

圏域栄養ナビに基づく地域の食育推進体制の整備 ～地域の野菜生産者等とともに行う幼児期食育プログラムの開発・普及～	
北多摩北部保健医療圏 多摩小平保健所	
実施年度	開始 平成18年度、 終了 平成19年度
背景	圏域共通の栄養・食生活改善目標である圏域栄養ナビ「野菜をたっぷり食べよう」については、「野菜たっぷり食育宣言」を行い、各市各施設により広報や各種イベント等を通じて市民への普及が図られている。しかし、野菜をテーマにした効果的な食育の推進には、地域の野菜生産者等との連携が欠かせない。当圏域は都市型農業地域という恵まれた地域であり、この地域特性を生かした野菜生産者等との連携に向けての体制整備が望まれている。 また、平成17年度に実施された東京都の「幼児期からの健康習慣調査」の結果によると、約半数の保護者に子どもの適切な食事内容や量についての知識不足が見られ、7割の保護者が子どもの食事を「今よりもよくしたい」と回答しており、幼児期の食育についての支援策が課題となっている。
目標	幼児に対する圏域栄養ナビに基づく食育の効果的な展開を図るために、幼児及びその保護者を対象に農業活動を取り入れた食育プログラムを開発する。
事業内容	【平成18年度】 目標達成に向け小平市をモデル地域に選定した。 地域の実態把握のため「食育に関する調査」を幼児の保護者、農業関係者、商業者、幼稚園・保育園関係者を対象に実施した。 【平成19年度】 ○幼児期食育プログラムの開発 ・幼児期食育プログラム検討会において、プログラムの案（集団用：収穫体験、個人用：リーフレット）を作成 ・プログラム案をモデル幼稚園においてモデル実施 ・アンケートによりプログラム案の検証・評価 ○食育リーフレット「～ごはんだいすき、やさいだいすき～」の作成 ○幼稚園・保育園への体験型食育情報誌「こだいらのやさい」第一号の発行 ○作成した幼児期食育プログラムの普及 ・食育講演会の開催（講演、パネルディスカッション） ・幼稚園・保育園等への「幼児期食育プログラム」の配布
評価	○関係者の連携強化 幼児期食育プログラムの開発にあたり組織された「幼児期食育プログラム検討会」において、委員同士のコミュニケーションを通じてモデル地域の関係者間の連携が強化された。 ○食育の推進に寄与 関係者の連携が強化されたことにより、「こだいらのやさい」の発行につながる等、新たに地域の食育が推進された。 ○「幼児期食育プログラム」により、 ・地域の野菜生産者の協力を得た食育を進めることが可能となった。 ・幼稚園・保育園及び家庭における幼児の食育の目標・方法が明確になった。
問い合わせ先	多摩小平保健所 生活環境安全課 保健栄養係 電話 042-450-3111 ファクシミリ 042-450-3261 E-mail S0200169@section.metro.tokyo.jp

地域の野菜生産者等とともに行う幼児期食育プログラムの開発・普及

1 目的

圏域共通の栄養・食生活改善目標としての圏域栄養ナビ「野菜をたっぷり食べよう」に向けて地域の食育推進体制を整備し、地域における食からの健康づくりを推進する。

2 背景

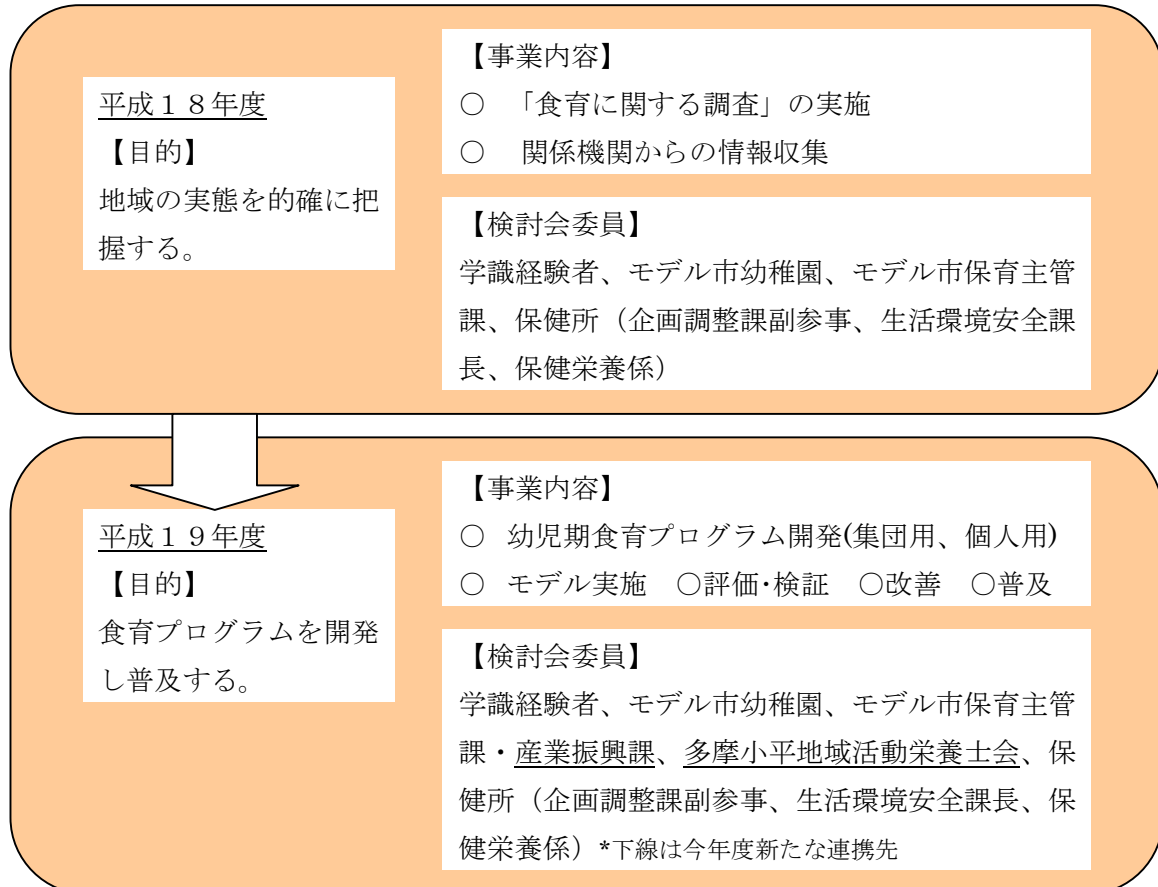
圏域栄養ナビの達成に向けて、各市各施設において住民への普及が展開されている。しかし、平成17年度東京都実施の「幼児期からの健康習慣調査」結果によると、子どもの適切な食事内容や量について保護者の知識不足がみられ、多くの保護者が子どもの食事を「今よりもよくしたい」と考えており、幼児期の食育についての支援策が課題となっている。

そこで、幼児に対し野菜をテーマにした効果的な食育を推進していくには、都市型農業地域という地域特性を生かし、野菜生産者等との連携による体制整備が望まれている。

3 目標

幼児に対する圏域栄養ナビに基づく食育の効果的な展開を図るために、幼児及びその保護者を対象に農業活動を取り入れた食育プログラムを開発する。

4 全体計画と実施体制 3年間計画を前倒しで2年間で実施終了



平成 19 年度事業内容

小平市をモデルに

- (1) 検討会において集団用・個人用のプログラム案を検討
- (2) モデル幼稚園において集団用・個人用のプログラム案を実施
- (3) プログラム案の評価・検証
- (4) プログラムの作成
- (5) プログラムの普及

(1) 検討会において集団用・個人用のプログラム案を検討

○ 検討会の開催内容

- ・1 回目 (7 月 9 日): 幼児期食育プログラム作成の目的確認、目標設定
- ・2 回目 (9 月 21 日): 集団用、個人用プログラム案決定、検証方法決定
- ・3 回目 (1 月 25 日): 検証結果報告・幼児期食育プログラムの修正、食育講演会調整

○ 地域の目標を設定

【3つの目標】

食事を楽しむ

食物に対する慈しみの心を育てる

自分から進んで食べようとする気持ちを育てる

東京都食育推進計画のライフステージ別重点テーマ(目標)を基に、地域の実情を反映して作成しました。

(2) モデル幼稚園において集団用・個人用のプログラム案を実施

ー小平市のモデル幼稚園 2 園において実施ー

○ 集団用プログラム概要【収穫体験】: 平成 19 年 11 月実施

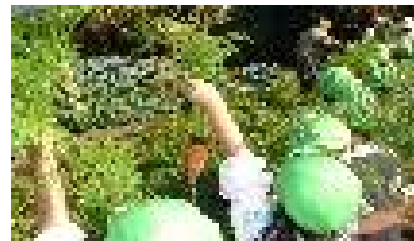
◇対象 5 歳児

◇カリキュラム

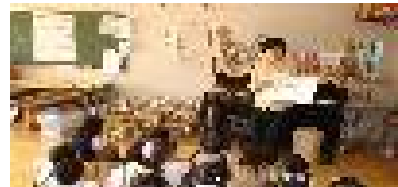
野菜生産者の話→ 農園見学→ 収穫体験(かぶ、人参)
→ 保健所栄養士の話(紙芝居、料理レシピ紹介)

◇その他

収穫体験の前後に対象農産物の絵描写



農園での収穫体験の様子



○ 個人用プログラム概要: 平成 19 年 11 月～12 月上旬に実施 幼稚園での保健所栄養士の話

◇形態 A3 版カラー両面リーフレット【ごはんだいすき やさいだいすき 食育プログラム】

◇内容 1 ページ目 ・幼児が興味をもって次のページを開くように⇒やさいのクイズ

2,3 ページ目 ・幼児と保護者に段階をおって目標提示

・幼児が参加し、達成感を味わうように⇒やさいのぬりえ

4 ページ目 ・2,3 ページ目の目標達成に向けての保護者の支援方法を提示

⇒保護者へのメッセージ

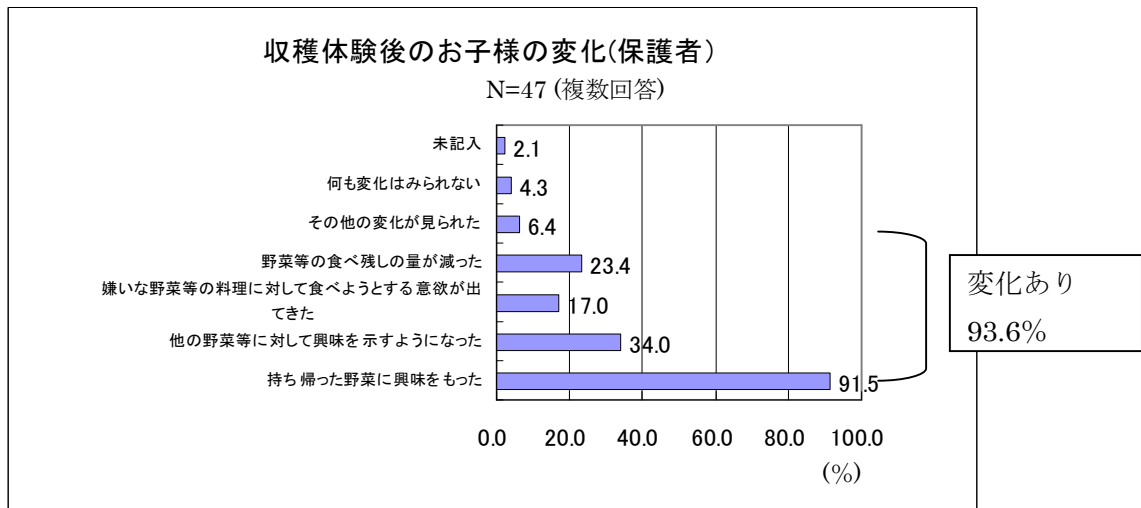
(3) プログラム案の評価・検証：平成 19 年 11 月中旬～12 月下旬に実施

○ 評価検証方法－対象者に無記名でアンケート調査を実施

	評価	検証
観点	幼児の変化等について	幼児の発達について妥当性があるか
対象者	モデル幼稚園の保護者、職員 モデル実施以外の幼稚園の保護者	モデル幼稚園及び保育園職員

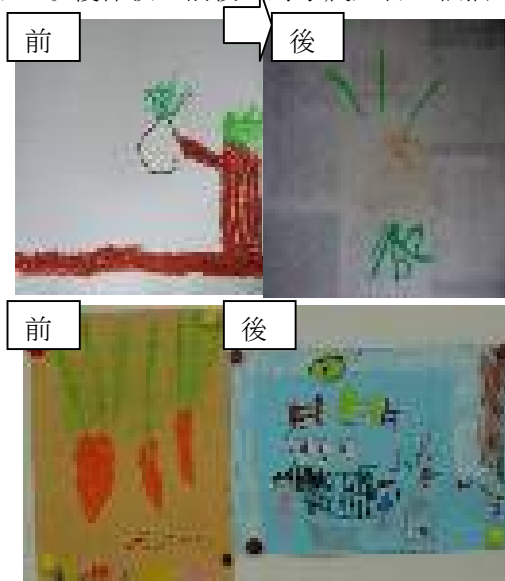
○ 集団用プログラム評価・検証結果概要

ア 収穫体験後の変化



- ・ プログラム参加の 93.6%に体験後「持ち帰った野菜に興味をもった」などの変化がみられた。
- ・ 農業体験について、9 割の保護者は「募集があれば参加したい」と思い、そのうち 77.8%が「親子一緒に参加したい」と回答している。
- ・ 参加した幼稚園の職員自身も「食べ物に対する有難さを再認識した」や「子どもたちの生き生きした姿が見られ勉強になった」等影響があったと回答した。

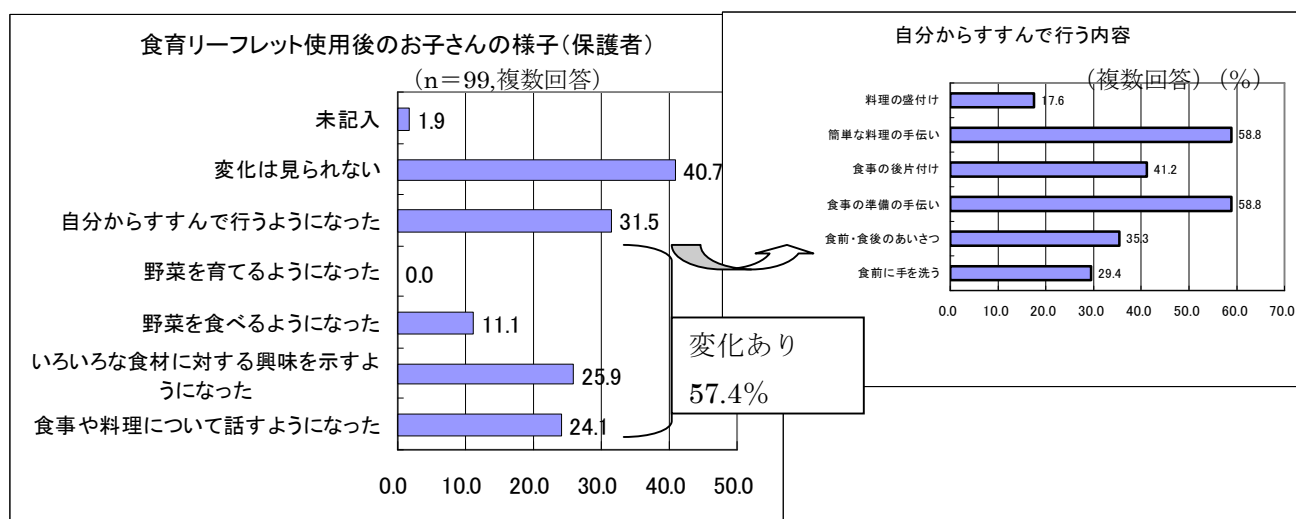
イ 収穫体験の前後に対象農産物の絵描写の変化



【聖徳大学室田洋子教授の臨床心理面からのコメント】

- ・ 上の左絵は、「かぶ」を想像して描いた絵です。木の枝の先にかぶがぶらさがった状態で描かれています。果物のようにかぶがなるのだと思っていたようですが、収穫体験後のものは、ヒゲネが描かれており、実感のあるかぶになっていました。
- ・ 下側の「人参」の絵は、(左側) 収穫前に 3 本の人参を写生したものです。
(右側) 収穫体験後で、人参料理の主役は、収穫してきた自分であり、それを家族みんなで食べています。人参入りのカレーを囲む食卓の雰囲気が見え、収穫した体験を家族と分かち合う会話、コミュニケーションへと発展していく過程が絵全体に示されています。

○個人用プログラム評価・検証結果概要



- ・個人用プログラムのプログラム実施後、短期間での結果だが、57.4%に変化がみられ、31.5%は、自分から進んで食事の手伝い等を行うようになった。
- ・幼稚園・保育園職員に食育リーフレットの内容に聞いた結果では、69.9%が「食育リーフレットが子どもの発育や発達に応じている」、86.1%が「保護者に対し、食育について啓発するものになっている」と回答し、個人用プログラムは有効性が確認できた。

(4) プログラムの作成

- 改善内容⇒アンケートの意見を生かし、イラストや配置を分かりやすく変更しプログラムを作成した。

(5) プログラムの普及

- 食育講演会実施：平成 20 年 3 月 10 日実施

☆ 食育講演会で、幼児期食育プログラムを紹介 (福祉保健局ミニ通信 177 号)

10日、多摩小平保健所では、ルネこだいらにおいて、幼児の保護者や幼稚園・保育園職員を対象に食育講演会とパネルディスカッションを開催しました。

前半の講演会では、食育・料理研究家坂本廣子氏から、幼児期の体験を通して、生きる力をつける食育の必要性について、ご自身の主宰する幼児対象の調理実習教室の例をあげてお話いただきました。

後半のパネルディスカッションでは、小平市をモデル地域として、関係機関との協力により、地域の野菜と触れ合いながら幼児が楽しく学べるように作成した幼児期食育プログラムの集団用と個人用のプログラム「ごはんだいすき、やさいだいすき」(リーフレット)の紹介と検証結果の報告、その後、プログラム開発に関わった5人のパネラーからプログラム作成への思いや感想をお話いただきました。

参加者からは、「幼稚園、保育園、生産者などと一緒にプログラムを作成したのはすばらしい。」「食育=子どもでなく、体験の不足している親世代も一緒に体験・共感したい。」などの感想がよせられ、個人用プログラムについても「使ってみようと思う」、「少し難しそうだが、使ってみたい」などの感想がほとんどでした。当保健所では、今後も都市型農業地域という管内の特性を踏まえ、「地域のやさい」を取り入れた食育を推進し、住民が健康になれる食環境づくりを進めていきます。

今後について

幼稚園・保育園関係者や幼児保護者に引き続きプログラムを普及していく。また、食の連携会議を通じ他市にも普及し、「地域の野菜」を取り入れた幼児期の食育を推進していきたい。

