

藤沢良知研究員による考察

この調査研究は社会福祉法人日本保育協会が、保育内容の向上の一環として実施したものである。平成 15 年度の研究テーマは、「保育所における食事の研究」として給食内容の向上・改善を目指して実施した。特に保育所における食事についての先駆的な実践研究として保育所給食の抱える問題点について小テーマを設定して分担研究した内容と、全国十分の一の保育所を対象にした保育所給食についての実態についてのアンケート調査からなるものである。以下アンケート調査の結果について述べることにしたい。アンケート調査は平成 15 年9月1日現在の状況を調査することとし、全国で 1273 か所の保育所(公営 635 か所、民営 638 か所)、117、296 人の園児を対象に、調査を実施したものである。

本調査の回答者の 94.2%は保育所長であり、保育所の運営面、社会的な役割等総対的な視点にたったの意見、実態が反映された結果と思われる。

なお、調査票に沿った項目別内容分析等については、各分担者により詳しく解説されているのでここでは、全体を総括する立場から調査項目を縦断する形でまとめをした。

1. 保育所給食の調理の種類

①調理の種類

保育所給食での調理の種類を見ると、幼児食が 97.9%、離乳食が 76.7%となっているが、延長保育の増加傾向を反映して延長保育児の補食が 35.2%見られる。最近では朝食の欠食が問題になっているが、ごく僅かの 0.2%であるが朝食を与えていると答えた保育所が見られる。朝食を保育所で与えることは欠食児の実態をまのあたりにして、やむなく実施しているものと思われるが、朝食の責任は家庭にあることの意識啓発が必要であろう。

②おやつ状況

幼児期におけるおやつの必要性は大きく、また、幼児の期待も大きいものがある。制度上は3歳未満児は午前、午後の2回、3歳以上児は午後の1回給与の形がとられている。

おやつは手作り既成品半々との答えが 61.5%と最も多く、次いで、手作りが 29.5%であった。殆ど既成品は 6.5%であった。

③延長保育に伴う補食状況

延長保育に伴う補食を実施していない園(延長保育を実施していない園を含む)が最も多く、52.7%であるが残りの半分近くの園が補食を出していることになる。補食の内容としては、殆ど既成品が最も多く、次いで手作り既成品半々であるが、殆ど手作りの 6.5%見られた。

④3歳以上児の主食

3歳以上児の給食形態は、厚生労働省の示す基準では、ごはんは家庭から持参する建前とな

っている。調査結果では、56.7%の園が家庭から持参させている。主食代を保護者から徴収するが28.4%、お米を家庭から持参2.0%、主食代は自治体が負担6.9%、合わせて37%の園が主食を含む完全給食を実施していることになる。

2. 乳児保育の実施状況

①調乳・離乳食の状況

乳児保育を実施している園は79.2%であった。当然調乳、離乳食を作って与えているが、調乳を誰が担当しているかを見ると、保育士が70.6%を占め、次いで調理員、看護師で、栄養士は僅か7.8%であった。

②調乳室、離乳食配膳室の状況

調乳室、離乳食の配膳室の無い保育園が19.7%見られた。乳児保育を実施していないためとも思われるが、乳児保育の需要が高い時代でもあり、すべての保育所における受け入れ態勢の整備が待たれるところである。

3. 献立表等の作成状況

①献立表の作成(複数回答)

保育所給食の献立作成については、市町村や区に配置されている栄養士による共同献立作成が47.3%と約半数にのぼっている。次いで保育園独自で作成が44.1%であった。今後、保育所への栄養士配置が進めば、保育所独自の献立作成ももつと増加することが期待される。

②献立作成者(複数回答)

献立表作成者は誰かの質問に対しては、栄養士が59.6%と最も多く、次いで調理師36.3%であった。調理員、保育所長、保育士が当たるとする回答も10～15%見られた。

③献立表の作成根拠(複数回答)

献立作成に当たっての留意点としては、栄養面と季節感がトップで89.1%、次いで栄養面と子どもの嗜好、家庭における食事の実態の考慮等となっている。

4. 給食管理の状況

①食事内容検討表の作成(複数回答)

給食を実施して、その内容が適切であるかどうかの判定・評価は極めて重要なことである。食事内容検討表の作成は、栄養士が64.8%と最も多いものの、調理師、調理員も併せて38.9%を占めていた。保育士が当たっている割合も9.6%見られた。

②月次報告書の作成(複数回答)

給食実施に伴い、監督官庁等からの報告書の提出が求められていることと思われるが、誰が作成しているかを見ると栄養士が最も多く56.5%、次いで調理師、調理員となっている。

③検食の実施

集団給食においては、調理品について、供食前に検食することが必要である。95.4%の保育所が実施しているものの、していないが1.3%、時々しているが1.9%見られるのは問題で完全実施が望まれる。

5. 栄養指導

①家庭への指導(複数回答)

保育所給食は保護者家庭との密接な連携のもとに、行われる必要がある。家庭との連携状況を見ると、保育士があたる比率が高く67.6%に及んでいる。栄養士は32.8%、調理師20.2%、調理員10.4%であるが、栄養士配置率の向上を図り、家庭との連携強化、家庭に対する食事に対する相談・指導の充実を図りたいものである。

②栄養指導(複数回答)

園児に対する栄養指導・食事指導は、極めて重要なことであるが、栄養士の配置が少ないこともあって、栄養指導も保育士によるものが最も多く63.5%となっている。次いで栄養士40.5%、調理師24.0%となっている。

③食材や調理についての園児に対する説明(複数回答)

栄養指導の一環として園児に、食材や料理、調理についての説明をどの程度実施しているかを見ると、よくある、時々あるを含めると72%であった。しかし、殆どない18.8%、まったくない4.2%を合わせると2割以上の園が園児に対する食事指導をしていない事になり、指導の強化が望まれる。

④給食だよりの作成者(複数回答)

給食だよりは、保育所と家庭を結ぶ掛け橋の役割を担っており、その役割は大きい。給食だよりの作成担当者は栄養士が53.1%であるが、調理師・調理員を合わせると38.8%を占めている。保育士も21.3%見られるが、保育士は園児の健康状態等について家庭との連携という特別の役割があるので、栄養士、調理師等の指導の強化を図りたい。

6. 病弱児等に対する食事対応

①園児が体調を崩した時の食事(複数回答)

園児が体調を崩したときの食事については、症状に合わせて調整食を用意するが45.6%、無理

に食べさせない 42.3%で、多くの園で適切な対応をしていることがわかる。しかし、特別な準備ができない保育所も 7.4%見られるが改善の必要性を感じる。

②病弱児等に対する対応(複数回答)

病弱児等に対して誰が食事対応をしているかを見ると、保育士が 67.5%、次いで栄養士 44.1%、調理師 41.6%、調理員 29.7%で、特定職種に関係無く関係者がそれぞれの立場で対応しているように思われる。

③アレルギー児に対する対応(複数回答)

近年、アトピーなどアレルギー児の増加が問題となっている。食物アレルギーのため、アレルギーとなる食物の除去食が必要とする割合を調べたところ、除去食が必要な園児はいないは 27.5%で、保育所の約 7 割が除去食を必要としていることがわかった。除去食を必要とする園児の割合については、1～10%以上と差が大きいですが、除去食の必要性の判断基準の明確化が大切と思われる。

④アレルギーとなる食物

アレルギーとなる食物について調査したところ、比率の高い食品は、卵、牛乳、小麦類、大豆、そば、海老、ピーナツ等であった。食品衛生法では平成 14 年度からアレルギー物質を含む食品の表示が制度化され、表示義務は、卵、乳、小麦、そば、落花生の 5 品目であるが、今回の調査からもアレルギーとなる食品はほぼ同じであり、表示の活用が望まれる。

近年アレルギー疾患は増加傾向にあるが、その原因は大気汚染、都市化、食生活の欧米化、加工食品の増加、抵抗力の低下などが原因しているように思われるが、子どもにとって望ましい食環境づくりが大切である。

7. 食育の視点からみた調理室の機能

①子どもと調理室の状況

調理室での調理の様子が園児から見えることは、子どもが食への関心を高める上でも大切なことである。勿論調理室の位置、構造上の問題があるが、調査の結果よく見えるが 42.0%、見ようとすれば見える 45.5%と多くの保育所は、調理室が園児から見える位置にあることがわかった。多くの園が調理室で給食が作られている状況を園児が観察することの大切さ、必要性が理解されているようである。調理室が園児から見えないは 9.0%であった。

②食育の視点から見た調理室

調理室からカレーの匂いがすると、きょうはカレーだといって園児たちの喜ぶ歓声が聞こえるようである。調理室は園児の食育の視点から必要であるとの回答が 85.1%、まあ必要である 9.6%で殆どの園が調理室のもつ、食育といった面からの教育的な意義を感じているようである。

③調理室があることで実践していること。(複数回答)

近年給食業務の効率化の要請もあって、給食の外部委託も一部行われているようである。

外部委託の場合、外で調理し出来た料理を搬入するだけですむとして調理室不要論も出る時代になった。

しかし、調理室がある事による食育的な効用は実に大きいものがある。今回の調査結果では、行事食 91.6%、食欲の個人差に合わせる 87.3%、食事が楽しくなる配慮 64.6%、クッキング保育 60.1%、栽培給食 51.6%等の回答があった。

クッキング保育は、食事の大切さを体験的に学ぶことが出来、作る主なものは、カレーライス、サンドウィッチ、お団子、ホットケーキ、お好み焼きなどであろうが、時には行事食も取り入れたい。栽培給食は、保育園の庭先などに、野菜やいも類など植えて作物の生育を観察したり、水やり、施肥、草取りなど体験させたり、収穫の喜びの体験、産物の給食への活用なども調理室があればこそこの体験ということができよう。

食育の重要性が時代の関心事となっている現在、調理室の持つ様々な機能とその効用を改めて見直していきたいものである。

8. 給食調理の実施状況

①給食調理の形態

保育所の給食の実施形態を見ると、内部調理(保育園内の調理室において給食のすべてを調理)が 94.3%と殆どを占めている。外部委託調理(外部の業者に委託し、保育園内の調理室で外部の調理員が調理)は 1.7%、外注(主なものは給食センターより購入し、簡単な物だけ園の調理室で調理)1.9%であった。食の外部化の進む時代であるが、単に合理化、効率化を目指すのではなく、園児の顔の見えるところで給食をつくり、時には調理体験させるなど、食事指導にむすび付けたいものである。

②保育所の調理室必置義務についての意見

近年食品産業の発展、調理加工食品の増加、調理の外部委託化等が進んできたため、保育所の調理室必置義務は不要との意見が聞かれる時代になった。今回の調査では、調理室は必要であるが 90.9%を占め、調理室は必要ないは僅か 0.2%、どちらとも言えない 3.9%であった。その背景には、7. で述べた食育の視点から見た調理室の機能の内容にもよく現れているように思われる。

9. 栄養士の配置状況

保育所給食の実施に当っては、栄養・食の専門家である栄養士による運営が望まれるところであるが、最近栄養士の配置が増加しているものの、今回の調査で常勤の栄養士配置は 33.0% (公営 15.3%、民営 50.6%)で特に公立保育所における栄養士配置が低率である。

公立保育所においては、人件費の問題もあって市町村(役所)に栄養士を置き共同献立の作成、巡回指導等に当たっているところが増加している。今回の調査でも、市町村による共同献立が37.9%も見られた。栄養士の役割は、共同献立の作成、巡回指導といったことだけでなく、本質的な使命は、園児と直接接して食育の視点からの食教育を徹底して行うことが望まれるところである。今後、保育所における栄養士配置が進み、幼児期からの食育の成果が、わが国の健康増進施策である、健康日本 21 や健やか親子 21 施策にその成果が結実することを期待したい。

10. これからの保育所給食

①乳幼児の食生活改善の指針

乳幼児期の食事は、健康・発育成長の糧であるばかりでなく、生活の喜びであり、情緒を育て、社会性を養う機会でもある。保育所給食の役割の一つとして、食事を通じて望ましい食習慣の育成をはかり、食事についての正しい理解を深め、更に進んで栄養や衛生習慣をについての正しい知識を与え、身に付けさせることは大きな役割の一つである。

特に幼児期は、食習慣形成上重要な時期であるので、給食を通じて基礎的な食習慣・望ましい食事態度・健全な食嗜好が正しく育成されるように図ることは極めて意義深いことである。

子どもの生活習慣病が話題となる時代であるが、その要因としては、食事の内容特に栄養素や食品摂取の偏り、なかでも脂肪や食塩のとりすぎ、運動量が少ない割にエネルギー摂取が多すぎることで、食物繊維特に野菜類の摂取不足などがあげられる。乳幼児の食生活でいま、何が問題か、どういう方向に改善したらよいかなどのガイドラインを示したものに厚生労働省策定の成長期の食生活指針がある。乳幼児の食生活改善の指針として活用したい。

乳児期については、「子どもと親を結ぶ絆としての食事」として、1. 食事を通じてのスキンシップを大切に、2. 母乳で育つ赤ちゃん元気、3. 離乳の完了満1歳、4. いつでも活用母子健康手帳の4つの項目が挙げられている。

幼児期については、「食習慣の基礎づくりとしての食事」として、1. 食事のリズム大切、規則的に、2. 何でも食べられる元気な子、3. 薄味と和食料理に慣れさせよう、4. 与えよう牛乳、乳製品を、5. 一家揃って食事の楽しさを、6. 心掛けよう手づくりおやつ、の素晴らしさを、7. 保育所や幼稚園での食事にも関心を、8. 外遊び、親子揃って習慣にの8項目が挙げられている。

飽食の時代、グルメブームといった食の豊かさが、子どもの健康づくり、心を育てるといったよい食環境づくりに向けて発展することを願ってやまない。

②保育指針と食事指導の関わり

平成 11 年に保育指針が改定されている。そこでは、保育の目標として現在をよく生き、望ましい未来を作り出す基礎を培うこととして、十分養護の行き届いた環境で、健康・安全な日常生活に必要な基礎的習慣や態度を養うことの重要性をあげている。

保育所給食は、保育の一環として位置づけられるものであり、保育目標が達成できるような給食でありたい。3歳未満児の保育のねらいの中で食事に関係ある配慮事項としては、発育・発達の

個人差尊重、授乳や食事上の注意、咀嚼や嚥下の発達を促すための食品の調理形態の配慮、噛むことの大切さが身につくような配慮、食事の前後、排泄の後の清潔習慣などが、発達段階別に示されているので、それに沿った食事指導を展開したい。

3歳以上児については、3、4、5、6歳児の4区分で基礎的事項と、子どもの発達の側面から健康、人間関係、環境、言葉、表現の5領域が設定され、各領域毎にねらいと内容が示されている。3歳以上児の保育のねらいを見ると、年齢発達段階によって異なるが、食事面では安全な環境のもとでの楽しい食事や間食をとる、食事をする際の基本的習慣が身につくようにする、食べ物の好き嫌いをいわない、友達と楽しく食事を摂るなどの面が強調されている。

保育所給食は、給食を通じて、望ましい食習慣の育成を図ることが大切で、楽しい給食の雰囲気の中で、よい食習慣が身につくよう毎日の献立・料理を教育媒体とした指導をすすめたい。このような指導は年齢発達段階によって異なり、2歳未満児では基本的な食事・清潔習慣の芽ばえを養い、2～3歳児ではその習慣が身につくように援助したい。

4歳児くらいになると、それらの習慣が必要な理由をまた、5～6歳児では更に進んで食物と体との関係について興味を持たせたり、食べ物の栄養や衛生のことについて若干教育的な面を加味するなど段階的に進めていきたい。