

幼児の食行動別にみた保育者の食事指導意識

伊藤 優^{1*}

Teachers' Awareness of Approaches to Guiding Children's Eating Behaviors

Yu ITO^{1*}

This study investigated how teachers deal with children's behavior during mealtimes. Using questionnaires, teachers were asked to self-evaluate both effective and ineffective methods they had used to address children's (3 years or older) problematic behavior during meals. The teachers used various verbal and non-verbal means to address children's behavior, depending on the situation, and felt that encouraging children to succeed, such as by using their classmates as examples, was effective, while scolding children without proper communication and without being objective was not. The study showed that teachers must be creative in developing a range of strategies to handle different children. Teachers must also be flexible and open to new strategies, rather than relying on methods that have previously been effective. Therefore, to establish a child-friendly environment during mealtimes, teachers with different experiences should advise each other and continuously learn from the children by observing them and adjusting their methods accordingly.

Key words : kindergarten 幼稚園, nursery school 保育所, lunch time 食事場面, teachers' strategy 保育者の食事指導, children's eating behavior 子どもの食行動

1. はじめに

平成17年に食育基本法が制定されて以降、幼稚園・保育所においても食育が重要視され、様々な活動が行われている（例えば、松本¹⁾；外山・野村²⁾など）。それに伴い、クッキング体験や食育活動などの効果を検討した先行研究が多くみられる（例えば、堀田³⁾；土田・青山・山下⁴⁾）。

幼稚園や保育所に通う子どもたちは、日常的に園で保育者や友達と共に弁当や給食を食べている。その中で、保育者は食事時の子どもの状況に応じて様々な工夫をしながら子どもとかわかっている。一方で、保育者の食事指導の在り方によって、子どもが食事を増加させることもあれば、食べ物への嗜好を減少させる場合もあることが報告されている⁵⁾⁶⁾。また、保育者の経験年数にかかわらず、保育者は食事場面における子どもの食事指導に困難さを感じており、その場面支援には難しさを伴うことが示されている⁷⁾。食事場面において、子どもは保育者の影響を受けやすい存在であることから⁸⁾、保育者の食事指導について検討することが必要である。

特に、食事場面は保育者と子ども間で葛藤が生じやすい場面である⁹⁾。そのため、中澤・鍛冶・石井¹⁰⁾や今村¹¹⁾のように保育者の食事指導に着目することで、保育者の食事指導の実態や保育者の専門性を明示した研究も行われている。しかし、日常的な保育所・幼稚園の食事場面では、好き嫌いや遊び食べなど子どもの状況や課題は様々であり、保育者はその都度子どもへの臨機応変な対応を求められることから、このような食事場面の特性を考慮した検討が必要となる。つまり、保育者の食事指導だけに焦点を当てるのではなく、子どもの食事場面での行動や実態、食事指導を行った際の保育者の意識も含めて一連の食事指導の実態を検討する必要がある。子どもの行動や実態を踏まえた保育者の食事指導を検討することを通して、保育者の子どもへの食事指導の工夫や課題を明示することができると考えられる。さらに、食事指導に対して保育者がどのように捉えているのかを検討することで、保育者が日々行っている子どもへのかかわりをとらえなおす契機となるであろう。

そこで本研究では、食事場面における子どもの行動に対する保育者の食事指導の実状を明らかにするとともに、

所属機関名：¹⁾島根大学

¹⁾Shimane University

原稿受付：2019年7月10日 原稿受理：2020年2月25日

* To whom correspondence should be addressed E-mail : yitou@edu.shimane-u.ac.jp

その食事指導に対する保育者自身の評価や意識を把握することを目的とする。

なお、本研究では3歳以上の幼児の食事指導に焦点を当てた。幼児期はマナーを守り、コミュニケーションを取りながら食事を楽しむことができるようになる時期である¹²⁾。一方で、保育所や幼稚園の食事場面において保育者は、子どもが「食べる」と「楽しむ」、そして「学ぶ」という複数の行為を同時並行的に行えるよう配慮する必要があることから、保育者は食事指導を行う際に様々な工夫を行っている¹³⁾。そのため、幼児期（3歳以上）の食事場面に焦点を当てることで、保育者の食事指導の実態が顕著に表出されるのではないかと考えた。

2. 調査方法

(1) 調査時期及び調査対象者

調査時期は2011年5月中旬から6月下旬である。

調査対象者は、A県（政令指定都市）、B県（中規模都市）、C県（小規模都市）の年少児から年長児までの食事場面において指導経験がある幼稚園教師及び保育士である（表1参照）。保育者の教育・保育経験年数の平均は10.5年（SD=7.5）であった。

(2) 調査内容

調査項目は、「これまでの食事場面における子どもの「困った行動」に対して、あなたの保育・教育経験上、有効だった食事指導と、有効でなかった食事指導をできるだけ具体的にお答えください」であった。そして、具体的な食事場面での子どもの「困った行動」とその子どもの行動に対する保育者の具体的な食事指導を自己評価によって有効及び有効でなかった食事指導別に、自由記述で回答を求めた。なお、本調査項目は幼児期（3歳以上）の食事指導の困難さや食事指導観等を尋ねる質問紙調査の一部として実施した。

「有効だった食事指導」の記載数は240件（111名記載）であり、「有効でなかった食事指導」の記載数は85件（68名記載）であった。内訳は、「有効だった食事指導」のみ記載の保育者は全体の41.9%であり、「有効でなかった食事指導」のみ記載の保育者は5.1%、両方とも記載の保育者は53.0%であった。

(3) 倫理的配慮

調査は無記名で回答を求め、回答済み調査用紙は厳封の上で収集することによって、保育者の提出状況、回答などが他者に知られないよう配慮した。また、質問紙への回答をもって同意とみなす旨を明記した。さらに、論文公表に関する倫理的配慮に関しては、「日本家政学会誌投稿論文の倫理的観点に基づく審査」を受け、承認された。

3. 分析方法

保育者が考える「有効だった食事指導」「有効でなかった食事指導」別に、記載された子どもの「困った行動」を類似した内容同士で集めてラベル化し、カテゴリーを作成した（中カテゴリー）。そして、中カテゴリーの関連性を検討し、さらに類似した内容ごとにまとめて大カテゴリーを生成した。次に、保育者が記述した食事指導も同様に類似した内容ごとに集め中カテゴリー及び大カテゴリーを生成した。なお、分類の際は調査者に加え、協力者1名と検討を行い、カテゴリーの精緻化を行った。その後、縦軸に保育者の考える子どもの「困った行動」カテゴリー、横軸に「保育者の食事指導」カテゴリーでマトリックス表を作成し、「困った行動」に対応する「保育者の食事指導」を逐一表中に記載した。以上の一連の作業を「有効だった食事指導」及び「有効でなかった食事指導」それぞれに行い、マトリックス表を作成した。

加えて、経験年数別検討においては、先行研究¹⁴⁾¹⁵⁾から、対象者を経験年数によって1～4年（以下、新人保育者という）、5～10年（以下、中堅保育者という）、11年以上（以下、ベテラン保育者という）に区分して分析を行った。なお、経験年数を記入し、かつ「有効だった食事指導」に回答した保育者は、新人保育者22名（回答数（以下略）、51件）、中堅保育者37名（77件）、ベテラン保育者45名（89件）であり、「有効でなかった食事指導」に回答した保育者は、新人保育者12名（17件）、中堅保育者29名（35件）、ベテラン保育者24名（29件）であった。

4. 結果と考察

(1) カテゴリーの生成

保育者の考える食事場面での子どもの「困った行動」を類似した内容別にまとめ、大きく「摂食」、[マナー]、[けじめ]、[その他]の大カテゴリーを生成した（生成し

表1 調査協力園

	A県（政令指定都市）	B県（中規模都市）	C県（小規模都市）
園数	10園	1園	7園
人数	106名	10名	67名

たカテゴリーは後述の集計結果を含め表4に示す)。「摂食」は、中カテゴリー『偏食がある』、『食に対する興味がない』など、食べ物の好き嫌いや食への興味・関心といった直接的に食事にかかわる行動から生成した。また、[マナー]に関する中カテゴリーは『間違った食具の使い方をする』、『食べこぼしをする』など食べる際の子どもの食べ方から、さらに、[けじめ]に関する中カテゴリーは『立ち歩く』、『おしゃべりをする』など食べることと直接的に関係のない子どもの行動から生成した。そして、上述したもの以外の子どもの行動(たとえば「食事中寝る」、「食事中大泣きをする」)として[その他]を生成した。

次に、子どもの「困った行動」に対しての保育者の食事指導方法について、類似した内容ごとにまとめ、[声かけ]と[声かけ以外]に大別した(生成したカテゴリーは後述の集計結果を含め表2に示す)。そして、[声かけ]の食事指導は『目標・提案』、『説明・情報提供』、『注意・叱る』、『他児を媒介とした声かけ』、『その他』に分類した。具体的には、目標や代替案などを提示する食事指導は『目標・提案』カテゴリーとして生成し、食事や食品について説明したり伝えたりする食事指導は『説明・情報提供』カテゴリーとして生成した。また、子どもの行動を諫めたり、警告する食事指導は『注意・叱る』

カテゴリーとして生成し、他の子どもを褒めたり他の子どもの様子を伝えたりする食事指導は『他児を媒介とした声かけ』として生成した。なお、「有効でなかった食事指導」の記述にはみられなかったが、「有効だった食事指導」だけに見られた食事指導として、対象児を直接『褒める』カテゴリーを生成した。また、[声かけ]中のそれ以外の食事指導は『その他』として生成した。

一方、[声かけ以外]の食事指導は『保育者の存在』、『量などの調整』、『環境設定・体験学習』、『協力・連携』、『働きかけなし』、『食べさせる』、『その他』に分類した。具体的には、「そばにいる」や「一緒に食べる」など保育者が子どもの近くで一緒にいることを記述している食事指導は『保育者の存在』として生成し、「食材を小さく切ってあげる」や「量を変える」など子どもが少しでも食べやすいように支援する食事指導は『量などの調整』として生成した。また、「栽培やクッキング」、「シールなどをあげる」など食事場面での子どもへの直接的な働きかけではないものは『環境設定・体験学習』として生成し、家庭や他の保育者と協力した食事指導は『協力・連携』として生成した。さらに、「無理な働きかけはしないようにする」などの記述は『働きかけなし』として生成し、保育者が子どもに直接食べさせる行動は『食べさせる』として生成した。なお、上記以外の「食事を取り上

表2 食事場面における保育者の考える有効・有効でなかった食事指導

実数は人数 ()内は%

保育者の食事指導		有効だった 食事指導	有効でなかった 食事指導
大カテゴリー	中カテゴリー		
声かけ	目標・提案	27 (11.3)	11 (12.9)
	説明・情報提供	21 (8.8)	2 (2.4)
	注意・叱る	1 (0.4)	13 (15.3)
	他児を媒介とした声かけ	12 (5.0)	1 (1.2)
	その他	22 (9.2)	17 (20.0)
	褒める	19 (7.9)	
小計		102 (42.5)	44 (51.8)
声かけ 以外	保育者の存在	20 (8.3)	2 (2.4)
	量などの調整	57 (23.8)	13 (15.3)
	環境設定・体験学習	41 (17.1)	1 (1.2)
	協力・連携	10 (4.2)	2 (2.4)
	働きかけなし	4 (1.7)	6 (7.1)
	食べさせる	2 (0.8)	10 (11.8)
	その他	4 (1.7)	7 (8.2)
小計		138 (57.5)	41 (48.2)
合計		240 (100.0)	85 (100.0)

げる]、「追いかける」などの「声かけ以外」における保育者の食事指導は『その他』として生成した。

(2) 食事場面での保育者の「有効だった食事指導」と「有効でなかった食事指導」

1) 保育者の食事指導の実態

前述のカテゴリー別に保育者が「有効だった」「有効でなかった」と考えている食事指導を表2に示す。「有効だった食事指導」において、保育者は「声かけ」(42.5%)よりも「声かけ以外」(57.5%)の食事指導を多く記述していた。多くの保育者は、子どもが楽しんで食べることを重視しているとの報告があることから¹⁶⁾、子ども同士の会話を遮らないように直接的な声かけ以外の方法も多く行っていたのではないかと推察される。

また、それぞれの食事指導の中では『量などの調整』を有効であったと考える記述が最も多く、全体の23.8%(57件)であった。保育者が子どもたちの状況に合わせ、量や切り方を調整して提供することで、子どもに食べることができたという達成感や有能感をもたらし、次も食べようという意欲を喚起すると推察される。そして、このような経験が自分から苦手なものも食べようと挑戦したり食に興味を持つ契機になると考えられる。次いで多く記述されていたのが『環境設定・体験学習』であった。環境設定や体験学習の効果については、昼食時の座席位置や年齢によって友達とのコミュニケーションの取り方

が異なること¹⁷⁾や、調理活動や紙芝居・仕掛け絵本を用いた説明が幼児の食べ物への愛着醸成や栄養に関する理解を育む契機となること¹⁸⁾などが報告されている。

一方、「有効でなかった食事指導」として、「声かけ」(51.8%)と「声かけ以外」(48.2%)の記述数はほぼ同割合であった。その中でも『その他』を除けば、『注意・叱る』(15.3%)と『量などの調整』(15.3%)が「有効でなかった食事指導」として最も多く記述されていた。『注意・叱る』の記述内容としては、「怒るようにいけないことだと伝える」「叱る」などが挙げられる。つまり、保育者は厳しく注意したり叱る食事指導において、有効でなかったと考える傾向にあることが示された。

また、『量などの調整』の記載理由としては、「量を減らしてもその量を食べきれず自信をなくしてしまった」「量を少なくしても食べないものは食べない」などが記述されていた。一方、『量などの調整』は「有効だった食事指導」でも多く記述されていた。つまり、保育者の目の前の子どもの見立て次第で、子どもに有能感を持たせることもあれば自信をなくさせてしまうこともあることが示された。

2) 経験年数別にみた食事指導の実態

表3は、経験年数別に保育者の「有効だった食事指導」と「有効でなかった食事指導」の内訳を示す。表3から、「有効だった食事指導」では、新人保育者や中堅保育者の

表3 経験年数別有効・有効でなかった食事指導

保育者の食事指導		有効だった食事指導				有効でなかった食事指導			
		新人	中堅	ベテラン	合計	新人	中堅	ベテラン	合計
声かけ	目標・提案	7 (13.7)	13 (16.9)	7 (7.9)	27 (12.4)	2 (11.8)	4 (11.4)	5 (17.2)	11 (13.6)
	説明・情報提供	6 (11.8)	7 (9.1)	8 (9.0)	21 (9.7)	0 (0.0)	1 (2.9)	0 (0.0)	1 (1.2)
	注意・叱る	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	8 (47.1)	2 (5.7)	3 (10.3)	13 (16.0)
	他児を媒介とした声かけ	2 (3.9)	6 (7.8)	4 (4.5)	12 (5.5)	0 (0.0)	1 (2.9)	0 (0.0)	1 (1.2)
	その他	2 (3.9)	6 (7.8)	8 (9.0)	16 (7.4)	1 (5.9)	10 (28.6)	6 (20.7)	17 (21.0)
	褒める	4 (7.8)	5 (6.5)	8 (9.0)	17 (7.8)				
小計		21 (41.2)	37 (48.1)	35 (39.3)	93 (42.9)	11 (64.7)	18 (51.4)	14 (48.3)	43 (53.1)
声かけ以外	保育者の存在	6 (11.8)	10 (13.0)	3 (3.4)	19 (8.8)	0 (0.0)	2 (5.7)	0 (0.0)	2 (2.5)
	量などの調整	11 (21.6)	15 (19.5)	23 (25.8)	49 (22.6)	2 (11.8)	4 (11.4)	6 (20.7)	12 (14.8)
	環境設定・体験学習	5 (9.8)	9 (11.7)	24 (27.0)	38 (17.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (3.4)	1 (1.2)
	協力・連携	4 (7.8)	3 (3.9)	3 (3.4)	10 (4.6)	1 (5.9)	0 (0.0)	1 (3.4)	2 (2.5)
	働きかけなし	2 (3.9)	2 (2.6)	0 (0.0)	4 (1.8)	0 (0.0)	3 (8.6)	2 (6.9)	5 (6.2)
	食べさせる	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0)	1 (5.9)	4 (11.4)	5 (17.2)	10 (12.3)
	その他	2 (3.9)	1 (1.3)	1 (1.1)	4 (1.8)	2 (11.8)	4 (11.4)	0 (0.0)	6 (7.4)
小計		30 (58.8)	40 (51.9)	54 (60.7)	124 (57.1)	6 (35.3)	17 (48.6)	15 (51.7)	38 (46.9)
		51 (100.0)	77 (100.0)	89 (100.0)	217 (100.0)	17 (100.0)	35 (100.0)	29 (100.0)	81 (100.0)

(経験年数未回答者は除く)

記述件数が多かったのは『量などの調整』であったが、ベテラン保育者はそれに加え『環境設定・体験学習』の記述件数が多かった。また、「有効でなかった食事指導」を記述した新人保育者の47.1%が『注意・叱る』について記載していた。一方、「有効でなかった食事指導」として、中堅保育者は[声かけ]中の『その他』（「何度も声をかけたが無駄だった」等）、ベテラン保育者は『量などの調整』、[声かけ]中の『その他』（「声かけをすることで焦ってしまった」等）を多く記述していた。

(3) 食事場面での子どもの「困った行動」

1) 食事場面での子どもの「困った行動」別食事指導

食事場面での子どもの「困った行動」別、保育者の考える「有効だった」「有効でなかった」食事指導の割合を表4に示す。子どもの「困った行動」の中でも[摂食]は、「有効だった」食事指導のうち61.7%、「有効でなかった」食事指導のうち51.8%を占めていた。食事場面の第一義的な目的は「食べる」ことであり、保育者もそれを強く意識しているため、[摂食]に関する食事指導の記述が頻出したと推察される。また、[マナー]と[けじめ]の食事指導を比べると、「有効だった食事指導」では

[けじめ] (52件, 21.7%) に関する記述が多かったが、「有効でなかった食事指導」では [マナー] (18件, 21.2%) に関する記述が多かった。

2) 経験年数別にみた子どもの「困った行動」別食事指導

表5は保育者の経験年数別に子どもの「困った行動」別食事指導を示している。この表から、「有効だった食事指導」の中でも[摂食]に関する記述が経験年数にかかわらず全記述の約6割を占めていた。このことから、他の大カテゴリーに比べて[摂食]は、経験年数に関係なく保育者が留意して支援している内容であるといえる。

一方で、新人保育者では『食に対する興味がない』『口に入れすぎる・咀嚼が十分できない』『食べ物や食具を落とす』『姿勢が悪い』『遊び食べをする』において、「有効だった食事指導」の記述がみられなかった。また、「有効でなかった食事指導」において、中堅保育者やベテラン保育者では[摂食]に関する記述の割合が半数を超えていたが、新人保育者では[摂食]に限らず、[マナー]や[けじめ]に関しても広く記述されていた。

表4 食事場面での子どもの「困った行動」と有効・有効でなかった食事指導

実数は人数 () 内は%

大カテゴリー	子どもの「困った行動」	有効だった食事指導	有効でなかった食事指導
	中カテゴリー		
摂食	偏食がある	81 (33.8)	29 (34.1)
	食に対する興味がない	18 (7.5)	1 (1.2)
	食が進まない・食べない	41 (17.1)	11 (12.9)
	口に入れすぎる・咀嚼が十分できない	8 (3.3)	3 (3.5)
小計		148 (61.7)	44 (51.8)
マナー	間違った食具の使い方をする	10 (4.2)	2 (2.4)
	食べ物や食具を落とす	4 (1.7)	5 (5.9)
	姿勢が悪い	2 (0.8)	9 (10.6)
	食べこぼしをする	8 (3.3)	2 (2.4)
小計		24 (10.0)	18 (21.2)
けじめ	立ち歩く	13 (5.4)	3 (3.5)
	おしゃべりをする	10 (4.2)	1 (1.2)
	遊び食べをする	16 (6.7)	7 (8.2)
	食べ終わりが遅い (早い)	13 (5.4)	5 (5.9)
小計		52 (21.7)	16 (18.8)
その他 (友達と食べられない, 嫌いな物が伝えられない etc)		16 (6.7)	7 (8.2)
合計		240 (100.0)	85 (100.0)

表5 経験年数別にみた食事指導が有効・有効でなかった子どもの「困った行動」

子どもの「困った行動」		有効だった食事指導				有効でなかった食事指導			
		新人	中堅	ベテラン	合計	新人	中堅	ベテラン	合計
摂食	偏食がある	20 (39.2)	25 (32.5)	34 (38.2)	79 (36.4)	2 (11.8)	15 (42.9)	12 (41.4)	29 (35.8)
	食に対する興味が ない	0 (0.0)	8 (10.4)	9 (10.1)	17 (7.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
	食が進まない・食 べない	15 (29.4)	14 (18.2)	9 (10.1)	38 (17.5)	3 (17.6)	5 (14.3)	3 (10.3)	11 (13.6)
	口に入れすぎる・ 咀嚼が十分できない	0 (0.0)	3 (3.9)	3 (3.4)	6 (2.8)	0 (0.0)	2 (5.7)	1 (3.4)	3 (3.7)
小計		35 (68.6)	50 (64.9)	55 (61.8)	140 (64.5)	5 (29.4)	22 (62.9)	16 (55.2)	43 (53.1)
マナー	間違っただ食具の使 い方を する	2 (3.9)	4 (5.2)	4 (4.5)	10 (4.6)	1 (5.9)	1 (2.9)	0 (0.0)	2 (2.5)
	食べ物や食具を落 とす	0 (0.0)	1 (1.3)	3 (3.4)	4 (1.8)	1 (5.9)	1 (2.9)	3 (10.3)	5 (6.2)
	姿勢が悪い	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (2.2)	2 (0.9)	3 (17.6)	1 (2.9)	5 (17.2)	9 (11.1)
	食べこぼしをする	1 (2.0)	4 (5.2)	2 (2.2)	7 (3.2)	0 (0.0)	2 (5.7)	0 (0.0)	2 (2.5)
小計		3 (5.9)	9 (11.7)	11 (12.4)	23 (10.6)	5 (29.4)	5 (14.3)	8 (27.6)	18 (22.2)
けじめ	立ち歩く	4 (7.8)	2 (2.6)	4 (4.5)	10 (4.6)	2 (11.8)	1 (2.9)	0 (0.0)	3 (3.7)
	おしゃべりをする	3 (5.9)	2 (2.6)	2 (2.2)	7 (3.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
	遊び食べをする	0 (0.0)	6 (7.8)	5 (5.6)	11 (5.1)	3 (17.6)	2 (5.7)	1 (3.4)	6 (7.4)
	食べ終わりが遅い (早い)	4 (7.8)	5 (6.5)	4 (4.5)	13 (6.0)	0 (0.0)	3 (8.6)	2 (6.9)	5 (6.2)
小計		11 (21.6)	15 (19.5)	15 (16.9)	41 (18.9)	5 (29.4)	6 (17.1)	3 (10.3)	14 (17.3)
その他		2 (3.9)	3 (3.9)	8 (9.0)	13 (6.0)	2 (11.8)	2 (5.7)	2 (6.9)	6 (7.4)
合計		51 (100.0)	77 (100.0)	89 (100.0)	217 (100.0)	17 (100.0)	35 (100.0)	29 (100.0)	81 (100.0)

(経験年数未回答者は除く)

(4) 食事場面での子どもの「困った行動」別にみた保育者の食事指導の実態

次に、それぞれの子どもの「困った行動」に対して、保育者はどのような食事指導をしているのかを詳細に検討する。表6、表7に、食事場面での子どもの「困った行動」と子どもの行動に対する食事指導方法のマトリックス表を「有効だった食事指導」「有効でなかった食事指導」別に示す。表の縦列は「保育者の考える食事場面での子どもの『困った行動』」を、横列は「子どもの『困った行動』」に対しての保育者の食事指導方法を示している。

1) 摂食

表6から、[摂食]の中でも特に多くの記述があった『偏食がある』(81件)に対する保育者の「有効だった食事指導」として、『注意・叱る』『食べさせる』以外の全ての食事指導方法に記述がみられた。このことから、子どもが嫌いな物を食べられるように保育者が様々な方法

で働きかけていることが示唆された。

[摂食]に困難さを有する子どもに対して、保育者は『量などの調整』(48件)を特に有効だった食事指導として認識していた。食事は食べ物の好みや体調に影響を受けやすいため、食べたくない場合もある。そのような子どもに、保育者の食事指導によっては食べる行為や食事場面に対してネガティブな気持ちを与える可能性がある¹⁹⁾。だからこそ、保育者は子どもが自分から食べられるように促す働きかけを用いながら、少しでも食べ物に対する興味や関心を高めようと工夫していることが示唆された。

また、表6から[摂食]に関する食事指導として、[マナー]や[けじめ]と比べ、『褒める』働きかけ(16件)や『他児を媒介とした声かけ』(10件)を有効だったと感じていた。『褒める』働きかけは「有効でなかった食事指導」(表7)では生成されなかった中カテゴリである。子どもが食べられたことを認め、賞賛することで、子

表6 有効だった食事指導

保育者の食事指導	声かけ				声かけ以外				合計					
	注意・叱る	説明・情報提供	目録・提案	他児を褒めたりした声かけ	その他	褒める	保育者の存在	量などの調整		環境設定・体験学習	協力・連携	働きかけなし	食べさせる	その他
子どもの「困った行動」	偏食がある	子どもの食量を決めさせる(1) 目標を定めた声かけ(4) ヒーローの名前を出す(1)	食材の良さを伝える(4)	仲の良い友達や周りの子の様子伝える(6)	子どもの心に沿うような声かけ(4)	一口でも食べたことをほめる(13)	先生と一緒に食べる(1)	量を増やしていく(19) 細かく切る(4) デザートで気分転換(1) 好きな物と一緒に食べる(4) 食材になれさせる(1) 食材を分けて食べさせる(3)	栽培、クッキング(7) ロール(2) コップ(1)	話し合い(1) 担当保育士でない先生を呼ぶ(1)	無理やりに食べさせない(1) 子どもが自ら食べるのを待つ(1)		皿を前におく(1)	81 (33.8%)
	食に対する興味が無い			競争心がでるような声かけ(1)	声かけ(1)	食べた時にほめる(3)	そばで見守る(2) 一緒に楽しみながら食べる(1)	量を少しにしてもらう(4)	自分たちで準備させる(1) ミニクッキング(2) 午前中に体を動かす遊びを計画(1)	好きなものを入れてもらう(1) 他の先生に声をかけてもらう(1)				18 (7.5%)
摂食	食が進まない・食べない	ヒーローの名前を出す(1) 子どもに分量をきめさせる(1) 目標を決める(1) アドバース(1) 報酬(3)	具体的に食べ物の名前を言う(1) なるべく一度にたくさん取らない様伝える(1) 食材の特徴を伝える(1)	他の子どもをほめる(2) 他の子どもに食べるところをみてももらう(1)	焦らさず自分のペースで食べ始められるよう声かけ(2) 声をかける(1)	見守る(1) 保育者が一緒に食べる(2)	最初から量を減らす(2) 小分けしておく(2) 果物を活用(5)	菜園作り(1) 生活リズムの巩固(3) スプーンやフォークを準備しておく(1) シール・シール紙(2)	おかずの中身を要する(1) 家での報酬(2)	無理な声かけをしない(2)		箸で口まで運ぶ(1)		41 (17.1%)
	口に人れすき・咀嚼が十分でない	目標を作る(1)	かんで食べるよう繰り返し伝える(2)		かみかみ、もぐもぐの声をかけをさりげなく行う(1)	一緒に食事をとる(1)	一口サイズに切る(2) 一度に口ににいれる量を加減(1)							8 (3.3%)
マナー	間違った食具の使い方をすすめる	14 (5.8%)	箸の持ち方を説明(1) 実際に持ち方をみせる(1)	箸でよっかいを響けられている子どもを注意(1)	具体的な声かけ(3)	そばにいて食事を見る(1)	48 (20.0%)	毎月一回の箸の日(1)	7 (2.9%)	4 (1.7%)	1 (0.4%)	1 (0.4%)	10 (4.2%)	
	落とす		食べ物の大切さを伝える(1)				一緒に拾う(1)	移動させる(1)					再び皿に盛る(1)	4 (1.7%)
けじめ	姿勢が悪い							レストランごっこ(1) いすを変える(1)						2 (0.8%)
	食べこぼしをする	お皿を持つよう促す(1)	指導する(2) 座り方を説明(2)	すきまお化け(1)	4 (1.7%)	2 (0.8%)	本児の隣に座り、指導する(1)	1 (0.4%)	4 (1.7%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	ナプキン(1)	8 (3.3%)
小計	立ち歩く	1 (0.4%)	「お腹がびつくりするよ」と声かけ(1) 食べ物の名前を言う(1)	「お弁当がなくなくなるよ」と伝える(1) 食べるマネ(2)	その都度声をかける(1)	一緒に食べる(1) 一緒に食べて見せる(2)	時間や量的なことにくぎりをつける(1)	絵本や紙芝居(1)	保護者と相談・懇談(2)				食事自体を終わらせる(1)	13 (5.4%)
	おしゃべりをする	時計を意識させる(3)		周りの子を見るように声をかける(1)		保育者も一緒に食べる(1)	食べられる量を保育者が決めた子にもに合わせる(1)	レストランごっこ(1) 活動表(2)						10 (4.2%)
小計	遊び食べをする	時計で時間を決める(1) ルールを伝える(1) 食後予定を伝える(1) 食べられる量を聞く(1) あいさつの時間を知らせる(1)	早く食べたら遊べることを伝える(1)	先の見通しをもった声かけ(1)	よく食べていることをほめる(1)	本児の隣に座る(1) 一緒に食べる(2) そばに座る(1)	量を減らす(1)	仲良しの友達と少し離す(1) 友達や遊具が目に入らないようにする(1)						16 (6.7%)
	食べ終わりが遅い(早い)	時間の目標を決める(3) 片付けの時間を伝える(1)		噛んで食べるよう毎日声をかける(2)	噛んで食べるよう毎日声をかける(2)	時間内に完食できるよう、量を少量にする(4)	7 (2.9%)	7 (2.9%)	3 (1.3%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (0.4%)	箸で口まで運ぶ(1)	13 (5.4%)
小計		12 (5.0%)	3 (1.3%)	1 (0.4%)	7 (2.9%)	8 (3.3%)	57 (23.8%)	41 (17.1%)	10 (4.2%)	4 (1.7%)	2 (0.8%)	1 (0.4%)	52 (21.7%)	
その他(友達と食べられない、嫌いな物が伝えられないetc)						そばに座る(1) 一緒に食べる(1)	量を半分程度にする(1) 吐すことがなくなる(1)	別室、少人数にする(1) 伝えあう関係作り(1) 異年齢グループ環境や雰囲気を変える(他計4) シール、お絵かき(2)						16 (6.7%)
合計		27 (11.3%)	21 (8.8%)	12 (5.0%)	22 (9.2%)	20 (8.3%)	57 (23.8%)	41 (17.1%)	10 (4.2%)	4 (1.7%)	2 (0.8%)	4 (1.7%)	240 (100%)	

表7 有効でなかった食事指導

保育者の食事指導	声かけ						声かけ以外					合計	
	目標・提案	説明・情報提供	注意・叱る	他児を媒介とした声かけ	その他	保育者の存在	量などの調整	環境設定・体験学習	協力・連携	働きかけなし	食べさせる		その他
子どもの「困った行動」	偏食がある	「おいしいよ」ともう一口だけと促す(4) 食べたらおかわりしてもよいと伝える(1)		友達(1)	声かけ(1)	一緒に食べる(1)	形を変える(1) 量を減らす(4) 小さくする(2) 好きな物に混ぜる(1) 好きな物から(1)		保護者の期待を伝える(1)	気持ちの受け止め(1) → 食べないクセにつながる(1) → 聞く(1) → 甘え	無理やり食べさせる(7) → 嫌いななる、吐く		29 (34.1%)
	摂食									好きなものを与える(1) → 甘え			1 (1.2%)
マナー	食が進まない、食べない	「がんばれ」と言い通き(1) → プレッシュ			声かけ(3) → 焦る	量少なめ(1) → 食べない 苦手なものから先に食べさせる(1)			放っておく(1) → 食べ残すクセ	食べさせる(1) → 効果なし	交換条件(1) 抱く(1) 相談(1)		11 (12.9%)
	口に入れない、咀嚼が十分できない	促す(1)			その都度声をかける(1)								3 (3.5%)
小計		8 (9.4%)	1 (1.2%)	1 (1.2%)	5 (5.9%)	2 (2.4%)	11 (12.9%)	0 (0%)	1 (1.2%)	4 (4.7%)	8 (9.4%)	3 (3.5%)	44 (51.8%)
	間違った食具の使い方をする				その都度伝える(1)							うまく箸を使えることを認める(1)	2 (2.4%)
小計	食べ物や食具を落とす				声かけ(1) 擬人法(1)					かわりのスプーンを渡す(1)			5 (5.9%)
	姿勢が悪い				声かけ(2) 繰り返し声かけ(2)						食べさせる(1)		9 (10.6%)
小計	食べこぼしをする	説明(1) → 忘れる									食べさせる(1) → 上手にならない & 当たり前になる		2 (2.4%)
	立ち歩く	1 (1.2%)		6 (7.1%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (1.2%)	2 (2.4%)	1 (1.2%)	18 (21.2%)
小計	おしやべりをする											追いかける(1) → 効果なし	3 (3.5%)
	遊び食べをする	時計(1) → 理解していない											1 (1.2%)
小計	食べ終わりが遅い(早い)											片付ける(1) → 不機嫌 取り上げる(1) → 戻すだけ	7 (8.2%)
		時間で区切る(1) 時間を決める(1) → プレレシキヤー											5 (5.9%)
小計		3 (3.5%)	0 (0%)	6 (7.1%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	3 (3.5%)	16 (18.8%)
	その他(落ちた物を食べようとする、一口の量が少ない etc)											家庭に任せる(1) 要求を受ける(1)	7 (8.2%)
合計		11 (12.9%)	2 (2.4%)	13 (15.3%)	1 (1.2%)	2 (2.4%)	13 (15.3%)	1 (1.2%)	2 (2.4%)	6 (7.1%)	10 (11.8%)	7 (8.2%)	85 (100%)

もは次の食事場面でも再度苦手なものへ挑戦する意欲を喚起することができるのではないかと推察される。そして、このような子どもの行動を褒める働きかけに対し、保育者が有効性を感じていることが示された。『他児を媒介とした声かけ』は、保育所・幼稚園の集団で食べる特性を生かした食事指導である。他児が存在することによる子どもの食事量や食べ物に対する嗜好の変化は先行研究でも指摘されている²⁰⁾。また、同年齢の他児と食べる保育所・幼稚園の食事場面が幼児にとってモデリングの機会となっていることから²¹⁾、保育者は子どもの「摂食」に対して、家庭とは異なる保育所・幼稚園の特性を生かした食事指導を有効であったと考えていることが示唆された。

一方で、表7から、「摂食」に関する「有効でなかった食事指導」として、『量などの調整』(11件)、『食べさせる』(8件)や『目標・提案』(8件)の働きかけが多く記述されていた。特に、『食べさせる』働きかけは「有効だった働きかけ」と比べて「有効でなかった食事指導」で多く記述されていた。子どもの「摂食」は「食べる」という食事場面特有の子どもの行動であると同時に、子どもの欲求も強く関わり合うため、無理やり食べさせても子どもが受け入れられないことが多い。そのため、一方的な保育者の食事指導に有効性を見いだせなかったのではないかと推察される。

2) マナー

表6から、子どもの「マナー」に関する「有効だった食事指導」の中で最も回答が多かったのは『説明・情報提供』(7件)であった。多くの保育者が箸の持ち方や座り方などを実際にモデルとして子どもに見せたり、丁寧に説明することを「マナー」に関する有効な食事指導だったと捉えていることが示唆された。

一方で、表7から、「有効でなかった食事指導」では『声かけ』中の「その他」(7件)と『注意・叱る』(6件)の記述が多いことが明示された。前者の「その他」の中には、「その都度伝える」「繰り返し声かけ」などの記述がみられ、『注意・叱る』には、「少し厳しめに注意してもすぐ忘れる」「怒るように言っても効果がない」などの記述がみられた。このことについて、赤澤・荒屋²²⁾は「食具の使い方」や「食べる姿勢」などは指導がよく行われているが、指導効果はすぐに現れにくいことを報告している。このことから、保育者は「マナー」に関して子どもに教えようと働きかけるものの、効果が現れにくい子どもの食行動であるため、指導を繰り返したり、厳しく注意しても効果がなかったと考える保育者が多かったのではないかと推察される。

3) けじめ

表6から「けじめ」では、「有効であった食事指導」と

して、時間を知らせたりなどの『目標・提案』(12件)に関する声かけや、保育者がそばに座って一緒に食べる『保育者の存在』(8件)、量を減らすなどの『量などの調整』(7件)が多く記述されていた。また、レストランごっこや紙芝居などの『環境設定や体験学習』(7件)も有効な食事指導であったと保育者が捉えており、食事場面において直接子どもに働きかけるだけではなく、事前に仕組むよう工夫をしていることが示された。

一方で、「有効でなかった食事指導」(表7)における「けじめ」をみると、『注意・叱る』(6件)について多くの記述がみられた。その理由として「注意しても時間が経つと効果がない」「叱っても忘れる」などの意見が記述されていた。

加えて、表6と表7から、同じ行動に対する同じ食事指導であっても有効だった食事指導と有効でなかった食事指導の双方に記述がみられたものがあった。たとえば、表6で「摂食」中の『偏食がある』に対する働きかけにおいて、無理をさせたくないことからあえて働きかけをしない(『働きかけなし』)という方法を有効だったと挙げている保育者が見受けられた。しかし、表7の「有効でなかった食事指導」では同じ『偏食がある』の子どもの行動に対し、同じように『働きかけなし』という方法をとっているにもかかわらず、「無理をさせたくない子どもの気持ちを受け止めたり要求を受け入れたたりすることが甘えにつながった」や「食べなくてもよいというクセにつながる」などの記述がみられた。

5. 総合考察

本研究では、保育者が考える食事場面での子どもの「困った行動」に応じて、保育者が実際にどのような食事指導を行い、それに対して保育者自身がどのように捉えているのかを検討した。

その結果、保育者は食事場面での子どもの状況に応じて声かけだけでなく、非言語的な行動も含めて様々な食事指導を行っていることが明らかとなった。その際、保育者は「量などの調整」といった子どもに達成感・有能感をもたらす働きかけや、「他児を媒介とした声かけ」といった保育所・幼稚園の食事場面の特性を生かした働きかけを有効な食事指導ととらえていることが明らかとなった。一方で、「食べさせる」や「注意・叱る」といった保育者が一方的に食べさせたり叱ったりする働きかけを有効でなかった食事指導としてとらえていることが明示された。

以上を踏まえ、これからの食事場面での食事指導の在り方、及び今後の課題を考察する。食事指導の在り方に関しては、次の2点を提言する。

(1) 食事指導の共有化

第一に、食事場面で保育者が考える「有効だった」「有効でなかった」食事指導の共有化の必要性である。

食事場面で表出している子どもの行動の要因は多様であり流動的であると考えられる。そのため、各保育者が考える食事場面における食事指導の成功経験や失敗経験を、その際の子どもの状況も含めて共有化し、蓄積することで、保育者は食事指導の幅を拡げ、多面的な子どもの行動に対して柔軟に対応することが可能になると考えられる。

特に、経験年数の異なる保育者間で食事指導を共有する機会を設定することが必要である。本研究において、経験年数によって有効・有効でなかった食事指導の内容は異なっていた。また、有効だった食事指導として、新人保育者や中堅保育者と比べベテラン保育者は『環境設定・体験学習』に関する記述の割合が高かった。このことについて、伊藤・七木田²³⁾は、ベテラン保育者は食事場面を生活の一場面としてとらえ、巨視的な観点で指導に当たっていることを示している。そのため、ベテラン保育者は『環境設定・体験学習』を行う中で、一日の生活や活動と関連させながら食事指導を行っているのではないかと推察される。

その一方で、新人保育者は、子どもの食事場面での「困った行動」によっては、「有効だった食事指導」を記述できていなかった。つまり、新人保育者は日々試行錯誤しながら子どもに食事指導を行っているが、調査時点において子どもの特定の食行動に対しては、有効な食事指導を見いだせていなかった可能性があることが示唆された。このような新人保育者にとって、多種多様な食事指導を有する保育者と情報交換する機会が設定されるならば、有益な場となるであろう。また、本研究から、保育者は経験年数に関係なく「摂食」に関する子どもの行動について意識的に働きかけている傾向が示されたことから、ベテラン保育者にとっても様々な経験年数の保育者との情報交換が自身の食事指導を捉えなおす契機となり得るであろう。

(2) 保育者の食事指導の「見える化」

第二に、前述の共有化を進める一助として、子どもの食行動別に保育者の食事指導を「見える化」することの必要性である。

本研究で作成した表6、表7のように、日々の保育者の食事指導を「見える化」することによって、同じ困った行動に対する同様の食事指導が、「有効だった」「有効でなかった」双方に出現することが明示できた。このことは、保育者が良いと思って実践している食事指導が、実は子どもにとっては逆の効果をもたらしている場合が

あることを示している。つまり、これまでの経験による食事指導に満足している保育者が子どもに良い影響を与えているばかりではなく、幼児にネガティブな感情を抱かせてしまっている可能性もある。このことから、保育者は自身の食事指導について振り返るためにも、日ごろ保育者が行っている食事指導を子どもの状況とともに明示化し、それをもとに保育者間で話し合いの機会を設ける必要があるだろう。

このように保育者が子どもの食行動に対して実践している多種多様な食事指導を「見える化」することで、多面的な子どもの食行動に応じて柔軟に対応できる保育者の育成に寄与できると考えられる。

今後の課題として、次の2点を挙げる。一つ目は、本調査の対象を3歳以上児の食事指導としたが、保育者の食事指導は子どもの年齢や発達段階によって異なることが推察されることから、子どもの年齢別の検討も必要であると考えられる。二つ目は、本稿は調査研究であったが、実際の保育所・幼稚園の食事場面を観察することによって、子どもの行動・状況に対して保育者がどのように食事指導をしているのかについて具体的に把握し、保育者の経験年数、食事援助観、子どもの年齢などの関連性も踏まえて検討していく必要があると考える。

謝 辞

ご多忙のところ、本研究に快くご協力下さいました、保育所、幼稚園の先生方に心よりお礼を申し上げます。また、本研究をまとめるにあたり、ご指導をいただきました広島大学大学院教育学研究科 七木田敦先生に厚く御礼を申し上げます。

付 記

本研究は第60回日本小児保健協会学術集会（2013年9月）において発表した内容を再検討し、加筆修正を行ったものである。

文 献

- 1) 松本紘宇. この子らに食の未来を託して 食育保育園. 明石書店, 2012.
- 2) 外山紀子, 野村明洋. 食をつなげる, 食でつながる 八国山保育園の食. 新曜社, 2014.
- 3) 堀田千津子. 幼稚園児と父親に対する食育活動—調理体験教室における効果—. 日本食育学会誌. 2014, Vol. 8, 19-27.
- 4) 土田裕美, 青山妙子, 山下房江. 地域の食育イベントに参加した子どもたちに見る家庭における緑茶文化の継承の実態と体験活動プログラムの効果の検証. 日本食育学会誌. 2014, Vol. 8, 291-299.
- 5) Wardle, J.; Herrera, M. L.; Cooke, L.; Gibson, E. L.

- Modifying children's food preferences: the effects of exposure and reward on acceptance of an unfamiliar vegetable. *European Journal of Clinical Nutrition*. 2003, Vol. 57, 341-348.
- 6) 長谷川智子. “第5章 幼児期の食行動”. たべる—食行動の心理学—. 中島義明, 今田純雄. 朝倉書店, 1996.
- 7) 伊藤優, 七木田敦. 経験年数による食事場面における保育者の食事指導意識の差異. *小児保健研究*. 2014, Vol. 73, 21-27.
- 8) Addressi, E.; Galloway, A. T.; Visalberghi, E.; Birch, L. L. Specific social influences on the acceptance of novel foods in 2-5-year-old children. *Appetite*. 2005, Vol. 45, 264-271.
- 9) 伊藤優. 保育所の給食場面における保育士の働きかけの特質. *保育学研究*. 2013, Vol. 51, 211-222.
- 10) 中澤潤, 鍛冶礼子, 石井恭子. 幼稚園教師の食事場面における援助の分析—子どもの発達と教師の保育観—. *保育学研究*. 1995, Vol. 33, 59-67.
- 11) 今村光章. 給食時における幼稚園教諭の発話分析—幼児期における「既存型」の食育の枠組みの解明を目指して—. *岐阜大学教育学部研究報告 教育実践研究*. 2008, Vol. 10, 125-134.
- 12) 伊藤優. 幼児の集団食事場面に関する研究の動向. *広島大学大学院教育学研究科紀要 第三部 教育人間科学関連領域*. 2013, Vol. 62, 143-150.
- 13) 前掲 9).
- 14) 高濱裕子. 保育者としての成長プロセス—幼児との関係を視点とした長期的・短期的発達—. 風間書房, 2001.
- 15) 前掲 7).
- 16) 逸見真理子, 焔硝岩政樹, 春名かをり, 大西孝司. 保育所における食育の実態と連携のあり方. *ノートルダム清心女子大学紀要 人間生活学・児童学・食品栄養学編*. 2011, No. 35, 91-103.
- 17) 外山紀子. 保育園の食事場面における幼児の席とり行動: ヨコに座ると何かいいことあるの?. *発達心理学研究*. 1998, Vol. 9, 209-220.
- 18) 河村美穂, 高島彩. 保育園児を対象とした食教育プログラムに関する実践的研究. *埼玉大学教育学部附属教育実践総合センター紀要*. 2008, No. 7, 269-277.
- 19) 前掲 6).
- 20) Birch, L. L. Effects of peer models' food choices and eating behaviors on preschoolers' food preferences. *Child Development*. 1980, Vol. 51, 489-496.
- 21) Hendy, H. M. Effectiveness of trained peer models to encourage food acceptance in preschool children. *Appetite*. 2002, Vol. 39, 217-225.
- 22) 赤澤典子, 荒屋千秋. 幼児の食生活習慣形成のための指導・教育に関する調査研究. *岩手大学教育学部研究年報*. 2004, Vol. 63, 135-148.
- 23) 前掲 7).

幼児の食行動別にみた保育者の食事指導意識

伊藤 優^{1*}

本研究では、子どもの食事場面での行動に対する保育者の食事指導の実状を明らかにするとともに、それらの食事指導に対する保育者自身の評価や意識を把握することを目的とする。具体的には、保育者の自己評価によって、食事場面における3歳以上の幼児の「困った行動」に対する保育者の有効であった働きかけと、有効でなかった働きかけを質問紙調査により尋ねた。その結果、食事場面での子どもの行動に対して、子どもの状況に合わせて様々な食事指導を行っていることが明らかとなった。保育者は子どもに達成感・有能感をもたらす働きかけや、保育所・幼稚園の食事場面の特性を生かした働きかけを有効な食事指導と感じていた。一方で、保育者が子どもを一方向的に叱ることを有効でないと感じていた。加えて、同じ状況の子どもに対して同様の食事指導を行っても有効と捉える保育者と有効でなかったと捉える保育者がみられた。これらのことから、保育者は子どもの状況に応じて柔軟に食事指導を変えなくてはいけないことが示唆された。さらに、柔軟な食事指導の実現のために、保育者が行っている食事指導を子どもの状況とともに「見える化」し、経験年数の異なる保育者間で共有化する必要性が示唆された。