

「平成 26 年度乳幼児期の食育に関するアンケート調査」

報告書

平成 2 7 年 1 月

さいたま市保健福祉局保健部健康増進課

## 目 次

I	アンケート調査の概要・・・・・・・・・・	2
II	調査結果・・・・・・・・・・	3
III	自由記載・・・・・・・・・・	9
IV	考察・・・・・・・・・・	19
V	調査票・・・・・・・・・・	20

## I アンケート調査の概要

### 1 調査目的

市内保育施設等における食育の取組について、平成21年度に実施した同調査からの変化をみるとともに、乳幼児期の食育の課題に対する各園での取組状況、必要な支援を明らかにすることを目的とする。

### 2 調査方法

- (1) 対象：市内幼稚園、保育園、市認定保育施設（ナーサリールーム、家庭保育室、地域型事業所内保育施設）、市認定外の認可外保育施設、認定こども園
- (2) 配布方法：各施設協会総会での配布、郵送による配布
- (3) 調査期間：平成26年6月2日（月）～6月30日（月）
- (4) 回収方法：FAX または返信用封筒による回収

### 3 調査内容

- (1) 各園の状況について
- (2) さいたま市の食育推進について
- (3) 各園での食育活動について  
(調査票を巻末に掲載)

## II 調査結果

### 【回収率及び回答施設・者の属性】

回収率は全体で 71.4%であった。公立保育園（96.7%）が最も高く、次いで「ナーサリールーム・地域型事業所内保育施設」（75.7%）、私立保育園・認定こども園（73.1%）であった。

	施設数	回収数	回収率
幼稚園	106	63	59.4%
公立保育園	61	59	96.7%
私立保育園・認定こども園	93	68	73.1%
ナーサリールーム・ 地域型事業所内保育施設	74	56	75.7%
家庭保育室	60	37	61.7%
市認定外の認可外保育施設	29	19	65.5%
合計	423	302	71.4%

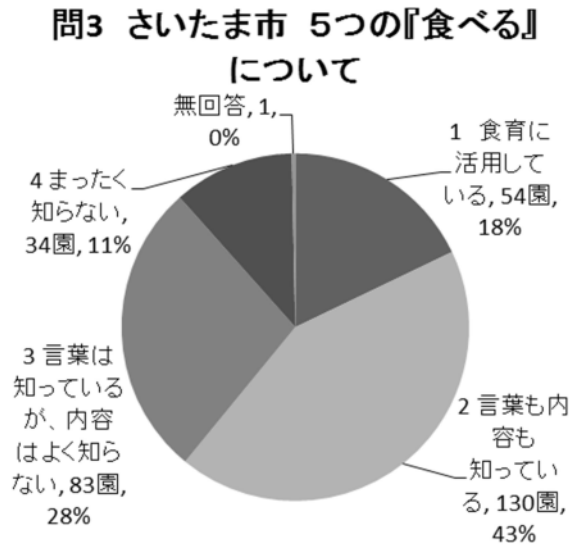
### 【職種】

回答者の職種について、施設長（47.4%）が最も多く、次いで保育士（21.3%）、幼稚園教諭（10.7%）であった。

問2 園児数（平均園児数±標準偏差）、は0歳児（3.9±3.9人）、1歳児（8.8±6.4人）、2歳児（10.0±7.8人）、3歳児（21.3±23.4人）、4歳児（22.2±26.6人）、5歳児（23.0±28.2人）であった。

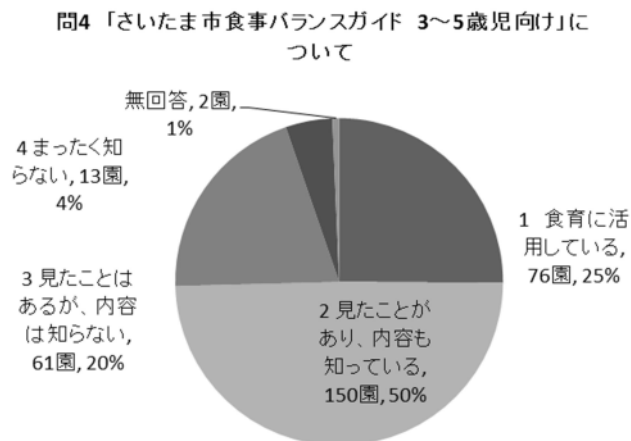
問3 「さいたま市5つの『食べる』について

さいたま市 5つの『食べる』について、「食育に活用している」は54園(18%)、「言葉も内容も知っている」は130園(43%)、「言葉は知っているが、内容はよく知らない」は83園(28%)「まったく知らない」34園 (11%)、無回答1施設であった。



問4 「さいたま市食事バランスガイド 3～5歳児向け」について

「さいたま市食事バランスガイド 3～5歳児向け」について、「1 食育に活用している」は76園(25%)、「2 見たことがあり、内容も知っている」は150園(50%)、「3 見たことはあるが、内容は知らない」は61園(20%)、「4 まったく知らない」は13園(4%)であった。

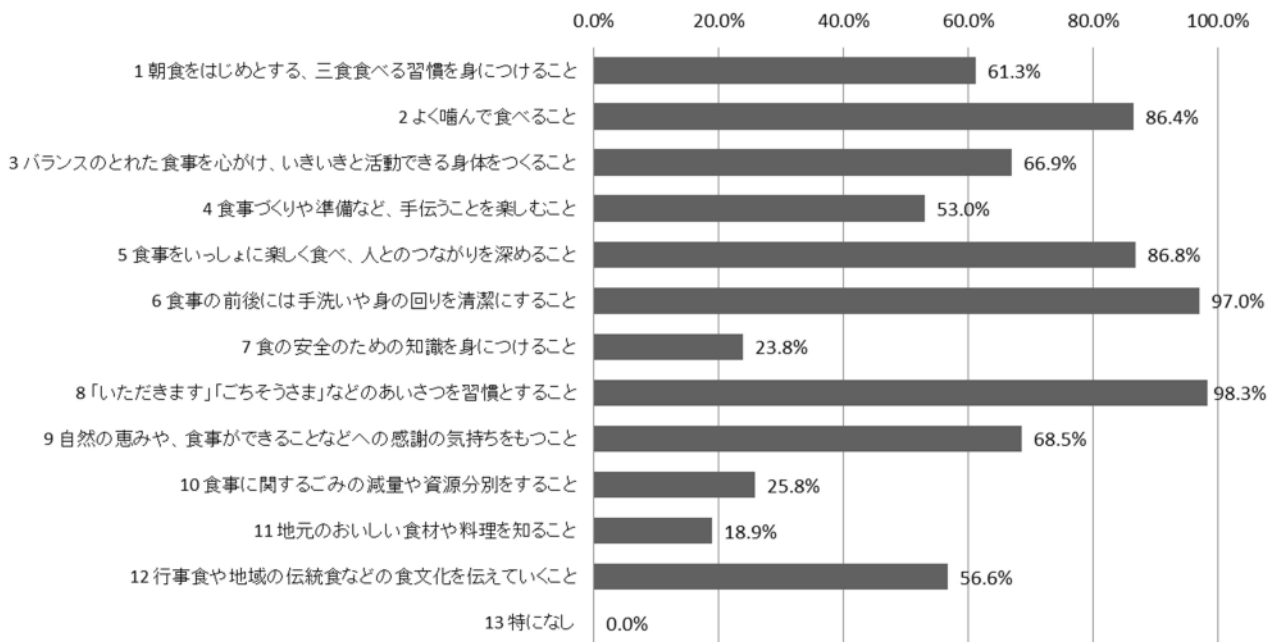


問5 各園での食育活動について

8割以上の施設で行っている食育活動は、「2 よく噛んで食べること(86.4%)」「5 食事をいっしょに楽しく食べ、人とのつながりを深めること(86.8%)」「6 食事の前後には手洗いや身の回りを清潔にすること(97.0%)」「8 いただきます・ごちそうさまなどのあいさつを習慣とすること(98.3%)」であった。

一方3割以下の施設で行っている食育活動は、「7 食の安全のための知識を身につけること(23.8%)」「10 食事に関するごみの減量や資源分別をすること」「11 地元のおいしい食材や料理を知ること(18.9%)」であった。

問5 各園で行っている食育活動(全体)



(平成21年度調査との比較)(幼稚園、公立・私立保育園のみ)

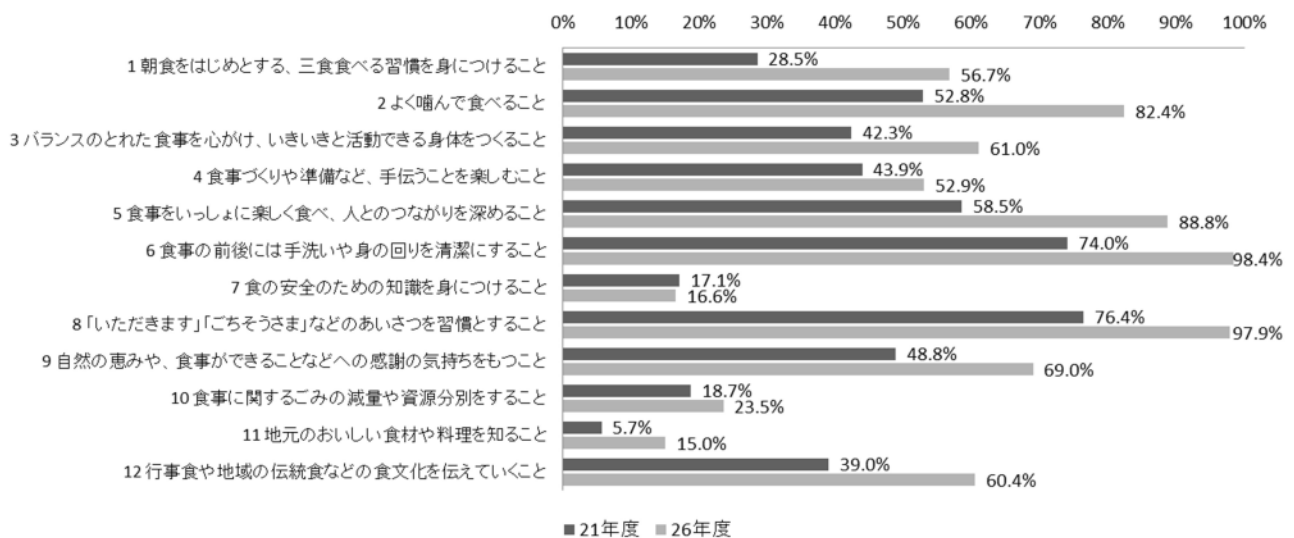
・各園での食育活動は平成21年度調査の時と比べて、増加している項目がほとんどであった。

・「7食の安全のための知識を身につけること」はやや減少しているが、「6食事の前後には手洗いや身の回りを清潔にすること」は増加している。

・約6割の園が行っている食育活動は、「1朝食をはじめとする、三食食べる習慣を身につけること」「3バランスのとれた食事を心がけ、いきいきと活動できる身体をつくること」「4食事づくりや準備など、手伝うことを楽しむこと」「5食事をいっしょに楽しく食べ、人とのつながりを深めること」「12行事食や地域の伝統食などの食文化を伝えていくこと」であった。

・約2割の園が行っている食育活動は、「7食の安全のための知識を身につけること」「10食事に関するごみの減量や資源分別をすること」「11地元のおいしい食材や料理を知ること」であった。

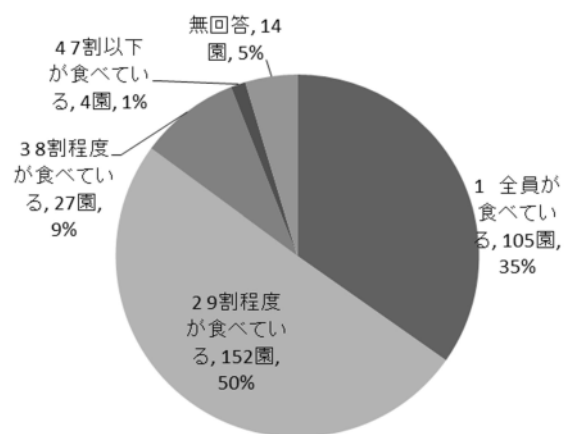
問5 各園で行っている食育活動(幼稚園、公立・私立保育園)



### 問6 園児の朝食摂取について

在園児の朝食摂取状況について、「全員が食べている」は105園(35%)、「9割程度が食べている」は152園(50%)、「8割程度が食べている」は27園(9%)、「7割程度が食べている」は4園(1%)、無回答は14園(5%)であった。

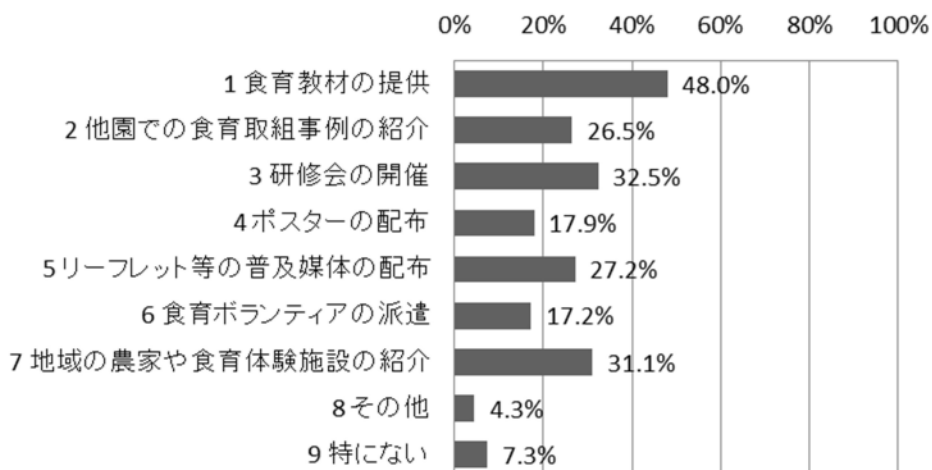
問6 園児の朝食摂取について



(6) 今後の食育に必要な支援について

- ・今後必要な支援として、要望の多いのものとして、「1 食育教材の提供(48.0%)」「3 研修会の開催(32.5%)」「7 地域の農家や食育体験施設の紹介(31.1%)」「2 他園での食育取組事例の紹介(26.5%)」「5 リーフレット等の普及媒体の配布(27.2%)」が挙げられた。
- ・一方「4 ポスターの配布(17.9%)」「6 食育ボランティアの派遣(17.2%)」は少なかった。

### 問7 今後必要な支援(全体)





必要な支援「8その他（自由記載）」についての意見は以下のようなものがあった。

ポスター、パンフレットの掲示	(ポスター)パンフレットを各家庭に配布できると良いと思います。
	ポスターを貼る
噛むことのチラシ	よく噛むことへの家庭向けのちらし又はポスターなどがあればうれしい。
野菜作り	現在、自分達で育てた野菜を塩もみやサラダにして食べています。
	畑で野菜作り、収穫
	園の組織として食育には力を入れていて、今年は身近な旬の食材に触れたり皮をむいたりする体験、乾物を扱ってみたり、だしの違いを味わったりまた食材クイズをしてみたり、年齢に合わせて活動していく予定でいます。野菜を育ててその育ちを観察したり、収穫の喜び、自分たちの育てたものを味わう喜びも経験し、食への興味を深めていきたいと思って取り組んでいます。
	野菜の育て方講習会
	野菜の苗、種を植え、育て観察、給食で調理してもらおう。
地産地消の導入	地産地消の取り組みをしたいのでその情報
ボランティア	一度導入したい
地域の食育施設	どんな事が出来るのか興味があります。
0-2歳児の食育	在籍児が0歳～2歳のクラスなので小さい子向けの食育を学べる機会があると良いと感じています。
ボランティア	園所有の農園ボランティアの派遣
その他	特にアレルギー対策について知りたい
	食事が出来上がる以前には様々な事柄を経ていることを、子供達が見たり聞いたり、体験等を交えて理解できれば、と考え実施しております。
	園独自の食育を行っておりますが、支援して頂けるのであれば、お願い致します。
	給食を委託しています。

#### IV 自由記載

(7) その他、食に関して日頃感じていることや課題、取組、意見（自由記載）

自由記載欄には、以下のような記載があった。

保護者・家庭での食事	<p>・朝食をとらずに来室する子、又、ミルクで代用している子が多い。</p> <p>・夕食のメニューが、ラーメン、のりまき、など、外食だったり、メニューのワンパターン化が目立つ。特に、年令のわりには、離乳食がすすんでいない。〇〇、〇〇も食べたことがないという報告があり、足りない分は母乳ですませている。母乳神話があり、母乳をのんでいれば栄養が、確保されているという考えがあるようだ。保育園にあずけるにあたって、母乳のみでマグや哺乳瓶を全くうけつけない 0 才児も…家庭での食生活の乱れが、子どもの成長に大きく影響すると思う。</p>
	<p>・食に関しては、まず保護者の子どもに対する食生活への意識の向上を推める必要があると思っています。</p>
	<p>一日三食とすると、園での食事は、1食、その1食で食育をすることは、なかなかむずかしい。伝わらぬおそれあり（二食家でしっかり食べていても幼児に外食の味を覚えさせない方がよいとも考えている。）母親の愛情をしっかりと感じさせる弁当持参を！！給食にすることが親支援という考え方はまちがいと思う。</p>
	<p>家庭での食事、家庭料理が大事だと思う。その上で、幼稚園など、集団で食べることの楽しさがわかるのではないかな。</p>
	<p>食べることの大切さを再認識してほしいです。母親は料理をしっかり作り、家族の者がいつでもお腹がすいたら出してあげられるように心がけてほしいと思います。”愛情は台所から”を忘れずに！</p>
	<p>食育の大切さについて保護者への啓発の仕方。食育は保護者の意識によって大きく左右されるので保護者の意識を高める必要があると考える。</p>
	<p>食事をしっかり食べられる子と興味のない子の差が大きい様に思います。野菜等、実際に育てたり収穫する経験が食に対して興味を持てるようになる子どもが増えています。このような取り組みを各家庭でもできたら良いと思います。（プランターを使って）</p>
	<p>朝食がほとんどの子どもが食べてくるが、菓子パン（チョコレートパン、アンパン）のみコーンフレークのみ、ドーナツのみ…ジュースのみ…という子もいる。栄養素摂取の偏りがみられる子ども、偏食（給食時）が多い子どもなど…それらの子どもの弁当の中身を見ると、インスタントもの、冷凍食品など食品加工食品が多く入っていることが多い（毎回ではないが頻度が多いように思う。）◎弁当作り…意識して色どりのよいもの「旬」のものをとり入れる…ご家庭も多くみられる。⇒残さず食べる子どもが多い。</p>
	<p>幼稚園では楽しく美味しく食べることを心がけ、手を洗ったり、姿勢、おはしの持ち方など全体に気を付けているつもりですが、家庭での躰が身に付かないようです。「お家でもしてみようね」と子ども達にはいつも言っています。</p>
	<p>園でいろいろやっても家庭での食が乏しい。マナーなど見直すべき所もたくさんある。（親も職員もできない）</p>
	<p>家庭での食事風景や食習慣をしっかり把握する必要があると感じている。そこから課題を見つけ、園での食育活動につなげていきたい。</p>
	<p>近年、食中毒への注意等の問題から、施設で生の食材を提供するのが難しくなった為、家庭での食事で、野菜本来の旨味や食感を味わっていただきたいと思っています。</p>
	<p>1歳児が多いので、何でも好き嫌いをなく食事をする事、手洗い、挨拶など基本的な事が身に付くように心がけています。お家での食生活がそのまま個人の人格に影響していると感じます。園での食育活動を通し、育児をしている保護者の方々にも食の大切さを知ってもらい、お家での食育のレベルが上がり、子供達の心が豊かに育ってほしいと思います。</p>
	<p>保育園での子ども達への食育がどの程度保護者へ普及しているのか新開設園なので様子がわかりません。保護者の認識がすごく高い人と低い人との差が激しくその差をうめるのも</p>

	大変時間がかかると思います。
	・4、5才子ども向け又は、保護者に向けて食育指導を行っている。・今年度は、食育担当が、掲示板を作成し、旬の物やからだのこと栽培情報など食育に関することを保護者へ発信したり、食育劇などで楽しく学べる内容を工夫し考えている。食の大切さ、楽しく食べる、みんなで食べるなど、基本的なことを保護者にも伝えていきたい。
	・食育の壁新聞を定期的に貼り出したり、給食の人気メニューのレシピを紹介したりなど、園と家庭で食育の連携がとれるようにしている。
	食育新聞の発刊や、給食室より保護者に向けレシピや食事の様子を紹介などをしています。子ども達は食に関する興味、関心が高まっていますが、保護者の食に関する興味関心は、人により差もあり、難しいと感じる事もあります。
	忙しい保護者にとっても子どもにとっても給食は貴重な食育の機会だと思います。保育参加や一日保育士体験の時に保護者にも給食を提供し一緒に食べてもらっています。
	様々な家庭があり、食に対しての意識もそれぞれな中、保育園でできる事は何か悩む事が多いです。
	・食育が大切なことであるが、保護者が認識をされていない状況で、食事に関してどのように話しをしたら良いのか、考えてしまいます。・園では、好き嫌いなく食べられるように、調理に工夫したり、子ども達に声掛けしています。
	最近は、季節に関係なく、1年中色々な食材が手に入る時代のため旬の食材を意識し、食育に活かしています。課題としては、保育園だけではなく、ご家庭でも、好き嫌いなく、バランスの良い食事がとれるよう、保護者にも真剣に取り組んでいって頂けるよう支援し続けていく事です。
	保育園に預けている子供達は、働いている保護者が多く朝は、忙しいのか、ヨーグルト、バナナ、パンのみ、野菜ジュースなどの1種類だけのおうちも多い。家では、食べないものでも園では食べている。親の調理の仕方にも問題がありそうだ。
	お家では、いっさい野菜（特に青い野菜）を食べないとよく聞きます。
	保育園から帰宅し、夕食ができるまでの時間、ぐずってしまうからという理由でスナック菓子や、チョコレートなどを食べさせてしまう保護者の方がとても多いようです。（しかも1歳児や2歳児）短時間でバランス良く作れるお子様むけのメニューの紹介などがよいのでは。
	味付の濃いものや嗜好品に慣れている子どもが多いと感じる。
	保育園の給食は栄養バランスもよく、友達や保育士と一緒に楽しい雰囲気であることが出来ているが、家庭では（平日は）バランスの良い食事、ゆったりとした楽しい食事、というのが難しい家庭も多いと思われるので、保育園での食事の時間がより重要になっていると感じる。
	保育参加を通じ保育園の給食を知ってもらい、食育アンケートを通し、家族との連携を図っています。
朝食	・朝食をとらずに来室する子、又、ミルクで代用している子が多い。
	（取組）「朝ごはんはと具だくさんのみそ汁を毎日食べる」をあい言葉にしてとりくんでいる。試食会をしている。離乳食は、栄養士がこんだん会に出て、直接話を聞き、相談、指導に当たっている。
	家庭の事情で食事を取ってこない子どもがいる。
	・問6に関しては園で調べていないのでよくわかりません。又、朝食がアイスやオレンジジュースのみだったりする場合にも食べたといえるのでしょうか？深い質問でないかわからないのが現代なのでしょうか。

	<p>・0歳児で朝の時間外を行っているがおなかですいて午前の離乳食が待ちきれずに泣いてしまう子どもが多くなった。</p> <p>・朝食を食べて来ない子もいて、遊びの時間に遊び込めない子がいる。</p> <p>朝食がミルク、野菜ジュース、菓子パン等で済ませてくる家庭もあり、伝えても変わらずどうなのだろう?!と思う時がある。</p> <p>0～1才児が多いので保育室での食事の重要さを常に頭に置いて食事介助にあたっております。早朝早い子は6：30ころ来る事もあり、登園してから持参した食事を食べたりと朝食が自宅で摂るのが困難だったりする子もいるので特に昼食には気を使っております。メニューや食材を豊富にそろえて提供するよう心がけております。</p> <p>子供達の朝食メニューを見ると、お腹が満たされればよいというメニューが多く感じられます。仕事をもった忙しいママ達なので、大変だとは思いますが、時には、その事に触れてアドバイスをすることもあります。汁物を好まない子供もいます。やはり飲みつけていないのが原因なのではと思い、当園では、毎日みそ汁を出しています。少しずつのめるようになりました。</p> <p>朝食は全員が食べているがゼリーだけ、ヤクルトだけの家庭もある。食べないよりはよいのだろうがよく噛むもの、栄養のあるものにしてもらいと感じる。</p> <p>・朝食が菓子化してきているように感じる。(菓子パン、朝から子どもの機嫌取りの為お菓子を与えるなど)・日本の粉ミルクが非常に優秀なので、3才まで、ミルクを普通にごはんかわりに(特に朝)与えている保護者がいた。何度話しても、しっかりごはんをあげてくれず、空腹で泣きわめいたりして、とてもかわいそうでした。</p> <p>当園では、連絡帳を通して家庭で食べたメニュー(朝、夕)をお知らせいただいています。ほとんどのご家庭が食育の大切さを感じていらっしゃるようですが、一部のご家庭では同じようなメニューが続いたり朝はパンやヨーグルトなど一品のみという状況の方もいます。ご両親がお仕事で食事を作る時間がないのかな、という様子もみうけられますので、簡単で栄養価の高いバランスのよいメニューなどのレシピがあるとよろこばれるのかなと思います。</p>
お弁当と給食	<p>・給食を全く取り入れておらず、お弁当なので、どうしても、内容的に片寄りがあることが気になっている。</p> <p>自園では週3日お弁当、週1～2日が給食です。お弁当はお家の人の手作り(冷凍食品もありますが)その子の好きなものや工夫をして作ってくださり、子ども達もよく食べています。給食は、苦手なものもみんなと一緒に食べられるようになったり、牛乳も飲めるようになる子もいるのでそれぞれのよい所をいかしていきたいと思えます。</p> <p>昼食は給食センター所の給食です。月、水、金、給食は週3日、7～9月は、月～金週5日給食です。</p> <p>特にないですが、お弁当などお母様方も子供が食べれる様とても工夫している所が見られます。逆にキャラに走りすぎて栄養が片寄っているお弁当も見られます。</p> <p>本園は幼稚園なので、母親にお弁当を作ってきてもらいたい所だが、実際は子どものためにはならないお弁当を用意されてしまうこともあり、苦慮している。むしろ園側できちんとした食事を用意してしまう方が子どものためになるかもしれないと考えている。</p> <p>給食は委託業者となっているが食育に関しては、園の食育担当と連携を取りながら計画的に進めている。</p>
方はしの使い	<p>・おはしを使えない子が多くなっている。</p> <p>コンビニやファーストフードなど、いつも手軽に口に入る物は不自由なく身近にあります。成長期に大切な、食事のバランスについて心がけて」もらえるよう啓発していきます。</p>

食べる速さ 固い食品	<p>歯科園医から勧められ、昼食事に堅い食品（小魚、大豆、おから食品など）を毎週1回与えています。</p>
	<p>固い食材を噛めない・飲み込めない子どもが増えている。食生活の変化もあるが、園では給食やおやつでいろいろな食材を経験できるようにしている。</p>
	<p>咀嚼について・よく噛むという事を理解できず、丸呑みしているような食べ方をする子がいます。どのように教えればよいのでしょうか。・咀嚼力が弱く、肉や魚が口の中でくちゃくちゃしてしまい、いつまでも口の中に食べ物がある状態の子がいます。上手に食べられる方法はありますか？</p>
	<p>咀嚼力が弱い為、肉や魚を食べた際、くちゃくちゃしてしまい、なかなか飲み込めない子に対して、どのように援助していけばよいのでしょうか？ひき肉やほぐした魚も口の中に残ってしまうことがあります。</p>
	<p>よく噛むことへの家庭向けのちらし又はポスターなどがあればうれしい。</p>
	<p>食べ終える速さを競う様子が見られる。(幼児) よく噛んで食べる事の大切さを伝えられるような食育をしていきたい。</p>
野菜栽培	<p>取組では、園庭では、様々な野菜を育て、色・形、においや手触り…と五感を通して感じられるように育て、収穫できたら順番に家庭に持ち帰っています。</p>
	<p>園の畑を持ちさまざまな野菜づくりをしています。子どもと収穫したり、家にお土産として持ち帰り、保護者に調理して食卓に出してもらったりしています。「ぼくが採ったんだよ」という気持ちから今まで食べられなかった野菜が食べられるようになったという話をよく聞きます。</p>
	<p>また、プランターで年長児が育てたトマトやナスやきゅうりなど（その年、子ども達と育てるものを決めています）を収穫して食べます。自分達で育てたからこそおいしいと思えたり、初めて食べたという子もいたり、これからも続けていきたい活動です。</p>
	<p>自園の畑でじゃがいも、ミニトマト、きゅうり、さつまいも、だいこんなどを子どもたちが収穫することによって嫌いな野菜が食べられるようになった。</p>
	<p>さつまいも掘りをさせてくれる所をさがしています。</p>
	<p>・子ども達は、一年を通して野菜を栽培しています。これから、とまと、じゃがいも、人参が採れる予定です。裏山でもたけのこもとれます。・クッキング保育では、子ども達が主体的に毎年取り組んでいます。日常生活の中でもお米とぎや野菜洗いなどもしています。</p>
	<p>季節の野菜をプランター等で育てたり、梅ジュース作りやグリーンピースのさやむき、こんにゃくをちぎったりなど、配膳の手伝いをしたり、園庭のみかんの木やジュンベリーの木など実がなる木があるので、育つ家庭を見続け収穫を楽しんだりおやつ作りに発展させたりと日々の保育の中で食べ物等に興味関心をもてるように取り組むと共にその大切さを常に伝えていっている。</p>
	<p>子どもたちは、自分達が育てた野菜、収穫した野菜は思い入れも有り、関心を持ちながら接しています。そのものが、調理されて、給食に出てくると、食欲も良くなります。やはり「楽しく食べる」事により、身心共に成長するのだと思います。</p>
	<p>取組として、子ども達が育てた夏野菜を食べたり、職員も田植えをした佐渡の棚田の米を食べる等。</p>
	<p>食べ物の大切さを知ってもらうために毎年食育活動の一環として野菜づくりや稲づくりを行っているが、野菜づくりなどの育て方の専門的知識をもった職員がいないので、参考書を見て試行錯誤でやっている現状です。専門的なボランティアの方を派遣して頂けたら、子どもたちにもさらに詳しく教えてあげることでもできるなと思いました。</p>
<p>畑での野菜の栽培について、農家の方等の助言がいただけると助かります。</p>	

	無料で野菜の苗の提供があったら嬉しいです。
	地域の農家の方のところで夏野菜、芋ほりの体験をしています。
	・ 4, 5才は畑に苗を植えて育てている。・ 食器の置き方等伝えている。
	4, 5才児が野菜を育てているので、収穫した野菜を給食室と連携しながら食べたりし、食材を身近に感じてもらえるようにしていきたい。また、皮むきなどの経験も子どもたちにさせていきたい。
	・ 課題としては、野菜等は見た目で減らしてしまう子もおり、子どもたちの苦手意識が少しでもなくなってくれたらと考えています。・ 野菜の栽培を通して、自分たちの手で育てることが育てる喜びを感じると共に食への、興味、関心、意欲へもつながればと思い取り組んでいます。
	トマト、ナスなどの野菜の栽培、収穫や給食の食材（そら豆の莢むき、とうもろこしの皮むき等）に触れたり、調理前の食材を見たりしている。
	園庭を利用して、ゴーヤ・きゅうり・トマトなどの野菜を年間を通して栽培することで食材、食べる事に興味関心が持てるようにしています。又、食育集会を年に3～4回開催しマナーや自然の恵みなども伝えています。子ども達だけでなく保護者に向けて発信をしていく事が今後の課題だと思っています。
	食材の準備（とうもろこしの皮むき、きぬさやのすじ取りなど）を手伝ったり、野菜スタンプをしたり、野菜を育てたりすることで、給食への関心が増し食欲へとつながっている。
	・ 園内の小さな菜園で子供達と野菜の種をまいたり苗を植えたり収穫して、食べたりと楽しみながら食育に取り組んでいます。・ その日の昼食のメニューの材料や作り方を子供達の前で説明しています。
	年中、年長が野菜の苗を育て、水をあげる、草取りをするなど野菜が実るまでの生長を見えています。
	保育園では、食材を紹介したり、そら豆やとうもろこしの皮を年長児がむいたり、野菜を栽培して食べる等、子どもたちが食に対して興味関心をもてるよう工夫しています。また、給食、おやつを展示したり、子どもたちが皮むきをしている様子や栽培している様子を写真で保護者に伝え、親子で食に対して話しができるようにしていきたいと思っています。
	保護者の家族の方が野菜作りを趣味にしているので時々、野菜を頂き、土のついた新鮮な状態を子ども達に見せることが出来たり、園としてもミニトマトやゴーヤなど手作りしているのだからこれからも続けて食育に取り組みたいと思っています。
	・ 月に1回、子どもたちが給食おやつを作れる機会を設けたり、簡単ではありますが、家庭菜園で作れたものを食べて、食材のありがたさを学んでいます。
	・ 限りある予算のワク内で、いかに楽しい食育が進められるのか日々検討しています。自分達で作ったものや、調理したものは、興味をもって食べているので、クッキングや家庭菜園をとり入れています。
	最近の子ども達は、食べず嫌いが多いのと、大地の恵みを沢山含んだお野菜は、すごく甘くて美味しい食べ物だともっと沢山の子ども達に知ってもらいたい。
報 農 家 の 情	・ プランターでミニトマトやはつか大根を子どもと一緒に育てている。小さいものはできるが園庭がないため、大きなものは育てられない。近くに農家があれば、と思う。土に触れる経験が少なく、触るのを嫌がる子も多く感じる。
生 野 菜 と 衛	畑で収穫したミニトマト、キュウリ、ラズベリー、ザクロ等、野菜や果物をその場で食べさせてもいいものか？（軽く水洗いすれば？）衛生面で迷っています。

感謝の気持ち	キリスト教の幼稚園です。日頃から食に限らず自然の恵み、人に対する感謝に心を大切にしています。したがって、事あるごとのお祈りの中に感謝の気持ちを伝えるようにしています。
	子どもたちに感謝の気持ちを持ち、食への興味、関心が身につくよう、食育活動を通して、行っていきたい。
その他	さいたま市の5つの「食べる」がとてもよろしく、推進させたいです。
食物アレルギー	できるだけ、園で、野菜の栽培、収穫、食と、楽しむように考えているが、他に、誕生会でのおやつ等、食物アレルギーの子ども達が、増えてきているため、大変気をつかうようになってきた。
	栄養、衛生に関しての研修会を沢山開催してほしいです。(アレルギーの内容を含む) 新しい情報というのが中々入ってくるのに時間がかかるため、そして他園との情報交換の場にもなるので。宜しくお願い致します。
	食物アレルギーの園児が現在11名在園しています。除去食の提供などアレルギー児への対応には、保護者との連絡や職員間の共有、調理員との確認、誤食ゼロへの取り組み等々、日々、課題が多いです。
	食物アレルギーの乳幼児の子が、最近、多く見受けられるようになり本園においても、昨年は、2名のお子さんがおりました。講習会等に参加をしますが、保護者に対して、周知を徹底される事を望みます。
	アレルギー食の食材、料理の研修をお願い出来たらと思います。(現在病院の指示にしたがって居ります)
	食物アレルギーの児童について、保護者の協力が必要である。特に卵アレルギーの子が二人いるので、献立作成にも気配りをしている。
	野菜を育て収穫して食べる。19日を食育の日として取り組んでいる。アレルギーのお子さんが増えているように感じます。
低い年齢の食育	まだ年齢が低いので、手伝いや実際にかかわることから食に関心を持ってもらおうとしている。例・畑でじゃがいも堀り★カレーライス作り(いも洗い、皮むき) 役員の手伝い★ゆでたじゃがいも(職員室でゆでて香りが園内にただよっている)・サラダ作り、その他
	0歳、1歳、2歳児で構成され、3歳児は1名のみです。低年齢の為、食育活動が難しいと思うこともありますが、積極的に取り組んでいきたいと思っています。
	私たちの保育園は、0歳クラスから2歳クラスまでしかない為、食育の活動の取り組みは、工夫していかないと難しいのが現状です。食育活動の一環として、給食やおやつのできる食材カードを給食室前に展示する活動を2歳クラスが主になって行ったり、保育園で野菜を栽培して生長の過程を学ぶなども行っていますが、小さな年齢の子どもたちにもわかりやすい食育活動の内容を考えたり、工夫することを今後も検討しながら行っていきたいと思っています。
	2歳児でも、とうもろこしの皮むきや、そら豆のさや取りをしてくれます。自分でむいた野菜は、いつもより美味しいと感じている事が分かるので、小さい年齢からでも食育は大切だと思っています。
偏食	子どもの偏食に対する取り組み
	偏食についての知識が必要です
	偏食の子どもが増えてきたように思えます。結果的には、家庭での食生活が基盤であると思っています。なるべく新鮮な物、見た目の色彩を少し工夫したり、家族仲良く「おいしいね」と笑顔で会話して食事を取るように園でも指導しています。

	<p>偏食の子どもが多く、色々な方法で食べさせてみるが克服する子は少ない。</p> <p>毎日お弁当を持参していただいているので、食について関心をもって下さっている保護者が多いのだと思っています。園でもプランターに夏野菜の苗を植えたり収穫してみんなで食べたりととりくんでいます。偏食のお子さんの中にはいるので、楽しく食べられるものの範囲が広がるようにと考えています。</p> <p>「バランスのとれた食事を心がけ、いきいきと活動できる身体をつくること」を主に目標にしてきたので、『好き嫌いをなくす』ということに力を入れてきた。その結果野菜が食べられるようになったとの保護者からの報告が聞かれるようになった。しかし、もう少し、楽しい内容で「食育」を進めたいと思うので、よい教材や取り入れ方のアイデアがあったら知りたいと思う。</p> <p>・好き嫌いが多い・夏野菜を育てみんなでクッキングをしている。</p> <p>・野菜嫌いの子どもが目立ち園と家庭とのギャップが大きい。(出来ている物・外食等多くなり、好きな物しか食べない。)</p> <p>・好き嫌いが多く偏食の子が多くなってきているので、みんなで食べる中でいろいろな食材に慣れてくれたらと思っています。(よく噛んで食べない子が多い)・給食室と連携を取りながら“食”に関心を持ってもらうように(子ども・保護者)食材やレシピの紹介をしています。</p> <p>いろいろな味や食感を覚えただけの頃の子に対して、大人の先入観でその食材や献立に対して決まった意識をもたせてしまうことが多いのではないかと感じています。まずは大人がおいしく楽しく食べる(一緒に)ことが大切のような気がします。</p>
生産から食卓まで	<p>食事が出来上がる以前には様々な事柄を経ていることを、子供達が見たり聞いたり、体験等を交えて理解できれば、と考え実施しております。</p> <p>野菜の栽培だけでなく、牛、豚、鶏がどのように飼育され、どうやって加工され食肉になるか、ということ、キモチワルイとか残酷だからという理由で知ろうとしないことは良くないと思っている。稲や果物に使用している大量の農薬やF1種についても食育として学習すべきだと思う。</p> <p>・子どもたち、保護者に食への関心を持ってもらう為に、年間通して担当が計画を立て食育指導を実施する予定です。体験や、いろいろな情報提供を工夫し発信していく予定です。農家の方の話、作る人の話や実演などもできるといいなあと思っていますが、なかなか難しさを感じています。</p> <p>季節の旬の食材を取り入れたメニューも多く、給食職員と共に作り方等食材について説明を行ったり、子ども達のできる事をお手伝いに組み入れ、身近に感じる事ができる様にしている。また、自分達で参加した事がかかわっている人達への感謝を持って食べ切れる事を大事と思える心を持てる様にと心掛けています。ポスターなどサイズが大きい方が目立ちますが、スペースが無い為小さいサイズの物を希望します。</p> <p>子ども達、ともに保護者に食に対する興味関心を高め、大切さを知らせる工夫を行っていますが、保育士、調理師の職員集団の協力が大切と思います。野菜を育て、収穫するまでの体験、調理してもらい、味わう体験、つくる人がいて、食べる人もいる、はば広い食を通し子どもの記憶に残る工夫と体験を考えていきたいと思っています。</p> <p>調理担当者と保育士の協力の基、給食食材の回覧や、給食材料の皮むきなどの手伝い等、直接食べ物に触れ、五感で感じられる取り組みを意識して行っている。</p>
廃ごみ・廃	<p>・去年度、ゴミスクールを呼びました。ヌウ君も来て下さって、おじさま方も紙芝居を熱心にやって下さってよかったです。ちがう方向からですが、食育にもつながると思います。食育ボランティアも、そういった面では、あちこち園をまわってくれたら、子供達に良いお話ができる機会になるかもしれません。</p>



べ5 るつ の食	さいたま市5つの食べるはとてもねらいがあつて素晴らしい目標だと思います。ただ理解していても、実践するのが、難しいかも知れません。お話ボランティアみたいなサークルが食育活動でもあったりすると、小さい子をもつ親はふれられる機会があるのでは?と思います。
マ ナ ー	当法人は開設当初から食育に力を入れて参りました。日々の生活の中で、食事のマナーや作法を身につけてゆけるようにと、職員の立居、振舞等に於いても理事長・副理事長に所作を教わり学びながら、子ども達へ正しい事を伝えてゆくよう努めております。又、栄養士が調理した給食を通して、栄養バランス、彩が調った食事を「おいしいね」と笑顔で食べられる事を大切にしながら、毎月19日の食育の日や食育活動の計画をし、子ども達と共に職員も一丸となって食育をすすめられるようにしています。
	・椅子の座り方、箸の使い方等、マナーが身につかない子が多く、課題だと感じる。・食品ごとに1品ずつのばっかり食べが気になる。
	食育の推進のために、食育集会を年に数回行ったり、給食室と協力して好きな給食のレシピなどを掲示して親子で食に対する関心を高めてもらうようにしていきたい。今年度取り組む予定です。箸の持ち方について正しい持ち方の出来ない年長児が多いのが気になっている。就学に向けて鉛筆の持ち方にも影響するので意識させていきたい。
	・直接食に関してということではないのですが、食事をする時の姿勢、箸の持ち方、お皿やおわんの持ち方が気になります。各クラス子どもたちにことばかけしているのですが、今後の課題でもあります。・汁物の時、具類はスプーンですくって食べるがスープや汁までおわんを持たず、スプーンですくって食べる子が多いように思います。・今年度は、食育担当（給食室を含め5名）を決めたので園児や保護者に対して食育の推進を行っていきたいと思っています。
	何でも楽しく食べられるよう又、食事のマナー姿勢等にも気を配っています。家庭での食事の仕方が気になります。
和 食	和食を中心とした献立にしていますが、各家庭での食生活での食材の少なさ、調理内容の差等が、食べようとしなない、残す…という事につながってしまっている…と感じているので、和食のよさ、おいしさをどのように伝えるかと思っています。
に い っ し よ る べ し よ	一時預かりのみなので、食事を取らない預かりもありますが、食事時間が一緒になった時は「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをし、「いっしょに楽しく」を心がけています。
味 付 け	家庭で外出に行くことが増え、カロリーの高いもの、味の濃いものを食べるようになってきている。保護者、子どもに対しての薄味の推奨をしっかりと行いたいと思っている。
他 園 の 取 組	<p>保育園のファームで、子どもたちが育て収穫した野菜を食べています。食育という内容では、とても効果的ですが、さらに別の取り組みで成果を上げている施設の例を知り、共有したい。</p> <p>問4についてはバランスガイドを利用して居りますが、さいたま市推奨のガイドの存在を知らず問3と共に活用して参ります。昨年はこのお便りを頂いておりませんでした。この度、ご送付頂けて嬉しく思います。ポスター等掲示し子ども達の為の食育に活かして参ります。0歳～3歳児クラスの園で少人数ですが、皆で食事を楽しむことを基本に「命」を頂き、「作」って頂きありがとうございますの心を培って食事の挨拶や食べ方食事前後の準備作業に重点を置いています。取り組みとしてはこの様な内容です。良い例などご紹介頂けると幸いです。</p>

バ ラ ン ス ガ イ ド	<p>・バランスごまに対しての知識はあるが、自分達で子どもに教えるのは心配なので、今年度秋以降、栄養士さんに園に来て子ども達に向けて話してもらうよう依頼する予定である。</p>
	<p>今まで子どもたちに4色分けをベースに指導してきた、バランスごまへの移行がとてもむずかしく感じていましたが、昨年度、栄養士による集会を4.5才で1回、5才でもう1回設けた所、5才児のほとんどがバランスごまを理解できていてビックリしています。今年度も同様に設定し、4才までは4色分けですすめ、5才児でバランスごまへと移行するようにしていきます。</p>
	<p>バランスガイド1, 2才児向けをお願いします。土曜日、日曜日お休みとなると月曜日がこまります。何を食べていたのか心配です。朝食はあまり食べてこないのが本当にこまります。</p>
	<p>このように情報があふれている時代に、離乳食の進め方や内容がわからずいくつになってもレトルトのベビーフードを食べている子どもがいます。給食を豊富にしても朝・夕食は、パンのみ、バナナのみ…といった単品の家庭も多く心配です。あまり注意や指導はせず、無理なく進められるよう、寄り添っています。(カップラーメンにレタスやほうれん草を入れれば?みたいなアドバイス)</p>
	<p>バランスの良い食事をする様、心がけています。</p>
置 づ け 食 育 の 位	<p>保育の中では、食育のみが一人歩きする物ではなく総合的に人が育っていく中で、大切なものの一つだと思い、体・心を育てていきたいと思えます。</p>
食 べ 残 し 好 き 嫌 い 、 食 べ 残 し	<p>飽食の時代と言われていますが、保育園で調理、提供する給食の好き嫌い、食べ残しが多いので食べ物を大切に頂くという気持ちも育てていきたいと感じているところです。</p>
	<p>家庭保育室で対象年齢が低い野菜の苦手な子が多いのでこまかく切ったりする。食べなくても「おいしいよ」「少し食べてみる」と自分から食べてみようとするよう声かけを行っている。</p>
	<p>食べ物に対する好き嫌いが出て来る時期で今まで食べていたのに突然食べなくなったりと、対応が難しいお子さんも目立ち、一口だけでもいいから食べれる事、励ましながら取り組んでいます。友達とも楽しく会話しながらおいしく楽しくいただける環境づくりを心がけております。専門の調理スタッフに管理栄養士のもとの豊富なメニューと食材でおいしく安全な給食を提供しております。</p>
	<p>色あるものはなるべく色あざやかに…個々の食量に合わせる(残さず食べる)</p>
産 地	<p>食材の産地など保護者から質問が出た場合、どのようにするべきか?</p>
放 射 線	<p>地産地消を基本にするも、セシウム等の問題は常に気になる。</p>
そ の 他	<p>・何でもよくかんで食べる子・好ききらいをなくし、何でも食べられる子・スーパーや家庭で食べられていない物(まごはやさしい、豆ごまわかめ野菜魚しいたけいも)を提供する給食、おやつも手作りで!!の3本を基本の柱としています。</p>
	<p>保育園では、日々の生活や遊びの中で様々な体験をしていくことや、毎日の給食を友だちや保育士と一緒に楽しく食べることを大切に、マナーや食材等にも興味を持てるようにしている。園での取り組みを保護者に伝えていき、食への関心を高めてもらえるようにしていきたい。</p>

<p>園での子どもたちは食べ慣れた食品を好みますが、一方では出会っていない食品にはなじみず「食わず嫌い」も少なくないと思うので、子どもの食べやすい調理方法の工夫や、楽しい食事の環境設定などに配慮していろいろな食材や味に興味をもてるようにしていきたい。また行事食を通して、食に対する感謝の気持ちや、それに込められた願いなどを伝えていきたい。</p>
<p>苦手な食材でも調理方法や味つけ、食事をする環境 etc 1 つ違うだけで、苦手だった食材の味も美味しく感じたりするものであることを子どもたちから感じる場合があります。基本的な食習慣の形成に大切な幼児期の子ども達に食材の持つ色々な味を美味しく感じ、食べてもらえるよう日々、取組んでいきたいと思ひます。</p>
<p>食の安全については、各家庭で認識が異なる所です。当園では、今のところ問題なく行っていますが、今後どのような問題があるか他園の例など聞く機会があればと思ひます。</p>
<p>食育の原点は何か…と考えた時に「家族そろって、友達と、先生と…楽しく和やかに食事をすること」ではないか、と思ひ難い事から始めるのではなく、その原点を踏まえてクッキングをしたり、保護者への定義をしたりして食育活動を進めています。さいたま市の食育推進目標を今後職員間や保護者とも伝え合ひ、食育への理解をみんなで深めて参りたいと思ひます。</p>
<p>本園では、「健康な体作り」「食の安全（安心）」「知性を育てる」を保育方針とし、ひとりひとりの個性を尊重し、真心を持った保育を方針としております。また、園庭に畑を設け土づくりから体験し、種や苗植え、お水をあげたり、雑草を抜いたり、補強のお手伝いをしたり、丁寧に育てる体験をしております。調理体験から、食材を触れ、出来上がりを楽しみ、みんなで一緒に食べる食材はとびきり美味しく、食欲もどんどん湧いてきます。</p>
<p>食育とは食事内容だけでなく「食事」に関するメリット・デメリットを考えるに当って、大宮の国際学院・埼玉短期大学の学長さん（大野誠先生）が著されている「子どもに大切なことは「食卓」で学ばせたい」という本を最近読み、食育の大切さを確認しました。</p>
<p>日々の保育や生活の中で食育をどうすすめていったら良いのか、何を子ども達にきちんと伝えていけば良いのか…考え、色々なおはなしをしたりしています。今回の食育月間のお手紙でまたひとつ知り、子ども達に伝えていく事が出来ました。ありがとうございます。</p>
<p>毎日の給食は私一人がつくっていますが子供達が嬉しそうに“これ美味しい！”とにこにこ笑って食べ完食してくれると、本当に嬉しくなり、明日の献立の工夫に力が入ります。毎年、一学期の保護者会で二学期に行う試食会のリクエストを聞くことにしています。幼いながらも給食の好みなど子供から聞いたりして家庭での話題になっている様で参考になっています。</p>

#### IV 考察

・「さいたま市 5つの『食べる』」や「さいたま市食事バランスガイド3～5歳児向け」について、いずれも「食育に活用している」と「言葉も内容も知っている」を合わせると、認知度は6割以上あった。一方で、「言葉は知っているが、内容はよく知らない」「見たことはあるが、内容は知らない」という園も2～3割存在した。

これは、これまで公立・私立保育園や幼稚園を中心に普及啓発を行ってきたためと考えられる。

今後は、食育の目標や食事バランスガイドの活用方法に加え、認可外保育施設も含めた普及啓発が必要である。

・各園で行っている食育活動について、ほとんどの項目で平成21年度に比べ幼稚園、公立・私立保育園での食育の取組が増加していた。これは、平成21年に施行された「保育所保育指針」の広がりやこれまでの普及啓発の効果と考えられる。

一方で、「朝食や三食食べる習慣」、「バランスのとれた食事」、「行事食や地域の伝統食」に取り組んでいる施設は約6割であるが、取組のない施設もある。これは食事バランスガイドを知らない施設や給食を提供していない施設があるためと考えられる。今後は、食事バランスガイドの普及に努めるとともに、栄養士以外の職員でも指導しやすい方法を食育取組事例集の紹介等を通じて進めていく必要がある。

また、取組が少ないのは、「食の安全」、「食事に関するごみの減量や資源分別」、「地元の食材や料理」であった。これは教育の方法が確立していないことや市内の農産物に関する情報が少ないことが考えられる。今後は、食品安全や廃棄物、農業の所管課と連携してこれらの取組を増加させる必要がある。

・園児の朝食摂取については、約8割の施設が「全員が食べている」「9割程度が食べている」と回答していたが、約1割の施設が「8割程度が食べている」「7割以下が食べている」と回答していた。

今回の設問は園児一人ひとりに調査したものではなく、回答者の主観によるものであることに留意する必要があるが、乳幼児期からすでに朝食欠食が見られることが推察される。また、自由記載欄にも朝食の内容や家庭での食事についての記載が多くみられた。そのため、今後は朝食摂取の大事さを改めて周知するとともに、家庭での栄養バランスについての啓発が必要である。

・今後の食育に必要な支援は、「食育教材の提供」、「研修会の開催」、「地域の農家や食育体験施設の紹介」が多かった。

そのため、今後も食事バランスガイド等の普及・活用を促進するとともに、地域の食に関する情報を伝えていく必要がある。

## VI 調査票

<p style="text-align: center;">-送付・問合せ先-</p> <p>さいたま市保健福祉局 保健部 健康増進課 保健係 小野・小林 宛 FAX 048-829-1967</p> <p>〒330-9588 さいたま市浦和区常盤 6-4-4 TEL 048-829-1294 平成26年6月27日(金)〆切</p>		<p style="text-align: center;">送付元</p> <p>所在地: _____ 区 _____</p> <p>施設名: _____</p>
--	--	--

### 乳幼児期の食育に関するアンケート(お願い)

質問ごとに当てはまる回答の番号を選び、その番号を○で囲んでください。

調査票へ回答くださる方の職種、該当するものに1つ、○で囲んでください。

1 施設長 ・ 2 幼稚園教諭 ・ 3 保育士 ・ 4 管理栄養士 ・ 5 栄養士 ・ 6 調理員 ・ 7 その他(                    )

1 貴園の状況をお伺いします

問1 貴園の種類について(1つに○)

- |               |                |                              |
|---------------|----------------|------------------------------|
| 1 幼稚園         | 2 私立保育園        | 3 公立保育園                      |
| 4 認定こども園      | 5 ナーサリールーム     | 6 家庭保育室                      |
| 7 地域型事業所内保育施設 | 8 市認定外の認可外保育施設 | 9 その他 (                    ) |

問2 貴園の園児数について (平成26年5月1日現在)

	0歳児	1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児
園児数						

2 さいたま市の食育推進についてお伺いします

問3 右下 さいたま市の食育推進の目標「さいたま市 5つの『食べる』」を知っていますか(1つに○)

- 1 食育に活用している
- 2 言葉も内容も知っている
- 3 言葉は知っているが、内容はよく知らない
- 4 まったく知らない

-さいたま市 5つの『食べる』-

さ「三食しっかり」食べる  
い「いっしょに楽しく」食べる  
た「確かな目をもって」食べる  
ま「まごころに感謝して」食べる  
し「食文化や地の物を伝え合い」食べる

問4 右下 「さいたま市食事バランスガイド 3～5歳児向け」を知っていますか(1つに○)

- 1 食育に活用している
- 2 見たことがあり、内容も知っている
- 3 見たことはあるが、内容は知らない
- 4 まったく知らない



3 貴園における食育活動についてお伺いします

問5 下記の食育活動のうち、現在貴園で行われている活動はありますか(当てはまるものすべてに○)

- 1 朝食をはじめとする、三食食べる習慣を身につけること
- 2 よく噛んで食べること
- 3 バランスのとれた食事を心がけ、いきいきと活動できる身体をつくること
- 4 食事づくりや準備など、手伝うことを楽しむこと
- 5 食事をいっしょに楽しく食べ、人とのつながりを深めること
- 6 食事の前後には手洗いや身の回りを清潔にすること
- 7 食の安全のための知識を身につけること
- 8 「いただきます」「ごちそうさま」などのあいさつを習慣とすること
- 9 自然の恵みや、食事ができることなどへの感謝の気持ちをもつこと
- 10 食事に関するごみの減量や資源分別をすること
- 11 地元のおいしい食材や料理を知ること
- 12 行事食や地域の伝統食などの食文化を伝えていくこと
- 13 特になし

問6 在園児は朝食を食べていますか

- 1 全員が食べている
- 2 9割程度が食べている
- 3 8割程度が食べている
- 4 7割以下が食べている

問7 今後、貴園で食育をすすめていくにあたり、必要な支援はありますか(当てはまるものすべてに○)

- 1 食育教材の提供
- 2 他園での食育取組事例の紹介
- 3 研修会の開催
- 4 ポスターの配布
- 5 リーフレット等の普及媒体の配布
- 6 食育ボランティアの派遣
- 7 地域の農家や食育体験施設の紹介
- 8 その他( )
- 9 特になし

問8 その他、食に関して日頃感じていることや課題、取組、意見等がありましたらご記入ください

御協力ありがとうございました。FAX または郵送にて御返送ください。