

2. 保育所給食に関する研究

母子保健研究部 水野清子・染谷理絵
加藤忠明・平山宗宏
厚生省児童家庭局母子保健課 中原澄男

要約：年々、零歳児保育のニーズは高まっているにもかかわらず、保育所における離乳の進め方に関する適切な指針は打ち出されていない。「離乳の基本」が改定されたのを機に、775か所の乳児保育を実施しているところを対象に、離乳に関する実態調査を行った。今日、健康教育の一環として幼児期からの食教育の重要性が叫ばれている。792か所の保育所を対象に食教育の実態を把握してその効果を検討し、さらに、給食方式に関する調査も合わせて行った。

①保育所における乳汁栄養および離乳の進行に対する考え方に非常な格差が認められた。乳児の順調な発育・発達を促すために、改定「離乳の基本」を基盤とした保育所における離乳の進め方のモデルを構築することが急務である。②約2/3以上の保育所で菜園活動や調理（クッキング）保育を通して食教育を実施しており、その効果を十分に発揮していた。③大部分の保育所は自園で食事を調理しており、種々の利点をそれに見出していた。

見出し語：零歳児保育、離乳食、離乳食調理、食教育、給食方式

A Study of Lunch Served at Day-care Centers

Kiyoko MIZUNO, Rie SOMEYA, Tadaaki KATO,
Munehiro HIRAYAMA, Sumio NAKAHARA.

Summary: There has been an increasing demand for day-care centers for infants younger than 12 months. However, no appropriate guidelines have been developed as yet on the day-care center's role about adding solid food. Following the recent revision of the government's basic guidelines about adding solid food, we carried out a survey to investigate the current practices concerning about adding solid food of infants at 775 day-care centers which accepted infants.

Furthermore, since the importance of starting nutritional education in infancy, within the framework of general health education, has recently been pointed out, we investigated the current state of nutritional education, its effectiveness, and the methods of meal service at 792 day-care centers.

The following results were obtained.

①The views concerning how infants should be fed milk and added solid food differed greatly among different day-care centers. To promote smooth growth and development of infants, there is an urgent need to establish a model of new weaning methods at day-care centers, on the basis of the recently revised basic guidelines about adding solid food. ②About 2/3 of all day-care centers examined were providing nutritional education by establishing vegetable gardens or involving the children in cooking and preparing foods. This type of education appeared to be effective in the centers that used it. ③In most day-care centers, the meals provided to children were cooked within the center. These centers found various advantages to cook meals by themselves.

Key words: Day-care centers for infants younger 12 months, Solid foods, Cooking of solid foods, Nutritional education, Method for lunch services

I. 緒言

最近、育児支援が求められている中で、さまざまな形でそれが行われているが、その中でも保育所の果たす役割は甚だ大きいといえよう。そのような背景のもとに保育所における零歳児保育のニーズは年々高まってきている。しかし、保育所における零歳児の授乳や離乳食の供与の仕方は必ずしも満足できる状態でない¹⁾。保育所における3歳未満児、または、以上児の食事に関しては詳細な行政指導が行われているが、離乳の進め方に関する適切な指針は打ち出されていない。この度、「離乳の基本」²⁾が改定されたのを機に、保育所における離乳の実態を把握し、保育所における離乳の進め方に関する指針策定に役立てたいと考えた。

また、これまで以上に健康教育の一環として幼児期からの食教育の重要性が叫ばれている。これまでに幼児に対して種々の媒体を用いた栄養指導が行われてきたが、近年、菜園活動を通しての食教育や、子どもを実際に食事作りに参加させて教育を試みる「調理保育（クッキング保育）」が行われている。しかし、これらの方式による食教育の効果に関する報告はみられない。

一方、昨年は病院給食の外部委託が認められ、保育所給食についても一抹の不安の念をいだかざるを得ない。これらのことを踏まえ、今年度は健康教育の一環としての「食教育」の現状調査を行うと同時に、保育所の給食方式の実態とそれに対する意見を収集し、今後の保育所の食事のあり方を検討する資料にしたいと考えた。

II. 調査対象および方法

上記の目的を達成するために、以下の2種類の調査を行った。

〔調査 A〕

調査対象地区は秋田、山形、宮城、埼玉、東京、新潟、富山、石川、静岡、滋賀、兵庫、岡山、広島、島根、香川、高知、福岡、鹿児島³⁾の1都17県とし、全国保育所名簿⁴⁾によりこれらの地区における定員90名以上の保育所を対象に、質問紙による調査を実施した。ただし東京については定員90名以上の保育所が多いため、その1/4を対象とした。1342か所から回答を得た（回収率58.1%）。今回はこの中、零歳児保育を実施している775か所を対象に、乳汁栄養および離乳に関する項目を中心に集計を行った。

調査表の回答は施設長34.6%、栄養士24.7%、保母19.8%、調理師（員）19.0%、看護職1.3%、その他0.6

%であった。調査対象の性格を表1に示す。この中、栄養士がいない、または、栄養士が全く関わっていないところが62.3%、常勤の栄養士のいるところは33.6%、非常勤のところは2.2%、役所等の栄養士が関わっているところが1.9%であった。

零歳児を受け入れる月齢は産休明けが4.5%、2か月から26.1%、3か月から19.0%、4か月から8.5%、5か月から6.2%、6か月から24.1%、7か月以降11.6%で、6か月以前から預かっているところが約65%を占めていた。このような保育所では、離乳初期から各月齢の乳児にあわせた栄養量を基に食事作りを行わなければならない。

表1 調査対象の概要

	調査 A		調査 B	
	N	%	N	%
設置主体				
市立	172	22.2	156	19.7
区立	37	4.8	11	1.4
町立	53	6.8	145	18.3
村立	0	0	13	1.6
社会福祉法人	264	34.1	265	33.7
その他の法人	20	2.6	21	2.7
個人	0	0	4	0.5
その他	0	0	1	0.1
不明	229	29.5	173	22.0
	775	100.0	792	100.0
入所児数				
59人	21	3.0	57	7.4
60～79	115	16.3	161	20.9
80～99	271	38.3	293	37.9
100～119	149	21.1	117	15.2
120～139	76	10.8	79	10.2
140～	74	10.5	65	8.5
不明	69		20	
	775	100.0	792	100.0

〔調査B〕

本調査では調査Aで対象とした地区にさらに岩手、茨城、千葉、神奈川、山梨、鳥取、長崎、熊本、宮崎県を加えて調査した。

調査内容は主に「食教育」（食事指導の実態とその方法、指導効果の有無など）、「給食方式」（外部依頼状況とそのメリットおよびデメリットなど）および今後の給食方式に対する予測を中心にした。792か所から回答を得た（回収率39.6%）。

調査表の記入は施設長49.3%、栄養士15.5%、調理師（員）11.1%、保母20.9%、看護職0.6%、その他2.6%であった。調査対象の性格は表1の通りである。この中、栄養士がいないところが51.2%、常勤栄養士のいるところが18.9%、非常勤1.0%、役所等の栄養士が関わっているところが17.1%であった。

Ⅲ. 調査結果および考察

〔調査A〕

1. 保育所における乳汁栄養の実態

(1) 保育所における母乳栄養

全体の54.4%のところでは母親の希望によって母乳栄養を受け入れていた。母乳は新生児や幼若乳児にとって最善のもので栄養の基本となるものであり、日本のみならず世界的にも母乳保育が推進されている今日においては⁴⁾、働いている母親もその影響を受けるであろう。このような母親の希望を取り入れている保育所の46.0%は冷凍母乳を実施していた。母親が授乳時刻に保育所に来所し、授乳する手段をとっていたところは11.0%、これら双方の手段をとっていたところは20.1%であった。

(2) 保育所における人工栄養

①人工栄養児への対応

43.7%の保育所では保護者の要望とは関係なく全員一律に人工栄養を実施していた。保育所で決めた乳汁を使用しているところは17%で、83%のところでは入所以前から使っていた乳汁を使用するなど、個別対応を心がけていた。しかし、現在市販されている育児用ミルクの栄養特性にはほとんど差異がみられないことを考えると、疾病を有する乳児は別として、このような対応の効果がどれほどあるかは検討の余地がある。

②牛乳の使用

牛乳を飲用に使用しはじめる時期を、1歳からとしているところが最も多く41.7%、次いで10か月からが24.8%、9か月からとしているところが10.5%であった。また、9か月以前から既に牛乳を使用しているところが9

%認められた。今回改定された「離乳の基本」²⁾では、牛乳の使用開始時期は児の鉄欠乏、腎臓への負担、たんぱく質の過剰摂取等を考慮して、1歳以降が望ましいとしている。保育所および家庭における離乳食からの栄養素等の供給量を考慮して、保育所および家庭における牛乳の使用開始月齢を検討する必要がある。

③フォローアップミルクの使用

フォローアップミルクの使用状況を見ると、使用しているところとしていないところは約半数ずつであった。現在、フォローアップミルクには使用開始月齢が6か月からのものと9か月からのものがあるが、その使用開始月齢を特に決めていないところは37.1%、6か月、9か月からのところがそれぞれ28.4%、34.2%であった。厚生省心身障害者研究班によりフォローアップミルクの使用開始月齢について検討された結果⁶⁾、その月齢は9か月からが望ましいしており、また、上述の「離乳の基本」²⁾では1歳を迎えるまでは母乳または育児用ミルクを推奨している。これらの報告を基に、保育所におけるフォローアップミルクの適切な指導が望まれる。

2. 保育所における離乳

(1) 離乳の開始時期

乳児の入所月齢が明らかに離乳開始後であると思われる保育所を除いてその開始状況を見ると、88.5%のところでは離乳の開始月齢を決めていたが、11.5%のところでは決めていなかった。離乳の開始月齢を決めている場合の月齢分布をみると、4か月以前が1.6%、4か月18.7%、5か月54.6%、6か月22.6%、7か月以降2.6%であった。改定「離乳の基本」²⁾では離乳の開始は4か月以降、7か月未満とすることが望ましいとしている。少数例ではあるが、離乳の開始がこの範囲に属さないところが認められたが、これが母親や児側の理由よりも保育所側の理由であるとすれば、再考の余地がある。

(2) 離乳期の区分の仕方

離乳の開始から完了までの間を区分して離乳を進めているところは76.9%、区分していないところは23.1%であった。常勤、非常勤の栄養士のいる保育所は、いないところ、または、役所等の栄養士が関わっている保育所に比較して、離乳期を分けて進めている割合が幾分か高かった。一般に育児指導を行う場合、離乳の開始から完了までを数区分に分けて指導すると指導も行いやすく、また、母親も理解しやすい。保育所における離乳食調理や母親に指導を行う場合も同じことが言えるであろう。

離乳の進行区分の段階は3区分が一番多く64.0%、2区分7.7%、1か月単位のところが6.5%、その他21.7

%であった。各段階ごとの月齢区分を表2に示す。

2区分にしている場合の1段階目の月齢は6か月が一番多く約半数、7か月27.0%、5か月18.9%、2段階目の月齢は9または10か月が多かった（それぞれ40.6%、35.1%）。3区分にしている場合では最初の段階の月齢は5か月が半数で第1位、6か月は28.8%、2段階目の月齢は7か月、3段階目は9、10か月が多かった。本調査対象のように64.3%の保育所が6か月以前の乳児を受

け入れている現状を考えると、離乳の進行は3区分とし、月齢の段階は5か月、7か月、9乃至10か月が実行しやすいのであろう。今回改定された「離乳の基本」²⁾の区分が離乳初期5～6か月、中期7～8か月、後期9～11か月と重ね合わせるとこれとほぼ一致する。

(3) 離乳食供与の時刻と回数

保育所における離乳食の供与時刻を表3に示す。各月齢時における食事時刻をみると、9時、12時、13時台は

数%に過ぎず、ほとんどの保育所ではすべての月齢において10～11時台に集中していた。14時台に与えているところがいずれの月齢においても20%前後認められた。

食事回数をみると表4の通りである。「離乳の基本」²⁾では各月齢の食事回数は5か月1回、6～8か月2回、9か月以降3回を目安にしている。本調査では5か月で2乃至3回食事を提供しているところもみられたが、大部分(86%)は1回食であった。6～8か月についてみると、60～80%のところでは1回食であったが、この間月齢の進行と共に次第に食事を2回与えている割合が増加した。3回食になる9か月以降でも2/3前後のところでは食事回数は1回であったが、10か月以降は2回の割合が次第に減少し1回食のところが多くなった。これは授乳時刻に合わせた食事時刻から、家族と同じ朝食、昼食、夕食形式に移行している可能性が考えられる。そこで、9～12か月時における食事回数と食事時刻との関係を、食事回数が1回、2回、3回の場合について調べた結果を表5に示す。9、10、11、12か月いずれの月齢においても、保育所で1回のみ食事を供与している場合にはその時刻は11時台に集中し、2回食の場合には10時台と14時台に、3回食の場合には9時台、11時台、15時台であった。特に2回食の場合の食事時刻は月齢の進行と共に午前

表2 離乳進行上の区分とその月齢

月 齢	2区分 (37)		3区分 (299)		
	1段階目の 月 齢	2段階目の 月 齢	1段階目の 月 齢	2段階目の 月 齢	3段階目の 月 齢
3			2.7		
4	2.7		15.4		
5	18.9		49.8	2.3	
6	51.4	2.7	28.8	9.4	
7	27.0	5.4	3.0	50.7	1.3
8		5.4	0.3	25.5	4.3
9		40.6		10.1	36.2
10		35.1		2.0	34.8
11		0			11.7
12		10.8			11.7

() 実数

表3 月齢別離乳食の食事時刻

月 齢	9時台	10時台	11時台	12時台	13時台	14時台	15時台
5	2.7	47.9	45.3	4.1	1.2	7.4	4.1
6	2.6	47.1	48.3	3.5	0.6	14.7	5.8
7	4.6	43.0	51.9	3.7	1.0	23.3	10.1
8	4.2	39.9	56.5	3.2	0.6	24.2	13.0
9	4.2	36.6	59.6	3.7	0.6	23.0	14.4
10	4.4	33.1	63.0	4.0	0.2	19.8	15.9
11	4.2	24.8	71.2	4.2	0.2	14.6	17.3
12	3.9	21.7	74.2	4.3	0.2	11.0	17.1

中では10時台の割合が減少して11時台が増加し、また、午後では14時台から15時台に移行している傾向がみられた。一方、3回食の場合には、いずれの月齢においても9時台、11時台、15時台になっていた。これらの時期において保育所における食事回数が1回および3回の場合には、家庭との密な連携が必要である。特に保育所での

食事回数が1回の場合には家庭での朝食の充実を、また、保育所で3回食を供与する場合には、家庭の夕食時における児への対応を考慮して指導を行う必要がある。いずれにしても保育所における乳児の食事指針を策定する場合には、1回食、2回食、3回食の3種類の実態を考慮することが必要であると思われる。

表4 月齢別離乳食の回数

(%)

月齢	0回	0-1回	1回	1-2回	2回	2-3回	3回	3-4回	4回
5	2.7	0.3	85.5	0.5	10.2		0.8		
6	0.2		79.5	1.3	17.7		1.3		
7	0.2		63.2	1.6	33.0		2.0		
8	0.2		60.4	1.1	35.2		2.9		
9	0.2		61.2	0.8	33.8	0.2	3.8		
10	0.2		63.1	0.8	31.4		4.5		
11	0.2		67.3	0.6	27.3		4.4	0.2	
12	0.2		70.6	0.6	23.8	0.2	4.3		0.2

表5 9～12か月時における食事回数と食事時刻

(%)

月 齢	回数	9時台	10時台	11時台	12時台	13時台	14時台	15時台
9か月	1		17.2	77.8	3.6	0.6	1.0	0.3
	2	4.2	72.9	24.7	1.8	0.6	64.4	30.1
	3	77.8	27.8	72.3	22.2		11.1	88.9
10か月	1		15.7	79.5	4.1		0.9	0.3
	2	3.1	70.9	26.6	1.9	0.6	60.1	34.8
	3	81.0	14.3	81.0	19.0		4.8	95.2
11か月	1		10.9	84.4	4.3		0.6	
	2	3.9	58.8	37.4	2.3	0.8	47.4	48.1
	3	78.9	21.1	84.2	15.8		5.3	89.5
12か月	1		10.7	84.4	4.5		0.6	
	2	3.7	52.9	43.4	1.9	0.9	43.4	52.8
	3	72.2	22.2	83.3	16.7			94.4

(4) 乳汁を与える時刻と回数

保育所における乳汁を与える回数および時刻を表6および7に示す。乳汁回数は食事回数と関係するが、乳汁回数は5～6か月では2回、または、3回の割合が高く、7～8か月では2回の保育所が約半数で3回の割合は減少した。9か月になると2回を中心にその割合は3回、1回の順に高く、10か月以降になると2回を中心に3回のところが減少して1回が増加していた。授乳時刻は13時台に少なかった他ははっきりした傾向は認められなかった。いづれの月齢においても授乳のリズムは離乳食のリズムと合わせて重要なものであり、このように時間差のない授乳時刻では児の食欲への影響が懸念される。それゆえ、表3に示した離乳食の時刻と合わせた授乳時

刻の設定が必要であると思われる。

(5) 離乳食の献立とその基準

離乳食の献立を自園(所)で作成しているところが63.3%、市・町・区で作成されたものを使用しているところが32.7%、他所との共同献立が4.0%であった。

献立作成者が栄養士であるところが60.4%、調理師および調理員56.9%、保母19.5%、施設長13.8%であった。栄養基準に基づいて献立を作成しているところは1/3に過ぎなかった。栄養基準はないが、経験的に離乳食献立を作成し調理しているところが22.9%、また、44.5%のところは特に離乳食の献立もなく、3歳未満児食、または、以上児食を適宜取り分けて調整していた。特に自園で献立を作成しているところでは、共同献立や役所で

表6 乳汁を与える回数

(%)

月齢	0回	0-1回	1回	1-2回	2回	2-3回	3回	3-4回	4回	4回～
5	0	0	3.6	0.3	39.8	6.6	37.0	6.1	6.1	0.6
6	0	0	4.3	1.8	44.1	5.0	34.9	4.3	5.0	0.5
7	0	0.4	5.8	2.2	53.4	3.8	28.9	2.7	2.7	0.4
8	0	0.2	8.0	3.3	57.8	2.7	25.1	1.8	1.1	0
9	0.5	0.7	12.8	3.9	57.3	2.7	20.1	1.6	0.5	0
10	0.9	0.5	20.0	3.9	60.1	2.8	11.0	0.7	0.2	0
11	2.8	1.0	26.3	3.8	57.0	2.5	6.3	0	0.3	0
12	7.3	1.1	33.0	3.1	48.5	2.3	4.5	0	0.3	0

表7 乳汁を与える時刻

(%)

月齢	9時台	10時台	11時台	12時台	13時台	14時台	15時台	16時台
5	35.7	42.0	27.3	25.5	13.5	32.2	43.8	30.4
6	34.5	42.2	26.8	25.9	11.1	31.9	44.7	27.7
7	30.8	39.6	30.2	22.0	9.6	29.9	47.0	22.3
8	27.2	38.6	28.5	23.0	7.4	28.2	47.6	18.9
9	26.4	35.7	28.6	21.9	6.5	24.7	47.8	17.7
10	24.6	31.4	25.1	20.6	4.2	22.6	47.0	16.4
11	28.2	25.0	22.7	18.9	4.1	19.5	47.5	15.7
12	30.7	22.4	19.3	17.4	4.2	16.6	49.6	12.1

作成された献立を用いる場合に比べ、また、献立作成者が調理師または調理員の場合は栄養士、施設長の場合に比べ、3歳未満、または、以上児食から適宜取り分けて調理しているところが多かった。保育所における食事の供与は毎日のことであり、基準なくして離乳食が調整されていることは問題であろう。

(6) 離乳食調理

離乳食の調理法を複数回答で調べた。離乳食を単独で作っているところは59.6%、3歳未満児、または、以上児食を利用しているところは89.5%、ベビーフードを使用しているところは14.9%であった。ベビーフードを毎日利用しているところは9.2%、週に1～2回または3～4回利用しているところはそれぞれ12.2%、4.1%であり、約2/3以上のところではたまに使用する程度であった。離乳食献立の栄養基準もなく、3歳未満児や以上児食から適宜取り分けて調理している実情や、今後増加するであろう延長保育の問題を考慮すると、保育所においてベビーフードの利用を前向きに考える時がきているように思われる。

3. 離乳食から1～2歳児食への移行の時期

離乳食から1～2歳児食へ何時移行させるかは、栄養供与量の問題のみならず、咀嚼のトレーニングの視点からも重要である。保育所における1～2歳児食への移行状況は表8の通りである。

表8 1～2歳児食への移行の時期

月 齢	N	%
～10	8	1.3
10	55	9.0
11	103	16.9
12	317	52.1
13	33	5.4
14	35	5.7
15	31	5.1
16	10	1.6
17	2	0.3
18～	15	2.5

約半数の保育所では12か月から1～2歳児食へ移行させていたが、11か月以前または11か月のところはそれぞ

れ10.3%、16.9%であった。1～2歳児食へ移行させる時に、86.3%の保育所では何らかの配慮を行っていた。

「離乳の基本」²⁾では乳児の咀嚼を考慮して、離乳の完了の時期を13か月を中心とした12～15か月とし、遅くとも18か月までに完了するとしている。未満児食への移行の時期に何らかの配慮を行っているとはいえ、これを基準に考えると、保育所における1～2歳児食への移行時期は幾分早いように思われる。咀嚼のトラブルに関する訴えが保育所の子ども達の間で認められているが^{6, 7)}、その原因の1つに離乳のステップが有意に早い者が多かった。今回の「離乳の基本」の改定を機に、保育所における離乳食から1～2歳児食への移行の時期を再考する必要があるだろう。

[調査 B]

1. 保育所における給食指導計画

保育所における保育計画の中に給食指導計画を入れないところは20.4%、全体の約4/5のところでは保育計画の中にそれを位置付けており、約71%のところでは年齢別に計画を作成していた。

給食指導の立案者を複数回答で調べたところ、保育母が54.2%、調理師(員)38.4%、栄養士36.5%、主任保育母33.7%、施設長21.7%の順であった。大部分の保育所では複数の職種で指導計画を立案していたが、栄養士単独、または、調理師(員)のみで立案しているところがそれぞれ16.5%、8.2%みられた。保育所における給食指導は、保育の一環として行われることが望ましいと考える。それゆえ、その立案には保育所内に給食(または食事)委員会を設置し、保育に関わる者達がその場で計画・検討・立案することが望まれる。諸種の事情により栄養士または調理師(員)が単独で計画を策定する場合には、それなりの教育が必要であろう。

2. 食事指導者および指導方法

調査対象の96.9%のところでは保育母が食事指導を行っており、調理師(員)、主任保育母、栄養士が担当しているところはそれぞれ28.1%、27.3%、21.6%であった。

食事指導の方法を複数回答で調査し、その結果を表9に示す。ほとんどの保育所では食事指導を何らかの手段を用いて行っているが、1.5%のところは特別なことはしていないと答えていた。保育所における健康づくりの視点から食教育の重要性が叫ばれている今日において、数%であるといえ、この状況は注目に値するであろう。

最もよく用いられている食事指導の手段は「食事の時に話をする」であり、これに次いで「調理保育(クッキ

ング保育)」、「菜園活動」があげられていた。行事食を通じて食事指導を行っているところが56%みられ、また、これまで食事指導によく用いられていた「媒体を使

などであろう。4～6歳児に対しては95%前後のところ
が食前、食後ともに手伝いをさせていた。幼児期から食
事の手伝いを通して食教育を実践し、食事に関する興味
を一層深めたい。

表9 食事指導の方法

()実数

食事指導実施の有無と その方法	% (772)
特別なことはしていない	1.5
食事の時に話をする	80.4
種々の媒体を使用する	20.1
劇遊び、役割遊びなどを通して	12.7
食品の絵作りをさせる	14.5
菜園活動を通して	73.7
調理保育を通して	76.5
行事食を通して	56.4
その他	3.1

用する」割合は 1/5程度であった。約8年前に行われた
日本児童福祉給食会の調査³⁾によると、「調理保育」を
行っていた所は73.0%であり、その後約8年間に急激な
増加はみられない。

3. 食事指導の重点

食事指導を行う場合、何に重点を置いているかを複数
回答で調査した。上位3位に挙げられたものは「食事環
境(楽しい雰囲気作り)」(67.4%)、「偏食」(67.0
%)、「栄養のバランス」(61.6%)であった。「食事
環境」の問題はこれまでに「子どもの孤食」との関係か
ら論じられており^{9, 10)}、また、「偏食」の問題はこれ
までの保育所児の食生活調査^{11, 12)}においても常に上位
を占めていたことと関係があるろう。「食事作法」や「咀
嚼」に重点をおいていたところはそれぞれ40.0%、37.9
%、「食事の量」「間食の取り方」については15.5%、
2.7%であった。

4. 食教育の一環としての「食事の手伝い」

保育所で1歳、2歳、3歳児に食前の手伝いをさせて
いるところはそれぞれ11.7%、29.6%、77.8%、食後で
は20.2%、48.2%、84.2%で、食前よりも食後にさせる
割合が高かった。これは恐らく自分で使った食器の運搬

5. 職員の共食状況

保育所の昼食における職員の共食状況を表10に示す。
ほとんどの保育所では保母は子ども達と一緒に昼食を取
っており、「時々一緒に食べる」ところは1%に過ぎな
かった。しかし、栄養士や調理師(員)が「いつも一緒
に食べる」ところは両者ともに15.9%、「ほとんど一緒
に食べたことがない」割合は40%弱であった。特に、栄
養士の場合にはその勤務体制によってこの比率が異なる
であろう。栄養士が常勤の場合でも41.5%の者は子ども
達と食事を取っておらず、「時々一緒に食べる」割合と
同率であった。栄養士や調理師(員)は献立を作り、そ
れに基づいて調理するのみでなく、献立に基づいて調理
された食事が児にどのように受け入れられているかを観
察することはよりよい食事作りに反映するものである。
また、食事を作る立場の者が食事に参加することによ
って、保母と異なった視点からの食教育の効果も期待でき
よう。

表10 職員の共食状況

(%)

	一緒に食事を取る頻度			一緒に 食べない
	いつも	時々	曜日 を決めて	
保母(723)	97.5	1.4	0.3	0.8
栄養士(284)	15.9	40.7	4.1	39.3
調理師(618)	15.9	42.3	4.0	37.8
その他(154)	32.5	42.6	11.5	13.4

()実数

6. 菜園活動状況

菜園の広さは別として、調査対象の75.5%は何らかの
形で菜園活動を行っており、この中、77.1%の所は自園
に菜園を持っており、他所で菜園をかりている所は22.9
%であった。また、7.4%の保育所は今後、菜園活動を
前向きに考えていたが、菜園を持つ予定がないという所
が17%みられた。特にこのような考え方は社会福祉法人
立の保育所に多かった。

菜園活動の目的を表11に示したが、「食物への関心を持たせる」「自然への親しみを持たせる」が首位でそれぞれ約77%、次に「植物の成長の観察」や「ものを育てる心の育成」をあげていた。このように菜園活動は自然との触れ合いも重視していたが、食教育の一環として行っているところが多かった。

表11 菜園活動の目的

目 的	N	%
特別な考えはない	8	1.4
自然への親しみを持たせる	419	75.8
植物の成長を観察させる	385	69.6
食物への関心を持たせる	426	77.0
ものを育てる心を育てる	360	65.1
食物の成長を通じて、 作る人への感謝の気持ちを育てる	310	56.1
その他	25	4.5

事への関心を喚起すること、食事を楽しいものにすることに主眼を置いていた。偏食の矯正や調理を通して他人への思いやりの心を育てることを目的にしているところもそれぞれ約40%みられた。

表12 調理保育を行わない理由
()実数

理 由	% (131)
必要性を感じない	25.4
栄養士がいない	13.1
人手がない	30.0
衛生面が心配	46.9
危険である	23.1
保護者の理解が得られない	1.5
その他	12.3

表13 調理保育の目的
()実数

目 的	% (560)
調理技術を学ばせる	5.0
食事への関心を深める	89.8
食事を楽しいものにする	86.6
偏食をなくす	39.0
よい食習慣を身につけさせる	22.9
調理の大切さを教える	25.6
調理を通して 他人への思いやりを育てる	38.6
その他	5.2

7. 調理保育 (クッキング保育)

(1) 調理保育の実態

いつ頃から保育の中に調理保育が導入されたかについては明らかでない。しかし、「調理保育」という言葉をいつ頃から知っていたかについて調査した結果⁶⁾によると1972年には僅か 0.7%に過ぎなかったが、その後、この割合は増減を繰り返しながら1985年には25%に達していた。1988年に日本児童福祉給食会が行った調査⁶⁾では77%の保育所で「調理保育」という言葉を知っていた。今回の調査で「調理保育」を知らないと答えたところは10%足らずで、91%の所で理解されていた。しかし、実際に調理保育を実施していたところは81.0%、現在行っていないが将来行いたいところが10.6%、将来とも行わないのは 8.4%であった。調理保育を行っているところは市・社会福祉法人立に多く、逆に将来とも行わないところは区立、個人の保育所に多かった。将来とも行わないと回答している場合、その理由は表12の通りで、調理保育の必要性を感じないところが 1/4、約半数近くは衛生面を心配しており、人手不足や危険性を危惧している保育所が30.0%、23.1%みられた。

(2) 調理保育の目的

調理保育の目的を複数回答で調査し、その結果を表13に示す。調理保育を実施している大部分の保育所では食

(3) 調理保育の計画担当者および実施回数

調理保育の計画担当者は保育士が多く (89.4%)、次いで主任保育士、調理師 (員)、栄養士、施設長の順で、その割合はそれぞれ41.8%、37.8%、27.0%、24.5%であった。

調理保育の年間実施回数は1~96回におよび、保育所間の格差が大きかった。年間実施回数の分布をみると1~5回が最も多く71.9%、6~10回19.6%、11回以上実

施している所は 8.5%であった。

(4) 調理保育の実施対象年齢および実施内容

調理保育の実施対象年齢をみると、5歳児を対象にしている保育所が一番多く(95.9%)、4歳児の参加は70.5%、3歳児は46.6%であった。3歳未満児に対しても年齢相当の出来る仕事で参加させているところが7.9%みられた。

調理保育の内容は、実際に調理をさせている保育所は85.5%、調理の準備67.1%、料理の盛りつけ、配膳、下膳はそれぞれ54.4%、58.0%、50.8%であった。調理保育を行う年齢と調理保育の内容との関係を見ると、実際に調理をさせている割合は年齢間に差はみられず、料理の盛りつけや下膳は3歳未満児に多い傾向にあった。

8. 菜園保育および調理保育の効果

保育者や調理担当者等による菜園活動および調理保育活動の評価を複数回答により調査した(表14)。

菜園活動、調理保育活動の効果は同様な傾向を示し、これらの活動により70%以上の保育所では子どもに食べる意欲が出てきたと評価し、また、60%以上は食事や食物に関する会話が増えたという。調理保育は菜園活動に比較して食事時の表情、残食量、家族の食意識の改革に好影響を及ぼし、一方、菜園活動は調理保育に比べ偏食の矯正に効果が見られた。食教育を行う場合、従来から種々の媒体を用いた手法が取り入れられていたが、保育の中に菜園活動や調理保育を導入することにより、子

表14 菜園活動および調理保育の効果

(%)

	菜園活動 (549)	調理保育 (554)
特に変わったことはない	5.6	3.2
食べる意欲が出てきた	71.9	76.9
食事時の表情が生き生きした	36.8	56.3
残食量が減ってきた	29.9	40.4
食事や食物に関する 会話が增えた	64.7	61.7
偏食が減ってきた	40.8	32.9
家族の食事に対する意識が 変わってきた	14.0	21.3
その他	1.5	2.9

()実数

も達の食への興味を一層喚起することが可能であった。

9. 給食方式の実態

(1) 昼食および間食の調理場所

昼食を自分の所で調理している割合は零歳児99.0%、3歳未満児98.7%、3歳以上児96.4%で、一部自園、または、すべて外部委託にしているところは極僅かであり零歳児 0.3%、3歳未満児 0.5%、3歳以上児 2.2%)であった。間食の外部委託は3歳以上児の場合に 0.4%みられただけで、70%以上のところは自園で調整し、25%前後は市販品を利用していた。

(2) 自園調理の利点と問題点および今後の予測

自園調理の利点を複数回答で調査し、その結果を表14に示す。その利点として調理する人との交流や調理をするプロセスを重視する傾向が強く、次に行事食の導入、自園独自の献立作成ができること、個別対応が可能であることをあげていた。保育所で現在、または、過去に除去食を行っている(た)ところが59.6%みられ¹²⁾、そのような状況を見ると外部委託の場合にどの程度の対応が可能かが問題となろう。

表15 自園調理の利点

()実数

利 点	% (718)
保育所独自の献立ができる	64.0
個別対応ができる	61.5
保育計画に則した行事食が入れられる	66.0
食教育を行いやすい	34.9
調理室で作る音、匂いに接することが大切	71.6
調理する人と食べる人との交流が大切	78.1
その他	5.5

一方、自園調理に問題がないわけではない。自園調理を行っている保育所の77.0%は特に問題はないと答えていたが、献立作成や人事管理が大変、同一献立でも調理師(員)により同一のものができないなどをあげたところはそれぞれ16.9%、8.2%、6.1%であった。

今後の予測として95.5%のところは自園で食事作りを続行すると答えていたが、行政の指針などによりわからない、または、事情により一部を外部委託にするというところがそれぞれ2.6%、1.5%みられた。

(3) 外部委託の利点と問題点および今後の予測

食事作りの一部または全部を給食センターなどへの外部委託をしている20か所の保育所があげた利点は、外部委託の方がコストが安い(85.0%)、栄養士の管理下できちんとした食事が作られる(60.0%)、献立が豊富でおいしい(45.0%)、人事管理が楽である(35.0%)、衛生的である(30.0%)等であった。外部委託を実施していて問題がないとする保育所は15.8%みられたが、逆に問題点として個別対応がしにくい(57.9%)、適時適温の食事ができない(47.4%)、行事食や食教育が実施できない(36.9%)、献立に変化がない(15.8%)などをあげていた。センターによる給食方式の場合、食器はセンターのものを使い、盛りつけは保育所で行うところが83.3%であった。今後の予測について回答を寄せた18か所の中、外部委託をこのまま続けると答えたところが7か所みられたが、一部自園に戻したい、または、全部自園に戻したいというところがそれぞれ4か所と6か所みられた。これらの回答で外部委託の是非を論ずることは難しい。しかし、これらの意見は少数例であるが、貴重なものとして受け止めることも必要であろう。

この研究を行うに当たり、ご助言をいただきました厚生省児童家庭局企画課元児童福祉専門官 枅尾 勲氏、同保育課保育指導専門官 鈴木岩男氏に深謝致します。

この調査にご協力くださった保育所の先生方、また、本研究を行うに当たり協力をいただいた総合母子保健センター保健指導竹内恵子氏に感謝致します。

文 献

- 1) 水野清子他：保育所給食に関する研究。日本総合愛育研究所紀要，第30集：21-26，1994。
- 2) 厚生省児童家庭局母子保健課：改定「離乳の基本」。小児保健研究，55(1)：127-129，1996。
- 3) 日本保育協会編：全国保育所名簿。1994。日本児童福祉協会。
- 4) WHO/UNICEF共同声明(ユニセフ訳)：母乳育児を成功させるための十か条。1989。
- 5) 二木 武他：乳児期における離乳の進め方と液状離乳食等の効果に関する研究。厚生省心身障害研究報告書(母子保健システムの充実・改善に関する研究)，昭和63年度：523-530，1989。
- 6) 村上多恵子他：摂食に問題のある保育園児の背景要因。小児保健研究，49(1)：55-61，1990。
- 7) 村上多恵子他：摂食に問題のある保育園児の特性要因。小児保健研究，50(6)：747-755，1991。
- 8) 日本児童福祉給食会：保育所給食に関する調査研究報告書，昭和63・平成元年度研究：1990。
- 9) 厚生省公衆衛生局栄養課：国民栄養の現状(昭和57年国民栄養調査成績)。1984。
- 10) 厚生省保健医療局健康増進栄養課：国民栄養の現状(昭和63年国民栄養調査成績)。1990。
- 11) 日本児童福祉給食会：保育所給食に関する調査研究報告書，平成2年度研究：1992。
- 12) 水野清子他：保育所給食に関する研究。日本総合愛育研究所紀要，第31集：19-26，1995。