

保育園における食育の取り組みⅢ

—栄養バランスのとれた弁当づくり啓発の取り組み—

○内山 瑞枝¹⁾ 木村 千枝¹⁾ 福田 京子¹⁾ 有木信子²⁾ 前橋 明²⁾

1) 作陽保育園 2) 元作陽保育園 3) 早稲田大学

key words : 食育活動, 栄養バランス, お弁当の日, 保護者, 意識改革

はじめに

近年の子どもたちを取り巻く生活は多様化し、子どもの成長に不可欠な食事についても、両親共働き家庭の増加や、惣菜、レトルト食品などの出現により、調理をしなくても簡単に食事ができるようになってきた¹⁾。また、手づくり料理や伝承料理などが家庭の食卓に並ぶ機会が減ってきているが、保育園に通う子どもたちは、栄養バランスがとれ、行事食や季節感のある献立給食を食べている。そして、食育を通して、子どもたちの食環境の充実を図るべく、子どもたちとのクッキング、野菜栽培など、様々な取り組みを実践している。その中で、「お弁当の日」は、唯一家庭の食事を知れるものである。

そこで、「お弁当の日」を通してみられた子どもと保護者の様子や、園からのアプローチによってみられてきたお弁当の内容の変化について報告する。

実践方法

1993年より、食育活動の一環として、毎月1回「お弁当の日」を設けた。給食時間を気にせず、園外に出かけて思いきり遊べることと、子どもたちの様々なお弁当の中身を見ることによって、家庭での食事づくりや食生活を知る手がかりとした。

そこで、2015年からは、栄養面や彩りを考えて作られている弁当を写真に撮り、保護者の方がよく目につく玄関に、工夫されていることをコメントにして、付け加え掲示していった。掲示する際には、毎月同じ保護者の作ったお弁当が載らないようにした。

子どもたちとお弁当の様子

「お弁当の日」当日、子どもたちは、園外に出かけていき、そこで食べるお弁当を楽しみにしている。その日は、朝から、子どもたちの「今日、から揚げ入っとる。」「ウインナーが入っとる。」「果物、イチゴなんで。」という弾んだ声が聞かれる。近年、キャラクター弁当をつくる保

護者が増え、「今日のお弁当はポケモンなんで。」「私のはキティちゃん。」等、中身は子どもたちの喜ぶ主食で作ったキャラクターが大半を占めていた。しかしながら、お弁当の内容としては、主食、主菜、副菜のバランスのとれていないもの(写真1)やレトルト食品の利用が多く、栄養的にも偏っており、子どもたちの一食としての栄養バランスが考えられていないものも多くみられた。

2015年からの取り組み

このように、本来の目的とは、異なる傾向がみられてきたので、2015年より、子どもたちが喜んで食べたお弁当や、わが子の年齢を考えて工夫されているお弁当(写真2)、お父さんが作ったお弁当(写真3)、そして、栄養面や彩りを考えて作られているお弁当(写真4)などを写真に撮り、保護者の方がよく目にする、保育園の玄関に、お弁当の工夫ポイントやお父さんが作ったお弁当についてもコメントを付け加え、毎月掲示していった(写真5)。また、お弁当を食べる子どもの様子(残食状況、食べやすさの工夫など)を保護者に伝えることで、次の弁当づくりの参考へとしてもらった。

考 察

お弁当づくりを苦手と感じている保護者の方も、掲示をみて、子どもの食べやすい弁当を参考に、「ひとロサイズのおむすび」や「卵焼きも、こんな風に入れたら、子どもが喜ぶんだ。」と関心をもってみてくれていた。また、「お父さんが作られるところも多いんじゃない。」との声も聞かれた。

こうして、弁当に関心をもたれる方が増えていく中、子どもたちも自分のお弁当の写真を掲示されると、玄関先での親子の会話が増えてきたのが現状である。

しかし、キャラ弁の出現により、子どもの喜ぶキャラクターを重視しすぎて、主食が大半を占め、食べるころには大きく硬くなったご飯に



写真1 キャラクターを重視したお弁当



写真2 子どもの年齢に合わせて工夫されたお弁当

写真4 栄養面や彩りを考えたお弁当



写真3 お父さんが作ったお弁当



写真5 掲示

苦戦する姿があったり、子どもの好きなキャラの色に近づけようと、普通に見ると、食欲をそそるとは言えない色合いのものもあったりした。また、キャラづくりに時間がかかるためか、冷凍食品、加工食品を多く使っている傾向もあつたり、おかずがタンパク質に偏つたりする傾向もある。

まとめ

月1回の「お弁当の日」は、親子の愛情交換ができるものであると共に、食に対する保護者の意識や家庭での食生活がかい間みられるものである。2015年からお弁当の写真を掲示することで、少しずつではあるが、レトルト食品が減り、その家庭なりの工夫や食べやすくする努力がみられだし、保護者の意識も変わってきている。子どもとどのようなお弁当にするのかを話し合つたり、旬の食材や季節の行事に応じた内

容のものを入れたり、お弁当を介して親子のふれあいが図れているように感じた。

「お弁当の日」を通して、子どもたちの健やかな成長を考えた食事の提供に、保護者の意識が向くことを願うとともに、ひいては、朝食や夕食の内容の充実や食環境の整備についても考えていける機会となることを目指しているが、お弁当の日を一つのイベントとして捉え、単発的には熱心に取り組むことができるが、毎日のこととなると継続は難しい。

子どもの生活に特に大きく関係する朝食については、その内容は単品であつたり、ワンパターン化したものであつたりと、なかなかバランスの良い食生活に繋がらないのが現状である。

課題

保育園で「食べ物を選ぶ」、「元気なからだがわかる」、「料理をする」、「食べ物の育ちを知る」等を目指して子どもたちに食育実践するだけでは、実際に調理する保護者への意識改善には結びつかない。今後、お弁当づくりを通して、子どもの成長に合わせた食事の大切さを伝えていき、いかに家庭での食生活の向上につなげるか、また、保育の中で取り組む親子いっしょの食育実践をどう工夫していくかが課題である。

文献

- 1) 有木信子・前橋 明他：乳幼児の食生活の改善に関する取り組み—保育園児の偏食是正について—、保育と保健 10(1), pp.40-43, 2006.

近年の保育園幼児の生活時間と朝食・排便状況の課題

○福田 京子¹⁾ 内山 瑞枝¹⁾ 木村 千枝¹⁾ 有木 信子²⁾
五味 葉子³⁾ 泉 秀生⁴⁾ 石井 浩子⁵⁾ 前橋 明⁶⁾

1) 作陽保育園 2) 元作陽保育園 3) 早稲田大学大学院

4) 東京未来大学 5) 京都ノートルダム女子大学 6) 早稲田大学

key words : 保育園幼児, 生活習慣調査, 朝食摂取, 排便状況, 3大栄養素

はじめに

近年、子どもたちを取り巻く環境は、大きく変化しており、保護者の夜型化したライフスタイルに影響され、睡眠時間の確保が難しく、短時間睡眠の子ども¹⁾が増えてきている。また、朝の排便が習慣づいておらず、給食後にトイレで排便する子ども²⁾も多くみられるようになった。幼児の毎日の十分な睡眠時間の確保や朝食摂取、朝の排便を実現するためには、幼児の生活習慣を見直すことが必要である。

そこで、本研究では、保育園幼児の睡眠習慣や朝食内容、排便状況などを、生活習慣調査を通して把握し、子どもたちの抱える健康管理上の問題点と、その改善策を検討した。

方 法

2016年2月に保育園4歳児31名(男児11名、女児20名)、2016年11月に保育園5歳児31名(男児11名、女児20名)を対象に、幼児の生活習慣調査を実施した。

その調査の結果より、幼児の就寝時刻、起床時刻、睡眠時間、朝食開始時刻、朝食摂取状況朝の排便状況を明らかにし、問題点を抽出した。

結 果

1. 就寝時刻

平均就寝時刻は、男児では、2015年度が21時11分、2016年度が21時00分、女児では、2015年度が21時11分、2016年度が21時11分であった。

2. 睡眠時間

平均睡眠時間は、男児では、2015年度が9時間23分、2016年度が9時間45分、女児では、2015年度が9時間36分、2016年度が9時間33分であった。

3. 起床時刻

平均起床時刻は、男児では、2015年度が6時35分、2016年度が6時45分、女児では、2015

年度が6時48分、2016年度が6時44分であった。

4. 朝食開始時刻

平均朝食開始時刻は、男児では、2015年度が6時49分、2016年度が7時10分、女児では、2015年度が7時06分、2016年度が7時11分であった。

5. 起床から朝食開始までの時間

起床から朝食開始までの平均時間は、男児では、2015年度が14分、2016年度が25分、女児では、2015年度が18分、2016年度が27分であった。

6. 朝食を食べている幼児の人数割合

朝食を食べている幼児の人数割合は、2015年度、2016年度の男女ともに100%であった。

7. 朝食内容

朝食については、3大栄養素がバランスよくとれているかについて、内容を調査した結果、3大栄養素をすべて食べている幼児の割合は、男児では、2015年度が9.1%、2016年度が11.1%、女児では、2015年度が45.0%、2016年度が30.0%であった(図1)。3大栄養素を食べていない幼児の割合は、男児では、2015年度が90.9%、2016年度が88.9%、女児では、2015年度が55.0%、2016年度が70.0%もいた。

8. 朝の排便状況

排便状況については、朝に排便をしている幼児の人数割合は、男児では、2015年度が18.2%、2016年度が45.5%、女児では、2015年度が40.0%、2016年度が40.0%、排便のない幼児の割合は、男児では、2015年度が81.8%、2016年度が54.5%、女児では、2015年度が60.0%、2016年度が60.0%であった(図2)。

考 察

睡眠時間について、男児は2015年度より2016年の方が22分長くなっていたが、女児について

表1 保育園幼児の生活時間

平均値(SD)

項目	対象	2015年度			2016年度		
		男児(N=11)	女児(N=20)	全体(N=31)	男児(N=11)	女児(N=20)	全体(N=31)
起床時刻		6時35分 (27分)	6時48分 (24分)	6時43分 (26分)	6時45分 (30分)	6時44分 (22分)	6時44分 (25分)
就寝時刻		21時11分 (38分)	21時11分 (35分)	21時11分 (36分)	21時00分 (26分)	21時11分 (24分)	21時07分 (25分)
睡眠時間		9時間23分 (30分)	9時間36分 (30分)	9時間31分 (30分)	9時間45分 (28分)	9時間33分 (19分)	9時間37分 (23分)
朝食開始時刻		6時49分 (28分)	7時06分 (25分)	7時00分 (27分)	7時10分 (26分)	7時11分 (24分)	7時11分 (25分)
起床～朝食開始までの時間		14分 (6分)	18分 (10分)	17分 (9分)	25分 (13分)	27分 (14分)	26分 (14分)

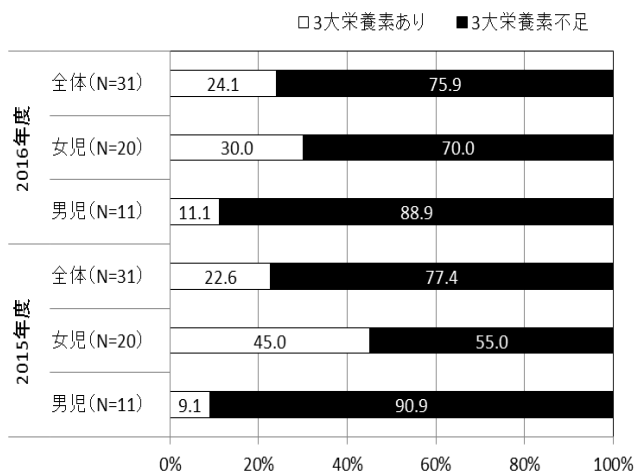


図1 保育園幼児の朝食における3大栄養素の摂取状況

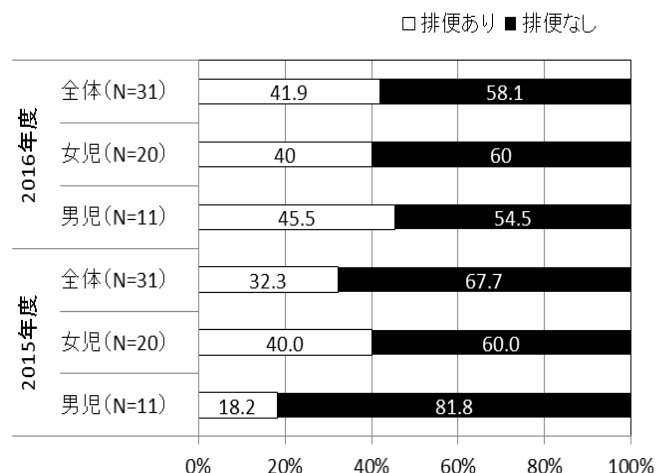


図2 保育園幼児の朝の排便状況

は3分短くなっていた。いずれも10時間に満たない短時間睡眠であった。起床は6時台で早起きができているが、就寝時刻が21時以降になっており、遅寝になっているのが短時間睡眠の原因と推察した。就寝が遅くなっても、保護者の仕事の都合で、朝は早く起こされている子どもが多いと考えられた。

朝食摂取は、男女ともに100%であったが、朝食内容については、3大栄養素をバランスよく摂取できていない幼児が多く、特に男児では10%前後の低い摂取率であった。朝食内容が主食のみや、主菜と副菜がバランスよくとれていない幼児が多くみられた。5歳児になり、毎日の給食に使用される食材の栄養を、赤、緑、黄のバランスボードへの色分けを実践しているが、朝食摂取には反映されていないのが現状であった。

朝の排便状況については、2015年度は男児の排便率が特に低かったが、2016年度には排便率が上がっていた。5歳児になり、食への意識が高まったり、就学に向けて、保護者の意識が変

わってきたことも考えられた。しかし、女児については、変化はみられなかった。

まとめ

生活習慣調査を通して、朝食摂取率は、2年間男女ともに100%であったが、摂取できている、バランスの良い朝食がとれていないという実態を確認した。今後は、朝食内容の啓発に力を入れ、バランスボードを使用し、朝食内容を色分けしたり、保護者に向けて、便りの配布や講演会、親子クッキング等、啓発活動にも力を入れていきたい。

また、生活リズムの是正や食生活の改善に向けて、保護者と連携し、朝の排便や十分な睡眠時間の確保ができるようにしていきたい。

【文献】

- 1) 有木信子他：保育園における食育Ⅱ－給食指導による朝食摂取状況の変化－，食育学研究2(2)，pp.44-45，2007.
- 2) 有木信子他：朝食摂取および朝食内容の充実にむけての食育実践，食育学研究1(3)，pp.68-69，2008.

保育園における食育の検討Ⅱ

—子どもの食習慣と保護者意識の調査から—

公庄 益美¹⁾ 益田 早苗¹⁾ 中村 映里乃²⁾ 石井 浩子³⁾

1) 徳雲福祉会千代川保育園 2) 徳雲福祉会大井保育園 3) 京都ノートルダム女子大学

key words : 保育園, 食習慣, 保護者意識, イライラ感

I はじめに

大井保育園と千代川保育園は、京都府の亀岡市に所在し、豊かな自然に恵まれた環境の中、仏教保育に基づいた食育活動に取り組んでいる。乳幼児期は食を営んでいく力の基礎を培う大切な時期であり、両親が共働きをしている子どもを預かる保育園では、その責務は大きいと考える。

本報では、子どもの食習慣の実態とその保護者の思いを把握し、保育園が担う食育の在り方を検討することを目的とした。その一つとして、保護者が日常で感じるイライラ感の原因と、そのことによって子どもの食習慣に及ぼす影響について検証した。

II 方法

平成29年3月に、大井保育園と千代川保育園に通園する0歳児から5歳児433名（男児240名、女児193名）の保護者を対象に、子どもの食習慣と保護者のイライラ感についてアンケート調査を実施した。そのうち回答があった414名（回収率95.6%）を調査対象として分析を行った。

さらに、保護者がイライラする要因ごとにイライラ群と非イライラ群に分け、食習慣との関連を検討した。統計処理は、SPSS (ver. 24) を用いて、t検定を行った。

III 結果

アンケート結果は、男女間での性差が認められなかったため、年齢ごとに集計した。

食事にかかる時間は、いずれの年齢も、朝食では8割以上が30分未満で（図1）、夕食でも半数近くが30分未満で食事を終えていた（図2）。

惣菜が半分以上を占める食事の頻度では、惣菜を「ほとんど利用しない」と答えた割合は、0歳児～5歳児の全ての年齢で3割程度であった（図3）。

保護者がイライラする原因になりそうな事柄について、現在その状況にあるかを「はい」か「いいえ」で答えてもらい、さらに「はい」と答えた人に、そのことについてどの程度イライラするかを尋ねた（図4）。「家族が家事・育児に協力的ではない」「家族との関係がうまくいかない」状況にある人は少なかったが、「非常にイライラを感じる」と答えた割合は他の要因に比べて高かった。

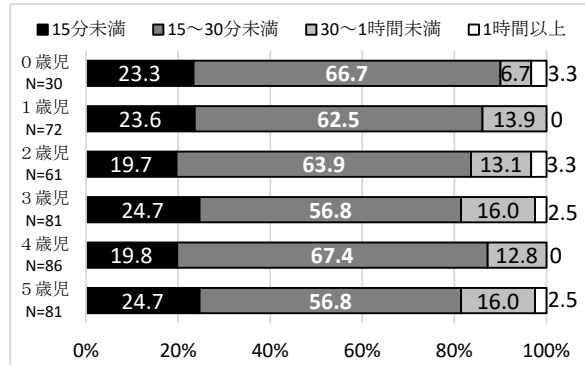


図1 朝食にかかる時間

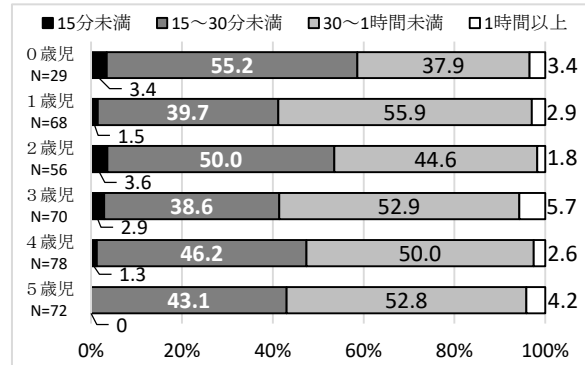


図2 夕食にかかる時間

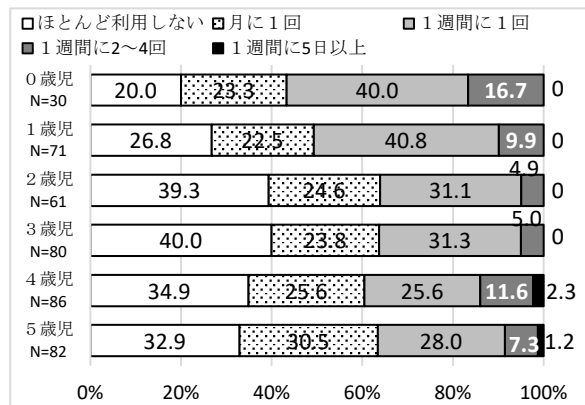


図3 買ってきたお弁当・惣菜が食事の半分以上を占める頻度

保護者がイライラする要因ごとに、「すこしいライラを感じる」「非常にイライラを感じる」と答えた人を「イライラ群」、「まったくイライラを感じない」「あまりイライラを感じない」「どちらともいえない」と答えた人を「非イライラ群」として2群に分け、子どもの食習慣を点数化し、その平均値の差をt検定により調べた。保護者がイライラする10要因のうち、「仕事が忙しい」「子どもの世が大変である」に有意差がみられた（表1、表2）。

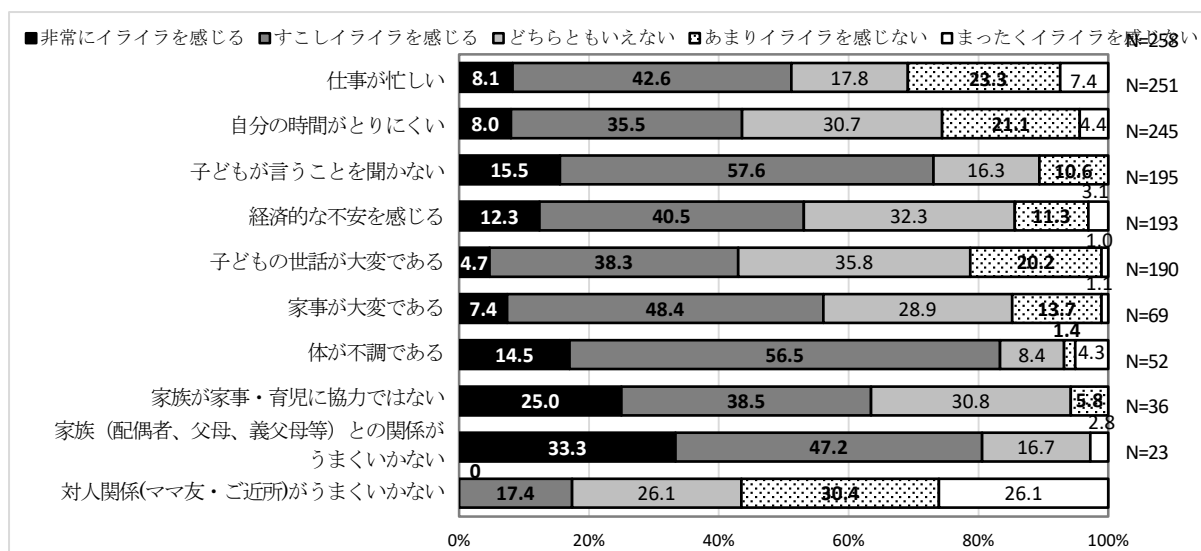


図4 保護者のイライラ感

表1 「仕事が忙しい」人の子どもの食習慣

	イライラ群		非イライラ群		t 値	d f
	M	SD	M	SD		
食習慣	30.77	4.381	32.45	3.442	-3.356**	.502

* p < .05 ** p < .01

表2 「子どもの世話が大変である」人の子どもの食習慣

	イライラ群		非イライラ群		t 値	d f
	M	SD	M	SD		
食習慣	29.75	4.535	31.02	3.901	-2.047*	.620

* p < .05 ** p < .01

IV 考 察

平成28年3月に行ったアンケート結果と同様に、食事にかかる時間は短く、惣菜の使用頻度を見ても、家庭での食事が重要視されていないことが伺えた。保育園を利用している保護者は、仕事や子育て、家事をこなさなければならない状況で、仕事と子育ては時間的に短縮することは難しく、どうしても家事から簡略化せざるを得ないことが一因であると推測された。

日常、イライラする原因となりそうな状況にあると答えた人が多い順に「仕事が忙しい」「自分の時間がとりにくい」「子どもが言うことを聞かない」となり、保護者は時間的に余裕がない状況にあることが分かった。しかし、「非常にイライラを感じる」と答えた割合は、仕事や家事、子育ての大変さよりも、家族との関係性に問題を感じている方が高かった。保護者にとって、日常の大変さはある程度受容できても、家族の理解や協力が得られないことは、心理的な負担が大きく、イライラする原因となりやすいと考えられた。

保護者が「仕事が忙しい」ことや、「子どもの世話が大変である」ことにイライラを感じていると、

子どもの食習慣が悪くなる傾向があった。仕事や子育てで忙しく、家事をしなければならない状況にあっても、気持ちの切り替えができたり、家族の協力が得られたりすることで、イライラせず家事に取り組めるが、逆にイライラしてしまうと家事にうまく取りかかることができなくなり、子どもの食習慣にも影響してしまうのではないかと推察される。

V ま と め

保育園の保護者の日々の生活の大半は、仕事、子育て、家事で占められている。時間的な負担に加え、心理的な負担が加わると、イライラし、子どもの食生活に影響が及ぶ。仕事に関しては、核家族化や地域における地縁的な繋がり希薄化など、子育て世代の働き方の見直しが必要であるが、日本社会の課題としてまだ時間がかかりそうである。しかし子育てや家事に関しては、私たち保育者の専門性を活かし、子育てにおける上手な時間のやりくりや家事に関する保護者間の情報をまとめ、保護者に提案するなど、保育園が家庭を支えることができるのではないかと考える。

子どもの食育を考える上で、保育園では子どもの興味関心に添った食体験を積み重ね、子どもが主体的に関われる環境づくりに努めなければならないが、家庭での協力は不可避である。保育園と家庭が子どもの食育を支えるには、保護者の負担を軽減する必要があり、それは保育園の役割となる。保護者がイライラするのは、置かれている状況だけではなく、保護者自身の考え方や、他の心理的要因が関わっており、それらの解明も今後の課題となる。

両園では保護者支援とともに、栽培活動を中心とした食育活動のなかで、命を繋ぐ「食」を伝え、感謝の心と豊かな人間性を育みながら、子どもの食を営む力を養っていきたい。

保育園幼児とその保護者の生活習慣の実態と健康管理上の課題(Ⅱ)

—東京都足立区内のA保育園の夕食開始時刻と生活時間との関連性—

泉 秀生¹⁾

五味葉子²⁾

前橋 明³⁾

1) 東京未来大学

2) 早稲田大学大学院

3) 早稲田大学人間科学学術院

key words : 夕食時刻, 生活時間, 保護者, 幼児, 保育園

はじめに

本研究では、東京都足立区内のA保育園に通園する幼児とその保護者の生活習慣の実態を調査し、幼児期の子どもの生活を夜型化させることが報告されている夕食開始時刻¹⁾に着目して、幼児と保護者の生活時間との関連性を分析した。

そして、保育園に通園する幼児の健康管理上の問題点を抽出し、問題改善の方策を検討した。

方 法

2017年2月に、東京都足立区のA保育園に通う2～6歳児86人(男児37人, 女児49人)の保護者に対して、幼児とその保護者の生活習慣の実態に関するアンケート調査を実施した。

調査内容は、就寝時刻や起床時刻、朝食開始時刻、登園時刻、保護者の始業・終業時刻、帰宅時刻、夕食開始時刻、入浴時刻などであった。

統計処理には、SPSS ver.22を用いて、生活時間相互の関連性を相関係数(r)によって求め、0.1%水準で有意で、かつ、 $|r| \geq 0.4$ のもののみを抜粋し、図示した。また、子どもの夕食開始時刻の結果から、「18時30分以前」「18時31分～19時00分以前」「19時01分～19時30分以前」「19時31分より後」の4群に分けて、一元配置の分散分析、ならびに、bonferroni

の多重比較を用いて、各生活時間の平均値の差を求めた。

倫理的配慮として、東京未来大学研究倫理委員会により、調査の実施に関する審査を受け、承認を得た。また、対象の園、ならびに、保護者に、回答は任意であることを説明し、賛同の得られた者から回答を得た。

結 果

1. 生活時間相互の関連性

生活時間相互の関連性の結果から、迎え時刻や帰宅時刻、夕食開始時刻や入浴時刻が相互に関わっており、それらの遅れが、就寝時刻を遅らせている可能性を確認した(図1)。

2. 夕食開始時刻別にみた生活時間

子どもの夕食開始時刻別に、子どもと母親、父親、それぞれの生活時間を比較した結果、「18時30分以前」に夕食を開始している子どもの方が、「園への迎え時刻」や「帰宅時刻」が有意に早かった(表1)。また、母親の生活時間も、子どもと同様の傾向にあった。

考 察

本調査対象児の生活時間をみると、21時以降の遅寝で、9時間30分未満の短時間睡眠であつ

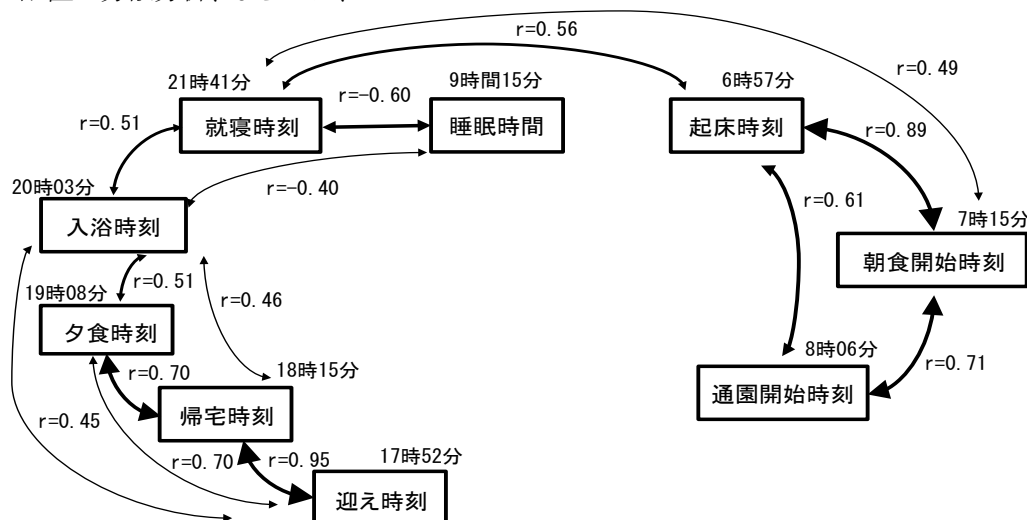


図1 幼児の生活時間相互の関連性(東京都足立区A保育園, N=86)

$p < 0.001$, $r \geq |0.5|$ のもののみを抜粋 [数値は平均値と相関係数(r)]

表1 保育園幼児の夕食開始時刻別にみた幼児とその保護者の生活活動の時間(東京都足立区のA保育園幼児の保護者)

対象・項目	夕食時刻	～18時30分 (N=16)		～19時00分 (N=29)		～19時30分 (N=24)		20時00分～ (N=17)		全体平均 (N=86)	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
幼 児	就寝時刻	21時26分	30分	23時35分	37分	21時48分	35分	21時56分	29分	21時41分	35分
	睡眠時間	9時間21分	30分	9時間23分	27分	9時間06分	33分	9時間09分	30分	9時間15分	30分
	起床時刻	6時48分	17分	6時59分	30分	6時54分	32分	7時05分	33分	6時57分	29分
	朝食時刻	7時12分	20分	7時15分	26分	7時12分	28分	7時24分	35分	7時15分	27分
	家を出る時刻	8時18分	14分	8時06分	27分	8時04分	32分	8時00分	35分	8時06分	28分
	迎え時刻	16時57分	36分	17時40分 **	39分	18時02分 ***	36分	18時47分 ***	23分	17時52分	49分
	帰宅時刻	17時25分	34分	18時02分 **	35分	18時26分 ***	34分	19時08分 ***	27分	18時15分	47分
	夕食時刻	18時13分	21分	18時57分 ***	5分	19時25分 ***	7分	19時56分 ***	10分	19時08分	35分
母 親	入浴時刻	19時24分	60分	19時58分	51分	20時13分 *	42分	20時37分 ***	42分	20時03分	53分
	就寝時刻	22時35分	73分	22時46分	64分	22時54分	72分	23時17分	66分	22時52分	68分
	睡眠時間	7時間43分	75分	7時間25分	63分	7時間06分	70分	6時間50分	70分	7時間17分	70分
	起床時刻	6時19分	20分	6時11分	41分	6時01分	50分	6時07分	51分	6時09分	43分
	朝食時刻	7時07分	25分	7時11分	23分	7時03分	33分	7時10分	40分	7時08分	29分
	家を出る時刻	8時17分	27分	8時09分	30分	7時57分	33分	8時00分	36分	8時05分	32分
	通勤時間	39分	30分	42分	25分	47分	14分	51分	23分	45分	23分
	始業時刻	9時11分	26分	9時04分	24分	9時04分	30分	9時12分	31分	9時06分	27分
親	終業時刻	16時42分	37分	17時25分	83分	17時17分	32分	17時58分 **	34分	17時22分	61分
	勤務時間	7時間31分	55分	8時間21分	77分	8時間12分	41分	8時間47分 *	50分	8時間15分	63分
	帰宅時刻	17時36分	31分	18時12分 *	32分	18時21分 **	42分	19時12分 ***	28分	18時20分	45分
	夕食時刻	18時18分	22分	18時56分 ***	25分	19時26分 ***	8分	19時56分 ***	11分	19時09分	36分
父 親	入浴時刻	19時57分	79分	20時23分	55分	20時25分	69分	20時47分	55分	20時23分	64分
	就寝時刻	24時15分	70分	23時36分	71分	23時16分	251分	23時30分	66分	23時36分	148分
	睡眠時間	6時間26分	58分	7時間03分	62分	6時間32分	64分	7時間01分	76分	6時間46分	65分
	起床時刻	6時41分	67分	6時39分	47分	6時54分	88分	6時16分	64分	6時41分	66分
	朝食時刻	6時49分	43分	7時14分	35分	7時19分	94分	7時04分	62分	7時10分	63分
	家を出る時刻	7時34分	70分	7時58分	46分	8時12分	128分	7時19分	76分	7時53分	87分
	通勤時間	56分	19分	51分	28分	52分	18分	50分	26分	52分	23分
	始業時刻	8時46分	71分	9時04分	38分	9時35分	121分	8時09分	97分	9時02分	88分
	終業時刻	18時57分	109分	18時31分	102分	19時14分	134分	18時40分	87分	18時51分	112分
	勤務時間	10時間10分	118分	9時間26分	83分	9時間39分	99分	10時間31分	153分	9時間48分	107分
	帰宅時刻	21時36分	102分	20時09分	101分	20時39分	243分	20時00分	41分	20時34分	257分
夕食時刻	21時11分	73分	20時27分	99分	20時58分	84分	20時28分	44分	20時44分	84分	
入浴時刻	20時56分	280分	20時09分	252分	20時27分	308分	21時40分	81分	20時37分	258分	

夕食開始時刻が18:30以前の群との差: * p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

たことから、日中、注意・集中の困難さ²⁾を訴えていることが懸念された。また、これまで就寝時刻の遅れの誘因として考えられていた「夕食開始時刻」と同様にして、「園への迎え時刻」や「帰宅時刻」、「入浴時刻」などの遅れも、遅寝の誘因の一つであることが推察された。

次に、幼児の夕食開始時刻が遅くなると、母親の生活時間も遅くなっていったことから、母子の生活時間は互いに関連し合っていることが大いに推察された。そのため、母親の就労の始業・終業時刻や、幼児期の子どもにとっての規則正しい生活時間に対する保護者の意識や理解などについて、今一度、子どもを取り巻く社会全体で考え、実践していく必要性のあることを確認した。

まとめ

2017年2月に、東京都足立区のA保育園の幼児86人とその保護者の生活時間を調べた結果、

- (1) 夕食開始時刻とともに、「園へのお迎え時刻」や「帰宅時刻」、「入浴時刻」の遅れが、子どもたちの生活を夜型化する可能性が示唆された。
- (2) 母親の生活時間を整えることが、幼児期の子どもたちの生活時間を整えることにも繋がるということが推察された。

文 献

- 1) 松尾瑞穂・前橋 明：沖縄県における離島幼児の健康福祉に関する研究(I)－石垣島の幼児の生活実態とその課題，食育学研究2(1)，pp.32-42，2007。
- 2) 本保恭子・中居麻有・前橋 明，子どもの健康な発達と子育て環境，子どもの健康福祉研究2，pp.3-26，2004。

学校におけるアレルギー対応の実際

岩城 泉¹⁾

1) 愛媛県西条市立吉岡小学校 養護教諭

Key words:アレルギー対応、食物アレルギー、学校給食、対応委員会、組織としての対応、連携

【はじめに】

平成 27 年 12 月に「アレルギー対策基本法」が施行された。学校でも児童生徒のアレルギー疾患の増加が課題となっている。対応は、特に命とかがかわることから、全市あげて対応を行うことが求められている。

西条市では、基本法の施行を受けて、さらにきめ細かなアレルギー対策を実施するために、「食物アレルギー対応委員会」の教化を図った。

1 食物アレルギー対応委員会と対応方針

- ① 食物アレルギーを有する児童・生徒にも学校給食を提供する。そのためにも、安全性を最優先する。
- ② 各校は、食物アレルギー対応委員会等を設置して組織的に対応する。
- ③ 食物アレルギーの対応は、必ず石の診断によることとし、「学校生活管理指導表」の提出を必須とする。
- ④ 原因物質の完全除去を原則とする
- ⑤ 教育委員会は、各学校の食物アレルギーの対応について把握し、必要な指導及び支援を行う。
- ⑥ 教育委員会は、学校給食関係者が正しい知識を得るため、食物アレルギー研修を実施する。
- ⑦ 学校、家庭、教育委員会等、すべての関係機関が連携を密にし、適切な食物アレルギー対応を行うこととする。

対応委員会では、基本的にはアレルギーを有する児童生徒にも給食を提供すること、その際「安全性」を最優先するよう、各校やキューシヨクセンター等で工夫することとした。

また、「学校生活管理指導表」の提出を必須として、保護者との連携を強化するようにした。さらに、関係機関との連携を密にし、組織的に対応できるように全体を見直すこととした。

2 アレルギー疾患への対応

(1) 児童の実態

アレルギー疾患に関する実態

- 気管支喘息 8名
- アトピー性皮膚炎 5名
- アレルギー性鼻炎 9名
- アレルギー性結膜炎 14名
- 犬猫アレルギー 1名
- 食物アレルギー 5名
- アナフィラキシー 0名

・ごまごまを含む調味料
・バナナ
・キウイフルーツ
・パイナップル
・そば

- (2) 学校給食での対応
学校給食については、レベル 1~3 に分け対応することとしている。

学校給食での対応内容

- レベル1
献立表対応
- レベル2
弁当対応および「給食調理以外」での代替食対応
- レベル3
除去食対応

図表には、レベル1から3までの対応内容が示されており、レベル3は除去食対応と記載されています。また、イラストの人物が説明している様子も描かれています。

- (3) アレルギー対応委員会
組織として対応するため、各校で必ず対応委員会を設置している。

校内アレルギー対応委員会

(1) メンバー

校長・教頭・学校担任・保健主事・給食主任・養護教諭
栄養教諭・調理員・学校医・学校薬剤師・主治医・等

(2) アレルギーに関する情報の集約

⇒対応の詳細を協議・決定

(3) アレルギーに関する緊急時の校内体制の整備

(4) 緊急時の対応と個別マニュアル作成

(5) 個別対応献立チェック

(4) 校内の食物アレルギー情報の共有

校内で、教職員が児童のアレルギー等の情報を常に共有していることが大切である。学級の場合、常に担任がいるとは限らない。

校内の食物アレルギー情報の共有

スクリーンショットには、アレルギー情報共有のシステム画面が表示されており、検索機能や情報入力欄が確認できます。

(5) 教職員の共通理解

本校では、「個別の緊急対応マニュアル」を作成して、教職員の共通理解を図っている。特に、緊急時の対応については、実際の場合を想定した訓練も適宜行うなどしている。

個別の緊急時対応マニュアル 全教職員共通理解

【エビペンの使い方】

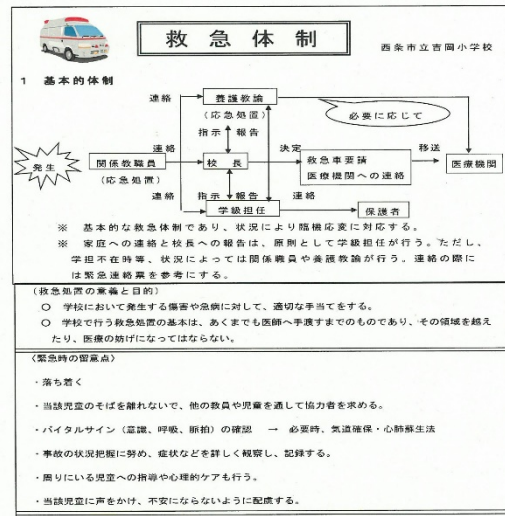
- ① おしりの部分のキャップをとる。
- ② 太もも前面外側に打ち込み、5秒。
- ③ 5秒たったら、エビペンを抜く。
- ④ エビペンの針が出ていたらOK
- ⑤ 打ち込んだところをもむ。

※ キャップはもどさない。

学級担任や養護教諭の前で起こるとは限らない！

- ② 対応する。(アレジオンのエビペン)
- ③ エビペンの場合は、周りの先生方の応援をお願いします。救急車を呼ぶ。
- ④ 応じる先生方には、児童への指示・AEDを運ぶ・門扉を開ける・救急車の誘導をお願いします。

また、救急体制のマニュアルを作成し、西条西消防署と救急時の体制について意識統一を図っている。



(6) 主治医や学校医との連携

主治医や学校医との連携

- 学校等で行うアレルギーに関する研修会等への協力
- エビペン使用を想定した緊急対応訓練の指導助言
- 個別のマニュアル等を作成する場合の指導助言
- 救急搬送の受け入れ先になる近隣の総合病院の医師との連携



学校医との連携はたいへん重要で、研修会等で指導助言をしてもらうとともに、日常生活等についてもアドバイスをもらうなど連携もっている。

さらに、保護者、児童、主治医との連携ももち、常に児童の情報を収集して対応に生かすようにしている。

3 各機関との連携

(1) 西条消防署との連携

AEDやエビペンの講習会必ず実施してもらっている。

西条消防署との連携

職員研修 講師：西条西消防署救急係

全教職員の救命救急力のアップ！

AED・エビペン講習会

(救急車の搬入について)

吉岡小学校 救急車の進入経路

(消防署への情報提供について)

保護者の皆さまへ消防署・教育委員会からのお願い！

特定疾患児童(生徒)の情報提供について

西条市教育委員会委員長
西条市消防本部消防長 (消防署長)

近年、救急出動件数が増加し、病院への搬送時間が長くなってきています。消防署・教育委員会では、小児に対する救急処置の高度化を図るため、特定疾患児童(生徒)の情報を提供し、搬送に際しての対応に資するルート作りを行い、1秒でも早い救急搬送への体制を整えております。そこで……

- ・ 特定疾患児童(生徒)の情報を提供し、搬送に際しての対応に資するルート作りを行い、1秒でも早い救急搬送への体制を整えております。
- ・ 特定疾患児童(生徒)の情報を提供し、搬送に際しての対応に資するルート作りを行い、1秒でも早い救急搬送への体制を整えております。
- ・ 特定疾患児童(生徒)の情報を提供し、搬送に際しての対応に資するルート作りを行い、1秒でも早い救急搬送への体制を整えております。
- ・ 特定疾患児童(生徒)の情報を提供し、搬送に際しての対応に資するルート作りを行い、1秒でも早い救急搬送への体制を整えております。

上記の情報を提供し、搬送に際しての対応に資するルート作りを行い、1秒でも早い救急搬送への体制を整えております。ご不明な点がございましたら、最寄りの消防署までご連絡ください！

＜お問い合わせ先＞ 西条消防署 救急係 0857-05-1119
西条消防署 教育係 0857-05-0113

4 今後の課題等

児童一人一人が
安全で安心できる学校

- 事故の未然防止
- 対応できる組織・体制づくり
- 疾患の理解・情報の共有
- 各種研修の実施
- 関係機関との連携強化

PBL を基にした大学と社会（地域）をつなぐ調査研究～

～学生の主体的な学びについての考察～

井野よし子

太成学院大学 人間学部

Key words: 感性・感動体験・地域連携・主体性・責任感・食育

1. はじめに

当ゼミ3年次生、4年次生では、「自身の感性（想像力）感動体験を育む」をテーマに、社会人基礎力、アクティブラーニングを視野に地域（学外組織連携 PBL）とのかかわりを特色としている。主な活動は、「子どもの食と栄養」について食生活・食文化に視点を当て、知識と理解を深め食農・食育体験を通し地域と繋がることを目的としている。

2. 方法

連携活動を実施している主な施設や学校は、近隣の障がい者福祉施設、学童保育施設、保育園、NPO 法人、堺市美原区保健センター、府立農芸高等学校である。

実施方法は、年度当初に受講生と共に以下の年間計画を立案する。

- ① 大学構内にある菜園（有機栽培法）で季節の野菜を育てる。
- ② 栽培している野菜の生育などを経過観察し、記録を基に検証する。
- ③ 収穫した農作物は、地域の保育園などの施設と連携し食育ボランティア体験を実施する。
- ④ 地域の食文化に触れる機会を通し、日本の食文化や伝統食に興味や関心を持つ。
- ⑤ 食と自然環境について検証する。
- ⑥ 社会人基礎力の一環として、検証したことを基にメンバーでまとめ学修成果とする。

PBL の目的は、①～⑥を踏まえた上で、活動における受講生のリーダーシップの育成、地域連携プロジェクトによるマネジメント活動を試みる学修である。具体的には、以下のプロセスで行った。

- ①受講生がやってみたいことを担当制として仲間と共に具体化し実施する。（*プロジェクトマネージャー）
- ②連携先と実施したい活動を話し

合い思考する。（*ゼミ仲間とのミーティングを含む）

- ③決定した連携活動に基づき計画書を作成。

- ④其々のプロジェクトマネージャーは、活動内容の詳細・主旨をゼミ仲間と事前学習を通して説明し、活動をゼミ生全員で実行する。

- ⑤活動後事後学習を通して、活動の振り返りや今後の課題を話し合う。

- ⑥プロジェクトリーダーは、ゼミでの反省をもとに連携先の施設・学校等へ活動の報告を行い指導を受ける。

3. 結果

PBLをゼミ活動に取り入れ、担当制や分担することにより、受講生自身の自覚と責任が明確化でき、一人一人が目的意識をもち主体的に活動をすることができた。特に自身のモチベーションを高めるため、パソコンで自己アピールできる名刺作成が社会人としての切り口となり効果があった。しかし、就職活動や教育実習などで個々の日程が重なってしまい全員で活動に参加できないこともあり今後の課題である。

4. 考察

上記のことを踏まえ、其々の受講生は、実体験や自ら取り組んだこと初めての体験で戸惑いや不安感等があったと思われるが、地域の方々に支えられ仲間と共に協働して一つのことをやり遂げたことへの充実感や達成感を味わうことができ、日々の学習面でもやる気や自信へと繋がっている。

学内での人間関係のみではなく、地域の様々な人々とのかかわりを通し、自身で考え行動できる人材育成に貢献できた学習の一例となったと考察する。このことは、学生時代だけの活動経験ではなく、将来、一人一人の就職先や、

日常生活で必ず活かされる貴重な経験であったと確信する。次年度へ向けては、外部組織の年間計画や予定（活動日）など事前（年度当初）に把握し、連携事業を年間計画（シラバス）等に系統だった授業内容に反映させる必要がある。展望としては、学生参画を基に地域力を生かした産学官民コミュニティプロジェクトの設立を考案中である。

《事例紹介》

美原支部のヘルスマイトの方々のご協力により、美味しい朝食メニューのサンプルを作って頂きました！

基礎ゼミ演習 2・人間学演習 2（合同企画）
平成 28 年 11 月 23 日実施

堺市食生活改善推進協議会 美原支部との協働企画

「朝ごはん食べていますか？」のアンケートによる意識調査を実施する

大学行事「TGU 祭」でのゼミ活動の様子



（食品：朝ごはんのサンプルメニュー）



（ピンクのエプロン姿の方はヘルスマイト会員の皆さんです！）



（「朝食食べていますか？」）



アンケート調査協力の呼びかけです）

味覚・嗅覚検査結果（八雲町住民検診 2016年度）

片山直美¹⁾、近藤祥子²⁾、大竹宏直³⁾、中田隆文⁴⁾、木下稚子⁵⁾、鈴木宏和⁴⁾、杉浦彩子⁴⁾、
寺西正明⁵⁾、藤本保志⁵⁾、曾根三千彦⁵⁾、中田誠一⁶⁾、中島務⁷⁾

- 1) 名古屋女子大学 家政学部 食物栄養学科
- 2) 名古屋女子大学 大学院 生活学研究科 食物栄養学専攻
- 3) 大竹耳鼻科
- 4) 独立行政法人 国立病院機構 国立長寿医療建久センター
- 5) 名古屋大学 医学部 耳鼻咽喉科
- 6) 藤田保健衛生大学医学部附 坂文種病院 耳鼻咽喉科
- 7) 一宮医療療育センター

Key words: 住民検診、味覚検査、嗅覚検査、生活習慣

【はじめに】

八雲町は北海道渡島半島の北部にあり、道南の拠点都市函館市と全道有数の重工業都市室蘭市の中間に位置する。東は内浦湾（噴火湾）、西は日本海に面し、北は長万部町、今金町、せたな町、南は森町、厚沢部町、乙部町と接しています。面積は約956平方kmで渡島支庁管内最大の面積をもつ。渡島山系をはさんで、東は遊楽部川、野田追川、落部川が流れ、西は相沼内川、見市川が流れており、農業・漁業ともに恵まれた立地となっている。

旧八雲町は開拓の祖、旧尾張藩主徳川慶勝侯が北海道開拓と併せて旧臣授産のため、遊楽部の土地の下付を願い出て明治11年、家族持15戸、単身者10名、総人員82名を移住させたことから本格的に開拓が進められた。これが、八雲町の組織的団体移住者のはじまりであった。その後年々移住する戸数が増加して明治14年黒岩とともに独立して八雲村となった。その後国道の開通により、役場をはじめ各施設機関が漸次山越内村から八雲村に移り、明治35年北海道2級町村制施行により両村が併合して八雲村ができあがった。

平成17年10月1日、渡島山系をはさんで隣り合っていた、渡島管内八雲町と檜山管内熊石町が新設合併を行い、新「八雲町」が誕生しました。この合併により日本で唯一太平洋（内浦湾）と日本海に面する町になったことにちなみ、新たに「二海郡」という郡名が付けられました。

このように人口の異動がほとんどなく、生涯に渡り八雲町で過ごす人々に対して、36年間に渡り前向きコホート研究が行われてきた。

今回、耳鼻科領域である味覚・嗅覚検査を行う住民検診の機会に恵まれ、味覚検査結果と嗅覚検査結果を同時に同一対象者から得ることが出来たので報告する。

【方法】

八雲町住民検診に参加した参加者のうち、耳鼻科領域の検査を希望した参加者に対して、味覚検査と嗅覚検査を行った。2016年度の参加者は合計481名で男性220名、女性262名であった。年齢構成は40歳代58名、50歳代89名、60歳代198名、70歳代109名、80歳代27名であった。

味覚検査はソルセイブ（アドバンテック社製）を用いて塩分濃度0.0%、0.6%、0.8%、1.0%、1.2%、1.6%、1.8%の7段階のうち、どの濃度で認知できるかを検査した。味は4種類の具体的な味、甘い、塩辛い、酸っぱい、苦いと味はあるが何の味かわからない（検知はできている）、無味の6択の選択肢を提示した。嗅覚検査は臭いステイック（第一科学工業社製）を用いて12種類（墨汁、材木、香水、カレー、メントール、ばら、ミカン、ひのき、蒸れた靴下・汗臭い、家庭用のガス、練乳、炒めたニンニク）の香りを用いて官能試験を行った。臭いは4種類の具体的な臭い（この中から選択できると認知出来ていることになる）と臭いはあるが何の臭いかかわからない（検知はできている）、無臭の6択の選択肢を提示した。また、味の自覚、臭いの自覚、唾液の出かた等についてアンケート調査を行った。

【結果】

味覚の検査結果はソルセイブにおいて 0.6%の塩味が分かった人は 178 名、0.8%が分かった人は 98 名、1.0%が分かった人は 72 名、1.2%が分かった人は 38 名、1.4%が分かった人は 26 名、1.6%が分かった人は 21 名、味があることはわかる（検知）できるがどのような味であるか（認知）をこたえられない人が 44 名、無味であると答えた人が 1 名、無回答であった人が 3 名であった。

嗅覚の検査結果は、12 問正解であった人は 32 名、11 問正解であった人は 57 名、10 問正解であった人は 54 名、9 問正解であった人は 71 名、8 問正解であった人は 62 名、7 問正解であった人は 47 名、6 問正解であった人は 33 名、5 問正解であった人は 40 名、4 問正解であった人は 23 名、3 問正解であった人は 24 名、2 問正解であった人は 10 名、1 問正解であった人は 12 名、すべて不正解であった人は 14 名、無回答であった人が 2 名であった。

墨汁の臭いを正しく答えた（認知できた）人は 313 人、他の臭いと間違えた人が 91 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 57 人、無臭と答えた人が 16 人、無回答が 4 人であった。

材木の臭いを正しく答えた（認知できた）人は 287 人、他の臭いと間違えた人が 112 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 60 人、無臭と答えた人が 18 人、無回答が 4 人であった。

香水の臭いを正しく答えた（認知できた）人は 295 人、他の臭いと間違えた人が 131 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 32 人、無臭と答えた人が 13 人、無回答が 10 人であった。

メントールの臭いを正しく答えた（認知できた）人は 282 人、他の臭いと間違えた人が 97 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 59 人、無臭と答えた人が 37 人、無回答が 4 人であった。

みかんの臭いを正しく答えた（認知できた）人は 259 人、他の臭いと間違えた人が 175 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 36 人、無臭と答えた人が 4 人、無回答が 5 人であった。

カレーの臭いを正しく答えた（認知できた）

人は 373 人、他の臭いと間違えた人が 59 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 37 人、無臭と答えた人が 7 人、無回答が 5 人であった。

家庭用のガスの臭いを正しく答えた（認知できた）人は 282 人、他の臭いと間違えた人が 125 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 54 人、無臭と答えた人が 15 人、無回答が 5 人であった。

バラの臭いを正しく答えた（認知できた）人は 300 人、他の臭いと間違えた人が 112 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人 53 人、無臭と答えた人が 9 人、無回答が 7 人であった。

ひのきの臭いを正しく答えた（認知できた）人は 254 人、他の臭いと間違えた人が 116 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 72 人、無臭と答えた人が 37 人、無回答が 2 人であった。

蒸れた靴下・汗臭い臭いを正しく答えた（認知できた）人は 330 人、他の臭いと間違えた人が 109 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 26 人、無臭と答えた人が 14 人、無回答が 2 人であった。

練乳臭いを正しく答えた（認知できた）人は 293 人、他の臭いと間違えた人が 127 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 39 人、無臭と答えた人が 15 人、無回答が 7 人であった。

炒めたニンニクの臭いを正しく答えた（認知できた）人は 341 人、他の臭いと間違えた人が 79 人、臭いはあるが何の臭いかわからない（検知は出来たが認知が出来ない）人が 43 人、無臭と答えた人が 13 人、無回答が 5 人であった。

【考察】

味覚検査の結果 57.3%の人が 1.0%以下で塩味を認知し、9.1%の人が全く認知できないことが分かった。嗅覚検査の結果 44.5%の人が 9 問以上臭いを認知し一番わかりにくい臭いはひのきであった。生活上で触れ合うことが少ない臭いはわかりにくいと考える。

【参考文献】

太田康、加齢と味覚・嗅覚障害 日本医師会雑誌、12 2635-2638 (2014)

みんなと同じものを食べられる喜びを

小麦アレルギー対応としての米粉の可能性について

須田あゆみ

京都西山短大（非常勤）

Key words: 米粉、食物アレルギー、代替え食

【はじめに】

私達の体は食べ物でできており、何を食べるのかは重要です。しかし、私達人間は単に栄養補給のために食べ物を食べているのではなく、食べることを通して体のみならず心も豊かにしています。成長期の子どもにとって何を食べるのか、どのような環境で食べるのかが重要です。食育の目標にも“楽しく食べる子ども”になることが掲げられています。

わが国の食物アレルギー有病率は増加傾向にあり、乳児で約5～10%、幼児で約5%、学童期以降が1.5～3%と考えられています¹⁾。主要原因食物は「鶏卵」、「牛乳」、「小麦」が上位を占め、年齢別には表1に示す通り、鶏卵、牛乳が乳幼児期に多く、その後は甲殻類、果物類、魚類、ソバ、ピーナッツなどが増加し、小麦に関しては乳児期から成人まで一定の割合で認められています¹⁾。

表1: 年齢別原因食品

年齢群	0歳	1歳	2.3歳	4-6歳	7-19歳	20歳以上	合計
症例数	1270	699	594	454	499	366	3882
第1位	鶏卵 62.1%	鶏卵 44.6%	鶏卵 30.1%	鶏卵 23.3%	甲殻類 16.0%	甲殻類 18.0%	鶏卵 38.3%
第2位	牛乳 20.1%	牛乳 15.9%	牛乳 19.7%	牛乳 18.5%	鶏卵 15.2%	小麦 14.8%	牛乳 15.9%
第3位	小麦 7.1%	小麦 7.7%	小麦 7.7%	甲殻類 7.7%	ソバ 9.0%	果物類 10.8%	小麦 8.0%
第4位		魚類 6.7%	ピーナッツ 5.2%	果物類 8.8%	小麦 9.6%	魚類 11.2%	甲殻類 6.0%
第5位			甲殻類 6.2%	ピーナッツ 6.2%	果物類 9.0%	ソバ 7.1%	果物類 6.0%
第6位			5.1%	ソバ 5.9%	牛乳 8.2%	鶏卵 6.6%	ソバ 4.6%
第7位				小麦 5.3%	魚類 7.4%		魚類 4.4%

各年齢群において5%以上占めるものを記載している
(食物アレルギー診断ガイドライン2012ダイジェスト版より引用)

これらの背景を受け、保育所においても、食物アレルギー対応ガイドライン²⁾が示され、各施設でアレルギー対応をすることが求められています。そして、食物アレルギーのある子どもが給食やおやつの際に食べられないものがある場合、家庭から食べられるものを持参したり、園で他の物を出すという形で対応する。また、食器の色を他の子と分けたり、食べる座席を分ける等の配慮も行う。食物アレルギーがあるため、

仕方がない事柄ではあるが、集団の場で“みんなと同じように、同じものを食べたい”という気持ちは多かれ少なかれ子どもの中に存在し、保護者においては、子どもがかわいそうだと思うれないか、また、食べ物を扱うイベント（クッキー作り等）の際に、子どもにも皆と同じように関わらせたいという思いを持つ者もいる。これらの気持ちを汲み取りながらも、複雑な食物アレルギー対応はミスを生じやすく現場での対応は単純化すべきだという意見もあり²⁾、子どもの気持ちと安全、保護者の気持ちを汲み取りながら、実際どこまで対応するのかは難しい所である。

食物アレルギーの原因物質のうち、給食の現場において、卵や乳の除去は比較的対応しやすい。しかしながら小麦は、パンや麺、菓子等に広く使用されており、細かな粒子が空気中に舞い混入する恐れもあり、対応が困難である。

そこで小麦代用としての米粉に注目し、現場で米粉を取り入れていくにはどのようにしたらよいかを考えることとした。筆者も実際保育園で米粉を使って代替え食を作っていたが、餅のように仕上がったり、硬くなってしまったり等、米粉を上手く扱いきれない状況であった。そして国が米の消費拡大の観点から米粉を推奨しているが米粉が普及しない原因として、米粉自体の商品のばらつき、扱いにくさ、価格面等の課題をあげている^{3,4)}。米粉について調べていく中で、出回っている米粉は、小麦のように規格が統一されたものではなく、米の種類や粉砕方法の違い、吸水量や米粉の粒子の大きさなどが異なり、使いこなすには少しコツがある事を知った。そして米粉教室等で米粉に向き合っている人たちに会う中で、私達専門家に何ができるのかを考える必要があるのではないかと感じた。本報告は、米粉に向き合う人たちの意見を拾ったものであり、研究発表とはいいがたい。しか

しながら、このような意見を知らながら米粉を扱えるようになることで、小麦アレルギーの保護者や子どもの気持ちを理解しながら、支援していきけるのではないかと考えた。食物アレルギーがあっても、みんなと同じものを食べたい、食べさせたい、その想いを可能な限り実現するために何が必要かを考える一つの資料とした。

【方法】

平成29年5月～6月に米粉教室に通う方を対象に質問紙調査を行った。質問紙の内容は、どのような米粉を使っているのか、米粉を使おうと思ったきっかけ、米粉を扱ってみて扱いにくいと思った点、保育所等のアレルギー対応に対する要望等であり、自由記入で回答を得た。

【結果】

米粉教室に通おうと思った理由について

“子どもために”という理由が最も多く、自分の健康のため、米粉をもっと普及させたい等の意見があった。以下に記載の一部を示す。

- ★小麦アレルギーの子どもに美味しいものを作ってあげたい。年長になるとサンドイッチ作りがあるため米粉パンを焼いて持たせたい。
- ★自分の子どもにアレルギーはないが、食物アレルギーがある友達が集まった時に、みんなと同じものが食べられたらいいなと思う。
- ★幼稚園でみんなが一緒のものを楽しく食べるという雰囲気がある。米粉パンや米粉の菓子を作ったり、バザー等で米粉商品を出そうなどの話もあり米粉を学びたいと思った。
- ★小麦アレルギーではないが、小麦等に含まれるグルテンが体に影響をおよぼす影響を聞き、減らした生活をしていたら体が楽になり米粉について学びたいと思うようになった。
- ★農家の立場から米粉を普及させたいと思ったが上手く扱いきれず習いに来た。

自宅で米粉を使ってみた感想や扱いにくい点。

- ★本等のみで、同じ配合で作っても米粉によって全然様子が違うので見極めが難しい。
- ★パンを作るのに小麦のようにグルテンがなく思うように仕上がらない、お菓子はレシピを変えるだけである程度作れるが、パンだけはとても難しく苦戦している。
- ★保育園の代替え食として米粉パンを持たせてく焼いてみたが、硬かった。

保育園等の施設に対する要望等

- ★卵や乳アレルギーの対応はしていただけるが、小麦アレルギーの対応は難しいようだ。もし対応していただけるなら助かる。
- ★子どもがかわいそうと言われなにか心配だ。
- ★アレルギーの症状が出てもいいから他の子どもと同じものを食べたいと子どもに言われたときに切なくなった。子どもにも食べ物を選ぶ喜びを感じさせたい。
- ★毎日代替給食をほぼ全種類作って持たせている。みんなと違うものを食べている（似せて作るけれど）という子どもの気持ちはどれだけのものかと考えただけで心が痛くなる。

【考察】

小麦アレルギー対応としての米粉の可能性に注目し、米粉の教室に通う人たちに米粉に興味をもったきっかけなどを調査した。その結果、子どものために米粉を学びたいと回答するものが多かったものの自分の健康のためにというものもいた。そして出回る米粉を自分で上手く扱いきれないために米粉についてしっかり学びたいとの意見があった。米粉は商品によって吸水量などが違い、実際同じレシピで試作しても使用する米粉によって出来上がりが違う。農林水産省も米粉普及の低迷を受け、H29年3月に米粉の表示基準を定めたところである⁴⁾。米粉が今後普及していくことが推測されるが、子どもに食事を提供する場や、小麦アレルギーをもつ保護者に対してこれらを上手く使いこなせるように情報提供等の支援できればと考える。現在は米粉の製粉技術の進歩に加え、製パンの研究も進められ、米粉だけでパンが作れるようになってきている。アレルギー対応の市販品も増え、便利な時代になってきているが、みんなで作る喜びや食べる喜びは買うことができない。子どもや保護者の気持ちに寄り添いながら可能な限り対応できるように、私達専門家も模索していく必要があると考える。

【参考文献】

1. 日本小児アレルギー学会「食物アレルギー診断ガイドライン 2012 ダイジェスト版」
2. 厚生労働省「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」H23.3
3. 農林水産省「米粉をめぐる現状について」H29.
4. 農林水産省政策統括官『米粉の用途別基準』及び『米粉製品の普及のための表示に関するガイドライン』の公表について.H29.3.29

文化系学生の価値観と保健行動

村上 淳 北島 葉子 山崎 真未 田村 理恵 木野山 真紀
中国学園大学現代生活学部

key words : 文化系学生、保健行動、価値観、健康、食事、知識、意識、行動

【目的】

わが国の大学生は、望ましくない生活習慣を示す者が少なからずいることが懸念され、成人期から高齢期の健康を考える上で話題になることが多い。この若年成人世代の健康をプロモーションすることが、婚姻後次世代に繋がる健康づくりの上で大切なことと考えられる。

またそれらの保健行動の背景には、生活に対する価値観の持ちようが影響しているとも考えられる¹⁾。また文化系学部の学生のカリキュラムの中には食事や栄養に関連する科目が少なく、著者らの授業以外には見受けられない。

そこで、本研究では、大学（高等教育機関）における文化系学生に対して、食・生活習慣の実態把握と食に関する講義「日本の食文化」の教育的効果の測定を目的に「食と健康に関するアンケート調査」を授業前後で実施した。今回はそのうち、文化系学部の「日本の食文化」を受講した学生の授業開始直後の「大学生（文化系）の食と健康に関する調査票」で、生活に関する事象を手がかりとした価値観の状況等と健康や食に関する事象について知識・意識・行動の3つの視点から、実態を把握したので報告する。

【方法】

本学において「日本の食文化」の授業を受講している文化系学生9名を対象に、授業前（2016年9月）と授業後（2017年1月）の計2回、食と健康に関するアンケート調査を実施した。

調査項目は、年齢、性別、居住環境、食行動と生活習慣に関する内容20項目、調理に関する内容2項目、食文化や節句と行事食に関する内容1項目の全25項目とし、調査票を作成した。そのうち、食行動と生活習慣に関する内容の質問項目について実態把握を行うことにした。「健康および食」の32項目について、「意味を知っている（以下、知識）」、「しようと思っている（以下、態度）」、「実際にしている（以下、行動）」の状況を「はい」、「いいえ」の2者択一方式で回答を求め、集計分析し検討を行った。

生活習慣を形成する要因と考えられる「生活を

送る上での優先順位」について11項目（遊び、趣味、経済的ゆとり、仕事、勉強、時間的ゆとり、健康、社会的評価、家庭・家族、ボランティア・奉仕活動、その他）を挙げ、「現在（今の状況）」、「将来（10年後の気持ち）」、「老後（願望）」について、優先順位（1～5位）を回答するものとした。今回は、「現在（今の状況）」についてのみ集計を行い、文化系学生の生活を送る上での価値観について検討した。

「食や健康に関する情報の取得方法」については、情報源として11項目（インターネット、テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、講演会への参加、友人・知人からの会話、医師などの専門家、自治体の広報等、自治体・保健所関係者、その他）に優先順位（1～5番目）の回答を求めた。

今回の調査票の回答結果の入力および集計にはすべて統計解析ソフト「SPSS Ver.24」を使用した。

【結果と考察】

1. 現在の生活の優先事象（現在の価値観）

現在（今の状況）において、優先される事象（1～5位に選択された度数の多い事象：複数回答扱い）は、「家族・家庭」（8）であった。次に優先される事象は、「仕事（アルバイト）」（7）であった。続いて、「経済的ゆとり」、「勉強」、「遊び」（6）であった。

第一優先として度数が高かった事象は、先述の通り「家族・家庭」（4）で、第二優先事象は、「家族・家庭」、「勉強」（2）であり、第三優先事象は、「趣味」、「経済的ゆとり」（3）であった。第四優先事象は、「仕事（アルバイト）」（5）、「遊び」（4）であった。第5優先事象は、「趣味」、「勉強」（3）、「家庭」（2）であった。調査の趣旨に関連する事象である「健康」については、第二優先事象として（1）、第五優先事象として（1）という度数であり、現在の年齢の時点では、優先される事象でないことが明らかであった。近年、少子高齢化社会の進展や自然災害の発生、社会情勢不安などの様々な不安現象を考えると家族や家庭を重視する傾向が若い世代にも存在することが今回の調査に

において確認された。この事象が優先されることを上手く活用すれば、少なからず若い世代の食や健康に良い影響を及ぼす可能性があると思われるが、一方で「健康」事象を優先選択する者が少ないため、家庭を若者の健康づくりのために機能させることは難しいことであると思われた。

2. 食や健康に関する情報源

食や健康に関する情報源として最も優先された項目(第1~5番目に優先された合計度数)は、「インターネット」(9)であった。そのうち第一優先情報源としての度数が(7)であった。続いて次に優先された項目は、「テレビ」(9)であった。第二優先情報源としての度数が(6)であった。「講演会への参加」、「自治体・保健所関係者」、「その他」の項目は、全く選択されなかった。「インターネット」は、この20年程度の間に出現した新たな情報メディアであるため、現在では最も優先される情報源となったことが前出の調査¹⁾結果とは違う、時代の早く大きい変化を示していると思われた。

3. 保健行動の実態 (表1)

(1) 栄養摂取 (栄養素等)

いずれの項目についても、知識に比べ意識、行動が20~50%程度低く、「ある栄養素を含む食品を食べると良い」という知識があっても、実際の摂取行動には繋がっていない傾向が見られたため、どのような食品にどのような栄養素が含まれているのか(栄養素レベルでの摂取)という知識を正しく伝えることが必要であると考えられた。

(2) 栄養摂取 (食品等)

いくつかの項目では、知識レベルは88.9%と高く、意識レベル、行動レベルにつれて低かった。「塩辛いものはあまり食べない」の知識レベルは77.8%で他の項目よりも低く、意識、行動レベルも他の項目と同様の低い傾向であった。

(3) 食生活 (食事のとり方)

「よく噛んで」、「ゆっくり食べる」、「食事は毎日規則正しく食べる」は、知識、意識ともに80%以上と高値であったが、行動は約半分の50%前後の低値となった。その他の項目(「楽しく食事をする」、「自分の健康のためによく調理をする」、「お腹いっぱいになるまで食べず、腹八分目にする」)は、知識、意識、行動の順に低値となった。

(4) 食生活 (食事観等)

栄養素摂取(栄養素等・食品等)の項目と同様に、知識や意識があっても、食や健康とそれらが繋がらないと、行動までに至ることが難しいことが示唆された。

(5) 生活習慣

「たばこ」、「歯磨き」は、知識、意識、行動の全ての段階で100%であった。

表1. 保健行動 (知識・意識・行動)

(度数) %

質問項目	知識	意識	行動
1-1 栄養素摂取 (栄養素等)			
カルシウムを多く含む食品を食べる	(9) 100	(6) 66.7	(5) 55.6
ビタミンを多く含む食品を多く食べる	(8) 88.9	(8) 88.9	(6) 66.7
鉄分を多く含む食品を摂る	(8) 88.9	(4) 44.4	(4) 44.4
たんぱく質を多く含む食品を摂る	(7) 77.8	(5) 55.6	(5) 55.6
1-2 栄養素摂取 (食品等)			
清涼飲料水(ジュースや炭酸飲料など)を多く飲まない	(8) 88.9	(7) 77.8	(4) 44.4
野菜や海藻など、食物繊維が多く含まれた食事を食べる	(8) 88.9	(6) 66.7	(5) 55.6
季節の果物を、よく食べるようにする	(8) 88.9	(7) 77.8	(5) 55.6
脂肪の多い食事(フライや焼肉、炒め物など)を多く食べない	(8) 88.9	(5) 55.6	(3) 33.3
コレステロールを多く含む食品を摂り過ぎない	(8) 88.9	(4) 44.4	(2) 22.2
塩辛いものは、あまり食べない	(7) 77.8	(4) 44.4	(2) 22.2
1-3 食生活 (食事のとり方)			
家族揃ってあるいは友人などと、楽しく食事をする	(7) 77.8	(6) 66.7	(5) 55.6
自分の健康を守るために、よく調理(料理)をしている	(6) 66.7	(5) 55.6	(3) 33.3
食事は、よく噛んで、ゆっくり食べる	(9) 100	(7) 87.5	(4) 50.5
食事は、毎日3回、規則正しく食べる	(8) 88.9	(9) 100	(5) 55.6
お腹いっぱいになるまで食べず、腹八分目にする	(7) 77.8	(4) 44.4	(2) 22.2
1-4 食生活 (食事観等)			
栄養のバランスを考えて食べる	(8) 88.9	(7) 77.8	(1) 11.1
お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない	(8) 88.9	(7) 77.8	(5) 55.6
出来るだけたくさんのお皿を使った料理の食事をする	(8) 88.9	(4) 44.4	(2) 22.2
外食や持ち帰り弁当などは、あまり利用しない	(7) 77.8	(5) 55.6	(4) 44.4
調理済み食品や加工食品などは、あまり食べない	(7) 77.8	(5) 55.6	(4) 44.4
好き嫌いをしないように食べる	(7) 77.8	(6) 66.7	(3) 33.3
栄養補助食品やサプリメントなどに頼らないようにする	(6) 66.7	(5) 55.6	(6) 66.7
いわゆるファーストフードをあまり利用しない	(6) 66.7	(6) 66.7	(3) 33.3
食品添加物が使われているような食品は、なるべく食べない	(5) 55.6	(4) 44.4	(3) 33.3
1-5 生活習慣			
たばこについて、喫煙しないようにしている	(9) 100	(9) 100	(9) 100
食後や就寝前、歯磨きをして、口の中や歯を清潔に保つようにする	(9) 100	(9) 100	(9) 100
毎日、排便をする(習慣をつける)	(8) 88.9	(8) 88.9	(5) 55.6
よく身体を動かす(毎日運動する)習慣をつける	(7) 77.8	(6) 66.7	(5) 55.6
お酒について、飲酒しないようにしている	(7) 77.8	(7) 77.8	(6) 66.7
早寝、早起きをして、よく寝る(7~8時間程度)ようにする	(6) 66.7	(7) 77.8	(1) 11.1
体重が、急に増えたり、減ったりしないように注意をする	(5) 55.6	(5) 55.6	(2) 22.2
よくよしたり、嫌なことは、早く忘れるようにする	(5) 55.6	(6) 66.7	(5) 55.6

1) 實成文彦・武田則昭・川田久美・安原智江・亀山千枝子・村上淳・藤岡恵・熊野昭子：二十歳の職と健康に関する調査その3 保健行動について 四国公衛誌 第40巻 第1号 (1995. 2. 17)

乾物の利用の現状と実習後の変化

～看護学生の場合～

山崎 真未 北島 葉子 田村 理恵 村上 淳

中国学園大学現代生活学部

Key words : 乾物, 看護学生, 購入頻度, 利用頻度, 今後の利用

【はじめに】

最近の若年世代においては、食事を簡素化、調理を簡便化する傾向があり、従来の調理器具等を用いた調理を行う機会も減少しつつあり、調理スキルも低下傾向にある¹⁾。そのため、以前より用いられてきた乾物についても、その利用機会が減少している²⁾ことやその利用方法が理解されていないことがあると推測される。

本研究では、看護専門学校（4年制）において、「栄養学・食事療法学」の授業を受講している看護学生を対象に、乾物を利用した献立を解説し、臨床調理実習を行った後、「乾物食品の利用」のアンケート調査を実施した。その結果を検討したので報告する。

【方法】

1. 調査期日：平成29年2月であった。
2. 調査対象：「栄養学・食事療法学」を受講している看護学生46名とした。
3. 調査方法：「栄養学・食事療法学」の時間に、乾物を活用した臨床調理実習を実施し、その実習後「乾物食品の利用」14項目のアンケート調査を実施した。調査票の回答結果の入力および集計にはすべて統計解析ソフト「SPSS Ver. 24」を使用した。
4. 分析内容：「乾物の利用」14項目のうち、6項目（日頃の主な食事調理者、乾物の購入頻度、乾物の食事への利用頻度、各種乾物別利用状況、乾物を利用しない理由、各種乾物別の今後の利用状況）を集計分析した。

【結果と考察】

1. 日頃の主な食事担当者

「母親」62.2%と最も高値を示した。続いて「自分」26.7%と次に高く、「父親」6.7%、「祖父母」、「その他」の項目については2.2%という結果であった。「自分」以外の、日頃の主な食事担当者が、73.3%を占めていた。

このことから、普段、「自分」で食事を作る習慣がない学生が多いことが理解された。

2. 乾物の購入頻度

「よく購入する」2.2%、「時々購入する」45.7%、「あまり購入しない」37%、「購入しない」10.9%と、「よくわからない」4.3%であった。「よく購入する」「時々購入する」の2項目を「購入する」群とし、「あまり購入しない」「購入しない」の2項目を「購入しない」群として、2区分すると、どちらの群も47.9%と同率となった。

このことから、乾物の購買状況が2極化していることが、明らかとなった。

3. 乾物の食事への利用頻度

乾物の食事への利用頻度を図1に示す。「よく利用する」6.7%、「時々利用する」48.9%、「あまり利用しない」37.8%、「利用しない」6.7%となり、「時々利用する」が最も高値を示した。

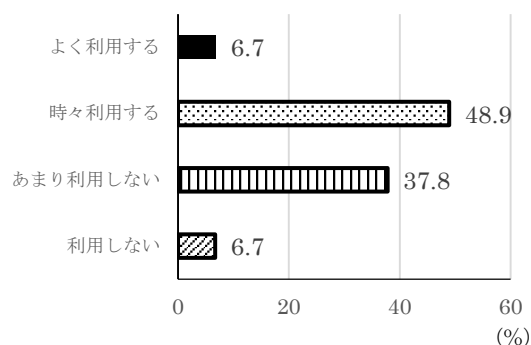


図1. 乾物の食事への利用頻度

4. 各種乾物別の利用頻度

各種乾物別の利用頻度を図2に示す。食品別に利用割合が高い（よく利用する・時々利用する）群と低い（あまり利用しない・利用しない）群の2区分で分析しなおすと、「わかめ」、「のり」、「大豆」、「削り節」、「昆布」、の順に利用頻度が高くなった。また、「湯葉」、「かんぴょう」、「きくらげ」、「干し椎茸」、「切り干し大根」の順に利用頻度が低くなった。

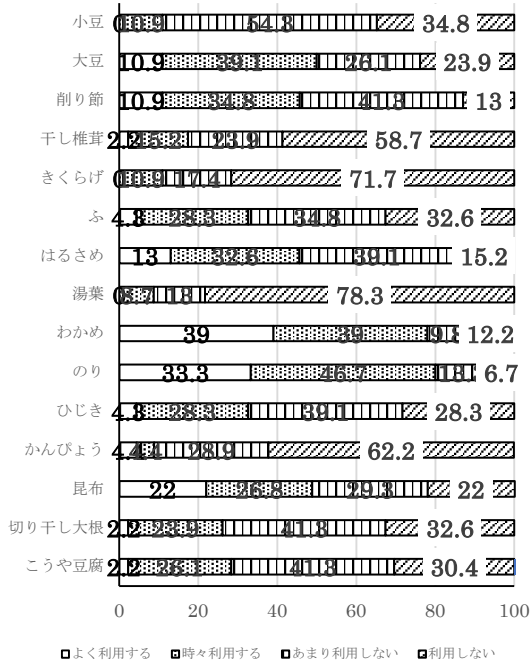


図 2. 各種乾物の利用頻度

5. 乾物を利用しない理由

乾物を利用しない理由は図 3 に示した。「調理法がよく分からない」、「その他」、「好きではない」、「利用したいときにすぐに使えない」、「価格が高い」、「戻すのに時間が掛かる」の順に高い割合を示した。

このような結果を、前述した「各種乾物の利用頻度」の結果と照らし合わせて考察すると、「わかめ」や「のり」、「削り節」については「調理法が簡単」であること、また、「のり」と「削り節」については「戻す」作業がなく、そのまま利用できることが、日頃の食事に取り入れ易く、利用頻度が高くなった要因だと考えられた。

また、利用頻度が低い傾向にある「湯葉」、「かんぴょう」、「きくらげ」、「干し椎茸」、「切り干し大根」の利用頻度を低くする要因は、最もよく選択された理由の「調理法がよく分からない」や「利用したいときにすぐに使えない」であると示唆された。

6. 各種乾物の今後の利用状況

「積極的に利用しようと思う」は、「わかめ」59.1%、「のり」43.5%、「昆布」、「はるさめ」28.9%、「こうや豆腐」26.1%、「削り節」23.9%、「切り干し大根」21.7%、「ふ」、「ひじき」17.8%、「大豆」15.2%、「小豆」10.9%、「かんぴょう」6.5%、「干しいたけ」、「きくらげ」、「湯葉」4.4%であった。

現在の利用頻度が高かった乾物は、実習後さらに高い結果となり、利用頻度が低かった乾物は、今後の利用状況に変化が見られなかった。

また、臨床調理実習で使用した「わかめ」、「切り干し大根」、「高野豆腐」については、今後の利用状況が現在の利用頻度より高い結果となった。

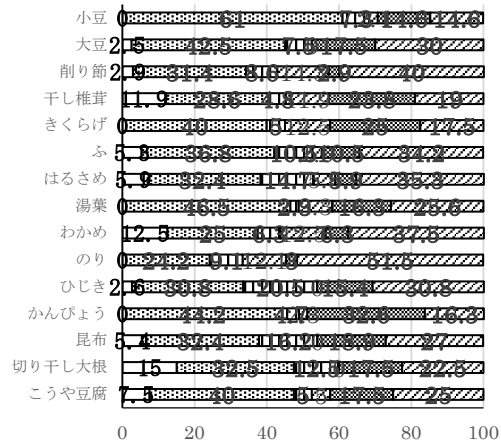


図 3. 乾物を利用しない理由

【まとめ】

以上のことから、看護学生は調理機会が日頃から少ないことがわかった。また、乾物の購入頻度、利用頻度は総じてともに低かった。臨床調理実習で使用した乾物は今後の利用状況に正の変化が見られたことから、乾物の調理方法や活用方法を示すことは、乾物の食生活への利用を向上させ、それを通して食生活の幅を広げることに有効であることが推察された。

【謝辞】

本調査を実施するにあたり、旭松食品株式会社様より、「こうや豆腐」を提供していただきました。心より感謝申し上げます。

【参考文献】

1. 平島円・磯部由香・堀光代, 大学および専門学生新入生の調理に対する意識, 日本調理科学会誌, (2015) Vol.48・No.3・207-215
2. 鷺見孝子・石原加代子・本間恵美, 乾物の調理簡便化の可能性について 第1報家庭における乾物利用の現状, 東海女子短期大学紀要, (2007) 第33号・31-37

日本幼児と台湾幼児の体型からみた健康管理上の生活課題の検討

○五味葉子¹⁾

前橋 明²⁾

1) 早稲田大学大学院人間科学研究科

2) 早稲田大学人間科学学術院

key words : 日本幼児, 台湾幼児, 体型, 健康管理, 食生活

はじめに

2015年に行われた台湾の幼児の生活習慣調査研究¹⁾において、台湾では「普通」体型に該当する幼児の少なさや、22時以降就寝児が5割を超える実態が確認された。

しかし、日本幼児と台湾幼児の生活習慣を、体型から比較・分析した研究はなされていない。

そこで、本研究では、日本幼児と台湾幼児の生活習慣を、体型に注目して、比較を行い、それぞれの特徴を分析することとした。

方 法

2015年4月～2016年3月にかけて、日本の幼児3～6歳児23,252人(男児12,042人、女児11,210人)と台湾の幼児園に通う3～6歳児11,310人(男児5,916人、女児5,394人)の保護者に対して、幼児の生活習慣調査(日本語版・台湾語版)を実施した。

調査の内容は、「栄養・睡眠」、「運動や余暇活動」、「食事・栄養」の項目にて構成した。

倫理的配慮として、日本では、各県や市の教育委員会や保育協会がそれぞれの倫理審査をもとに調査を実施し、収集されたものの分析依頼を早稲田大学前橋研究室で受けて整理した。一方、台湾での調査においては、中華民国児童教保総合協会と新北市政府の倫理審査を経た。また、具体的な対応として、両国とも、調査の回答は任意であること、個人名が特定されることはなく、プライバシーは保護されることを調査園および保護者に説明がなされ、研究目的に賛同を得た保護者から回答を得た。

統計処理には、SPSS (Ver. 22) を用いて、生活時間相互の関連をみるために、相関係数(r)を算出し、0.1%水準で2変量の間の中程度以上²⁾の相関がある $|r| \geq 0.3$ のものを抜粋し、図示した。

結 果

1. カウプ指数別人数割合

「普通」体型の幼児は、日本幼児では50.7% (6歳女児)～62.2% (4歳男児)、台湾幼児では、38.6%

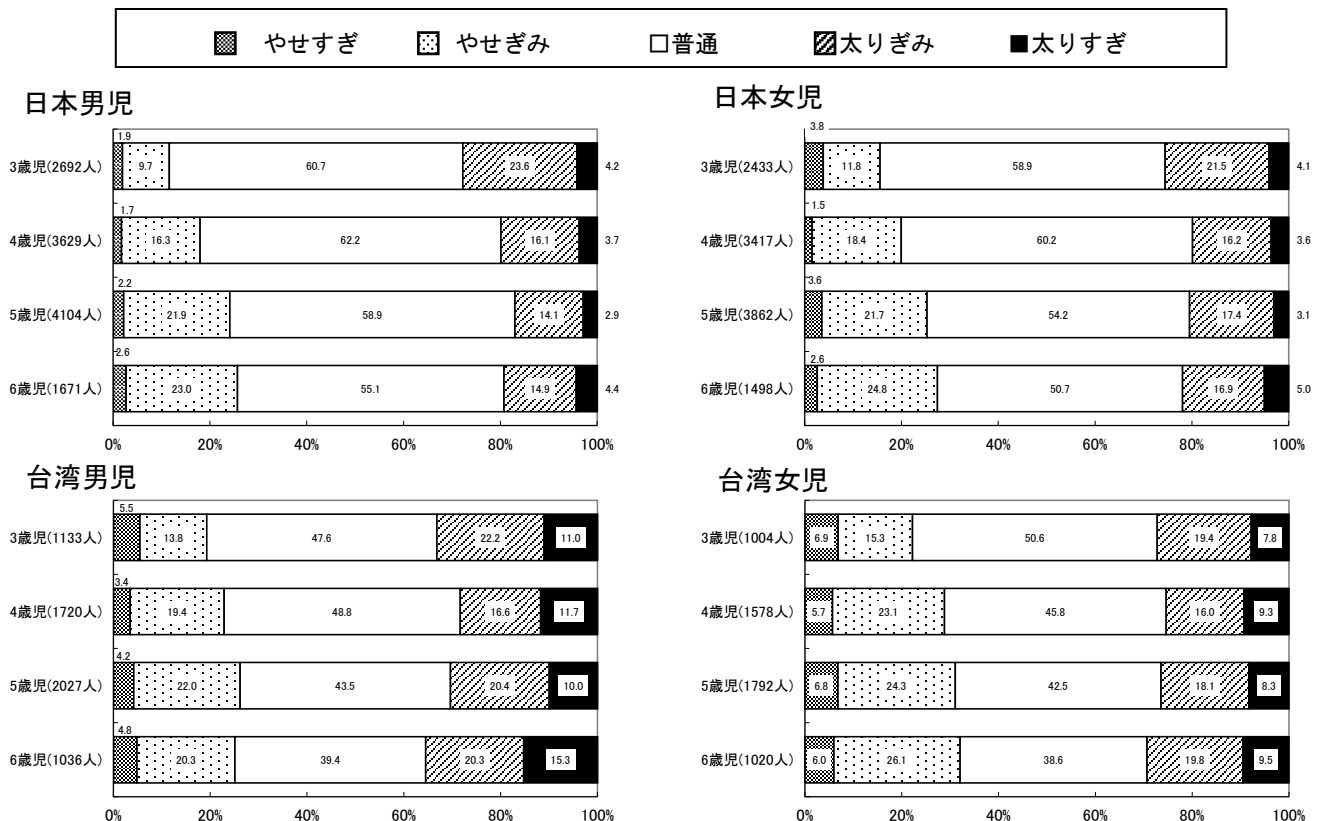


図1 幼児のカウプ指数別人数割合

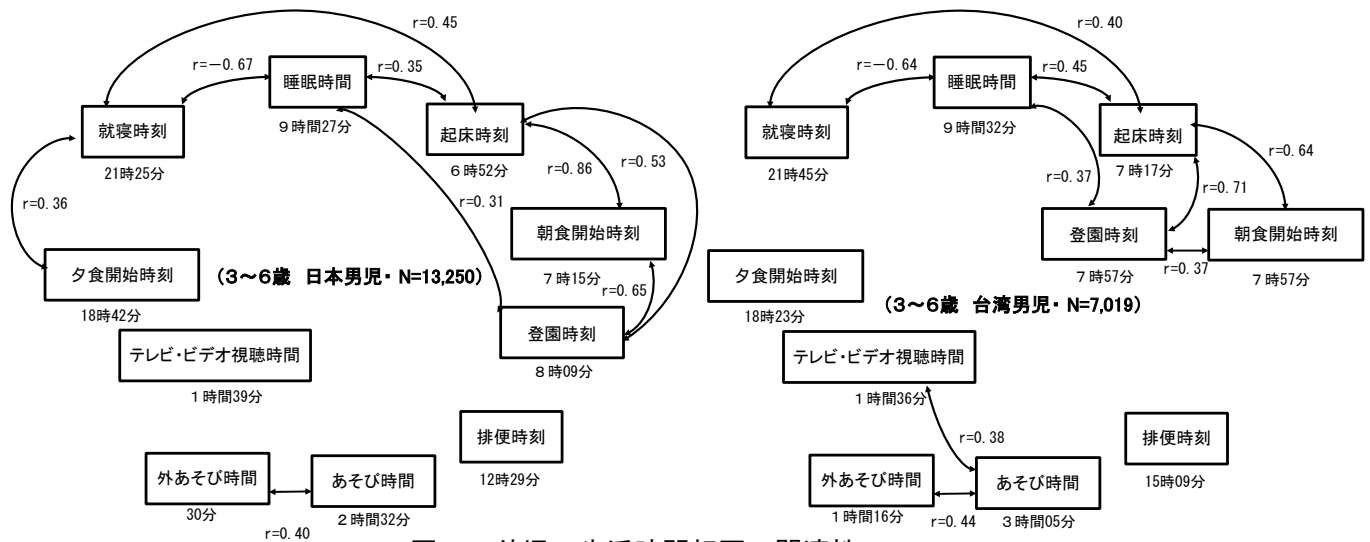


図2 幼児の生活時間相互の関連性
 $p < 0.001$, $|r| \geq 0.3$ のもののみを抜粋 (数値は、平均値と相関係数 (r))

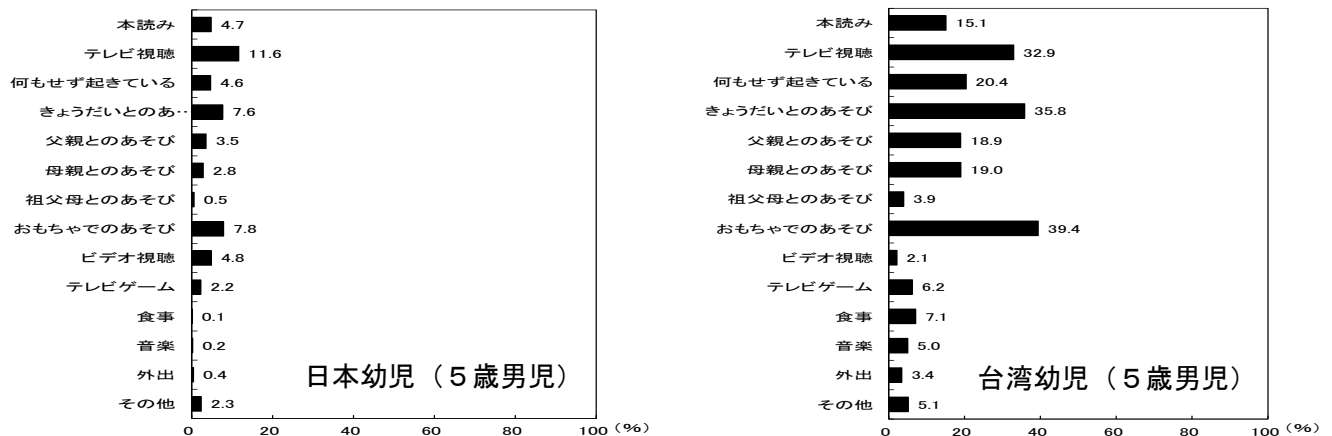


図3 幼児の夜10時以降の活動

(6歳女児) ~50.6% (3歳女児) しかいなかった (図1)。

2. 生活時間相互の関連性

日本幼児においては、夕食開始時刻が遅くなると就寝時刻 ($r=0.36$) が遅くなり、台湾幼児においては、あそび時間が長くなるとテレビ・ビデオ視聴時間 ($r=0.38$) も長くなるという特徴があった (図2)。また、平均外あそび時間は、日本男児が30分に対して、台湾男児は1時間16分と長かった。

3. 夜10時以降の活動

夜10時以降の活動では、日本幼児は、食事が0.1%、外出が0.4%であったが、台湾幼児では、食事が7.1%、外出が3.4%いたことを確認した (図3)。また、テレビ視聴においても、日本幼児の11.6%に対し、台湾幼児は32.9%と多かった。

考 察

日本幼児よりも台湾幼児の方が、外あそび時間は長いにも関わらず、就寝時刻は台湾幼児の方が遅い

ことを確認したことから、台湾幼児は日中に外でダイナミックなあそびが展開できておらず、「普通」体型の幼児が少ないものと推察した。また、台湾幼児の夜10時以降の活動に、食事や外出、テレビ視聴が、日本幼児と比べて多かったことから、夜市や夜間の外出といった、今日の台湾の大人社会の背景が影響しているものと推察した。

さらに、日本幼児も台湾幼児も、平均睡眠時間が9時間30分前後、平均就寝時刻が21時以降の遅寝・短時間睡眠であるため、健康管理上、夜10時以降は外出や食事を避けるべきであろう。両国とも子どもたちの就寝時刻を少しでも早めていく努力と工夫が、必要であることを確認した。

文 献

- 1) 前橋 明・五味葉子・張 鳳菊・余 雅婷・江東：台湾乳幼児のからだのおかしさとその対策，幼児体育学研究8 (2)，pp.23-30，2016.
- 2) 山内光哉：心理・教育のための統計法<第2版>，サイエンス社，pp.68-92，2007.

台湾幼児の健康管理上の生活課題とその対策

—食生活面からの分析—

○前橋 明¹⁾

五味葉子²⁾

1) 早稲田大学人間科学学術院

2) 早稲田大学大学院人間科学研究科

key words : 台湾幼児, 食生活, 健康管理, 体型, 生活習慣

はじめに

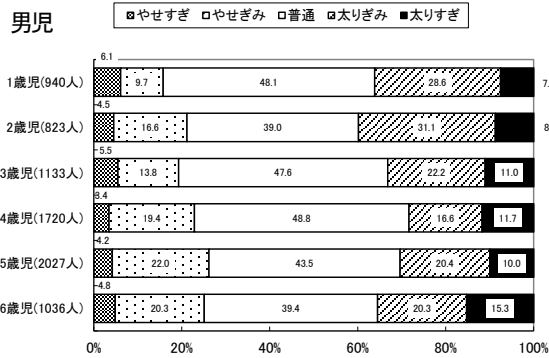
本研究は、台湾幼児の健康管理上の生活課題を、食生活面から分析し、問題点を抽出するとともに、問題改善のための方策を検討した。

方法

台湾幼児 17,486 名の生活習慣の実態を、幼児の保護者に対するアンケート調査を通して、収集した。調査は、休養・栄養・運動に関する内容で構成された幼児用生活習慣調査(台湾語版)¹⁾を採用した。カウプ指数²⁾は、体重(kg)/身長(cm)²×10⁴で算出し、体型を分類した。倫理的配慮として、調査は、中華民国児童教保総合協会と新北市政府の倫理審査を経て、それぞれの加盟・所属の園や施設で実施した。

結果

1. カウプ指数でみた台湾幼児の体型



女児

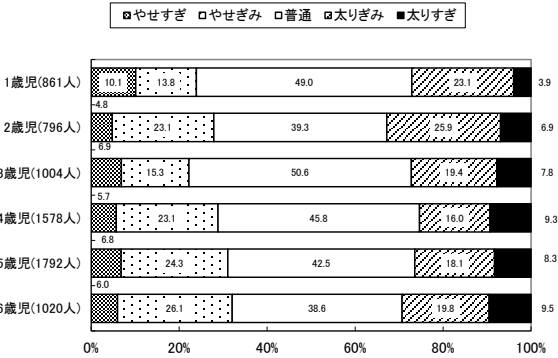


表 1 台湾幼児の生活時間

図 1 カウプ指数でみた台湾幼児の体型

項目	男児		1歳児(1131人)		2歳児(972人)		3歳児(1373人)		4歳児(2039人)		5歳児(2378人)		6歳児(1228人)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
就寝時刻	21時29分	47分	21時41分	44分	21時40分	41分	21時44分	40分	21時46分	38分	21時48分	38分	21時48分	38分
睡眠時間	9時間40分	49分	9時間39分	48分	9時間38分	42分	9時間34分	40分	9時間29分	39分	9時間26分	41分	9時間26分	41分
起床時刻	7時09分	48分	7時20分	44分	7時19分	36分	7時19分	34分	7時16分	33分	7時14分	32分	7時14分	32分
朝食時刻	7時43分	56分	7時58分	50分	7時59分	45分	7時59分	46分	7時55分	44分	7時57分	46分	7時57分	46分
排便時刻	9時41分	194分	12時17分	315分	14時06分	331分	14時59分	321分	15時07分	319分	15時49分	300分	15時49分	300分
登園時刻	7時56分	40分	8時02分	40分	8時00分	33分	7時59分	31分	7時57分	30分	7時54分	30分	7時54分	30分
通園時間	11分	8分	11分	8分	11分	8分	11分	8分	11分	8分	10分	7分	10分	7分
あそび時間	3時間34分	142分	3時間24分	126分	3時間13分	115分	3時間5分	107分	3時間1分	106分	2時間50分	107分	2時間50分	107分
うち、外あそび時間	49分	59分	1時間2分	73分	59分	61分	1時間2分	67分	1時間4分	69分	1時間6分	76分	1時間6分	76分
TV・ビデオ視聴時間	36分	45分	1時間4分	55分	1時間22分	68分	1時間27分	71分	1時間36分	76分	1時間41分	81分	1時間41分	81分
遊ぶ人数(人)	2.7	1.5	2.6	1.3	2.6	1.2	2.5	1.2	2.5	1.3	2.5	1.4	2.5	1.4
夕食時刻	18時35分	48分	18時31分	42分	18時22分	39分	18時22分	39分	18時23分	37分	18時24分	37分	18時24分	37分
項目	女児		1歳児(1046人)		2歳児(945人)		3歳児(1194人)		4歳児(1877人)		5歳児(2117人)		6歳児(1186人)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
就寝時刻	21時31分	48分	21時41分	43分	21時43分	41分	21時44分	40分	21時47分	39分	21時48分	41分	21時48分	41分
睡眠時間	9時間42分	52分	9時間41分	45分	9時間37分	41分	9時間33分	41分	9時間28分	39分	9時間25分	42分	9時間25分	42分
起床時刻	7時14分	46分	7時22分	43分	7時20分	36分	7時18分	34分	7時16分	32分	7時14分	33分	7時14分	33分
朝食時刻	7時47分	56分	7時58分	51分	8時02分	47分	7時59分	45分	7時59分	46分	7時57分	45分	7時57分	45分
排便時刻	10時25分	224分	13時25分	315分	14時38分	325分	14時48分	320分	14時49分	309分	15時01分	311分	15時01分	311分
登園時刻	7時58分	40分	7時58分	37分	8時00分	32分	7時58分	32分	7時57分	30分	7時55分	30分	7時55分	30分
通園時間	11分	8分	12分	8分	11分	8分	11分	8分	11分	8分	11分	9分	11分	9分
あそび時間	3時間22分	136分	3時間22分	128分	3時間18分	112分	3時間2分	106分	2時間55分	108分	2時間44分	97分	2時間44分	97分
うち、外あそび時間	50分	66分	57分	60分	58分	63分	1時間0分	63分	58分	65分	57分	66分	57分	66分
TV・ビデオ視聴時間	36分	44分	1時間2分	60分	1時間22分	66分	1時間24分	69分	1時間31分	73分	1時間33分	72分	1時間33分	72分
遊ぶ人数(人)	2.6	1.2	2.6	1.7	2.6	1.4	2.5	1.2	2.5	1.2	2.5	1.3	2.5	1.3
夕食時刻	18時35分	49分	18時35分	45分	18時23分	38分	18時23分	39分	18時23分	38分	18時25分	37分	18時25分	37分

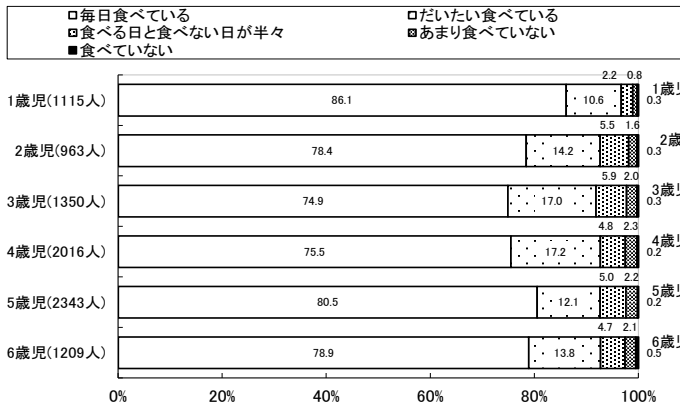


図2 台湾幼児の朝食摂取状況 (男児)

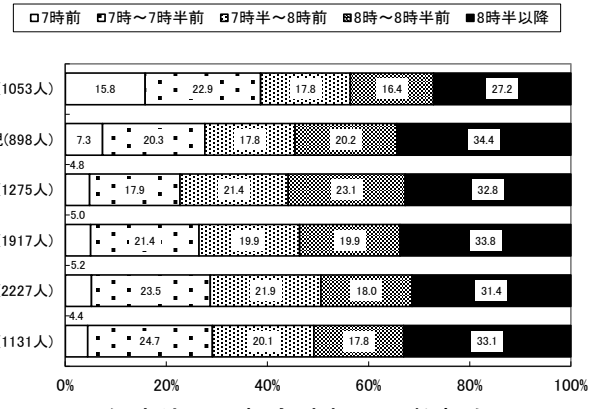


図3 台湾幼児の朝食時刻の人数割合 (男児)

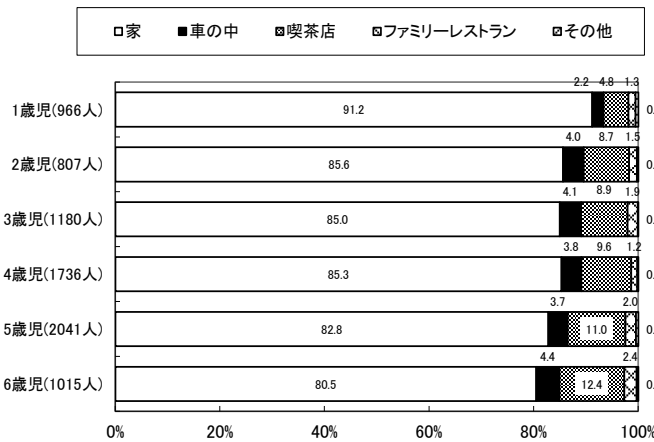


図4 台湾幼児の朝食を食べる場所 (男児)

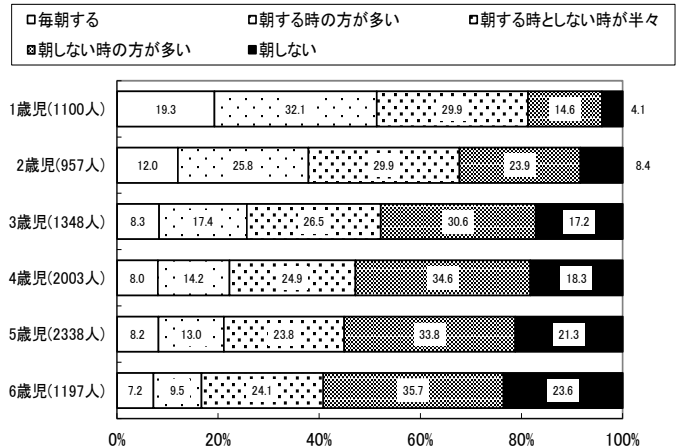


図5 台湾幼児の朝の排便状況 (男児)

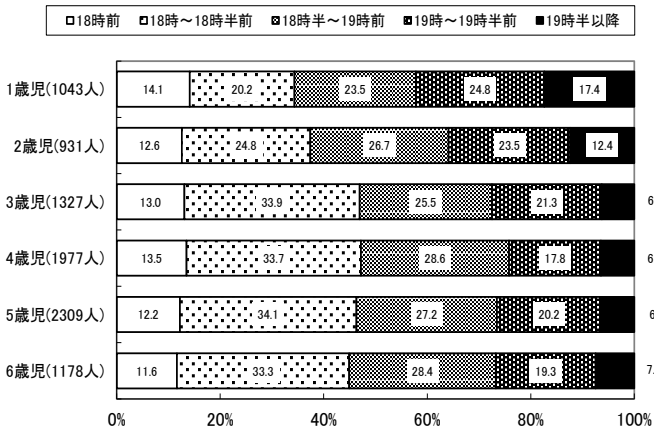


図6 台湾幼児の夕食開始時刻 (男児)

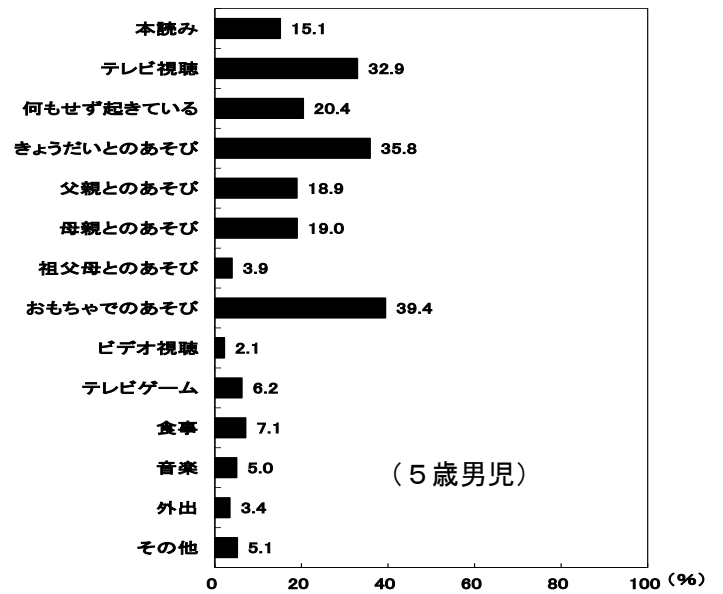


図7 台湾幼児の夜10時以降の活動 (5歳男児)

考 察

普通体型の幼児が、5割もいないということは、運動不足で食が細かったり、夜型の不規則な生活習慣と不適正な食の摂取で肥満傾向に拍車がかかったりしたものと推察した。

ま と め

幼稚園における日中の運動量を増やし、生活リズムを健康的な朝型に戻すことが、台湾幼児の健康管理上の最重要課題であろう。

文 献

- 1) 五味葉子・前橋 明他：台湾幼児の外あそびと運動教室の実際，幼児体育学研究 8 (2)，pp. 47-56, 2016.
- 2) 日本幼児体育学会：幼児体育用語辞典，p. 11，大学教育出版，2015.

保育園幼児の夕食前のおやつ摂取状況と余暇時間の過ごし方の実態

高橋 昌美¹⁾

前橋 明²⁾

1) 早稲田大学大学院人間科学研究科

2) 早稲田大学人間科学学術院

key words : 幼児, 保育園, 夕食前おやつ, 余暇時間, 生活リズム

はじめに

子どもたちの健全育成には、健康的な早寝・早起きのリズムを習慣化していくことが必要であり、そのためには、「早寝・早起き」「3度の食事とおやつ」の摂取「運動の実践」を基盤にした生活習慣とそのリズムづくりは、一生を通して不可欠である。

1日を元気に過ごすためには、日中にはからだを動かし、夜には、からだを心地よく疲れさせることによって、早く寝て翌朝早く起き、朝食をきちんと摂ることが可能になる。ところが、実際、わが国では男女とも、就寝と起床時刻は遅く、外あそび時間が短く、テレビ・ビデオ視聴時間は極めて長い幼児の多いことを確認した¹⁾。

そのため、本研究では、最近の幼児期における降園時刻と合わせた余暇活動と、幼児の生活習慣の1つである食事の習慣の実態を把握・分析することによって、子どもたちの抱える健康管理上の問題点を見だし、問題の改善方法を検討することとした。

方法

2016年10月に保育園に通う幼児1歳～6歳児248名(男児118名、女児130名)の保護者に対し、幼児の食事をはじめとする生活習慣と余暇時間の過ごし方の調査を行った。研究の倫理的配慮として、本調査の実施にあたって、早稲田大学の倫理審査(早稲田大学倫理審査許可番号:2016-150)を経て、アンケート調査を実施した。調査では、個人が特定されず強制ではないことを説明し、調

査への協力の同意が得られた対象にのみ、調査を実施し、結果を分析した。

結果

1. 保育園幼児の余暇時間の費やし方

1) 帰宅後のあそび状況

保育園からの降園後の男児のあそび時間別に人数割合をみると、あそび時間が2時間以上の男児は皆無(6歳児)～50.0%(2歳児)おり、女児では17.4%(5歳児)～50.0%(3歳児)いた。

外あそび時間の人数割合をみると、外あそび時間が30分未満の男児は82.4%(3歳児)～100%(1歳児、6歳児)おり、女児では81.8%(6歳児)～100%(1歳児)であった。

2) 帰宅後のあそび内容

1歳児と2歳男児で一番多いあそびは「乗り物のおもちゃ」であり、2歳児～6歳男児では「テレビ・ビデオ」であった(表2)。1歳女児で一番多かったあそびは「ブロックあそび」であり、2歳・3歳と5歳女児で一番多いあそびは「ままごと」、4歳～6歳は「お絵かき」であった。

2. 保育園幼児の生活状況

1) 降園時刻

男児の平均降園時刻は16時30分(3歳児)～18

時間00分(1・6歳児)であり、女児の平均降園時刻は16時間00分(6歳児)～17時間30分(1・2歳児)であった。

2) 夕食前のおやつ摂取状況

表1 保育園幼児の生活活動の時間

男児	1歳児(10人)		2歳児(15人)		3歳児(35人)		4歳児(27人)		5歳児(26人)		6歳児(5人)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
就寝時刻	21時18分	35分	21時22分	40分	21時42分	28分	21時27分	41分	21時33分	39分	21時03分	22分
睡眠時間	9時間18分	28分	9時間26分	34分	9時間18分	34分	9時間17分	26分	9時間14分	44分	9時間40分	38分
起床時刻	6時36分	23分	6時48分	29分	7時00分	32分	6時45分	37分	6時48分	29分	6時43分	32分
朝食時刻	7時09分	27分	7時12分	26分	7時20分	33分	7時10分	38分	7時05分	29分	7時07分	41分
登園時刻	8時01分	26分	8時00分	34分	8時10分	35分	7時59分	37分	7時55分	29分	7時49分	53分
降園時刻	18時00分	14分	17時40分	14分	16時30分	244分	17時00分	201分	17時40分	28分	18時00分	28分
あそび時間	1時間42分	58分	2時間42分	79分	2時間14分	77分	2時間4分	63分	1時間49分	51分	1時間36分	39分
うち、外あそび時間	7分	12分	17分	47分	21分	39分	6分	16分	5分	16分	0分	0分
TV・ビデオ視聴時間	1時間3分	23分	1時間16分	42分	1時間26分	55分	1時間19分	40分	1時間24分	77分	1時間18分	40分
夕食時刻	18時54分	27分	18時44分	22分	18時55分	44分	19時03分	31分	19時02分	44分	18時52分	13分
女児	1歳児(17人)		2歳児(24人)		3歳児(28人)		4歳児(15人)		5歳児(24人)		6歳児(22人)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
就寝時刻	21時06分	27分	21時26分	42分	21時25分	45分	21時38分	32分	21時18分	42分	21時34分	39分
睡眠時間	9時間28分	37分	9時間29分	35分	9時間25分	38分	9時間27分	28分	9時間20分	36分	9時間20分	33分
起床時刻	6時37分	28分	6時56分	39分	6時50分	40分	7時05分	28分	6時39分	33分	6時55分	23分
朝食時刻	6時57分	28分	7時12分	34分	7時11分	32分	7時25分	29分	7時03分	25分	7時17分	20分
登園時刻	7時53分	30分	8時04分	40分	8時07分	35分	8時08分	27分	8時07分	31分	8時06分	24分
降園時刻	17時30分	43分	17時30分	43分	17時00分	28分	16時30分	273分	17時00分	216分	16時00分	302分
あそび時間	2時間15分	60分	2時間25分	82分	2時間41分	89分	1時間37分	62分	1時間52分	64分	2時間8分	62分
うち、外あそび時間	1分	7分	13分	19分	6分	15分	14分	26分	11分	19分	34分	101分
TV・ビデオ視聴時間	5分	29分	1時間18分	72分	1時間19分	45分	54分	57分	1時間15分	63分	1時間27分	47分
夕食時刻	18時22分	40分	18時43分	32分	18時44分	53分	19時03分	30分	19時00分	33分	18時57分	28分

表2 保育園幼児の帰宅後のあそび内容

年齢・性別	性別	1位	2位	3位	4位	5位
1歳児	男児 (N=10)	乗り物のおもちゃ (80.0%)	テレビ・ビデオ (60.0%)	ボールあそび (50.0%)	絵本・本読み (40.0%)	ブロックあそび (30.0%)
	女児 (N=17)	ブロックあそび (58.8%)	ままごと (52.9%)	テレビ・ビデオ 乗り物のおもちゃ (35.3%)		お絵かき (17.6%)
2歳児	男児 (N=15)	テレビ・ビデオ 乗り物のおもちゃ (66.7%)		ブロックあそび (53.3%)	絵本・本読み (46.7%)	ヒーローごっこ (20.0%)
	女児 (N=24)	ままごと (75.0%)	絵本・本読み (58.3%)	テレビ・ビデオ (54.2%)	お絵かき (50.0%)	人形あそび (41.7%)
3歳児	男児 (N=35)	テレビ・ビデオ (65.7%)	乗り物のおもちゃ (60.0%)	ブロックあそび (42.9%)	ヒーローごっこ (28.6%)	絵本・本読み・ままごと (25.7%)
	女児 (N=28)	ままごと (67.9%)	テレビ・ビデオ お絵かき (57.1%)		絵本・本読み (42.9%)	ブロックあそび (35.7%)
4歳児	男児 (N=27)	テレビ・ビデオ (59.3%)	乗り物のおもちゃ (44.4%)	ヒーローごっこ ブロックあそび (40.7%)		お絵かき (22.2%)
	女児 (N=15)	お絵かき (86.7%)	絵本・本読み (40.0%)	テレビ・ビデオ (33.3%)	ままごと (33.3%)	折り紙 (26.7%)
5歳児	男児 (N=26)	テレビ・ビデオ (65.4%)	ヒーローごっこ (42.3%)	ブロックあそび 乗り物のおもちゃ (30.8%)		テレビゲーム 絵本・本読み (23.1%)
	女児 (N=24)	ままごと お絵かき (66.7%)		テレビ・ビデオ (58.3%)	絵本・本読み (33.3%)	折り紙 人形あそび (29.2%)
6歳児	男児 (N=5)	テレビ・ビデオ (80.0%)	テレビゲーム カードゲーム (40.0%)		折り紙	ブロックあそび 絵本・本読み・お絵かき (20.0%)
	女児 (N=22)	お絵かき (72.7%)	テレビ・ビデオ (59.1%)	ままごと (54.5%)	絵本・本読み (27.3%)	折り紙 (22.7%)

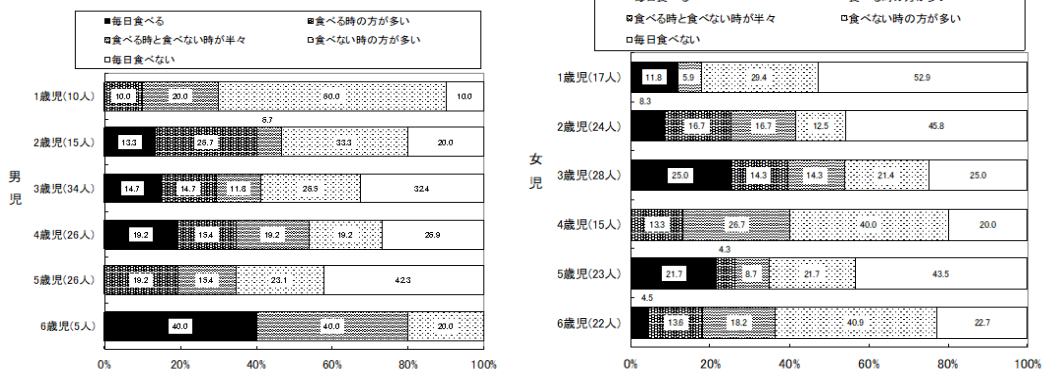


図1 保育園幼児の夕食前のおやつ摂取状況別人数割合

夕食前のおやつを「毎日食べる」男児は、皆無(1・5歳児)～40.0%(6歳児)の範囲であり、女児は皆無(4歳児)～25.0%(3歳児)であった(図1)。

3) 夕食時刻

男児の平均夕食時刻は、18時44分(2歳児)～19時03分(4歳児)の範囲であり、女児は18時22分(1歳児)～19時03分(4歳児)であった。

考 察

本調査の結果から、1歳児～5歳児の男児と、1歳児～4歳児の女児、6歳児においては、2割以上の幼児が2時間程度、帰宅後に遊んでいた。しかし、外あそび時間は、30分以内の幼児が男女ともにすべての年齢で8割以上もいた。帰宅後のあそび内容は、男児の2歳～6歳で、テレビやビデオが一番多かった。女児は、「ままごと」や「お絵かき」であった。そのため、男女ともにあそび時間は多いが、帰宅後は静的な活動をしていることが明らかとなった。保育園に通っている子どもたちの保護者は、保護者が働いていることが多く、降園時刻は16時00分(6歳女児)～18時00分(1・6歳男児)であった。そのため、降園後の活動の内容は、保護者の仕事が終わる時刻に影響を受けているものと推察した。

そして、平均夕食時刻が18時22分(1歳女児)～19時03分(4歳男女児)の範囲であったことから、夕食まで待ちきれずに、おやつを摂取していると推察した。しかし、夕食前におやつを摂取すると、夕食時にはあまりお腹が空いておらず、夕食をきちんと食べずに栄養が偏るのではないかと懸念した。また、帰宅後のあそび内容として、テレビやビデオの視聴やお絵かき等の静的な活動が多かったことから、夕食をきちんと食べた場合、栄養を多く摂取したことにより、子どもの体格に良くない影響が出るのではないかと懸念した。子どもが健やかに育つためには、いろいろな調理器具を使って短時間調理を心がける、夫婦で夕食準備を手分けする等の夕食を早める工夫をして、おやつを摂取を控えることが大切であろう。

ま と め

子どもが健やかに育つためには、夕食前のおやつを摂取を控えさせ、夕食をきちんと食べさせることが大切である。そのため、調理器具を駆使したり、夫婦で夕食準備をする等の連携や工夫をして、夕食を少しでも早めていく心がけが必要であろう。

文 献

- 1) 高橋昌美・前橋 明: 保育園幼児の余暇時間の過ごし方とその課題, 子どもの福祉研究 27, pp. 69-81, 2017.

食を通じた子どもの居場所づくりを目指して

☆子どもみらい塾☆すびかの活動

長田梨沙¹⁾ 上野美紀¹⁾ 山本拓末¹⁾ 小國鮎佳¹⁾ 加藤由衣²⁾ 稲井玲子¹⁾ 島田郁子¹⁾

1) 高知県立大学健康栄養学部 2) 高知県立大学社会福祉学部

はじめに

近年、日本の貧困化が問題になっている。OECD（経済協力開発機構）加盟国 35 か国中、日本の子どもの貧困率は 16.3%と、加盟国中 10 位¹⁾となっている。2012 年から、では子どもの貧困や人とのつながりの希薄化などの課題を背景に、「こども食堂²⁾」が各地で運営されだした。こども食堂とは、経済的な事情や孤食により、家庭で十分な食事がとれなくなっている子どもに対して、無料もしくは安価な食事と子どもの居場所を提供する活動で、全国的に展開されている。高知市内にも、10 を超えるこども食堂が作られているが、こども食堂のような場所がない地域もまだ多い。そこで、学生サークル☆子どもみらい塾☆では、多くの子どもたちが抱える「居場所の貧困問題」を学生から解決に向けて活動できないかと思い、まだこども食堂が実施されていない地域で、大学生によるこども食堂を実施したいと考えた。

方 法

【事前準備】

まず、学生で実施するにあたり経験がないため、平成 28 年度は子どもたちとの触れ合い方、食事の面、衛生面などの勉強会などを行い、こども食堂の実現を目指した事前準備を行った。

また、企業市民セミナーや高知県主催の会議、フードバンクのシンポジウムに参加し、助成金獲得のノウハウや、他地域のこども食堂の運営について学ぶ機会を持った。

市内でこども食堂候補地区を検討したところ、I 地区のスクールソーシャルワーカーから開催希望があった。I 地区のスクールソーシャルワーカーと協力し、今年度4月に「すびか」を初めて開催した。「すびか」はおとめ座の一等星スピカが由来となっており、こどもの未来に輝きを星にたとえ、「すびか」に来ることで無数の星の中から自分の一等星を見つけ、自分を発見してほしいという願いを込めた。

【こども食堂すびか開始】

平成 29 年 3 月に I 地区でプレオープンを行った。献立はキーマカレー、ポテトサラダ、ゆずゼリーとした。広報は、チラシを作成し、地区で配布を行った。続いて、4 月 12 日に第 1 回を実施した。献立は鯛めし、豆腐とキャベツのうま煮、ごぼうサラダ、オレンジとした。

結 果

プレオープンでは、調理を学生 8 名、地区からの参加者 3 名で 15 食を作成した。参加者は、小学生から高校性まで 6 名であった。第 1 回では、参加者は小学生から高校生まで 13 名、学生スタッフ 8 名、地区および保護者からの参加が 9 名で、25 食作成した。

参加者からの献立の評価はよく、残食もなく終了した。しかし、参加者数の見込みがつきにくく、十分な食事の提供につながっていないことも考えられた。

考察および今後の展望

約 1 年かけて、「すびか」の開始に向けて準備を行ったが、学生が主体で運営するにはまだまだ多くのハードルがあると感じている。事前に献立を考え、試作も行ったが、当日提供していただける食材が変更になることがあり、急な変更に対応が難しいこともあった。学生の献立作成・調理能力を向上させていく必要があると考えられた。

運営を始めてみて、「すびか」はいわゆるこども食堂であるが、「こども食堂」という名前を今回前面に出さずに広報を行った。理由として、第一に「こども食堂」という言葉から「貧困の子どもしか行ってはいけない」というイメージを持たれないようにするためということと、ただ食事を摂るだけの場所ではなく、家でのんびり過ごすように、子どもたちが安心して過ごせる場所でありたい、「第 2 のおうち」にしたいと考えたからである。

また、すびかは従来のこども食堂の機能に加え、大学生が運営するという特色がある。子どもたちが「お兄さん、お姉さん」と思えるような存在となり得、そして私たち大学生側も自身が特化して勉強している分野について実践的に学べる居場所であるため、主催側が子どもたちに与えるだけではなく、子どもたちからも主催者側に学びを提供しているという、どちらにも利益となるような居場所となると考えている。



図1:子どもを精神面・栄養面で支える

【今後の展望】

☆こどもみらい塾☆では、昨年5月からの勉強会などを通して、子どもたちに栄養面からの健康と精神面からの健康を2本柱とした息抜きのある場を作ることを目的とすることにした。今精力的な活動を行っているメンバーが福祉系と栄養系の学部出身である。すなわち現在は子どもたちが豊かな生活を行うため必要だと考えられる栄養面からの健康と精神面からの健康をその2

学部で支える形を取っている(図1)。将来サークルメンバーを増やし、文化系や看護系学部出身のメンバーの参加も可能にすると、2本柱だけでなく他方の面から3,4柱で子どもたちを支えることができるのではないかと考えている。

地域住民にも働きかけながら、上記の目的をもってこども食堂を実施することで、「すぴか」が子どもたちにとっての「第2のおうち」となることを目指していく(図2)。

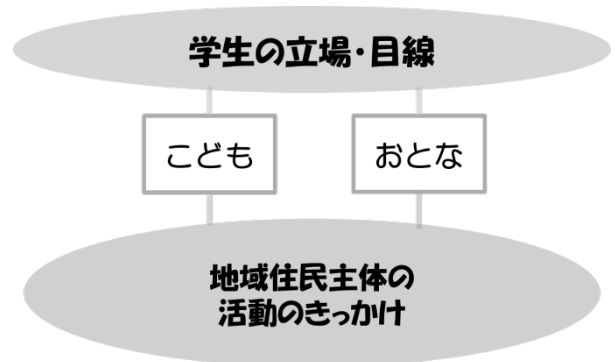


図2:学生と地域住民のイメージ
文 献

1) OECD (2016), Inequality Update (November 2016), Figures and Data, <http://www.oecd.org/social/OECD2016-Inequality-Update-Figures.xlsx>. (2017年5月29日アクセス可能)

2) 内閣府子ども・若者白書【全体版】
http://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h27hopen/b1_03_03.html. (2017年5月29日アクセス可能)