



## 家庭および園における 乳幼児期の食事をめぐって

淀川裕美 東京大学大学院教育学研究科附属 発達保育実践政策学センター

### 本日の内容

- ◆人生最初期の食の充実の必要性:なぜ胎児期から乳幼児期の食が大切なのか
- ▶食に関するCedebの取り組みの紹介
- 保護者調査、保育者調査の食に関する分析結果から見えてきたことと新たな問い
- ・現在開発中の、食にかかわるアプリ・ツールの紹介

## Cedeb (子育て・保育領域)



## 人生最初期の食の充実の必要性

食は人の文化的生活の基盤であり、胎児期から乳幼児期の栄養摂取、食行動の発達、食文化の継承は、その後の人生の健康に大きく影響

(e.g. DoHad版説, Adair, 2014; Garmendia & Corbalan, 2014; 佐田, 2016)

## ・妊娠期(胎児期)の食事の重要性

出生体重の減少には、環境因子として**「妊娠前のやせ」「妊娠中の低栄養」「妊娠中の体重増加の減少」**などもあると考えられる

(例えば、渡邊, 2007; 伊東他, 2008; 榊原, 2013; 吉田他, 2014; )

## 出生時の平均体重の減少

平成28年には、男児3.05kg、女児2.96kgに



4412

3986 426 (E)

39.00

東京大学Cedep・ベネッセ共同研究プロジェクト「乳幼児の生活と育ちに関する調査2017」

## Cedeb×ベネッセ共同研究でも…

3009.78 3010.00 409.202

出生時体重(全体)

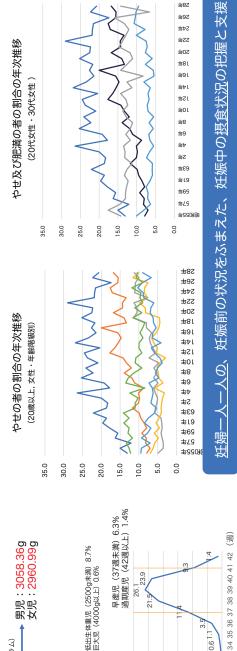
20.7

(他の年齢階級と比べて高い / 昭和55年は13.1%、平成28年は20.7%)

20代女性、30代女性のやせ傾向

13.1

29.0



23.9 26.1

厚生労働省『平成28年 国民健康・栄養調査』

#### いずれも妊婦を除外

**本9**Z

\$₹2

本乙乙

±0Z

## 乳幼児期の食事の重要性

(生活 胎児期から2歳頃までの人生最初期は,成人期以降に発症する**非感染性疾患 習慣病等)の感受性**が形成される時期。予防の観点から早期介入の必要性。

(お浦・坂本・村田, 2007; Adair, 2014; Garmendia & Corbalan, 2014; 佐田, 2016 )

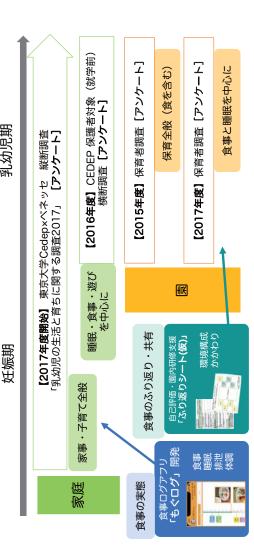
(五十嵐他, 1992; 川田他, 2005; 福田, 2003; 外山, 2008; 成瀬・辻, 2011) 乳幼児にとって摂食(栄養摂取)にとどまらず、多様な育ちを支える場。 自己主張・情動表出・社会性・言語等の発達を支える場であり、規範伝承 食事は、乳幼児にとっ 例えば、自己主張・情等の文化的活動の場。

## 家庭および園における<u>摂食状況</u>の実態把握と支援

家庭および園における大人の関わりの実態把握、 食事に関する取り組みの支援

## 食に関するCedebの取り組み





## 家庭における食事の調査

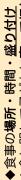
### 園における食事の調査

参売

#### 2016年度保護者調査

- 夕食の時間 ◆朝食、
- ▶誰と共食しているか
- ・子どもの食事中の様子
- ◆食事準備の配慮や工夫
- きまりやしつけ ◆食事**提供の<u>配慮や工夫、きまり</u> ◆園の昼食**の形態(就園児のみ)
- ◆食事に関する**園の対応**(就園児のみ)

2017年度保育者調查



- ◆食に関して子どもに育ってほしいこと
  - ◆食事場面で大事にしていること
- ◆食事の援助に難しさを感じる園児
  - ◆食に関する**同僚間の情報共有や研修** ◆食に関する保護者との情報共有

## 2015年度 保育者調査

調査タイトル:全国保育・幼児教育施設大規模調査

調査時期:2015年12月~2016年3月

調査方法:質問紙調査

甸

◆食に関する保護者との情報共有、

別の相談

食事中のかかわり・雰囲気

2015年度保育者調査

(株) アストジェイ、 (一社) 中央調査者、 (発送・回収・入力集計は(株)日本リサーチセンター、 (株) YCCに委託)

認可保育所,小規模保育所,認可外保育施設の園長・主任 調査対象:全国の幼稚園,認定こども園, 1歳児・3歳児・5歳児クラスの担任保育者

調査内容:園における保育全般に関する項目(食に関する環境構成、かかわり、保育計画を含む)

調査協力者数

20,379 20,379
6,582 6,801
32.3 33.4

## 2016年度 Cedep保護者調查

参考

• 調査タイトル:家庭での子どもの生活・子育てに関する調査

調査時期:2017年3月

・ 調査方法:WEBアンケート調査

(調査実施は(株)クロス・マーケティングに委託)

• 調査対象: 就学前(0歳~6歳)の子どもをもつ保護者

調査内容:子どもの睡眠・食事・遊びを中心とした子どもの 生活と子育てに関する項目

※東京大学の研究倫理審査を受け、実施が承認されている。

\* ※各年齢1000名以上を条件とした。 調査協力者人数

茶		18,500
子どもの作別		9,636
		8,864
子どもの年齢	6歳(小学生未満)	3,922
		3,671
		3,042
		2,384
		2,219
	1歳	1,771
	0 張	1,491

該当者数(カテゴリ内の 幼児食選択の割合)	3498 (93.4%)	3487 (95.9%)	2898 (95.7%)	2193 (94.0%)	2091 (92.8%)	1171 (60.9%)
就聞している 場合のクラス	5歳児クラス	4歳児クラス	3歳児クラス	2歳児クラス	1歳児クラス	0歳児クラス
生まれた年月	2010年4月~2011年3月	2011年4月~2012年3月	2012年4月~2013年3月	2013年4月~2014年3月	2014年4月~2015年3月	2015年4月~2016年3月
カテゴリ名	5歲児	4歲児	3歲児	2歳児	コ歳児	0歳児
本日紹介する内容の分析対象	小が十十年のガイング	いた。これではある。これでは、これでは、日本に、日本に、日本に、日本に、日本に、日本に、日本に、日本に、日本に、日本に	で、子どもの食事形~ - 7 5466	影(しつ)、 <b>刈が成」(女型・類型・何以外)</b> を選択	この答者	

### 2017年度 保育者調査

参老

• 調査タイトル:園における食事と睡眠、仕事への認識に関する調査

調査時期:2017年11月

• 調查方法: 質問紙調查

(入力集計は(株)日本リサーチセンターに委託)

調査対象:全国の幼稚園・認定こども園・認可保育所・認可外保育施設(地方単独保育事業に限る) 小規模保育の園長・主任・担任(0歳児~5歳児クラス)

調査内容:園における食事・睡眠・仕事への認識に関する項目

#### 調査協力者数

	赋	井	0藏児	1歳児	2歲児	3歲児	4歲児	5歲児	合計
送付数	4,672	4,672	3,672	3,672	3,672	3,672	3,672	3,672	31,376
<b>松</b>	848	784	909	652	658	290	612	019	5,359
一分回俗率	18.2	16.8	16.5	17.8	17.9	16.1	16.7	16.6	١.7١

#### $\bigcirc$

## 食に関して 保護者調査から見えてきたこと

食に関する親の悩み、 朝食の摂食や、食事の準備に関する 親の配慮・工夫の実態の分析から "食事の「量」の貧困と「質」の貧困が 組み合わさっている家庭の存在"

> 2016年度Cedep ・ベネッセ調査

子育ての悩みの最上位が「離乳食・幼児食の与え方」

( ) 対象のお子様の子育てで、あなたが悩んでいることはありますか。(あてはまる番号すべてに○)

(%) 特にない 20.8 4 その他 10.6 **ト**イフトフーリン*p* ■ 父親 (母乳の出が悪いなど)母乳のトラブル (日報) 7.8 6.7 ないこと
安全な外遊びの場所が 11.711.0 ナどもの性格や性質 **小規則な生活リズム** ●母親 2.0 (第一子2.5、第二子1.5)●父親 1.5 (第一子1.8、第二子1.3) 80 (S) < 平均選択数> ※ 「特にない」を除く おもちゃや絵本の与え方 120 12113.6 ノラギ・ 97 13.4 または増えない スマホの見せ方テレビかり>ロ。 19.117.9 図3-2-1 子育ての悩み 22.120.5 19.9 夜江き (遊び方やしつけなど)ナどもへの接し方 125 離乳食・幼児食の与え方 41.0

2016年度Cedep R護者調査 **可** 朝食の頻度 お子さんはどのくらいの頻度で朝食をとりますか。(0 歳~6 歳(就学前)

頻度	人数	割合 (%)
食べない	108	0.7
月に1~3回	52	0.3
週に1~2回	124	0.8
通に3~4回	215	1.4
ほぼ毎日	3,231	1.12
毎日必ず	11,608	75.7
中	15,338	100.0

N=18,500 (0歳:1,491名、1歳:1,771名、2歳:2,219名、3歳:2,384名、 4歳:3,042名、5歳:3,671名、6歳(結学前):3,922名)

野澤(2018)

東京大学Cedep・ベネッセ共同研究プロジェクト「乳幼児の生活と育ちに関する調査2017」

## 口食事を準備する際の親の配慮や工夫

各因子の項目例

#### 栄養バランス への配慮

栄養バランスがよくなるようにする 塩分が多くなりすぎないようにする 甘いものやおやつを与えすぎないようにする 食事をなるべく手作りする

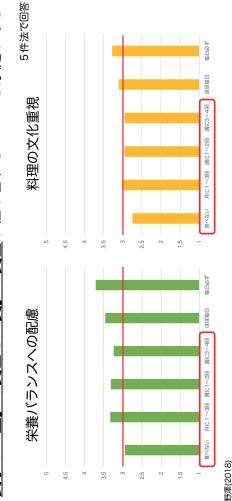
> 料理の文化 重視

郷土料理を取り入れる 料理の盛り付けや彩りに配慮する 国産や地元産の食材を使う 旬の食材を取り入れる

野澤(2018)

### 2016年度Cedep RR護者調査 **ロ 朝食摂食×食事準備時の配慮**

# 食事の「量」の貧困と「質」の貧困が組み合わさっている家庭がある



2016年度Cedep 保護者調査

## 食事の準備に関する項目の因子分析

田子

	_	2
栄養バランスがよくなるようにする	0.862	-0.085
塩分が多くなりすぎないようにする	0.803	-0.087
甘いものやおやつを与えすぎないようにする	0.785	-0.143
食事をなるべく手作りする	0.649	0.061
食べにくい食材や嫌いな食材は、食べやすいような調理の工夫をする	0.549	0.146
主食・主菜・副菜をそろえる	0.472	0.273
添加物の有無など食品の安全性に注意する	0.425	0.259
郷土料理を取り入れる	-0.292	0.814
料理の盛り付けや彩りに配慮する	0.106	0.652
国産や地元産の食材を使う	0.067	0.597
旬の食材を取り入れる	0.260	0.578
行事に合わせたメニューを出す	0.218	0.518
料理を一緒にしたり、料理の手伝いをさせる	0.037	0.425

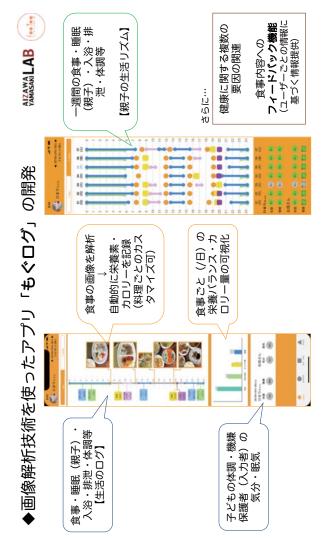
最尤法・プロマックス回転、因子間相関 0.69

野澤(2018)

新たな問い①

### 具体的に、どのような食事を 誰とどのように摂っているのか? か児期の家庭での食事のデータはきわめて少ない

乳幼児期の家庭での食事のデータはきわめて少ない 実態を把握するための方法は?



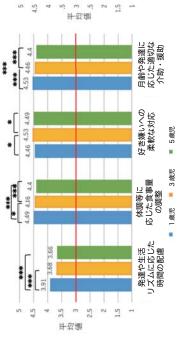
食に関して 保育者調査から見えてきたこと

2015年度 保育者調査

「食事場面の個別的なかかわりや雰囲気の良さ」(は おおむね高い (ただし、食事の時間の調整は低い) 5 件法で回答

食事中の雰囲気

食事中の子どもとの個別的かかわり



良い雰囲気がある

子ども同士の 楽しい会話 (3・5歳児のみ)

くつろいだ 楽しい雰囲気 ■ 5歳児

1歳児 ■ 3歳児

食事中の保育者の子どもへのかかわりと 職員間の関係性、リーダーシップの分析から **職員間の関係性が良く情報共有をしている**" "主任のリーダーシップが高い"園では、 食事中の子どもへの個別的なかかわりや

**(V)** 

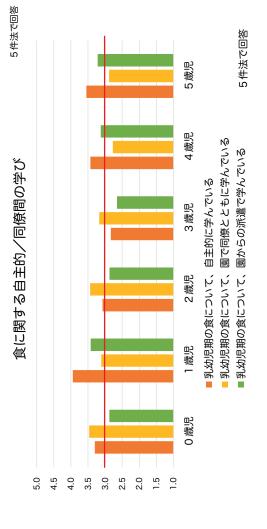
#### 2015年度 保育者調査

### ₩ 「食事場面の個別的なかかわりや雰囲気の良さ」 予測する変数 (車回帰分析)

**その他の投入変数:** 担任保育者の存齢 担任保育者の性別 担任保育者の経験年数 は日保育者の経験年数 保育主資格の音無 同分 (担任) と管理職の関係 國長リーダーシップ合計得点 負担感 一人ひとりの子どもと かかわりを十分にもてない ことの負担感 保護者との関係 の負担感 1歳児・3歳児・5歳児で共通した部分の結果 主任リーダーシップ合計得点 別的なかかわり 雰囲気の良さ 食事場面の リーダーシップ 職員間の関係は良好で、 助け合っている 子どもに期待すること等に ついて職員間で共有している 職員間で、子どもに関する 情報交換を行なっている Yodogawa et al. (2017) 職員間の関係

2017年度 保育者調査

# 食に関する学び、学び合いが必ずしも十分でない可能性



ての食に関するコンピテンスを高める必要性

食に関して、保育者の学び・学び合いは十分?

新たな問い②

ふり返り・検討を支える方法

共有

(食も含む)

園とし 調べの







「**乳幼児期にふさわしい食生活**が展開され、適切な援助が行われるよう、**食事の提供を含む** <u>食育計画</u>を全体的な計画に基づいて作成し、<u>その評価及び改</u>善に努めること。栄養士が配置 されている場合は、専門性を生かした対応を図ること」

(保育所保育指針、第3章 健康と安全、2 食育の推進)

## 「保育プロセスの質 ふり返りシート(仮称)」を用いた研修の開発 (=旧保育プロセスの質スケール)

- 食事中の子どもの経験を多角的に振り返る
- 保育のふり返り、語り合うための共通言語として
- 具体的な視点を持ちながら、ホリスティックに子どもを語る
- 自分たちでカスタマイズできるものを





## 胎児期・乳幼児期からの 健やかな食生活の支援のために…

#### 謝辞

## 調査にご協力いただいた保育者の皆様、保護者の皆様に 心より感謝申し上げます。

## く本報告に関連する調査報告・学会発表>

- ・東京大学Cedep・ベネッセ教育総合研究所 共同研究プロジェクト「乳幼児の生活と育ちに関する調査2017」 https://berd.benesse.jp/jisedai/research/detail1.php?id=5290
- 野澤祥子(2018)家庭での食事・園での食事-保護者調査と保育施設調査から乳幼児の食に関する実態と課題を探る、日本発達心理学会第29会大会ラウンドテーブル発表資料.
- ・ 淀川裕美(2018)家庭における食事提供の実態とそれを支える価値観や規範, 日本発達心理学会第29会大会ラウンドテーブル発表資料.
- ・ 高橋翠(2018) 保育・幼児教育における食の取り組み、日本発達心理学会第29会大会ラウンドテーブル発表資料。
  - Yumi Yodogawa, Midori Takahashi, Sachiko Nozawa, Toshihiko Endo, and Kiyomi Akita (2017) Mealtime practice in Japanese ECEC settings: Findings from a largescale staff survey in 2015, 27<sup>th</sup> EECERA Annual Conference: poster presentation.