

## 食農教育が園児及び保護者の食生活に及ぼす影響

### Effects of Food and Agricultural Education on the Dietary Habits of Kindergarten Children and Parents

藤岡美香\*・田中恵子\*\*・山本麻衣\*\*\*

Mika FUJIOKA, Keiko TANAKA, Mai YAMAMOTO

#### 要約

本研究では、食農教育が園児及び保護者の食生活(食に対する感謝の気持ちや興味関心)に及ぼす影響を調査し、有効な食農教育の方法について検討することを目的とした。

本調査は、平成29年4月から11月に、A幼稚園における年長クラスの5~6歳園児及び保護者の43組を対象として実施した。園児と共に野菜の栽培体験を行い、保護者にはその様子や食育に関する内容を記した「お便り」を通じて共有し、さらに親子の食育教室を開催し食農教育を行った。実施前と後に食生活に関するアンケート調査を行った。

調査有効回答数34組の園児及び保護者において、食農教育実施前と後のアンケートデータを解析した結果、統計学的有意差は観察されなかった。園児における各アンケート項目③食べ残し高頻度群(4・5回答)⑤食事への集中低頻度群(3・4回答)⑧食への興味低群(4回答)については介入後に統計学的に有意な改善が観察された。食育・料理教室に参加した親子6組においては、園児の「食事に対する感謝の気持ち」の項目において改善の傾向がみられたが、統計学的有意差は観察されなかった。

#### キーワード:

食農教育、幼稚園児、保護者、食生活

## I. 緒言

2005年に「食育基本法」が制定され、生活習慣の基礎を身に付ける幼児期からの積極的な食育推進が重要視されている<sup>1)</sup>。幼稚園や保育施設においては、子どもを対象とした栽培活動や掲示物などの媒体を通じて多様な食育が行われている。そして、保護者の食意識や食行動は子どもの食生活に多大な影響を及ぼすことから<sup>2)3)4)</sup>、保護者に対しても食育を行っていくことも必要である。先行研究において、園児や保護者を対象とした食育教室や料理教室の取り組みや、その効果的な方法について報告されている<sup>5)6)7)</sup>。

このような中、「食べること」と「育てること」を繋ぐことで「食」を五感で捉え、食の大切さや生命の尊さを学びながら自らの食生活を考えさせる食農教育が注目されており、園児と保護者に対する食農教育の実施報告や、その効果について報

告されている<sup>8)9)</sup>。木田らは<sup>10)</sup>、幼稚園児において週1回以上の野菜栽培活動で、食べ物に興味関心を示す子どもや嫌いなものでも頑張る子どもが増加したと報告している。さらに、新堀らは<sup>11)</sup>、園児によるイネ栽培学習により植物に感謝する気持ちを育む効果を挙げている。

そこで本研究では、「食の大切さ・生命の尊さを学ぼう」をテーマとして食農教育を実施することで、保護者及び園児の食生活、特に食に対する感謝の気持ちや興味関心に及ぼす影響を調査し、より有効な食農教育の方法について検討することを目的とした。

## II. 方法

### 1. 調査対象者及び手続き

A 幼稚園の年長クラス5~6歳の園児及びその

\*本学助教, \*\*本学教授, \*\*\*本学助手

保護者を対象とした。本調査の主旨と目的、個人情報保護に関する説明文を保護者に配布し、同意の得られた43組の園児及び保護者を対象とした。また、本調査の実施に先立ち、中京学院大学短期大学部研究倫理委員会の承認を得た。(第29004-2号)

## 2. 調査期間

平成29年4月～11月

## 3. 食農教育の実施方法

### ① 農作物の栽培活動と園児及び保護者への食育方法

園児と共に農作物の植え付け、水やり等の管理及び成長の観察を行った。その様子や観察の記録・写真や食教育に関する内容(食の大切さ・命の大切さ)を記したお便り「しょくのうつうしん」を作成し、(図1)これを園児が家庭に持ち帰り、保護者に園児の農業体験の様子を伝えた。(全3回の配布)



図1 しょくのうつうしん

### ② 食育・料理教室の開催

平成29年8月及び10月の2回に分けて参加希望者を募り食育教室を開催した。本教室では、「食の大切さ・生命の尊さを学ぼう」というテーマのもと、農業体験の振り返りや食への感謝の気持ちを対象者に伝えるスライドを作成し食教育を行った。さらに、農園で採れた野菜を利用して園児と保護者が共に調理し、試食を行った。

## 4. アンケート実施方法

本調査の対象園児が、アンケート用紙(表1)を家庭に持ち帰り、保護者が設問に回答後、再び園児を通じて園に返却を行った。アンケートは無記名回答としたが、回答者を識別できるようにアンケート用紙にIDを記載した。食農教育実施前と後の2回実施した。

## 5. 解析方法

本調査におけるアンケートの各項目に順序尺度を設定しノンパラメトリック手法であるWilcoxonの符号付順位和検定を用いて、食農教育実施前(以下介入前)後(以下介入後)のデータを比較し有意性を調べた。統計処理にはExcel統計2015を用い、有意水準は5%(両側検定)とした。

## Ⅲ. 結果

本調査で対象とした43組の園児及び保護者のうち、調査有効回答数は34組であった。(園児:5～6歳、男子18名、女子16名、保護者:平均年齢36.9歳±5.4歳、男性2名、女性32名)また、食育・料理教室の参加は6組(園児:5～6歳、男子3名、女子3名 保護者:平均年齢38歳±4.2歳、男性1名、女性5名)であった。得られたデータ及び解析結果は、表2～8に示したとおりである。表2・3は介入前・後の各アンケート項目尺度における分布を示している。表4～8のデータは全て、25%タイル値、(中央値MD)、75%タイル値で示した。

34組の園児及び保護者において、介入前と後のアンケートデータを解析した結果、園児・保護者共に統計学的有意差は観察されなかった。(表4、表5)

食育・料理教室に参加した親子6組においては、園児の「食事に対する感謝の気持ち」の項目において改善の傾向がみられたが、園児・保護者共に統計学的有意差は観察されなかった。(表6、表7)本教室の参加保護者からは、「子どもが食事の手伝いをしてくれるようになった」といった

声も聞かれた。

園児における各アンケート項目の高尺度回答群  
 ③食べ残し→高頻度4及び5回答、④食事前後の  
 挨拶→低頻度3回答(4・5回答なし) ⑤食事へ  
 の集中→低頻度3・4回答(5回答なし) ⑥野菜

への興味(触れる)→低4・5回答⑦料理の有無  
 →低4・5回答⑦家庭での調理→低頻度4・5回答  
 ⑧食への興味→低4回答(5回答なし)について  
 解析した結果、項目③⑤⑧において介入後に統計  
 学的に有意な改善が観察された。(表8)

表1 食生活に関するアンケート

食生活に関するアンケート調査	
●お子様の現在の食生活について以下の質問にご回答お願いいたします。	
①お子様の性別 女 ・ 男	②お子様のご年齢 歳 か月
③お子様の食事の食べ残しについて	
1. 残さない 2. 減多に残さない 3. 時々残す 4. よく残す 5. 毎食残す	
④お子様の食事前後のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」について	
1. いつも言う 2. よく言う 3. 時々言う 4. 減多に言わない 5. いつも言わない	
⑤お子様の食事への集中について	
1. いつもしている 2. よくしている 3. 時々している 4. 減多にしていない 5. していない	
⑥お子様は、ご家庭にて野菜に触れることはありますか。	
1. 毎日触れる 2. よく触れる 3. 時々触れる 4. 減多に触れない 5. 全く触れない	
⑦お子様は、1週間のうちおうちの方と一緒に料理をすることはありますか。	
1. 毎日する 2. 5~6日している 3. 3~4日している 4. 1~2日している 5. 全くしない	
⑧お子様は、1週間のうち野菜や食べ物の話を自らすることはありますか。	
1. 毎日する 2. 5~6日している 3. 3~4日している 4. 1~2日している 5. 全くしない	
●保護者の方の現在の状況について以下の質問にご回答お願い致します。	
⑨性別 女 ・ 男	⑩年齢 歳
⑪お子様の食事の食べ残しがあった場合、声かけをされることはありますか。	
1. 必ずする 2. よくする 3. 時々する 4. 減多にしない 5. 全くしない	
⑫お子様の食事前後のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」がなかった場合、声かけをされることはありますか。	
1. 必ずする 2. よくする 3. 時々する 4. 減多にしない 5. 全くしない	
⑬お子様が食事に集中されていなかった場合声かけをされることはありますか。	
1. 必ずする 2. よくする 3. 時々する 4. 減多にしない 5. 全くしない	
⑭1週間のうち野菜を調理することはありますか。	
1. 毎日する 2. 5~6日している 3. 3~4日している 4. 1~2日している 5. 全くしない	
ご協力ありがとうございました。	

表2 アンケート回答の分布（園児）

尺度	③食べ残し		④食事前後の挨拶		⑤食事への集中		⑥野菜への興味（触れる）		⑦家庭での調理		⑧食への興味	
	介入前	介入後	介入前	介入後	介入前	介入後	介入前	介入後	介入前	介入後	介入前	介入後
1	2	3	12	14	3	2	5	2	2	2	5	7
2	7	10	10	9	11	20	10	8	0	0	5	3
3	15	12	12	9	18	10	13	17	1	0	11	11
4	7	8	0	1	2	1	5	6	21	19	13	12
5	3	1	0	0	0	1	1	1	10	13	0	1

n=34（人）

表3 アンケート回答の分布（保護者）

尺度	⑪食べ残し声かけ		⑫食事前後の挨拶声かけ		⑬食事への集中声かけ		⑭野菜の調理	
	介入前	介入後	介入前	介入後	介入前	介入後	介入前	介入後
1	24	26	12	16	21	25	26	22
2	6	5	11	9	10	8	6	7
3	4	3	8	8	3	1	0	3
4	0	0	2	1	0	0	1	2
5	0	0	1	0	0	0	1	0

n=34（人）

表4 園児のアンケート結果（全体）

項目	介入前(n=34) 25% (MD) 75%			介入後(n=34) 25% (MD) 75%		
	1	2	3	1	2	3
③食べ残し	2	(3)	4	2	(3)	4
④食事前後の挨拶	1	(2)	3	1	(2)	3
⑤食事への集中	2	(3)	3	2	(2)	3
⑥野菜への興味（触れる）	1	(2)	3	1	(2)	3
⑦家庭での調理	1	(4)	4	1	(4)	4
⑧食への興味	1	(2)	3	1	(2)	3

表6 園児のアンケート結果（食育教室参加）

項目	介入前(n=6) 25% (MD) 75%			介入後(n=6) 25% (MD) 75%		
	1	2	3	1	2	3
③食べ残し	3	(3)	3	2	(3)	4
④食事前後の挨拶	2	(2)	3	1	(1)	2
⑤食事への集中	2	(3)	3	2	(2)	2
⑥野菜への興味（触れる）	3	(3)	3	2	(3)	3
⑦家庭での調理	2	(4)	4	4	(4)	5
⑧食への興味	3	(4)	4	3	(4)	4

表5 保護者のアンケート結果（全体）

項目	介入前(n=34) 25% (MD) 75%			介入後(n=34) 25% (MD) 75%		
	1	2	3	1	2	3
⑪食べ残し声かけ	1	(1)	2	1	(1)	1
⑫食事前後の挨拶の声かけ	1	(2)	3	1	(2)	2
⑬食事への集中の声かけ	1	(1)	2	1	(1)	1
⑭野菜の調理	1	(1)	1	1	(1)	2

表7 保護者のアンケート結果（食育教室参加）

項目	介入前(n=6) 25% (MD) 75%			介入後(n=6) 25% (MD) 75%		
	1	2	3	1	2	3
⑪食べ残し声かけ	1	(1)	1	1	(1)	1
⑫食事前後の挨拶の声かけ	1	(2)	3	1	(1)	2
⑬食事への集中の声かけ	1	(2)	2	1	(1)	2
⑭野菜の調理	1	(1)	1	1	(1)	2

表8 園児のアンケート結果 (尺度高群)

項目 (尺度)	n	介入前		介入後	
		25% (MD)	75%	25% (MD)	75%
③食べ残し(5・4)	9	4 (4)	5	3 (4)	4 *
④食事前後の挨拶 (3)	12	3 (3)	3	1 (3)	3
⑤食事への集中 (3・4)	20	3 (3)	3	2 (3)	3 *
⑥野菜への興味・触れる (4)	6	4 (4)	4	3 (3)	4
⑦家庭での調理 (4・5)	13	4 (4)	4	2 (4)	4
⑧食への興味 (4)	31	4 (4)	5	4 (4)	5 *

\*: p<0.05

#### IV. 考察

本調査では、34組全体の園児及び保護者における食農教育実施前後の食生活に関する意識の差は観察されなかった。

保護者の各アンケート項目の回答分布をみると、介入前の段階ですでに意識が高い傾向(回答尺度は低)にあり、介入後もほぼ変化がなかった(表3、表5)このことから、既に日々の食生活の中で園児に対する声かけが実践されていたと考えられるが、今回の結果からは、その理由は特定できない。

園児においては、③食べ残し高頻度群及び⑤食事への集中低頻度群で、統計学的に有意な改善傾向がみられた。⑧食への興味低頻度群においても、介入後に週の約半分は食の話題を家庭でしていることから、実際に栽培体験を行うことで食事に対する意識や興味関心を持つことができたのではないかと考えられる。野田らは<sup>12)</sup>、中学生において栽培・動物の解体などの生産体験が意図的な学びと結びつくことで食べ物の命に対する認識を促す傾向があると報告している。本調査においても、農作物を育てるという生産体験と意図的な食教育を合わせることで、③食べ残し高頻度群及び⑤食事への集中低頻度群⑧食への興味低頻度群の園児における食に対する意識や興味関心が変化した可能性が示唆された。

今回の調査では、園児及び保護者全体では変化

がみられなかった。その理由として、栽培体験を振り返るための保護者への配布媒体の回数の少なさ、配布時期が若干遅れてしまった点などが考えられる。高尾らは<sup>6)</sup>、幼児・保護者への通信型食教育を月2回のペースで、且つ家庭での配布媒体を有効活用してもらう工夫を行い、その有効性を報告している。食育の内容に関しても、保護者にアンケートをとり検証していく必要がある。さらに、調査項目においても、より具体的な家庭での声掛け内容や食育に対する考えなども調査していきたい。

本調査における食農教育は、配布媒体に加えて食育・料理教室を計画していたが、参加人数が少数であった。このことについても、園側と連携しながら改善していく必要があると考えられる。

#### 【謝辞】

本調査の実施にご協力いただきました、A幼稚園教職員の皆様に深謝申し上げます。

#### 引用文献

- 1) 内閣府共生社会政策統括官：食育基本法，2005
- 2) 水津久美子，穴井恭子，中村さゆり，山本真弓：“児童の食生活に関する実態と保護者の食意識との関連について－児童の元気創造を目指して－”，山口県立大学生生活科学部研究紀要報告，第31号，pp.29-40，2005
- 3) Jennifer orlet fisher, Diane C Mitchell, Helen Smiciklas wright Leann lipps birch: “Parental

- influences on young girls' fruit and vegetable, micronutrient, and fat intakes", J Am Diet Assoc., 102 (1), pp.58-64, 2002
- 4) 大木薫, 稲山貴代, 坂本元子: “幼児の肥満要因と母親の食意識・食行動の関連について”, 栄養学雑誌, 61号 (5), pp.289-298, 2003
  - 5) 石見百江, 吉澤和子: “保育所での食教育実践が保護者の意識や家庭に及ぼす影響について”, 長崎看護大学看護栄養学部紀要, 第15巻, pp 67-72, 2016
  - 6) 高尾優, 足立奈緒子, 松本麻衣, 池本真二: “保育園児への食育介入および保護者への教育介入の有効性に関する検討”, 日本栄養士会雑誌, 第53巻第3号, pp.32-37, 2010
  - 7) 砂見綾香, 多田由紀 他: “幼稚園児および保護者に対する食育プログラムが両者の食生活に及ぼす影響”, 日本食育学会誌, 第6巻第3号, pp.265-272, 2012
  - 8) 杉山道雄, 石原加代子 他: “「ちびっこ食農体験」実践報告”, 東海女子短期大学紀要, 34号, pp.89-100, 2008
  - 9) 中山智晴, 西方浩一: “「文京・食農教育ファーム」実践活動の試みと参加園児への影響”, 文京学院大学人間学部紀要, 第11号 (1), pp 147-168, 2009
  - 10) 木田春代, 武田文 他: “幼稚園における野菜栽培活動の状況とその食育効果”, 天使大学紀要, Vol.13 No.2, pp.1-11, 2012
  - 11) 新堀左智, 日高文子 他: “イネ栽培学習が幼児教育にもたらす影響と役割に関する検証”, 東京農業大学集報, 60 (1), pp.18-27, 2015
  - 12) 野田知子, 大竹美登利: “生産体験が食意識・食行動に及ぼす影響－食べ物のいのちに対する中学生の認識とのかかわりで”, 日本家庭科教育学会誌, 46 (2), pp.114-125, 2003