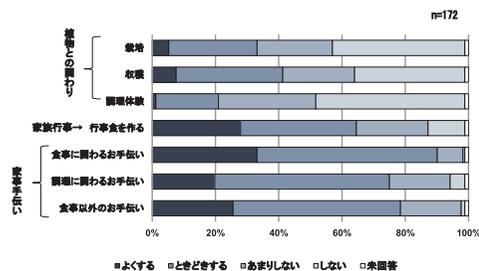


図1 5歳児の家庭における食体験状況

一緒に「よくする」または「ときどきする」と答えた者の割合は、栽培33.1%、収穫41.3%で半数以下であり、半数以上の者は、野菜などの栽培や収穫を家庭で行っていないことが明らかとなった。調理体験は、「よくする」「ときどきする」と回答した者は、20.9%であった。家事手伝いにおいて、「よくする」または「ときどきする」と回答した者は、食事に関わるお手伝い90.1%、調理に関わるお手伝い75.0%であり、食事以外のお手伝いは78.5%であった。家族行事や家事手伝いをしている園児は、植物との関わり(栽培・収穫・調理体験)よりも多かった。

家族行事で行事食作りを一緒に「よくする」「ときどきする」と答えた者は、64.5%であった。

図2に示すように、家族行事としての行事食の内容(複数回答)は、お正月89.4%、節分90.6%、ひな祭り70.6%、端午の節句54.7%、七夕26.0%、お月見48.2%であった。

#### 2) 保護者の過去(幼児期・学童期)の食体験状況

保護者の子どもの頃(幼児期・学童期)の食体験(以下、過去の食体験とする)の内容、頻度について、全園児の保護者(n=494)の結果を図3に示した。

「よくした」「ときどきした」を合計すると、植物との関わりに分類した食体験として、栽培30.4%、

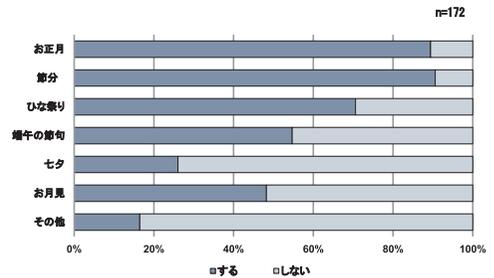


図2 5歳児の家族行事(行事食)実施状況

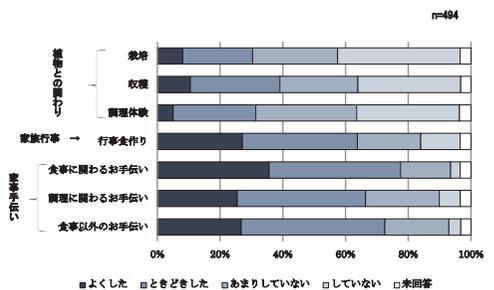


図3 保護者(全園児)の過去(幼児期・学童期)の食体験状況

収穫39.0%, 調理体験31.4%であり, 半数以上の者が, 過去に栽培, 収穫, 調理の食体験をしていないことが明らかとなった。家族行事として, 行事食作りは63.7%, 家事手伝いとして, 食事に関わるお手伝いは77.5%, 調理に関わるお手伝いは66.4%, 食事以外のお手伝いは72.4%であり, 家庭においては, 栽培, 収穫, 調理よりも体験が多いことが示された。

3) 保護者の過去の食体験と園児の食体験との関連

5歳児の保護者(n=172)の過去の食体験と5歳児園児の食体験(図1)との関連について検討した。食体験の質問項目を総合的に評価するために, 回答の「よくした」を4点, 「ときどきした」を3点, 「あまりしていない」を2点, 「していない」を1点として, 保護者の平均値を算出し, 平均値以上を高群, 平均値未満を低群とした。前述1)の園児の食体験についても同様に平均値により高群と低群に分け, 保護者の過去の食体験との関連について $\chi^2$ 検定を行い, 結果を表1に示した。

保護者の過去の食体験と園児の食体験について検討した結果, 保護者の栽培の体験と, 園児の栽培(p=0.000), 収穫(p=0.000), 行事食作り(p=0.006)の食体験とは有意な関連が見られ, 保護者の収穫の体験と, 園児の栽培(p=0.009), 収穫(p=0.003), 行事食作り(p=0.000)の体験とは有意な関連が見られ, 保護者の調理の体験と, 園児の栽培(p=0.000), 収穫(p=0.000), 調理(p=0.000)の食体験とは有意な関連が見られた。また, 保護者の過去

表1 園児(5歳児)の食体験と保護者の過去の食体験との関連

n = 172

		園児の食体験					
		栽培	収穫	調理	行事食作り	食事にお手伝わっている	調理にお手伝わっている
保護者の過去の食体験	栽培	.000	.000	n.s.	.006	n.s.	n.s.
	収穫	.009	.003	n.s.	.000	n.s.	n.s.
	調理	.000	.000	.000	n.s.	n.s.	n.s.
	行事食作り	.001	.000	.020	.000	n.s.	.001
	食事に関わるお手伝い	.017	.023	n.s.	.093	.023	n.s.
	調理に関わるお手伝い	.002	.010	n.s.	.014	n.s.	.029

n.s.: not significant

の行事食作りの体験と, 園児の栽培(p=0.001), 収穫(p=0.000), 調理(p=0.020), 行事食作り(p=0.000), 調理に関わるお手伝い(p=0.001)とは有意な関連が見られた。

お手伝いについて検討した結果, 過去の保護者の食事に関わるお手伝いの体験と, 園児の栽培(p=0.017), 収穫(p=0.023), 食事に関わるお手伝い(p=0.023)とは有意な関連が見られ, 調理に関わるお手伝いの体験と, 園児の栽培(p=0.002), 収穫(p=0.010), 行事食作り(p=0.014), 調理に関わるお手伝い(p=0.029)とは有意な関連が見られた。

2. 園児の食体験と体験の力, 正義感・道徳観との関連

1) 食体験と体験の力

園児の食体験と「体験の力」との関連について検討するため, 小学校教育指導要領の第三章道徳の第一学年及び第二学年の道徳観・正義感の項目を参考に質問を作成し, 集計結果について因子分析(主因子法, プロマックス回転)を行った。項目を決定する基準としては, 0.40以上の因子負荷量を有し, かつ他の因子に0.30を超えない項目で, 当該の因子負荷量が高いものとした。

結果を表2に示すが, 解釈可能な3因子が抽出された。第一因子は, 「良いことと悪いことの区別をする」「動物や植物を大切にする」など道徳的に良いことを判断したり, 他者や物, 動植物に対して思いやりをもって接したりすることを表す項目から成るため, 「善悪の判断, 思いやり」と命名した。第二因子は, 「近所の人や知り合いの人に挨拶をする」「『ありがとう』『ごめんさい』を言う」など会話によって他者とのコミュニケーションを図ることに関わる項目から成るため「コミュニケーション能力」と命名した。第二因子に負荷している項目1は負荷量が低いと考え, 除外した。第三因子は「顔を洗ったり, 歯を磨いたりする」「脱いだ服を片付ける」などの自分自身に関わることができるかを表す項目であるため「自立性の獲得」と命名した。最終的に, 第一因子5項目「善悪の判断, 思いやり」, 第二因子4項目「コミュニケーション能力」, 第三因子2項目「自立性の獲得」を尺度として採用した。それぞれ算出した信頼性係数は, 第一因子0.783, 第二因子0.656, 第三因子0.673であった。

第一因子の「善悪の判断, 思いやり」は, 体験の力の7つの要素の中で「規範意識」, 第二因子の「コ

表 2 園児 (5 歳児) の正義感・道徳観についての因子分析の結果

項 目	因子負荷量		
	1	2	3
〈第一因子：善悪の判断、思いやり〉			
11. おもちゃや絵本を大切にする	0.717	-0.190	0.108
9. して良いことと悪いことの区別をする	0.699	0.031	-0.057
10. 動物や植物を大切にする	0.666	0.068	0.015
12. 野菜や花などを育てる	0.591	-0.029	-0.027
8. 約束を守る	0.561	0.170	0.083
〈第二因子：コミュニケーション能力〉			
5. 近所の人や知り合いの人に挨拶をする	-0.093	0.656	0.051
6. 「ありがとう」「ごめんなさい」を言う	0.187	0.561	-0.089
4. 家で挨拶をする	-0.112	0.534	0.287
7. 友達と仲良く遊ぶ	0.242	0.461	-0.151
〈第三因子：自立性の獲得〉			
2. 顔を洗ったり、歯を磨いたりする	-0.018	0.006	0.770
3. 脱いだ服を片付ける	0.211	-0.007	0.582

主因子法 プロマックス回転

表 3 園児 (5 歳児) の食体験と体験の力との関連

n = 172

	現在の食体験			
	植物との関わり	家族行事	家事手伝い	食体験総合
第一因子：善悪の判断、思いやり (規範意識)	.023	n.s.	.000	.002
第二因子：コミュニケーション能力 (人間関係能力)	n.s.	n.s.	.000	.039
第三因子：自立性の獲得 (自立性)	n.s.	n.s.	.001	n.s.

n.s.: not significant

コミュニケーション能力」は「人間関係能力」に相当すると思われる。

体験の力として抽出した 3 因子について、「できる」を 4 点、「だいたいできる」を 3 点、「あまりできない」を 2 点、「できない」を 1 点として、因子ごとの対象者の合計得点から平均値を算出し、平均値以上を高群、平均値未満を低群とした。

園児の食体験については、「植物との関わり」「家事手伝い」「食体験総合」の 3 項目のそれぞれにおいて、体験の力と同様に平均値を算出した。「家族行事」については、「家族行事」の数を 1 つにつき 1 点とし、合計得点から平均値を算出した。各項目の平均値以上を高群、平均値未満を低群とした。

因子分析により抽出した 3 つの因子「体験の力」

と食体験の 4 項目との関連について  $\chi^2$  検定を行い、結果を表 3 に示した。

第一因子「善悪の判断、思いやり」(規範意識) と園児の食体験とは、「植物との関わり」「家事手伝い」「食体験総合」とそれぞれ有意な関連が見られた ( $p=0.023$ ,  $p=0.000$ ,  $p=0.002$ )。第二因子「コミュニケーション能力」(人間関係能力) は、「家事手伝い」「食体験総合」と有意な関連が見られた ( $p=0.000$ ,  $p=0.039$ )。第三因子「自立性の獲得」(自立性) は、「家事手伝い」のみ有意な関連が見られた ( $p=0.001$ )。家事手伝いは、3 因子ともに有意な関連が見られた。

表4 園児(5歳児)の食体験と正義感・道徳観との関連

n = 172

		園児の食体験			
		食体験総合	植物との関わり	家族行事	家事手伝い
正義感・道徳観	正義感・道徳観総合	.000	.010	.086	.000
	自分自身に関わること	n.s.	n.s.	.039	.000
	他の人に関わること	.039	n.s.	n.s.	.000
	自然に関わること	.002	.004	n.s.	.038
	集団に関わること	n.s.	n.s.	.089	.000

n.s.: not significant

2) 食体験と正義感・道徳観との関連

園児の食体験と正義感・道徳観の総合及び4項目得点との関連について検討し、表4にまとめた。

園児の「食体験総合」は、正義感・道徳観の総合(p=0.000)、他の人に関わること(p=0.039)、自然に関わること(p=0.002)と有意な関連が見られた。食体験「植物との関わり」は、正義感・道徳観の総合(p=0.010)、自然に関わること(p=0.004)と有意な関連がみられ、食体験の「家族行事」は、自分自身に関わること(p=0.039)と有意な関連が見られた。特に、「家事手伝い」は、正義感・道徳観の総合(p=0.000)、自分自身に関わること(p=0.000)、他の人に関わること(p=0.000)、自然に関わること(p=0.038)、集団に関わること(p=0.000)とすべての項目と有意な関連が見られた。

3. 保護者の過去の食体験及び食育への関心と家庭での食育実践との関連

1) 保護者の過去の食体験と現在の食育への関心

全園児の保護者の過去(幼児期・学童期)の食体験と現在の食育への関心との関連について検討した。保護者の現在の食育への関心度を「よくしている」

表5 保護者(全園児)の過去の食体験及び食育への関心と食育の実践内容との関連

n = 494

	食育の実践内容					
	食事に関するしつけをする	家族揃って食事をする	食事の雰囲気が楽しくなる心がけ	食事や健康への関心を育む工夫	食事や健康について話す	野菜や花を育てる
過去の食体験	.019	.023	.018	.005	n.s.	.000
食育への関心	.013	.001	.000	.000	.000	.000

n.s.: not significant

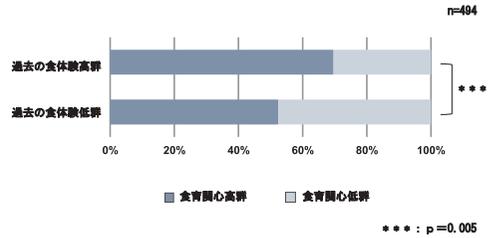


図4 保護者(全園児)の過去の食体験と現在の食育への関心との関連

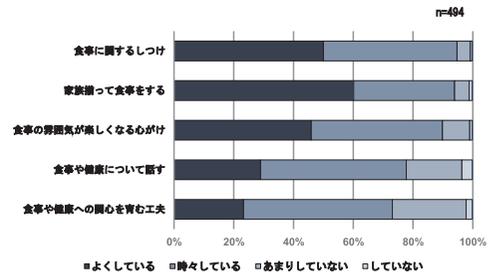


図5 保護者(全園児)の家庭での食育の実践内容

「時々している」を高群, 「あまりしていない」「ほとんどしていない」を低群として、図3に示す保護者の過去の食体験の高群・低群と $\chi^2$ 検定をした。その結果、図4に示すように過去の食体験が多い保護者は、有意に食育への関心が高いことが示された(p=0.005)。

2) 保護者の過去の食体験と食育意識

次に、保護者の家庭における食育の実践内容を、図5に示した。食事に関するしつけ、家族揃って食事をする、食事の雰囲気が楽しくなる心がけは、90%以上の保護者が実践していた。また、食事や健康について話す、食事や健康への関心を育む工夫を実践している保護者は約80%であった。

さらに、現在の家庭における食育の実践内容について、保護者の過去の食体験及び現在の食育への関心との関連について検討し、表5にまとめた。

まず、上段に示すように、過去に多くの食体験をした保護者は、食事に関するしつけ ( $p=0.019$ )、家族揃って食事をする ( $p=0.023$ )、食事の雰囲気を楽しめる心がけ ( $p=0.018$ )、食事や健康への関心を育む工夫 ( $p=0.005$ )、野菜や花を育てる ( $p=0.000$ ) の項目において、それぞれ有意な関連が見られた。

また、下段、現在の食育への関心と家庭における食育の実践との関連では、食事に関するしつけ ( $p=0.013$ )、家族揃って食事をする ( $p=0.001$ )、食事の雰囲気が楽しくなる心がけ ( $p=0.000$ )、食事や健康について話す ( $p=0.000$ )、食事や健康への関心を育む工夫 ( $p=0.000$ ) と、全ての項目において有意な関連が見られた。

#### Ⅳ. 考 察

幼児期から思春期までに、遊びを含めたいろいろな生活体験をすることで、「体験の力」が育まれることが示唆されている<sup>8)</sup>。しかし、食体験と「体験の力」、特に幼児期について、研究がほとんどない。本研究では、幼児期の食体験と「体験の力」との関連及び保護者の過去（幼児期・学童期）の食体験、家庭における食育の実践との関連について検討した。

今回は、園児の食体験と「体験の力」を検討する糸口として、食体験に積極的に取り組んでいるM園とH園を選び調査した。M幼稚園は、平成18年5月より正課に調理保育を導入しており、栽培、収穫、調理の流れを通して、3歳児から5歳児までの3年間で23回調理保育を行っている。一方、H幼稚園は、年間を通して米や野菜など栽培・収穫から調理に力を入れており、自校式で給食も実施している。米作りでは、親子で田植え・稲刈り・脱穀・炊飯を行っており、一粒の米の大切さを学んでいる。

幼児の場合、直接アンケートの回答を得ることはできないため、保護者から回答を得ることにし、食体験の影響が見られると推測される5歳児を対象に、保護者から見える部分について回答してもらった。

5歳児の家庭における食体験として、植物とのかわり、家族行事、家事手伝いに関して、食に関わる体験について、実態調査を行った。植物との関わりとして、栽培、収穫、調理は、30%前後が体験していた。また、家族行事として行事食作りに関しては約60%、家事手伝いとして食事に関わる手伝いや調理に関わる手伝いは、約80%が体験していた。

一方、植物との関わり、家族行事、家事手伝いの食体験をしていない者も多くみられ、家庭における体験格差があることが示唆された。特に、植物との関わりとしての栽培、収穫、調理は、保護者が積極的に取り組まないと実践できないと思われる。一方、家族行事（行事食作り）は家族の共食の機会となり、家庭でしか行うことのできない食体験である。また、食事や調理に関わるお手伝いは、毎日習慣的に繰り返し行うことにより食生活の中に取り入れやすいことから体験する者が多いと考えられる。

次に、お手伝いをする子どもほど正義感・道徳観が高いことが明らかとなっている<sup>6)</sup> ことから、園児の食体験、「道徳観・正義感」について、「体験の力」との糸口を見るために小学校教育指導要領の第三章道徳の第一学年及び第二学年<sup>14)</sup>を参考とした道徳観・正義感の質問項目を用いて因子分析を行った。その結果抽出された第一因子「善悪の判断、思いやり」は「規範意識」、第二因子「コミュニケーション能力」は、「人間関係能力」に相当すると思われる。

抽出した「体験の力」と、園児の食体験として植物と関わる栽培・収穫・調理、食事に関わる家事手伝いに有意な関連が見られたことにより、幼児期に食体験を通して規範意識や人間関係能力といった「体験の力」が育まれることが示唆された。どの因子においても家事手伝い（食事に関わるお手伝い）に有意な関連が見られたことから、家庭で子どもが行う食事に関するお手伝いという行為は、体験を通して得られる資質・能力である「体験の力」として極めて重要であると考えられる。

また、園児の食体験と学習指導要領の道徳教育の内容である正義感・道徳観の4項目との関連を検討した結果、「植物との関わり」（栽培・収穫・調理）は自然に関わることに、「家族行事」（行事食作り）は自分自身に関わることに、「家事手伝い」（食事に関わるお手伝い・調理に関わるお手伝い）は4項目すべてに有意な関連が見られた。青少年の体験活動等と自立に関する実態調査<sup>9)</sup>では、お手伝いが豊富なほど正義感・道徳観が強いと示されていることから、食体験を通して正義感・道徳観が養われることが示唆された。体験活動は、中央教育審議会答申<sup>16)</sup>において「意図的・計画的に提供される体験」として定義づけられており、教育的効果が高く、幼少期から多くの人と関わりながら体験を積み重ねることにより、「社会を生き抜く力」として必要となる基礎的な能力である「体験の力」を養う効果があると示されている。食体験に関しても「体験の力」

が育まれていく中で、家庭において格差がみられることから、意図的に体験をさせる必要があると考えられる。幼児期は、豊かな人間性に関係する「道徳性」, 「規範意識」の芽生え期とされている<sup>11)</sup>ため、幼児期から体験活動を通じた食育により豊かな人間性の基礎を固める必要があると考えられる。

3～5歳児の全保護者に対して食体験状況を調査したところ、保護者の過去(幼児期・学童期)においても食体験格差の実態が浮き彫りにされた。保護者の過去の食体験と現在の5歳児の園児の食体験には有意な関連が見られたことにより、保護者が過去に行っていた食体験を園児に同じように体験させていることが示唆された。「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」<sup>9)</sup>においても親が体験をしたことを子どもにもさせていることが報告されているが、食体験においても同様のことが示唆された。一方、食体験が乏しい保護者は、子どもにも食体験を行っていないことが推察され、幼稚園や地域からのアプローチが必要と思われる。

次に、全園児の保護者の過去(幼児期・学童期)の食体験と現在の食育への関心について関連を検討した結果、過去に食体験が多い保護者ほど、現在、食育への関心が有意に高いことが示唆された。さらに、保護者の過去の食体験及び食育への関心と、家庭において子どもへの食育の実践内容との関連について検討した結果、過去に食体験を多く行っていた保護者は、家庭における食育への関心も高く、家庭における食育を実践していることが示唆された。これらのことから保護者の過去の食体験が、現在の家庭における子どもへの食育や次世代に影響を与えることが示唆された。

以上、本研究の結果から、家庭における体験格差が示唆されたことより、幼稚園という教育の場において、食体験を積極的に取り入れることにより格差を縮小する必要がある。平成28年度から開始された第三次食育推進基本計画<sup>17)</sup>において、「就学前の子供の食育推進」の充実があげられている。また、第二次食育推進基本計画<sup>5)</sup>に引き続き、国民が食料の生産から消費等に至るまでの食に関する体験活動に参加するとしていることから、幼稚園だけでなく、保育園や認定子ども園等において、家庭で実践しにくい栽培・収穫・調理の一連の流れを考慮した食体験が望ましいと思われる。園が園児に対して栽培から調理までの食体験を行うことにより、保護者への波及効果が得られ、その結果、保護者と子供が食体験を実施することが多くなると考えられる。また、

家族行事や家事手伝いのように家庭でしかできない体験の中でも食に関する体験を推進するために、園から食体験の少ない保護者に食育の関心を高める直接的なアプローチをすべきと考える。具体的なアプローチとして、園からの食体験推進のリーフレットの配布や親子参加型の食に関する行事の実施等が考えられる。幼児期における食体験を通じた食育は「体験の力」の育成に効果的であり、園、家庭、地域が連携して豊かな食体験をしていくことにより、望ましい子ども像に近づくものと思われる。本研究の限界として、食育に積極的な2つの幼稚園における調査結果であることから、今後もさらに対象を広げ研究をしていく必要がある。

## V. 要約

幼児期の食育における食体験の重要性を検討することを目的に、幼稚園児の保護者579名を対象として調査を実施した。5歳児園児の食体験は、植物との関わり(栽培・収穫・調理体験)よりも家族行事、家事手伝いの食体験の方が多かった。植物との関わり、家族行事、家事手伝いの食体験をしていない園児も多くみられ、家庭における体験格差があることが示唆された。園児の食体験と体験の力との関連では、家事手伝いを行っている園児は、体験の力(規範意識・人間関係能力)と有意な関連が見られた。園児の食体験と正義感・道徳観(自分自身・他の人・自然・集団)との関連では、家族行事は自分自身と、家事手伝いは4項目全てと有意な関連が見られた。また、過去に食体験を多く行っていた保護者は、園児の食体験と有意な関連が見られた。全保護者を対象に過去の食体験状況を調査した結果、保護者においても食体験格差が見られた。さらに、保護者の過去の食体験及び現在の食育への関心と、食育の実践内容との関連について検討した結果、過去に食体験を多く行っていた保護者は、家庭における食育への関心も高く、家庭において食育を実践していることが示唆された。以上より、幼児期における食体験は、体験の力(規範意識・人間関係能力)、正義感・道徳観や食への関心を育むことが示唆された。

## 謝辞

本研究の調査にご協力いただきました学校法人睦美学園 睦美幼稚園と学校法人大阪東学園 大阪ひがし幼稚園の先生方ならびに保護者の皆様に心より感謝申し上げます。

## 利益相反

利益相反に相当する事項はない。

## 参考文献

- 1) 食育基本法：平成 17 年 6 月 17 日法律第 63 号，最終改正：平成 27 年 9 月 11 日法律第 66 号  
[law.e-gov.go.jp/htmldata/H17/H17HO063.html](http://law.e-gov.go.jp/htmldata/H17/H17HO063.html) (2016 年 10 月 8 日アクセス)
- 2) 内閣府：食育に関する意識調査報告書，平成 25 年 3 月  
[http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h25/pdf\\_index.html](http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h25/pdf_index.html) (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 3) 内閣府：平成 27 年版食育白書  
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data//2015/pdf-honbun.html> (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 4) 厚生労働省：平成 25 年国民健康・栄養調査報告  
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/h25-houkoku.html> (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 5) 内閣府：第 2 次食育推進基本計画  
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/> (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 6) 文部省：子どもの体験活動等に関するアンケート調査，平成 10 年
- 7) 独立行政法人国立青少年教育振興機構：「青少年の自然体験等に関する実態調査」平成 17 年度調査  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo5/gijiroku/06031401/004.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo5/gijiroku/06031401/004.htm) (2015 年 10 月 3 日アクセス)
- 8) 独立行政法人国立青少年教育振興機構：「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」報告書平成 22 年 10 月  
[http://www.niye.go.jp/kenkyu\\_houkoku/contents/detail/i/62/](http://www.niye.go.jp/kenkyu_houkoku/contents/detail/i/62/)
- 9) 独立行政法人 国立青少年教育振興機構：「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」平成 21 年度調査報告書，平成 22 年 10 月 14 日  
[http://www.niye.go.jp/kenkyu\\_houkoku/contents/detail/i/61/](http://www.niye.go.jp/kenkyu_houkoku/contents/detail/i/61/) (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 10) 厚生労働省：保育所保育指針 平成 20 年 5 月
- 11) 文部科学省：幼稚園教育要領 平成 20 年 10 月
- 12) 足立恵子，中山玲子：幼稚園における園児の食べ物の名前認知度と教諭の保育の中での食育との関連，日本食育学会誌，**6**(2)，197-205 (2012)
- 13) 足立恵子，中山玲子：幼稚園版食育計画書の作成，京都女子大学食物学会誌，**67**，1-13 (2012)
- 14) 文部科学省：小学校学習指導要領第 3 章道徳  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/new-cs/youryou/syo/dou.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/syo/dou.htm) (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 15) 文部科学省初等中等教育局：体験活動事例集—豊かな体験活動の推進のために—平成 14 年 10 月，  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shougai/houshi/jirei/03071401.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/houshi/jirei/03071401.htm) (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 16) 文部科学省中央教育審議会：「今後の青少年の体験活動の推進について」(答申)，平成 25 年 1 月 21 日  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1330230.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1330230.htm) (2015 年 8 月 8 日アクセス)
- 17) 内閣府：第 3 次食育推進基本計画  
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/3ki-honkeikaku.pdf> (2016 年 7 月 13 日アクセス)