

保育園の保護者の食意識と食行動

熊本県立大学 環境共生学部 教授 松添直隆
熊本県立大学 環境共生学部 研究員 和島孝浩
尚絅大学 生活科学部 講師 川上育代

はじめに

熊本県地域子育て支援センター連絡協議会に加盟している熊本県内の保育園 51 園に通う 4, 5 歳児の保護者 1530 名を対象に, 2010 年 8 月に質問紙調査(自己式)を実施しました。今回, 「保育園の保護者の食意識と食行動」について取りまとめましたので, 以下に報告致します。

緒言

食に関する知識や文化などについては, 従来, 家庭を中心として親から子どもへ世代を超えて受け継がれてきた。しかし, 家族形態の多様化や食の外部化などにより食に関する知識や食文化などが世代間で伝承されにくくなっており, 家庭料理の衰退やファーストフードに慣れた子どもが多くなると食生活への影響が懸念される。食育基本法(平成 17 年施行)や関連法規では, 食育の推進と保育課程の中での食育計画の位置づけが明記されている。依然として課題や問題点も多い。幼児の生活習慣は養育者の生活リズムや社会の変化に左右されており¹⁾, 望ましい就寝時間に対する保護者の高い意識があるにもかかわらず, 行動が伴わないことが報告されている²⁾。さらに, 家庭や地域の崩壊により保護者が子育てに関する情報を正しく選択し, 子育てに活用することが難しいのが現状である。このことから「新保育所保育指針」では, 保護者に対する保育園の支援についても明記された。

そこで, 保護者へ食に関する意識や行動についての質問紙調査を実施し, 保護者の食意識と食行動について世帯別に実態を把握し, 保護者に対する支援方法の資料を得ることを目的とした。

方法

1. 対象および調査方法

質問紙は無記名とし, 各クラスの担任保育士が配布し, 保護者に記入してもらった後, 園に回収を依頼した。質問紙には, 回答は自由意志でかまわないこと, 調査以外の目的には使用しないことなどを明記した。なお本研究の調査内容及び調査者の個人情報の取り扱いについては, 熊本県立大学の生命倫理審査委員会において, 審査を受け承認を得た。

2. 調査内容

質問項目は, 食意識, 食行動, 食育活動である。食意識については「子育てに関する食の情報源」について 9 つの選択肢から「情報を得る頻度の高さについて」に順位をつけた回答を求めた。また, 食環境づくりに大切なこと, 食卓を囲むこと, 食事の挨拶, 食品の安全や調理に関する知識・技術などの意識を尋ねた。食行動については家庭での日頃の食事状況(挨拶など), 中食や外食の頻度, 朝食摂取状況などの設問を設けた。朝食摂取状況は朝食摂取の有無と内容(平日・休日)の頻度について保護者とその子どもに複数回答を求めた。食育活動については保育園での食育の取り組みの認知度, 食育活動の参加有無や食育活動に参加しない理由について選択肢から回答を求めた。食育情報の入手手段については, 6 つの選択肢から優先度の高いものから順位をつけてもらった。保育園と家庭におけるコミュニケーションのツールとして, 食育活動の「野菜作り」の意義(有益性)について尋ねた。

3. 解析方法

対象保育園 51 園のうち 40 園（回収率 78.5%）の保護者 885 名（回収率 57.8%）から回答を得た。各家庭の世帯状況は 2 世代世帯が 508 人（62.7%）、3 世代以上世帯が 302 人（37.3%）、その他の世帯が 39 名（4.6%）であった。質問紙記入者は母親 848 名（96.7%）、父親 22 名（2.5%）、祖母 7 名（0.8%）であった。今回の解析では 2 世代世帯と 3 世代以上世帯の比較を行なった。解析には解析ソフト SPSS 18.0ver. for windows を利用した。世帯の 2 群の比較には ² 検定を用い、有意水準は 5.0%未満とした。

結果

保護者の食意識についての結果を表 1 に示した。「子育てに関する食の情報源」は「テレビや新聞等のメディア」が 2 世代世帯や 3 世代以上世帯のいずれの世帯においてもそれぞれ 51.3%、45.1%で優先順位 1 位では高かった。次いで、「保育園」が情報源としていずれの世帯でも頻度が高かった。また、表には示していないが、その他の食意識において「現代のこどもの食環境づくりに大切なこと」は「家庭から子どもへの働きかけ」という回答が最も多く 85.2%であった。

保護者の食行動についての結果を表 2 に示した。「1 日に 1 回は家族そろって食事をしていますか」では、いずれの世帯においてもそれぞれ「毎日する」が最も多く、2 世代世帯は（74.2%）、3 世代以上世帯は（74.6%）であった。保護者とその子どもに対して「食事の挨拶をしていますか？」の質問を行なったところ、世帯に関係なくほとんどが「いつもしている」「ときどきする」であった（2 世代世帯 98.2%、3 世代以上世帯 97.6%）。

「昆布やいりこでだしをとり、料理をしていますか？」の質問では、昆布やいりこでだしをとって料理を「毎日作る」と回答した 3 世代以上世帯（27.3%）は 2 世代世帯（16.5%）よりも有意に多く、「1 ヶ月に数回」もしくは「作らない」と回答した 2 世代世帯（27.4%、33.8%）は 3 世代以上世帯（20.1%、27.0%）よりも有意に多かった（ $p < 0.001$ ）。外食については「週 1 日」の外食の頻度は 2 世代世帯（27.0%）が 3 世代以上世帯（17.8%）よりも多い傾向がみられた（ $p = 0.064$ ）。中食の利用頻度については、「週 1 日」は 2 世代世帯（36.7%）が 3 世代以上世帯（28.2%）よりも有意に多く、「中食を食べない」3 世代以上世帯（14.8%）は 2 世代世帯（9.5%）よりも有意に多かった（ $p = 0.00$ ）。

保護者の朝食の摂取状況では、2 世代世帯の保護者と子どもの平日と休日の朝食内容は「主食+1 品」が最も多く、次いで「主食+2 品」であった。3 世代以上世帯の保護者の平日と休日の朝食内容は「主食+2 品」で、その子どもの平日と休日の朝食内容は「主食+1 品」であった。3 世代以上世帯の子どもの平日と休日の 2 番目に多かった朝食内容は「主食+2 品」であった。2 世代世帯の子ども（平日と休日）と 3 世代以上世帯の子ども（休日）で 3 番目に多かったものは主食以外（菓子パン、果物、飲み物）であった。主食以外は 2 世代世帯の子ども（平日 7.3%、休日 11.0%）が 3 世代以上世帯の子ども（平日 4.9%、休日 8.0%）よりも多い傾向がみられた。

一方、子どもの食事状況で気になることについてはいずれの世帯も「偏食」（2 世代世帯 27.4%・3 世代以上世帯 16.0%）が最も多かった。表には示していないが「偏食」の一番の原因として世帯状況に関係なく「野菜の好き嫌い」の回答が多かった。

保育園の食育活動についての結果を表 3 に示した。保育園の食育活動の取り組みは、いずれの世帯においても 80%程度知られていた。また、食育の取り組みを知るための情報手段として優先順位 1 位（最も頻度が高い順位）で最も多かった項目は「園からのお便り」（2 世代世帯 78.1%、3 世代以上世帯 81.1%）であった。次いで、優先順位 2 位では「子どもとの会話」（2 世代世帯 35.9%・3 世代以上世帯 35.7%）、優先順位 3 位では「送り迎え時の保育士との会話」が最も多かった。また、保育園で開催される食育活動には、いずれの世帯（2 世代世帯 57.3%、3 世代以上世帯 54.0%）も過半数以上の保護者は参加したことがなかった。食育活動に参加していない最も多い理由はいずれも「忙しい」（2 世代世帯 62.3%、3 世代以

上世帯 67.5%)であった。

「保育園の野菜作りが園と家庭とのコミュニケーションに有益ですか？」では世帯状況に関係なくほとんどの保護者の回答は「とても有益である」「有益である」であった(2世代世帯 92.5%, 3世代以上世帯 93.8%)。食育活動に対する保護者の意識や行動のすべての項目において、世帯状況による差は見られなかった。

考察

本研究の目的は、世帯状況が異なることが保護者の食意識や食行動にどのように影響しているか、その現状を把握し、保護者に対する支援方法の資料を得ることである。子育てに関する食の情報源は、いずれの世帯も「テレビや新聞などのメディア」が情報を得る方法として最も頻度が高かった。以上のことから、祖父母の同居に関係なく、保護者は子育てに関する食の情報源を「メディア」に頼っていることが明らかになった。「メディア」による情報は大人の食生活に影響し、さらに子どもの食生活へ反映されやすい。保護者の食生活・食意識は子どもの食生活や食意識に影響を及ぼすことが報告³⁾されており、正しい情報を得ることが重要である。次いで、世帯状況に関係なく情報源として「保育園」が選ばれた。情報源を「メディア」に頼る一方で、保育園からの食の情報源も重要視されており、メディアに代わってより確かな情報を発信していく必要があると考える。

保護者の食意識について、表には示していないが、子どもの食環境づくりのためには「家庭から子どもへの働きかけが大切」とほとんど保護者は回答していた。世帯状況にかかわらず「食卓を囲むことはとても大切である」、「食事の挨拶はとても大切である」、「食品の安全や調理に関する知識・技術を意識している」などの食意識は高かったが、「食事の挨拶をいつもしている」、「自分の子どもの年齢に合った適切な食事内容、食事量を十分知っている」、「だしを取って料理をする」などの保護者の食行動は低かった。新小田ら²⁾は保護者の意識と行動が必ずしも伴っていないことを指摘しており、本研究もこれを支持する結果であった。

食行動についてみると、3世代以上世帯では、「昆布やいりこでだしをとって料理を毎日作る」は3世代以上世帯が2世代世帯よりも有意に多かった。さらに中食及び外食の利用頻度は3世代以上世帯よりも2世代世帯が有意に多い結果であったことから、世帯状況の違いが食生活に影響を及ぼしていると推測された。表には示していないが、「1時間以上食卓を囲む」割合は3世代以上世帯が2世代世帯よりも有意に多かった。休日の子どもの「菓子パンや、果物、飲み物」などの単品の摂取は、2世代世帯の子どもが3世代以上世帯の子どもよりも多い傾向がみられた。岸田ら⁴⁾は母親の就業状態に関わらず祖父母の同居は、母親の食意識が高くなり、その子どもも影響を受けて食意識が高くなることを報告しており、本研究でも同様の結果が得られた。

保育園での食育活動を進めるためには、園児の実態を把握することが大切であるが⁵⁾、保育園の食育活動の取り組みについては、いずれの世帯も「園からのお便り」や「子どもとの会話」「送り迎え時の保育士との会話」などから情報を得ていた。しかし、過半数以上の保護者は保育園で行われている食育活動に「忙しい」を理由に参加していなかった。このことから「お便り」や「送り迎え時の会話」は保護者に食育活動の意義や内容を伝えるのに重要なツールであると考えられる。これらを使うことにより、食育活動への参加を促し、保護者の食意識を高めていくことが望ましい。

本研究により、3世代以上世帯に比べ、2世代世帯が食意識と行動が伴い難いことが示唆された。核家族化が進む現代において、世代間での食に関する知識や食文化の伝承がさらに難しくなっていくなか、保育園からの「お便り」や「会話」による情報提供が重要である。今後はさらに情報提供だけではなく、忙しくても保護者が実行可能な食行動への具体的な支援活動が必要であると考えられる。

結論

熊本県内の保育園 51 園に通う 4, 5 歳児の保護者へ質問紙調査を実施し, 保護者の食に関する意識や行動について世帯別に実態を把握し, 保護者に対する支援方法の資料を得ることを目的とした。その結果,

- 1) 保護者は子育てに関する食の情報源を祖父母の同居に関係なく「メディア」に頼る一方で「保育園」からの情報も重要視していた。
- 2) 保護者の食意識は世帯状況に関係なく高い傾向があり, 中食及び外食の頻度は 3 世代以上世帯が 2 世代世帯よりも有意に低かった。
- 3) 保育園の食育活動の取り組みについての主な情報源は, 世帯状況に関係なく「お便り」「会話」であった。

以上より, 3 世代以上世帯に比べ, 2 世代世帯が食意識と行動が伴い難いことが示唆された。核家族化が進む現代において, 世代間での食に関する知識や食文化の伝承がさらに難しくなっていくなか, 保育園からの「お便り」や「会話」による情報提供が重要である。今後はさらに, 忙しくても保護者が実行可能な食行動への具体的な支援活動が必要であると考える。

引用文献

- 1) 鈴木みゆき : 親子の生活リズムづくり。教育と医学 2008 ; 56 : 24-31
- 2) 新小田春美 : 乳幼児の発達年齢および親子の睡眠習慣からみた遅寝の実態とその影響要因の分析。福岡医誌 2008 ; 99 : 246-261
- 3) 名村靖子他 : 保護者の食意識が幼稚園児の食生活, 食関心に及ぼす影響。大阪教育大学紀要 2009 ; 57 : 27-35
- 4) 岸田典子他 : 母親の就業および祖父母同居。広島県立広島女子大学生生活科学部紀要 2003 ; 9 : 75 - 86
- 5) 小川雄二 : 食育を計画的・系統的にすすめるために。食べもの文化。東京: 芽ばえ社, 2008 ; 397 : 12-16

謝辞

本研究に快くご協力いただきました熊本県地域子育て支援センター連絡協議会所属の保育園, 保護者の皆様に厚く御礼申し上げます。

本論文の公開予定

本報告は, 日本保育園保健学会(日本保育園保健協議会)の学会誌「保育と保健」に投稿する準備を進めています。