

## 研究論文

## 幼児教育・保育雑誌に見る食教育－1990年～1995年－

古 郡 曜 子

Meal education seen in infantile education and child care magazines  
- 1990 - 1995 -

FURUGORI Yoko

**Abstract:** In the magazines for the child care, it was valued to acquire good eating habits.

- (1) It aims at good eating habits in the future.
- (2) The eating mind is valued.
- (3) Eat enjoyably.

In the magazines for the kindergarten, eating was understood as a part of health, and it was valued to give the children the interest of eating.

- (1) Cook for oneself.
- (2) Lunch is thought as important.
- (3) From these facts about the cultivation of food such as potatoes, as for the guidance concerning meals, it was guessed that the expectation for that at home was not possible.

1990 - 1995 is the time when the students of the infant child care section were getting the eating habits guidance in the early childhood.

It is necessary to give the students the idea of the nutrition education newly.

## I 緒 言

## 1 乳幼児期の食育のはじまり

平成20年3月に保育所保育指針ならびに、幼稚園指導要領が改訂され、「食育」の目的が明記された。このことを受けて、保育雑誌<sup>1) 2)</sup>などで食育の特集や記事が掲載されている。

この改定以前の保育所保育指針（平成2年、平成12年）における食べることに関する内容は、生活習慣の習得援助（しつけ）の位置づけとして「将来のよい食習慣の基礎を養う」や「食べようとする気持ちを大切に」、「楽しい雰囲気の中で食べる」と記されている。また、幼稚園指導要領（平

成元年、平成11年）における食に関する内容は、「健康の内容」において「(6)身の回りを清潔にし、衣服の着脱、食事、排泄など生活に必要な活動を自分でする。」と記されている。さらに、保育所保育指針の解説書<sup>3)</sup>では「好き嫌いをしない、マナーを重視」などの記述がみられ、幼稚園指導要領の解説書<sup>4)</sup>では「食事のために手を洗う」の記述がみられる。これらは、現在の食育の目的・内容と比べて少ない記述である。したがって、幼児期の保育において健康に直接関わる食生活の主な役割は、家庭にゆだねられていたことがわかる。

乳幼児期からの食育がスタートしたことは、これまでのように家庭にまかせきれない現状があ

る。現在の家庭でのしつけや教育力の低下をふまえてのことである。

## 2 1990年～1995年における乳幼児の食生活

### (1) 食生活の様相

1990年から1995年は、バブルの崩壊とその後の年代であった。食生活では次のような特徴があった。1990年の国民生活白書<sup>5)</sup>によると、レトルト食品、冷凍食品の生産がともに伸びており、食料費に占める外食費の割合が増加傾向にあった。次に1993年の国民生活白書<sup>6)</sup>では、平成4年(1992年)食料費に占める外食費、冷凍食品などの調理食品が実質減となり、景気低迷や労働時間の短縮により、外食よりも家庭での食事が志向されている可能性を述べていた。さらに、平成5年(1993年)には、冷夏・長雨により稲作の作況指数が74と著しい不良<sup>7)</sup>なり、輸入米が食卓に上った年であった。

また、1989年～1994年の食生活論では、「食糧経済」、「食文化・歴史」、「調理科学・食品」、「栄養・健康」、「食習慣・マナー」、「食と心」、「食の概念」の分野がほぼ平均に扱われていた<sup>8)</sup>。しかし、その後の食生活論では、「栄養・健康」と社会状況と家庭の様相をふまえた「食の概念」が多く記述されるようになった<sup>8)</sup>。

以上のことから、この時期の食べることの大切さを、体の健康に直接結びつくことだけではなく、人間関係をふまえた食事として心をも考えなくてはならない変化の時期と考えられる。

なお、1995年度には、日本人の栄養所要量の第5次改定が行なわれた。

### (2) 保育における小児栄養の扱い

保育者のための小児栄養では、次のような扱いであった。

1989年発行の「保育講座小児栄養」<sup>9)</sup>では、「食事作りと食卓の演出」、「家庭の食生活を整える」、「幼児の食事—ゆたかな食卓を—」の項目があり、保育所給食関係者の心がまえとして、「将来の望

ましい人間形成に欠かせない家庭的なあたたかみのある給食環境が必要である。」との記述があった。

1991年の「保育のための小児栄養」<sup>10)</sup>では、「小児期の栄養には、しつけ的・教育的面があることも忘れてはならない。」と述べ、摂食上の問題点として「のろ食べ、あらがみ、遊び食べ、偏食、食欲不振」をあげていた。同じく1991年の「乳幼児の栄養と発達」<sup>11)</sup>では、「重要なことは子どもが『食べる』ということは、これを通して食べ方や心の発達の原動力となっていることです。」と述べ、「食事を強制する弊害」の項目や、「問題となる症状と栄養」として「心因性食欲不振」、「偏食」、「乳幼児肥満」、「食物アレルギー」、「乳幼児下痢症」、「便秘」をあげていた。

また、1992年にはNHK教育テレビの子どもの料理番組を基にした本「ひとりのできるもん」<sup>12)</sup>が発行されている。この本は、食材の説明、調理器具の扱い、料理の仕方を子どもにわかりやすく説明している。登場人物から小学生向けであることが分かる。

以上のことから、家庭での子どもへの健康的な食生活を行なうことへの課題のあることがわかった。また、従来から問題視されていた偏食や食欲不振に加え、食物アレルギーや肥満、心因などの問題も増えていたことがわかった。

## 3 目的と方法

現在、保育者を目指す学生は1990年前後に生まれている。本研究では、この学生たちが保育園や幼稚園で受けてきた食に関するしつけや教育がどのようなものであったかを知るため、学生の幼児期に発行された幼児教育・保育雑誌における食に関する内容を検討し、内容の考察を試みるものである。さらに、学生たちが保育者となり、保育園や幼稚園で「食育」を行なう時に、食育の考えや方法を身につけさせる方法を探る基礎とする。

対象の保育雑誌は、保育士と幼稚園教諭向けのもので、保育に関する最新の情報や保育者にとし

での考え方や保育の方法を提供する内容であり、1990年から1995年に発行されたものとした。

## Ⅱ 結果

### 1 「保育とカリキュラム」<sup>13)</sup>

保育園の保母（現在の保育士）と幼稚園教諭向け月刊雑誌「保育とカリキュラム」の掲載内容を表1に示した。掲載内容から次のように分類することが出来た。食べ物に関する手遊びの方法を示した「あそび」、食生活に関する提言を述べた内容の「食生活」、子どもが作る「料理」の3分野である。

1990年2月号には、手遊びの方法で「たまごでおりょうり」が掲載されていた。「たまごをポンとわりまして」で始まる楽譜と、イラストで手の動きが示されている。「なまたまご」、「めだまやき」と「ゆでたまご」、「ホットケーキ」が扱われていた。

1991年の「“食”にやすらぎをそえる」では、「親が忙しくして、子どもにきちんとしたしつけができるはずがない」、「せめても“食”にはやすらぎと楽しさをそえたい」、「禁止後を食卓にのせない誓いをたてよう」の見出しのもと「保育園で

は、何歳の時には“どんなことをどのように身につけさせるか”を話し合い、系統的に整理する必要はあると思います。」と述べていた。

1995年には「子どもクッキング」として子ども自身が作る料理の方法が掲載されていた。どの料理も難しくない方法であり、子どもの年齢に合わせて手伝いから、ひとりで料理することが出来るものであった。また、1995年7月号の特集記事「誕生会で遊ぼう！ おやつ作りから手遊びまで」では、誕生会での手作りおやつの方法を掲載していた。

### 2 「保育の友」<sup>14)</sup>

保育園の保母向け月刊雑誌「保育の友」の掲載内容を表2に示した。1990年3月号に「今、保育の環境を見直す 第9回 乳児期からはじまる“食”の営み」の掲載では、乳児の食生活の保育として「何事にも意欲のない子」と「食欲・食べる楽しみを育てる」、「励ましと指導が母親の実践へ転じるまで」、「一緒に食べる呼吸をつくりあげる」の見出しがあり、「家庭との連携をも密にすることによって、乳児に一体感をもって接することの大切さが、食事の上からもあります。」と述

表1 雑誌「保育とカリキュラム」における食に関する掲載

分野	年・月号（ページ）	タイトル	内容	著者・その他
あそび	1990年2月号（P.88～89）	今月の保育資料 手遊び たまごでおりょうり	手遊び	
食生活	1991年3月号（P.34～35）	保育レーダー（第24回）“食”にやすらぎをそえる	しつけ、楽しさ	村田保太郎
料理	1995年4月号（P.28）	子どもクッキング 焼き桜（関東風桜もち）	作り方	向井美千代
料理	1995年5月号（P.28）	子どもクッキング イチゴジュース	作り方	向井美千代
料理	1995年6月号（P.28）	子どもクッキング 洋風お好み焼き	作り方	向井美千代
料理	1995年7月号（P.28）	子どもクッキング 五色そうめん	作り方	向井美千代
料理	同上（P.46～47）	誕生会で遊ぼう！ おやつ作りから手遊びまで	おにぎりとかじらきゅうりの作り方	
料理	1995年8月号（P.28）	子どもクッキング サツマイモのくるみもち	作り方	向井美千代
料理	1995年10月号（P.28）	子どもクッキング 手巻き寿司	作り方	向井美千代
料理	1995年11月号（P.28）	子どもクッキング ミックスピザ	作り方	向井美千代
料理	1995年12月号（P.28）	子どもクッキング ひとくちホットケーキ	作り方	向井美千代

べていた。

1994年11月号の特集では、「ランチタイムは大好き！」として「ランチルームには魅力がいっぱい」、「子どもの豊かな生活を育む食事をめざす」、「ぼくらは、ランチタイムがまちどおしい」、「楽しく食べるために—今、保育園の食事が変わってきた」、「日本人の栄養所要量（第5次改定）について—主な変更点と乳幼児の所要量—」が掲載されていた。特集の最初に「今月号では、保育の一環である食事について、先駆的にとりくみ、各園で工夫しているランチルームの実践例をあげ、これからの食事の課題や楽しく食べるとは、さらには給食からランチへ…などについて考えてみました。」とあった。

保育所の栄養士からの報告「ランチルームには魅力がいっぱい」では、「ある日のランチルーム」、「あそび、場所、季節で食を楽しむ」、「子どもたちが喜ぶ献立をめざす」の見出しがあり、保育園での昼食の様子が書かれ、「課題としては、楽しいランチルームにするにはどんなふうにしたらいいか、子どもたちに教えてもらう毎日です。」と述べていた。

保育園保育母が書いたランチルームの施設設計の視点から「子どもの豊かな生活を育む食事をめざす」では、「設計から大切にしたい食事の位置づけ」、「今日のメニューはななに」、「一丸になって食文化を豊かにしたい」の見出しでランチルームの配置図と子どもの動きの報告がされていた。

保育所栄養士が書いた「ぼくらは、ランチタイムがまちどおしい」では、「ランチルームは大にぎわい」、「よもぎ団子作り大作戦」、「これくらい食べられる?」、「食事作りは給食担当者と保育の連けいが大切」の見出しでランチルームの様子を報告し、「楽しい食事は人の心を和ませ、心豊かにしていくのではないかと思います。」との記述があった。

日本総合愛育研究所の栄養担当部長の記述は「楽しく食べるために—今、保育園の食事が変わってきた」と題して、「個々の食欲を尊重して」、「保育者は心にゆとりをもって」、「ランチルームやレストランの設定」、「異年齢同士との食事体験を」、「菜園作りを通して食事に関心を」、「クッキング保育の体験を試みて」、「戸外での食事、食事形式を変えて」、「行事食を上手に組み込んで」の見出しがあった。

以上から、ランチルーム（保育室と別な食事用の部屋）を用意して、その場を通して子どもたちに様々な食体験をさせる提言がされていた。

厚生省栄養管理官は、「日本人の栄養所要量（第5次改定）について—主な変更点と乳幼児の所要量—」の説明文を掲載していた。

### 3 「幼児と保育」<sup>15)</sup>

保育園の保育母と幼稚園教諭向け月刊雑誌「幼児と保育」の掲載内容を表3に示した。内容から「栽培」、「あそび」、「料理」、「ランチ」の4つに分類

表2 雑誌「保育の友」における食に関する掲載

分野	年・月号（ページ）	タイトル	内容	著者・その他
食生活	1990年3月号（P.25～27）	今、保育の環境を見直す 第9回 乳児期からはじまる“食”の営み	食欲、食べる楽しみ、母親への実践、一緒に食べる呼吸	安藤節子
ランチ	1994年11月号（P.10～25）	特集 ランチタイムは大好き！	ランチルーム、豊かな生活を育む食事、楽しく食べるために	駒沢治美・古跡道子・小灘みどり・水野清子・中原澄男

できた。

1990年と1993年には、「いもほり」、「稲作」、「野菜」が取り上げられている。1990年と1992年には手遊びとして、「あさごはん」、「にんじんいろのスポーツカー」、「きつねうどん」が掲載されている。特に「にんじんいろ」はオレンジ色などの言葉を使わないで子どもの偏食野菜として取り上げられる人参をつかったことに、偏食改善の意図が見られた。

1992年から1993年にかけて「子どもクッキング」として、6種類の料理の作り方が掲載されて

いた。また、1992年の特集には「ルポ みんなでつくった今日のお昼はとびきりおいしい！」として昼食作りを掲載していた。

#### 4 「月刊指導計画」<sup>16)</sup>

保育園、幼稚園の保育者向け月刊雑誌「月刊指導計画」の掲載内容を表4に示した。1994年には「じゃがいもを植えよう」として4歳児の指導計画を掲載していた。1995年には小石を食べ物に見立てて手作りおもちゃの「製作」を掲載していた。また、「すてきに過ごすランチタイム」と

表3 雑誌「幼児と保育」における食に関する掲載

分野	年・月号 (ページ)	タイトル	内容	著者・その他
栽培	1990年10月号 (P.137)	4歳児 10月の保育重点と展開 いもほり	指導計画	
あそび	1991年9月号 (P.63)	KEIKOのおはなし語り遊び あさごはんっておいしいな	手遊び	花形恵子
あそび	1991年10月号 (P. )	KEIKOのおはなし語り遊び にんじんいろのスポーツカー	手遊び	花形恵子
あそび	1992年2月号 (P.28)	KEIKOのおはなし語り遊び きつねうどん	手遊び	花形恵子
料理	1992年5月号 (P.3)	やってみよう子どもクッキング 卵を使って	作り方	坂本廣子
料理	1992年6月号 (P.3)	やってみよう子どもクッキング おにぎりのみそ汁	作り方	坂本廣子
ランチ 料理	1992年8月号 (P.58～60)	ルポ みんなでつくった今日のお昼はとびきりおいしい!	園児全員で作る昼食作り できあがりに大満足	神戸市聖ラファ エル幼稚園 坂本廣子
料理	1992年9月号 (P.3)	やってみよう子どもクッキング とうふのおだんご	作り方	坂本廣子
料理	1992年10月号 (P.3)	やってみよう子どもクッキング 煮ざかな	作り方	坂本廣子
料理	1993年1月号 (P.3)	やってみよう子どもクッキング 野菜をたくさん食べよう	作り方	坂本廣子
料理	1993年3月号 (P.3)	やってみよう子どもクッキング おひなさまのおすし	作り方	坂本廣子
栽培	1993年6月号 (P.104)	田植えから稲刈りまで ミニ稲作	栽培方法	
栽培	1993年9月号 (P.104)	園庭で作れる野菜・草花	栽培方法	
栽培	1993年10月号 (P.67～)	晴れるといいな! おいもほり	収 穫	

表4 雑誌「月刊 指導計画」における食に関する掲載

分野	年・月号 (ページ)	タイトル	内容	著者・その他
栽培	1994年2月号 (P.24)	自然環境を生かした飼育栽培とあそび 4歳児 じゃがいもを植えよう	栽培方法	
あそび	1995年4月号 (P.28)	手作りおもちゃ箱 小石のランチ	製作	
ランチ	1995年6月号 (P.2～7)	特集 毎日にことだから…すてきに過ごそうランチタイム	みんなでいっしょにお食 事することの意味	館 紅・菊地紀 子・小山孝子・大 山勝子
あそび	1995年11月号 (P.16) 同 上 (P.26)	リズムあそび指あそび やきいもグーチーパー 製作あそび (壁面構成) イモ掘りどっこしょ	手遊び	

して、「毎日のランチにプラスアルファ『ランチルームをすてきに』、『家庭的な雰囲気』、『みんなでお手伝い』、『ときには器を替えて』と「特別な日のランチタイム『屋台風バイキング』、『調理室へおべんとう買いに』、『レストランへようこそ』と、昼食を楽しませる工夫の仕方を掲載していた。

同じく1995年には手遊びと製作遊びで「やきいも」と「イモ掘り」を掲載していた。

### Ⅲ 考察

本研究で得られたことは、次のようであった。

食生活への考え方は、食べることを健康の一部ととらえ、子ども自身に食生活習慣を身につけることを重視していた。(1) 将来のよい食習慣をめざす(2) やすらぎなど食べる心を大切にする(3) 楽しく食べること、であった。実際の食に関する教育内容は、子どもに食べることの興味を持たせることを重視していた。(1) 料理を自分でする(2) 昼食(ランチタイム)を重視する(3) いもなどの食材を栽培する、であった。これらは、現在の食育とつながる視点の多いことが分かった。

筆者の現在の「食育実践の内容」の研究<sup>17)</sup>と比較すると食育に関する指針に沿った食育実践例と項目は、「あそび」と「共食」、「自然とのかかわり」、「料理作り」、「行事・給食・栄養」は同じであった。全くない項目は「食文化とのかかわり」であった。

さらに、家庭での食事のしつけに期待できないことへの提言と保育の役割を示したことが分かった。また、子ども自身に料理をさせることをうながす記事から、家庭でのお手伝いや料理への関心をもたせることを保育の場でも行なう必要を推察できた。

したがって、家庭における食事機能の意義と重要性の再認識することは、保育園と幼稚園でも把握しており、それらの課題への対策をうながして

いたことが保育雑誌の記載からわかった。

この時期は、保育者を目指す学生が幼児期の食生活指導を受けていた時期である。学生自身が受けてきた食のしつけや教育の様子をふまえ、学生に新たに食育の考えを持たせる必要があると言えよう。

また、現在提唱されている食育の方法は、1990年～1995年にも行なわれていたことが推察された。さらに今後は、これらを意図的に指導計画や保育計画を立てて実践し、評価を行なう必要がある。それらを継続することで食育を効果のあるものに出来るものといえる。

### Ⅳ 要約

食育基本法制定や、このたびの幼児保育における食育の導入は、家庭への期待が見込めないことが背景とされる。家庭における食事機能の意義と重要性の再認識することは、保育園と幼稚園でも把握しており、1990年～1995年に対策の必要性をうながしていたことが保育雑誌の記載からわかった。

保育所・幼稚園では、幼児の生活援助を行なっていることから、食事への気配りも重要なことである。また、食べることを幼児教育に取り入れることで興味関心をもたせる姿勢が見られた。

1990年～1995年は保育者を目指す学生が幼児期の食生活指導を受けていた時期である。学生に新たに食育の考えを持たせる必要があると言えよう。

### Ⅴ 引用文献

- 1) ①大屋佳子 編 (2008), 「遊びと環境0・1・2歳2008年10・11月号特集0・1・2歳の食育って、何をすればいいの?」, 学習研究社, 東京, PP.5-19
- ②安藤憲志, 小川千明, 藤濤芳恵, 濱田時子 編 (2008), 「月刊保育とカリキュラム2008年12月号特集食育DEお正月カルタ」, ひかりのく

に、東京、PP.58-61

(2009年1月14日受稿)

- 2) 堀内優子, 岡田明子, 佐保ゆう子, 湯通堂綾子, 編 (2008), 「ラボム2008年5月号特集『食べるって楽しい』使える食育入門」、学習研究社, 東京, PP.9-21
- 3) 日本保育協会 編 (1990), 「保育所保育指針の解説」, 社会福祉法人日本保育協会, 東京, P.87
- 4) 文部省 (1989), 「幼稚園教育指導要領増補版」, フレーベル館, 東京, P48
- 5) 経済企画庁 (平成2年), 「国民生活白書 (平成2年版)」, 東京
- 6) 経済企画庁 (平成5年), 「国民生活白書 (平成5年版)」, 東京
- 7) 経済企画庁 (平成6年), 「国民生活白書 (平成6年版)」, 東京
- 8) 古郡曜子 (2008), 「食生活論と乳児期の食育－保育者をめざす学生のために－」, 北海道文教大学研究紀要No.32, P.163
- 9) 山口和子 編 (1989), 「保育講座24巻小児栄養」, ミネルヴァ書房, 東京
- 10) 宮崎 叶 (1991), 「五訂保母のための小児栄養」, 光生館, 東京
- 11) 二木 武 (1991), 「保育者のための乳幼児保育シリーズ②乳幼児の栄養と発達」, 中央法規, 東京
- 12) ネスコ 編 (1992), 「ひとりのできるもん!」, 文藝春秋, 東京
- 13) 「保育とカリキュラム」 (1990年～1995年), ひかりのくに, (東京)
- 14) 「保育の友」 (1990年～1995年), 社会福祉法人全国社会福祉協議会, (東京)
- 15) 「幼児と保育」 (1990年～1995年), 小学館, (東京)
- 16) 「月刊指導計画」 (1990年～1995年), チャイルド本社, (東京)
- 17) 古郡曜子 (2008), 「食生活論と乳児期の食育－保育者をめざす学生のために－」, 北海道文教大学研究紀要No.32, P.168

