

「家庭における食育の推進」のための保護者の支援 第1報：幼児を持つ保護者の「子どもの食」に関する 意識について（質的調査）

中島正夫*・安江亜希**・小林京子***・出口一樹****

Supports on Guardian for “Shokuiku (Food and Nutrition Education)
Promotion at Home”
First Report: The Guardian’s Feeling of “Infant Eating” (Quality Study)

Masao NAKASHIMA, Aki YASUE, Kyoko KOBAYASHI and Kazuki DEGUCHI

I はじめに

平成17年6月に成立した食育基本法においては、子どもの食育の重要性が強調されており、また、家庭が食育において重要な役割を有していることから、保護者の支援が重要であることが示されている。

「家庭における食育の推進」のための保護者の支援については、専門家の視点からだけでなく、ヘルスプロモーション¹⁾の理念に基づき、当事者である保護者の望みや困りごとなどを踏まえて検討され、また関係機関等が連携協働して取組むことが適当である。

この度、岐阜県中濃圏域において、幼児を対象とした「家庭における食育の推進」について、「幼児の食に関する保護者の育児支援」という視点から検討した。

第1報では、幼児を持つ保護者の意識を把握することを目的として実施した質的調査（フォーカス・グループ・インタビュー）の結果について報告する。

II 調査対象及び方法等

1. 調査対象等

岐阜県中濃圏域は、県の中央部に位置し、5市8町村からなり、総面積は24万ヘクタール（245,487ヘクタール）で岐阜県全体の23.2%を占め、人口は約39万2千人、うち0～14歳人口割合は14.2%の地域である。

対象は、岐阜県中濃圏域在住の幼児を持つ保護者で、健康教室や幼児相談、市町村の育

* 椋山女学園大学教育学部（椋山女学園食育推進センター）

** 岐阜県関保健所

*** 同岐阜保健所

**** 同西濃保健所

児サークル等参加者のうち同意が得られた者、合計 39 名である。

2. 調査方法

1 グループ 4～6 名、合計 9 グループ、39 名に対し、グループ・インタビューを実施した。

インタビューは①子どもの食に関する困りごと②子どもの食について心がけていること③食に関して得たいと考えている情報等④希望する地域のサービス⑤家族に望むこと、について行った。

インタビュー時間は約 60 分で、承諾を得てテープに録音した。

3. 分析方法

インタビューの結果について、複数の担当者の合議により記述録から切片化した「知りたかったこと」を抽出し、PRECEDE-PROCEED モデルを利用して分析した。

4. 倫理的配慮

グループ・インタビューについて、あらかじめその趣旨目的と結果の利用等について文書及び口頭で説明、同意が得られた者に参加していただいた。

なお、調査前に、岐阜県保健所倫理審査委員会の承認を得た。

Ⅲ 結 果

1. フォーカス・グループ・インタビューの結果抽出された事項

(1) 食に関する困りごと

偏食、栄養のバランスがとれているか心配、食事の適量がわからない、お菓子をたくさん食べる、塩分のとりすぎが心配、噛まない、虫歯、いつからどの食材を与えたらよいかわからない、遊び食べ、食べ散らかし、子どもが食事の準備中にまとわりつく、家族形態に合わせて何種類も食事を作る必要がある、生活のリズムが乱れている、情報がありすぎる、食事の準備にかかる時間がない、父親や祖父母の協力が十分でない、祖父母と子どもの食事に関する考え方が異なる等

(2) 子どもの食について心がけていること

情報を適切に得る、メニューを工夫する（レパートリーの工夫、栄養のバランス、偏食の予防、味付けの工夫、加工食品の利用、時間の節約、家族形態に合わせた食事の準備）、おやつを適切に組み合わせる、子どもの生活リズムを育む、朝食を準備する、家族揃って食事をする、子どもの食行動に関するストレスに対処する等

(3) 食に関して得たいと思っている情報等

メニューを増やしたい、離乳食の進め方が分からない、しつけをいつからどんなふうにすればよいのか分からない、食べ物と成長に関する知識が欲しい、家族形態による調理の工夫が知りたい等

(4) 希望する地域のサービス

子どもの発達段階に応じた栄養教室、子どもと一緒に参加できる料理教室、託児付きの

料理教室、簡単レシピなどの情報提供、幼稚園や保育所の給食メニューの提供、親同士の交流・情報交換の場、専門家（栄養士・保健師等）の相談窓口、祖父母を対象とした教室や資料配付、子どもの食事について教えてくれるボランティア、外食の子供用メニュー等

(5) 家族に望むこと

父親には積極的に子育てに協力してほしい、祖父母と食事に関する育児方針を共有したい等

2. PRECEDE-PROCEED モデルを利用した分析など

フォーカス・グループ・インタビューの結果抽出された事項について、PRECEDE-PROCEED モデル（以下「モデル」という。）を利用して分析し、整理した結果を図に示す。各因子などの主な内容は次のとおりであった。

(1) 保護者の QOL

子どもの食事について心配事やストレスがない

(2) 子どもの食行動など

①子どもの食行動など

- ・偏食
- ・遊び食べ
- ・食べ散らかし
- ・噛まない
- ・お菓子をたくさん食べる
- ・生活リズムの乱れ（就寝時間が遅い、起床時間が遅い）
- ・朝食を食べない

②子どもの健康状態

- ・むし菌

(3) 保護者の保健行動

- ・情報を適切に得て選択する
- ・メニューを工夫する
- ・おやつを適切に組み合わせる
- ・子どもの生活リズムを育む・朝食を準備する
- ・家族そろって食事をする
- ・子どもの食行動に関するストレスに対処する

(4) 保護者に必要な知識・技術等（準備因子等）：25 項目

- ・地域で子どもの食事について学ぶ機会や相談窓口を知っている
- ・地域の栄養教室や乳幼児学級等に参加しようと思う
- ・他の母親と交流しようと思う
- ・図書館やインターネットを利用できる
- ・発育段階に応じた食事の量や食品を知っている
- ・発育段階に応じた料理法を知っている
- ・子どもの食事と成長の関係を知っている
- ・咀嚼の発達を知っている

主要課題及び取り組みの方向性

具体的取組

取り組みの方向性（課題対応の条件）

【保護者に必要な知識・技術等】

- ・地域で子どもの食事について学ぶ機会や相談窓口を知っている
- ・地域の栄養教室や乳幼児学級等に参加しようと思う
- ・他の母親と交流しようと思う
- ・図書館やインターネットを利用できる
- ・発育段階に応じた食事の量や食品を知っている
- ・発育段階に応じた料理法を知っている
- ・子どもの食事と成長の関係を知っている
- ・咀嚼の発達を知っている
- ・子どもにとってのおやつの意味を知っている
- ・おやつを与え始める時期、適切な組み合わせ・量、与える時間を知っている
- ・食品や市販のおやつ栄養表示の見方や利用の仕方を知っている
- ・子どもに適切な飲み物について知っている
- ・虫歯を予防するための飲食物の与え方について知っている
- ・問題となる偏食とその予防方法や対処方法を知っている
- ・食品の組み合わせ（主食、主菜、副菜）を知っている
- ・子どもの生活リズムの育み方を知っている
- ・朝食の大切さを知っている
- ・簡単にできる料理のレパートリーがある（料理のアレンジ、手作りおやつ）
- ・調理時間を節約する方法を知っている（ベビーフード・レトルト食品など加工品の利用、電子レンジの活用、料理の冷凍・解凍方法、前日の下準備）
- ・地域の乳幼児サークルの情報を知っている
- ・家族そろって食事をするの利点を知っている
- ・子どもの発育に関する基本的知識や親の役割に関する理解がある
- ・子どもの発育に応じた食事に関するしつけができる
- ・心配事への対応として早めに相談することが重要なことを知っている
- ・適切なストレス発散の方法を知っている

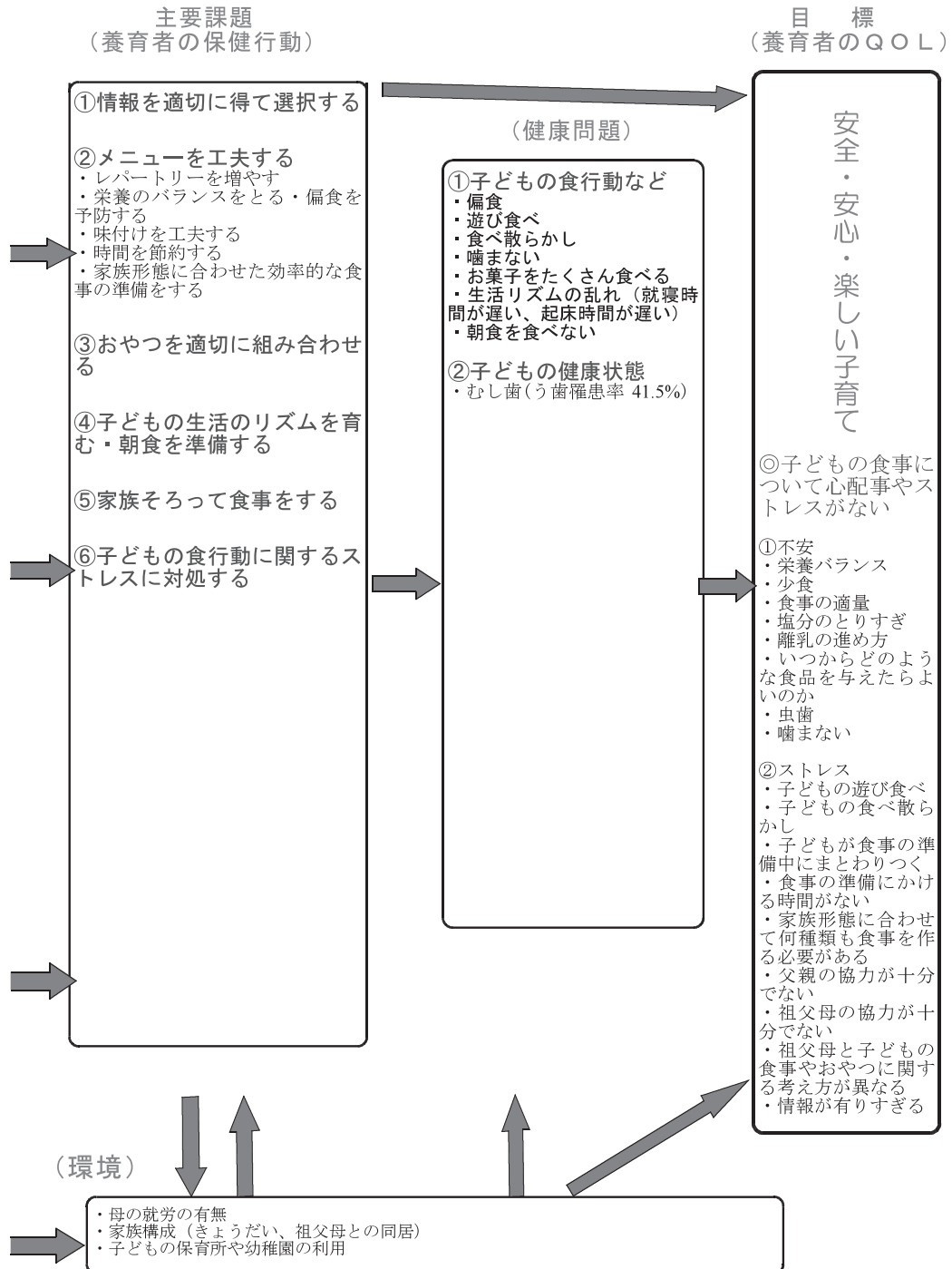
【周囲のサポート】

- ・気軽に話せる友人や仲間がいる
- ・配偶者や祖父母が適切な子どもの食事やおやつとの与え方、朝食の大切さを理解し、協力する
- ・配偶者や祖父母が発育に応じた食事に関するしつけができる
- ・配偶者や祖父母が養育者の心配事を受け止め相談に応じる
- ・配偶者や祖父母が養育者の乳幼児学級への参加等外出に協力的である
- ・保健師や栄養士の訪問による支援がある（サークル等に参加しない人へは個別に声かけ）
- ・いつでも気軽に相談に応じる子育ての専門家がいる
- ・子どもの食事やおやつについて教えてくれるボランティア（食生活改善推進員、母子保健推進員）がいる
- ・家族が生活リズムの育みに協力する
- ・家族が食事の準備や後かたづけに協力する
- ・家族が一緒に食事をする
- ・家族が食後おいしかったという
- ・祖父母や近所の人が養育者をねぎらう
- ・配偶者や祖父母、近所の人、支援する人が養育者の心の状態について理解する

【地域の受け皿・サービス等】

- ・専門家の相談窓口がある
- ・養育者同士の交流・情報交換の場がある
- ・先輩の養育者から話を聞く機会がある
- ・子どもの食事やおやつに関するホームページ、情報誌、パンフレット、テレビ番組、図書館等の教材がある
- ・子どもの発育に応じた食事やおやつに関する学習機会がある
- ・託児付きの栄養教室がある
- ・子どもと一緒に参加できる料理教室がある
- ・保育所・幼稚園・学校の給食メニューの料理教室がある
- ・子どもの食事に関して支援する専門家のリストがある
- ・子どもの食事等について教えるボランティア組織がある
- ・虫歯になりにくいお菓子・ジュースを売っている店がある
- ・子ども用の加工食品を売っている店がある
- ・子ども用のメニューが豊富な飲食店がある
- ・日中子どもが遊ぶ場所がある
- ・家で子どもを見てくれる人（コミュニティ・ママ）がいる
- ・子どもの発育に関する基本的知識や親の役割に関する教室がある
- ・配偶者や祖父母を対象とした学習機会がある
- ・配偶者や祖父母を対象とした資料の提供がある

「家庭における食育の推進」のための保護者の支援



- ・子どもにとってのおやつの意味を知っている
 - ・おやつを与え始める時期、適切な組み合わせ・量、与える時間を知っている
 - ・食品や市販のおやつの栄養表示の見方や利用の仕方を知っている
 - ・子どもに適切な飲み物について知っている
 - ・虫歯を予防するための飲食物の与え方について知っている
 - ・問題となる偏食とその予防方法や対処方法を知っている
 - ・食品の組み合わせ（主食，主菜，副菜）を知っている
 - ・子どもの生活リズムの育み方を知っている
 - ・朝食の大切さを知っている
 - ・簡単にできる料理のレパートリーがある（料理のアレンジ，手作りおやつ）
 - ・調理時間を節約する方法を知っている（ベビーフード・レトルト食品など加工品の利用，電子レンジの活用，料理の冷凍・解凍方法，前日の下準備）
 - ・地域の乳幼児サークルの情報を知っている
 - ・家族そろって食事をする事の利点を知っている
 - ・子どもの発育に関する基本的知識や親の役割に関する理解がある
 - ・子どもの発育に応じた食事に関するしつけができる
 - ・心配事への対応として早めに相談することが重要なことを知っている
 - ・適切なストレス発散の方法を知っている
- (5) **周囲のサポート（強化因子）：14 項目**
- ・気軽に話せる友人や仲間がいる
 - ・配偶者や祖父母が適切な子どもの食事やおやつの与え方，朝食の大切さを理解し，協力する
 - ・配偶者や祖父母が発育に応じた食事に関するしつけができる
 - ・配偶者や祖父母が養育者の心配事を受け止め相談に応じる
 - ・配偶者や祖父母が養育者の乳幼児学級への参加等外出に協力的である
 - ・保健師や栄養士の訪問による支援がある（サークル等に参加しない人へは個別に声かけ）
 - ・いつでも気軽に相談に応じる子育ての専門家がいる
 - ・子どもの食事やおやつについて教えてくれるボランティア（食生活改善推進員，母子保健推進員）がいる
 - ・家族が生活リズムの育みに協力する
 - ・家族が食事の準備や後かたづけに協力する
 - ・家族が一緒に食事をする
 - ・家族が食後おいしかったという
 - ・祖父母や近所の人々が養育者をねぎらう
 - ・配偶者や祖父母，近所の人，支援する人が養育者の心の状態について理解する
- (6) **地域の受け皿・サービス等（実現因子）：18 項目**
- ・専門家の相談窓口がある
 - ・養育者同士の交流・情報交換の場がある
 - ・先輩の養育者から話を聞く機会がある

「家庭における食育の推進」のための保護者の支援

- ・子どもの食事やおやつに関するホームページ、情報誌、パンフレット、テレビ番組、図書館等の教材がある
- ・子どもの発育に応じた食事やおやつに関する学習機会がある
- ・託児付きの栄養教室がある
- ・子どもと一緒に参加できる料理教室がある
- ・保育所・幼稚園・学校の給食メニューの料理教室がある
- ・子どもの食事に関して支援する専門家のリストがある
- ・子どもの食事等について教えるボランティア組織がある
- ・虫歯になりにくいお菓子・ジュースを売っている店がある
- ・子ども用の加工食品を売っている店がある
- ・子ども用のメニューが豊富な飲食店がある
- ・日中子どもが遊ぶ場所がある
- ・家で子どもを見てくれる人（コミュニティ・ママ）がいる
- ・子どもの発育に関する基本的知識や親の役割に関する教室がある
- ・配偶者や祖父母を対象とした学習機会がある
- ・配偶者や祖父母を対象とした資料の提供がある

Ⅳ 考 察

平成 17 年 6 月に成立した食育基本法（以下「法」という。）においては、その前文に「食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。」と記載されており、子どもの食育の重要性が強調されている。

また、食育の推進は、様々な場で、様々な主体が連携協働して展開する国民運動²⁾であるが、法第 5 条（子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割）において、「食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識」し、「積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。」と、法第 19 条（家庭における食育の推進）において、国及び地方公共団体は、「親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供」、「乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるもの」、とされており、「家庭における食育の推進」について保護者の支援が重要であることが示されている。

平成 19 年 6 月 9 日に食育推進有識者懇談会（内閣府）がとりまとめた「食育推進国民運動の重点事項」³⁾においても、「家庭において父母その他の保護者が取り組む食育は、国民運動を進める上での中心となる。」「父母その他の保護者等には、子どもの発達段階に応じて、食に関する基本所作の実践や基礎の理解、健全な食習慣等を身につけさせる役割が期待されるとともに、自らも「食」についての意識を高め、健全な食生活を実践しようとすることに努めることが期待される。」と記載されるなど、家庭は、食育に関して、特に重要な役割を有すると考えられている。

しかし、平成 11 年国民栄養調査⁴⁾では、「食品を選んだり、食事を整えるのに困らない知識や技術がありますか」という問いに対して、「あまりない」「まったくない」と回答した者は、幼児の保護者世代となる 20 代の男性で 75.5%，女性で 56.1%，30 代の男性で 73.4%，女性で 47.7%であったことが報告されている。

また、堤⁵⁾は、末子が小学生以下の子どもの母親を対象とした調査において、40%前後の母親が調理の知識や技術があまりない・全くない、60%程度の母親が子どもに健康的な食生活を教えるための知識がない・それを教える方法を知らないと回答したことを報告している。

さらに、(独)日本スポーツ振興センター「児童生徒の食生活等実態調査」(平成 17 年度)⁶⁾では、小学校 5 年生・中学校 2 年生の保護者が「食に関することで子どもに教えていること」は、「食べるときの姿勢(小 5:57.7%, 中:53.9%)」、「好き嫌なく食べること(55.6%, 56.8%)」、「残さず食べること(39.0%, 37.0%)」などであり、「食品の栄養」は小 5 で 14.8%，中 2 で 18.0%であったのに対して、「学校に望むこと」は「栄養や食品についての知識を身に付けさせてほしい」が小 5 で 47.3%，中 2 で 50.1%であったことが報告されている。

以上のことから、保護者が期待される役割を果たせるよう、法第 19 条(家庭における食育の推進)において定められているとおり、地域において保護者の支援対策を整備することが重要となる。

具体的に地域保健対策を検討する際、一般的な方法(当事者を対象としたアンケートによるニーズ調査や既存の疫学データなどを踏まえ、支援関係者・専門家等により対策を検討する。)では、「父権的発想」に陥る可能性があると考えられ、ヘルスプロモーションの理念に基づき、「対象者の QOL」や「周囲のサポート」という視点に配慮する必要がある⁷⁾。

家庭における食育を推進するための保護者の支援対策についても、専門家の視点からだけでなく、当事者である保護者の望みや困りごとなどを踏まえて検討され、関係機関等が連携して取組むことが適当である。

すなわち、「家庭における食育の推進」はヘルスプロモーション¹⁾の理念に基づき展開されるべき分野であるといえる。

平成 17 年乳幼児栄養調査⁸⁾において、1～3 歳の子どもを持つ保護者が、子どもの食事について「遊び食い」「偏食する」「むら食い」「食べるのに時間がかかる」「よくかまない」等で困っていること、「食事バランス」「一緒に楽しくたべること」「食事のマナー」などに気をつけていること、また、子どもが健康的な食習慣を身につけていくのに取組が必要な機関として「保育所・幼稚園」「小・中学校」「保健所・市町村保健センター」などをあげていることが示されているが、保護者が具体的にどのような取組を望んでいるのかは明らかにされていない。

今回、「家庭における食育の推進」のための保護者の支援対策を検討するに当たり、当事者である保護者の望みや困りごとなどを把握するため、フォーカス・グループ・インタビューを実施し、Green^{9),10)}らによって開発された PRECEDE-PROCEED モデルを利用して分析を行った。

フォーカス・グループ・インタビューは、特定の話題について参加者の理解、感情、受け止め方、考えを引き出すこと¹¹⁾を目標とするものであり、保健専門職など自分たちがか

かわる対象者の信念，認識，知識，態度を深く理解する必要がある人々の間で，第1に用いられる方法⁹⁾であるといわれている。また，質的な研究の方法としてきわめて有効なもの1つであり，対象者の「生の声」を直接反映できる点がヒューマンサービスの領域で意味深い¹²⁾といわれている。

また，PRECEDE-PROCEED モデルは，ヘルスプロモーション活動を計画・実施・評価する際の代表的モデルの一つ¹³⁾であり，ヘルスプロモーションの展開に有用であると評価されている^{14), 15), 16)}。なお，その第1段階「社会アセスメント」（住民は公共福祉として何を欲しているのか？ それを理解するために，広範囲にわたる住民参加を得ながら多方面から客観的・主観的情報を集めて行うアセスメント¹⁰⁾）の方法の一つにフォーカス・グループ・インタビューがある^{9), 10)}。

今回の分析等の結果，保護者の「子どもの食」に関する QOL，保健行動，望まれる周囲のサポート，整備することが適当と考えられる地域のサービスなどについて整理できた。

モデル利用で得られる結果については，インタビューを行った対象者の意識に依存する恐れがあることや対象者が希望しない対策もあり得る⁷⁾ことから，さらに量的調査を実施し，確認する必要がある。

V ま と め

「家庭における食育の推進」のための保護者の支援対策の検討を進める当たって，まず，質的調査（フォーカス・グループ・インタビュー）を実施した結果，幼児を持つ保護者の「子どもの食」に関する意識（望みや心配事など）が確認できた。

次に，保護者の意識の状況について「量的」に明らかにする必要があり，質的調査の結果を基にして作成した調査票によるアンケート（量的調査）を実施した。その結果は第2報で報告する。

本文の要旨は，第64回日本公衆衛生学会総会（平成17年，札幌市）で安江らが発表した。

文 献

- 1) WHO. Ottawa Charter for Health Promotion. 1986.
- 2) 食育推進会議（内閣府）. 食育推進基本計画. 2006.
- 3) 食育推進有識者懇談会（内閣府）. 食育推進国民運動の重点事項. 2007.
- 4) 健康・栄養情報研究会. 国民栄養の現状（平成11年国民栄養調査）. 東京. 第一出版. 2001.
- 5) 堤ちはる. 家庭における食育を考える. 母子保健情報 2007; 56: 83-88.
- 6) (独) 日本スポーツ振興センター. 児童生徒の食生活等実態調査（平成17年度）. 2006.
- 7) 中島正夫他. 地域保健対策の検討に PRECEDE-PROCEED モデルを利用した経験を通して得られたいくつかの知見. 日本公衆衛生学会雑誌 2004; 51: 190-196.
- 8) 厚生労働省雇用均等児童家庭局母子保健課. 平成17年度乳幼児栄養調査結果報告. 2006.
- 9) Green LW, Kreuter MW. Health promotion planning: An educational and environmental approach. California: Mayfield Publishing Company, 1991（神馬征峰他（訳）. ヘルスプロモ-

- ションーPRECEDE-PROCEED モデルによる活動の展開. 東京：医学書院, 1997).
- 10) Green LW, Kreuter MW. Health Promotion Planning: An Educational and Ecological approach 4th edition. New York: McGraw-Hill, 2005 (神馬征峰(訳). 実践ヘルスプロモーション—PRECEDE-PROCEED モデルによる企画と評価. 東京：医学書院, 2005).
 - 11) Vaughn S, Shumm JS and Shinagub JM. Focus Group Interviews in Education and Psychology. California: Sage Publications, 1996 (井下理 (監訳). グループ・インタビューの技法. 東京：慶應義塾大学出版会, 1999).
 - 12) 安梅勅江. ヒューマン・サービスにおけるグループインタビュー法. 東京：医歯薬出版株式会社, 2001.
 - 13) 曾根智史. ヘルスプロモーション活動における PRECEDE-PROCEED Model の意義とその応用. 医学のあゆみ 1999 ; 191 : 806-807.
 - 14) 曾根智史. 健康づくり活動の実践モデル——PRECEDE-PROCEED Model について. 健康づくり 2002 ; 285 : 2-7.
 - 15) 吉田亨. 「生活習慣病」対策にプリシード / プロシードモデルをどう使うか. 保健婦雑誌 1998 ; 54 : 710-716.
 - 16) 藤内修二. PRECEDE-PROCEED モデルに基づく実践活動の展開——大分県鶴見町における高齢者の食を支える地域づくり, 新井宏朋, 編. 健康福祉の活動モデル——考え方・つくり方・活かし方. 東京：医学書院, 1999 ; 71-87.