

こども食堂における食育の現状に関する検討

Current status of dietary education (*shokuiku*) in dining facilities for children (*kodomo-shokudo*)

廣 繁 理 美* 高 増 雅 子**
Tomomi HIROSHIGE Masako TAKAMASU

要 約 本研究は、こども食堂における食育の現状を明らかにし、取組可能な食育の在り方について検討することを目的とした。調査は2017年7月から8月まで実施し、102施設(回答率51.0%)を解析対象とした。こども食堂の食育に対する意識は高く、7割以上の施設で食育が行われていた。食育に取り組んだ結果、他者との交流が深まり、好き嫌いが改善するなど、子どもたちに良好な変化が確認された。食育に取り組めない理由は、時間や人手、スキル不足等であった。食育の在り方として<押し付けない><自然体>が挙げられ、楽しく行われるものであることなどが示された。食育に取り組んでいない施設においても、こうした視点は取組のきっかけにつながるものと考えられる。食育は、子どもの健康づくりを支える上で大変重要である。子どもたちが食事の楽しさを実感し、食育に触れる機会となるよう、環境整備が必要である。

キーワード：こども食堂，食育，課題

Abstract The purpose of this study was to ascertain the current status of dietary education (*shokuiku*) in dining facilities for children (*kodomo-shokudo*) and to investigate the best ways to implement dietary education. A survey was conducted from July to August 2017, and responses from 102 institutions (response rate: 51.0%) were analyzed. *Kodomo-shokudo* were highly aware of dietary education, with more than 70% of facilities providing dietary education. Dietary education resulted in greater interaction with others and positive changes in children, including less fussiness in eating. Reasons for not providing dietary education included insufficient time, workforce, and skills. Responses indicating the best approaches to dietary education were “not to force it” and “to adopt a natural attitude,” indicating that dietary education can be provided enjoyably. This perspective may lead to opportunities for its implementation even in facilities that do not provide dietary education. Dietary education is very important to promoting health in children. An environment needs to be developed in which children enjoy eating and there are opportunities to receive dietary education.

Key word : *Kodomo-shokudo* (dining facilities for children), dietary education (*shokuiku*), challenges

1. 緒言

「食」は、子どもたちが豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けていくために何よりも重要である。

食育基本法¹⁾に述べられているとおり、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、豊かな人間性を育む基礎となるものである。しかし、近年では、社会経済的な理由によって十分な食事をとることが難しい子どもがいることも明らかとなり、格差が生じることによって子どもたちに対する「食」や食育の役割が失われつつあることが懸念される。このため、「第3次食育推進基本計画」²⁾

* 人間生活学研究科生活環境学専攻
Graduate School of Human Life Science, Division of
Living Environment

** 家政経済学科
Department of Social and Family Economy

(平成28年3月食育推進会議決定)では、国及び地方公共団体等の「取り組むべき施策」として、貧困の状況にある子どもに対する食育推進が位置付けられるなど、対策の強化が図られている。

また、こうした子どもたちへの支援として各地でこども食堂の開設が相次いでおり、2019年6月には全国に3,718施設³⁾あることが報告されている。こども食堂とは、貧困等の理由によって食事が十分でない子ども等に「無料または安価で栄養のある食事や温かな団らんを提供する」取組であり、「民間のNPOや個人の善意に基づき、発足、運営されている」ものである⁴⁾。各施設では、食事提供のほか、施設の状態に応じて学習支援や居場所づくりなど様々な活動が行われており、配慮を必要とする子どもや保護者等にとって重要な拠り所となっている。

著者らは、これまで、子どもたちが地域において健康的な食習慣を身に付けられるよう、学童保育⁵⁾の場を活用した食育の可能性について、検討を行ってきた⁶⁾⁷⁾。学童保育では、家庭の状況等によって食育の機会が十分とはいえない子どももいることから、体験型の食育プログラムに取り組んだ結果、食知識や食行動等に良好な変化が確認された。また、家庭で食に関する会話が早い人ほど、子どもや保護者の食生活に良好な回答をする人が多いことなども明らかとなった。こうしたことなどから、交流の場であるこども食堂の活動によって子どもたちの食への関心が高まり、知識やスキルを身に付けられる機会となると考えた。

しかし、こども食堂の食育意識や食育内容等については十分明らかになっておらず、主なものとして2018年に公表された農林水産省⁸⁾による調査報告などに留まっている。

そこで、本研究では、こども食堂における食育の現状を明らかにし、取組可能な食育の在り方について検討することを目的とした。

2. 方法

1) 対象及び調査方法

本研究では、2017年7月から8月までに本研究で実施した「こども食堂の運営に関するアンケート調査」において収集されたデータを用いた。調査対象は全国のこども食堂から無作為抽出した200施設とし、郵送法による自記式質問紙調査により実施した。対象者には、調査の主旨や個人情報保護等を記載し

た協力依頼書、同意書及び調査票を送付し、返信用封筒により同意書及び調査票の回収を行った。

なお、本研究は、日本女子大学ヒトを対象とした実験研究に関する倫理審査委員会の承認を得て実施した(承認番号第287号)。

2) 調査内容

調査では、食育に関することを中心に、施設での活動や運営に関すること及び基本的属性について把握した。

食育に関することとして、食育の認知、食育への関心、こども食堂での食育の必要性、こども食堂での食育の態度、こども食堂での食育の取組状況、取り組んでいる食育内容、子どもたちの食生活状況、食育による子どもたちの変化、食育に取り組んでいない理由、こども食堂で食育に取り組むことに関する意見を位置付けた。また、施設での活動として、こども食堂での役割分担、栄養士の関与内容についても回答を求めた。

運営に関することとして、運営にかかる年間経費、補助金・助成金等、事業目標の達成状況、施設の運営状況、ネットワークへの参加、他機関や団体等との連携・協力、代表者やスタッフ等による定期的な評価や見直しについて尋ねた。

基本属性は、所在地、設置主体、開催頻度、参加者数、運営スタッフ数、ボランティアスタッフ数、栄養士の関与とした。

食育による子どもたちの変化の内容、食育に取り組んでいない理由の「その他」の内容、栄養士の関与内容、こども食堂で食育に取り組むことに関する意見は自由記述とし、参加者数、運営スタッフ数、ボランティアスタッフ数については数値により回答を求めた。また、子どもたちの食生活状況、取り組んでいる食育内容、こども食堂での役割分担、食育に取り組んでいない理由は複数回答、それ以外の質問は単一回答とした。

3) 解析方法

統計処理には、統計解析パッケージ IBM SPSS Statistics 25 For Windows (日本アイ・ビー・エム株式会社)を用いた。平均値の比較には χ^2 検定を行い、有意水準は5% (両側検定)とした。欠損値のあるものは項目ごとに分析から除外した。

こども食堂で食育に取り組むことに関する意見は、グラウンデッド・セオリー・アプローチ⁹⁾¹⁰⁾¹¹⁾の手法を参考に、以下のとおり分析を行った。まず、

記載内容を単一の内容ごとに切片化し、ひとつひとつをコードにまとめた。次に、類似した内容のコードを集め、サブカテゴリーを作成した。さらに、サブカテゴリーをまとめ、カテゴリーを作成した。

作成したコード、サブカテゴリー、カテゴリーの妥当性を確保するため、その都度調査票の記載に戻り、確認しながら検討した。分析は、筆者ら及び本研究に参加していない質的研究の経験者1名の計3名で行い、意見が一致するまで検討を重ねた。なお、文中では、カテゴリーは【 】, サブカテゴリーは< >, コードは『 』で示した。

食育に関する意見とスタッフ数との関連については、こども食堂で食育に取り組むことに関する自由記述をテキストマイニングの手法によって解析し、得られた形態素の有無により2値データを作成してコレスポネンシ分析を行った。コレスポネンシ分析は数量化理論Ⅲ類とも呼ばれ、2つの質的変数で構成されるデータ表や、クロス集計表に対して適用されるものである。布置図が作成されるので、視覚的に単語や回答者のグルーピングを行うことが可能である¹²⁾。

3. 結果

1) 対象者の属性

回答のあった102施設を解析対象とした(回答率51.0%)。施設の属性を見ると、所在地では「関東」の割合が37.3%と最も高く、設置主体は「民間(任意団体)」(以下「任意団体」という。)が41.6%で最も高かった。また、開催頻度は「月1回程度」46.1%、参加者数は「20人以下」38.1%がそれぞれ最も高かった(Table 1)。

食育について、「言葉も意味も知っていた」と回答した施設は90.1%であった。食育への関心については、「関心がある」53.8%、「どちらかといえば関心がある」39.6%で、合計93.4%の施設が食育に関心を持っていた(Table 2)。

2) 子どもたちの食生活と食育の状況

こども食堂を利用する子どもたちの食生活に関する各施設の印象は、「好き嫌が多い」と回答した施設の割合が最も高く49.0%、次いで「いろいろな食品を食べた経験がない」と「お手伝いの機会が少ない」がそれぞれ39.2%、「ひとり食べが多い」28.4%の順であった(Fig.1)。

Table 1 Subject attributes

		(n=102)	
	区分	施設数	(%)
所在地	北海道	5	(4.9)
	東北	7	(6.9)
	関東	38	(37.3)
	中部	15	(14.7)
	近畿	20	(19.6)
	中国	6	(5.9)
	四国	3	(2.9)
	九州・沖縄	8	(7.8)
設置主体	民間(任意団体)	42	(41.6)
	NPO法人	19	(18.8)
	その他法人	10	(9.9)
	個人	10	(9.9)
	株式会社・有限会社	9	(8.9)
	社会福祉法人	8	(7.9)
	行政	3	(3.0)
開催頻度	毎日	3	(2.9)
	週4回~6回	2	(2.0)
	週2回~3回	7	(6.9)
	週1回程度	15	(14.7)
	2週間に1回程度	26	(25.5)
	月1回程度	47	(46.1)
	2か月に1回以下	2	(2.0)
	参加者数	20人以下	37
21人~40人		34	(35.1)
41人以上		26	(26.8)
運営スタッフ数	5人以下	51	(56.7)
	6人~10人	25	(27.8)
	11人以上	14	(15.6)
ボランティアスタッフ数	10人以下	65	(63.7)
	11人~20人	25	(24.5)
	21人以上	12	(11.8)
栄養士の関与	関わっている	26	(25.5)
	関わっていない	76	(74.5)

回答施設数及びその割合を()に示した。欠損値は項目ごとに除外した。

Table 2 Awareness of dietary education at kodomo-shokudo

		(n=102)	
	区分	施設数	(%)
食育という言葉や意味の認知	言葉も意味も知っていた	82	(90.1)
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	9	(9.9)
	言葉も意味も知らなかった	0	(0.0)
食育への関心	関心がある	49	(53.8)
	どちらかといえば関心がある	36	(39.6)
	どちらかといえば関心がない	5	(5.5)
	関心がない	0	(0.0)
	わからない	1	(1.1)
こども食堂での食育の必要性	必要だと思う	74	(81.3)
	必要だとは思わない	6	(6.6)
	わからない	11	(12.1)
こども食堂での食育の態度	できそうだと思う	66	(73.3)
	できそうとは思わない	6	(6.7)
	わからない	18	(20.0)
こども食堂での食育の取組	よく取り組んでいる	32	(35.6)
	ときどき取り組んでいる	35	(38.9)
	あまり取り組んでいない	17	(18.9)
	全く取り組んでいない	6	(6.7)

回答施設数及びその割合を()に示した。欠損値は項目ごとに除外した。

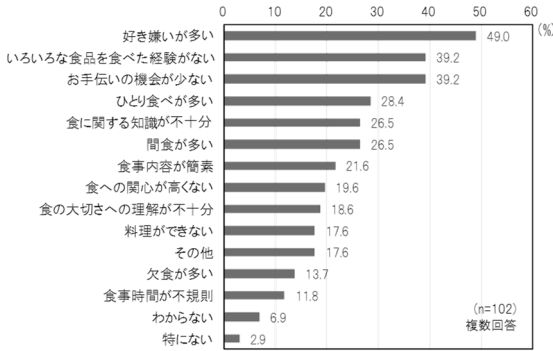


Fig. 1 Percentages of children's dietary habits

こども食堂での食育について、「よく取り組んでいる」、「時々取り組んでいる」を「取り組んでいる」に、「あまり取り組んでいない」、「全く取り組んでいない」を「取り組んでいない」に分類し、「規模」、「経費」、「人材」、「運営」、「食育」の各項目との関係を示した。

「運営」との関連を見ると、「事業目標の達成状況」では、「取り組んでいる」施設は「取り組んでいない」施設と比べ、「達成している」と回答した施設の割合が高く ($P=0.011$)、「こども食堂での食育の必要性」では、「取り組んでいる」施設は「取り組んでいない」

Table 3 Relationship between dietary education and the operational status of the facility

項目	内容	食育の取組状況		p値 ³		
		全体 施設数(%)	取り組んでいる ¹ 施設数(%)		取り組んでいない ² 施設数(%)	
規模	設置主体 ⁴	法人・企業・行政 任意団体・個人	46(51.7) 43(48.3)	34(51.5) 32(48.5)	12(52.2) 11(47.8)	0.957
	開催頻度 ⁵	多い 普通 少ない	26(28.9) 23(25.6) 41(45.6)	17(25.4) 18(26.9) 32(47.8)	9(39.1) 5(21.7) 9(39.1)	0.454
		参加者数	20人以下 21人～40人 41人以上	31(36.5) 29(34.1) 25(29.4)	20(31.7) 24(38.1) 19(30.2)	11(50.0) 5(22.7) 6(27.3)
経費	運営にかかる年間経費	20万円未満 20万円～40万円未満 40万円以上	37(46.8) 22(27.8) 20(25.3)	29(49.2) 16(27.1) 14(23.7)	8(40.0) 6(30.0) 6(30.0)	0.762
	補助金・助成金等	あり なし	45(50.6) 44(49.4)	36(54.5) 30(45.5)	9(39.1) 14(60.9)	0.203
		人材	スタッフ数 ⁶	10人以下 11人～20人 21人以上	31(34.4) 35(38.9) 24(26.7)	22(32.8) 29(43.3) 16(23.9)
運営	事業目標の達成状況 ⁷	関わっている 関わっていない	22(24.4) 68(75.6)	18(26.9) 49(73.1)	4(17.4) 19(82.6)	0.362
		達成している 達成していない	72(80.9) 17(19.1)	58(87.9) 8(12.1)	14(60.9) 9(39.1)	0.011 *
	施設の運営状況 ⁸	良好 困難	54(60.7) 35(39.3)	41(62.1) 25(37.9)	13(56.5) 10(43.5)	0.636
食育	ネットワークへの参加 ⁹	あり なし	75(83.3) 15(16.7)	56(83.6) 11(16.4)	19(82.6) 4(17.4)	1.000
	他機関や団体等との連携・協力 ¹⁰	多い 少ない	57(63.7) 57(63.7)	29(43.3) 38(56.7)	4(17.4) 19(82.6)	0.026 *
	代表者やスタッフ等による定期的な評価や見直し ¹¹	多い 少ない	43(47.8) 47(52.2)	37(55.2) 30(44.8)	6(26.1) 17(73.9)	0.016 *
食育	こども食堂での食育の必要性 ¹²	必要だと思う 必要ではない	73(81.1) 17(18.9)	63(94.0) 4(6.0)	10(43.5) 13(56.5)	0.000 ***

回答施設数及びその割合を()に示した。欠損値は項目ごとに除外した。

¹ 食育の取組について「よく取り組んでいる」、「ときどき取り組んでいる」を「取り組んでいる」とした。

² 食育の取組について「あまり取り組んでいない」、「全く取り組んでいない」を「取り組んでいない」とした。

³ χ^2 検定を用いた。*: $p < 0.05$ ***: $p < 0.001$

⁴ 「NPO法人」「社会福祉法人」「その他法人」「株式会社・有価会社」「行政」を「法人・企業・行政」、「民間(任意団体)」「個人」を「任意団体・個人」とした。

⁵ 「毎日」「週1回～6回」「週2回～3回」「週1回程度」を「多い」、「2週間に1回程度」を「普通」、「月1回程度」「2か月に1回以下」を「少ない」とした。

⁶ 運営スタッフ数とボランティアスタッフ数の合計

⁷ 事業目標の達成状況について「十分達成している」「たいたい達成している」を「達成している」、「あまり達成していない」「ほとんど達成していない」を「達成していない」とした。

Fisherの正確確率検定を用いた。*: $p < 0.05$

⁸ 施設の運営状況について「大変良好」「概ね良好」を「良好」、「普通」「やや困難」「大変困難」を「困難」とした。

⁹ Fisherの正確確率検定を用いた。

¹⁰ 他機関や団体等と連携・協力について「よくある」を「多い」、「ときどきある」を「あまりない」、「全くない」を「少ない」とした。

¹¹ 代表者やスタッフ等による定期的な評価や見直しについて「よく行っている」を「多い」、「ときどき行っている」を「あまり行っていない」、「全く行っていない」を「少ない」とした。

¹² こども食堂での食育の必要性について「必要だと思う」を「必要だと思う」、「必要だとは思わない」「わからない」を「必要ではない」とした。Fisherの正確確率検定を用いた。***: $p < 0.001$

施設と比べ、「必要だと思う」と回答した施設の割合が高かった ($P=0.000$)。また、「他機関や団体等との連携・協力」や「代表者やスタッフ等による定期的な評価や見直し」では、「取り組んでいない」施設は「取り組んでいる」施設と比べ、「少ない」と回答した施設の割合がそれぞれ高かった ($P=0.026$, $P=0.016$) (Table 3)。

3) 変化の有無と食育内容

食育に「よく取り組んでいる」又は「ときどき取り組んでいる」と回答した施設 (n=67。うち2施設未回答) を対象に、食育による変化の有無を尋ねたところ、「変化あり」と回答した施設は32施設 (49.2%) であった (Table 4)。「変化あり」の施設で多く取り組んでいた食育を見ると、「家族や友人と食卓を囲む」は24施設、「おいしさや楽しさなど食の豊かさを理解する」、「食事の準備や片付けを手伝う」など5項目は23施設で実施していた (Fig.2)。

また、食育による子どもたちの変化に関する自由記述について、食育白書に示されている「食育の考え方の体系的な整理」に沿って分類した。こども食堂では、「交流」による変化を挙げる施設が多く、「大勢で食卓を囲み、楽しい気持ちで食事ができるようになった」、「楽しく食べることの大切さを理解するようになった」、「表情が豊かになった」など「食を通じたコミュニケーション」に関する意見が見られた。また、「感謝するようになった」や「子どもたちが自ら下膳するようになった」など「食に関する基本所作」や、「野菜を進んで食べるようになった」、「食への意欲や関心が高まった」など「食生活・栄養のバランス」に関する変化も確認された (Table 5)。

こども食堂での役割分担を見ると、代表者は「実施内容の記録」68.6%や「献立作成」59.8%を担う割合が高く、「ボランティアスタッフ」は「調理」、「配膳」、「下膳」、「調理後の片付け」といった作業面に多く関わっていた。また、「子どもたち」の役割の中では「下膳」が62.7%と最も高かった (Fig.3)。

Table 4 Whether changes had occurred with dietary education

項目	施設数 (%)
食育に取り組んでいる	32 (49.2)
変化あり	32 (49.2)
変化なし	33 (50.8)

食育に「よく取り組んでいる」又は「ときどき取り組んでいる」と回答した施設を「取り組んでいる」とし、子どもたちの変化の有無を尋ねた。回答施設数及びその割合を()に示した。欠損値は除外した。

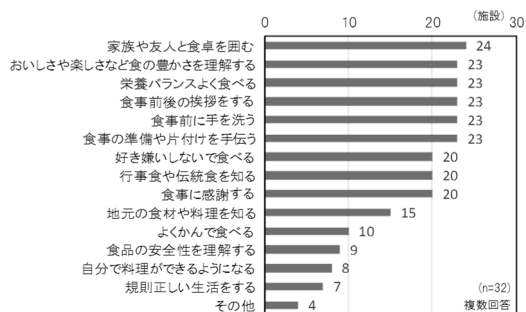


Fig. 2 Dietary education implemented at facilities where there were changes

Table 5 Changes in children with dietary education

分野 ¹	区分	意見
食を通じたコミュニケーション	交流	大勢で食卓を囲み、楽しい気持ちで食事ができるようになった
	コミュニケーション	楽しく食べることの大切さを理解するようになった
	ケーション	知らない子どもも食卓を囲めるようになった
		食堂に来ている子ども同士が仲良くなった
		会話が増え、コミュニケーションがとれるようになった
		楽しく食事をすることで、心身ともに良い影響があった
		交流することで元気になった
		表情が豊かになった
		笑顔が増えた
		毎回参加するようになった
食に関する基本所作	マナー	感謝するようになった(3)
	基本所作	食事のあいさつをきちんとするようになった
		「いただきます」がしっかり言えるようになった
		食器を下げて、「ごちそうさま」とはっきり言うようになった
	手伝い	子どもたちが自ら下膳するようになった(3)
		自発的にお手伝いをしてくれるようになった(2)
		率先して行動する子どもが増えた
		家で食事を作るようになった
		自分もボランティアをしたいという子どもが多くなった
		手洗いをよくするようになった
自然の恩恵等への感謝、環境との調和	残菜	残菜が少なくなった
	等への感謝、環境との調和	残飯が減った
	体験	野菜を育てる活動に参加するようになった
	食生活・栄養のバランス	野菜を進んで食べるようになった(5)
		嫌いなものを食べてみるようになった(4)
		「食べられたよ」と食に対する意識が変化した
		嫌いでも残さず食べるように量を調節するようになった
	食事量	ほとんどの子どもが残さず食べるようになった(2)
		おかわりをするようになったと保護者から感謝された
		食の細い子どもが、少しづつ食べられるようになった
関心	関心	自分たちで調理したことで、ご飯を残さなくなった
		食への意欲や関心が高まった
		栄養バランスに関心を持つようになった
		食に関する話題が増えた
		食べる前に食材について質問するようになった
		旬の野菜を意識するようになった

自由記述回答数: 30施設中51件 ()内は同意見数を示す。
¹ 農林水産省:平成28年度食育白書p215「食育の考え方の体系的な整理」に基づき分類した。

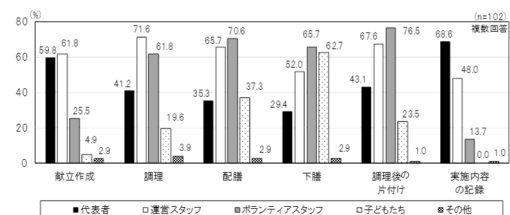


Fig. 3 Percentage of role-sharing at kodomo-shokudo

4) 食育に取り組んでいない理由

食育に「あまり取り組んでいない」又は「全く取り組んでいない」と答えた施設が、食育に取り組んでいない理由として多く挙げていたのは、「時間がない」21.7%で、このほか「人手がない」、「食育ができる人がいない」、「方法がわからない」、「必要と思わない」がそれぞれ13.0%であった。最も多かった「その他」39.1%の具体的な内容を見ると、「こども食堂の役割として、食育の優先順位はそれほど高くない」、「親子でのゆっくりした食事や子どもたちとの交流が目的のため」、「指導・教育の場ではない」等が挙げられていた (Table 6)。

「栄養士の関与」について「関わっている」と回答した施設は26施設 (25.5%) で、関与の内容は「献立作成」が48.0%で最も高く、次いで「調理」36.0%、「特に定めていない」24.0%の順であった (Table 7)。

Table 6 Reasons for not implementing dietary education

区分	施設数 (%)
時間がない	5 (21.7)
人手が足りない	3 (13.0)
食育ができる人がいない	3 (13.0)
方法がわからない	3 (13.0)
必要と思わない	3 (13.0)
難しそう	1 (4.3)
その他	9 (39.1)
(内訳)	
こども食堂の役割として、食育の優先順位はそれほど高くない	1 (4.3)
質問に挙げられた内容を食育と考えていない	1 (4.3)
親子でのゆっくりした食事や子どもたちとの交流が目的のため	1 (4.3)
学校や家庭とは違う	1 (4.3)
指導・教育の場ではない	1 (4.3)
「食育」と構える姿勢が好きではない	1 (4.3)
子どもたちがまだ保護者と一緒に来ている年齢のため	1 (4.3)
店舗のメニューを提供しているため	1 (4.3)

食育に「あまり取り組んでいない」「全く取り組んでいない」と答えた施設が回答した。回答施設数及びその割合を(%)を示した。「その他」には自由記述回答(回答数:8施設中8件)を「(内訳)」として示した。複数回答

Table 7 Contribution by dietitians

関与内容	施設数 (%)
献立作成	12 (48.0)
調理	9 (36.0)
特に定めていない	6 (24.0)
運営のリーダー	3 (12.0)
運営全般のアドバイス	3 (12.0)
調理指導	2 (8.0)
配膳等	1 (4.0)
衛生管理	1 (4.0)

記載のあった内容を分類した。自由記述回答数:25施設中37件

5) こども食堂での食育に関する意見

こども食堂で食育に取り組むことに関する意見は、23個のサブカテゴリーと5個のカテゴリーにまとめられた。カテゴリーは、【食育の在り方】、【目指すもの】、【取組意識】、【食育の内容】、【未実施理由】であった。

サブカテゴリーで、最も多くの設置主体が挙げている意見は、<押し付けない>、<継続的に実施>であった。【未実施理由】には、<食育が最優先ではない>、<保護者の役割>等が見られた (Table 8)。

6) 食育に取り組むことに関する意見のコレスポネンダンス分析

食育に取り組んでいない理由として「人手が足りない」が挙げられていたことから、こども食堂で食育に取り組むことに関する自由記述をもとに、テキストマイニングによって得られた形態素とスタッフ数との比較を行った。コレスポネンダンス分析の結果、「10人以下」では「楽しむ」、「食べること」、「大切」、「よい」など、「11人~20人」では「食事」、「料理」、「提供」、「取り組む」、「食育」など、「21人以上」では「自然」、「必要」、「一緒」、「感じる」などが近くにプロットされており、それぞれ関連が認められた (Fig.4)。

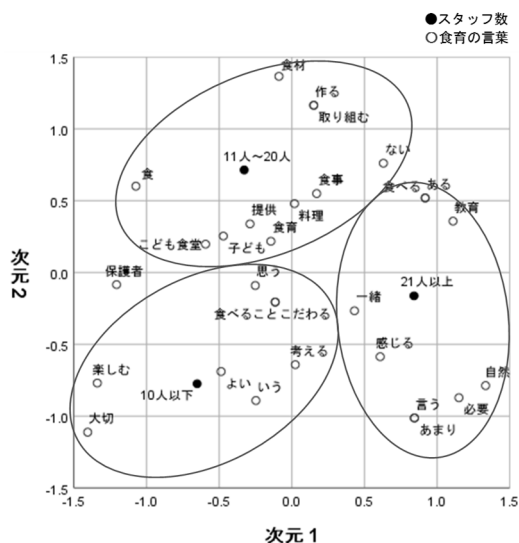


Fig. 4 Correspondence analysis of the number of staff and opinions regarding dietary education

Table 8 Opinions on dietary education at kodomo-shokudo

【カテゴリー】	<サブカテゴリー>	『コード』例	設置主体					
			N P O 法 人	社 会 福 祉 法 人	株 式 会 社 ・ 有 限 会 社	民 間 （ 任 意 団 体 ）	行 政	そ の 他 法 人
食育の在り方	押し付けない	大きさに食育と言わないほうがよい 食育にこだわりすぎて窮屈にしてはいけない	○		○			○
	自然体	知識だけでなく、自然に感じ、体得してほしい 食育が自然に身につくような取組をしていきたい				○		
	多くの子どもが実施	すべての子どもたちが食育に取り組んでほしい 食事を提供する全ての場で食育に取り組むべき	○		○			
	継続的に実施	こども食堂に食育は欠かせない 毎日が食育			○	○		○
	楽しく実施	マナーや挨拶など、食事を楽しみながら行う 温かいご飯を、わいわいとおなか一杯食べる経験		○		○		
	食べ物への感謝	食べものへの感謝が一番大切				○		
	将来へのつながり	成人になって気づいたときに食育になっているもの						○
	目指すもの	他者との関わりが大切	人と一緒に食べることの大切さを伝える コミュニケーションの大切さを伝える	○				
楽しく食べる		みんなでいただきますをして、楽しくおいしく食べる 楽しい時間を過ごしてもらえればよい				○		○
幸せを提供		食による幸福感を提供したい				○		
子どもの財産		食育は子どもにとって財産				○		
取組意識	取り組みたい	食育をこれからの活動に生かしたい 食育になじみがないため、自分も知りたい			○	○		
	少しずつ進める	スタッフの増員を検討 時間やスタッフなど限られたなかで少しずつ取り組みたい			○			○
	保護者と考える機会に	保護者と一緒に考える機会になればよい		○				
食育の内容	伝統的な食事	地域の食材と伝統食を取り入れていきたい 食材と手作りにこだわり、1人分のお盆に乗せて提供する	○					
	料理内容	食育に留意した食事を作っている 素材の味を大事にした料理を食べてほしい		○				○
	保護者への食育	若い母親への食育が必要 若い母親はこども食堂に来ることで食育を知ることができる				○		
	調理体験	簡単な調理に関わらせている	○					
	食育への理解	高齢のボランティアに食育を教わった				○		
未実施理由	食育が最優先ではない	食育は大切だが、経済的に困難な子どもへの対策が先 食育も大切だが、毎食食べられることの方が大事				○		○
	保護者の役割	普通家庭では食育は自然に行われている しつけや挨拶等は保護者に任せる	○					○
	食育とは言えない	こども食堂の活動が食育と言えるのか		○				
	取組の難しさ	予算面など、食育を取り入れるにはハードルが高い				○		

○：サブカテゴリーとして挙げられたことを示す。

4. 考察

本研究では、こども食堂における食育の現状を明らかにし、取組可能な食育の在り方について検討することを目的とした。

1) 子どもたちの食生活状況等を踏まえた食育の検討

こども食堂を利用する子どもたちの食生活に関する施設の印象では、好き嫌いが多く、食体験やお手伝いの機会が少なく、ひとり食べが多い等の状況が

回答された。また、食育を通じて子どもたちに変化が見られた施設では、共食や食の豊かさ、栄養バランス、手伝い等の食育が多く行われていた。

農林水産省による調査¹³⁾では、「子供に対し温かな団らんのある共食の場を提供している」、「子供に配膳の手伝いをしてもらっている」、「食材の旬や栄養などについて話して聞かせている」などが示されており、本調査と同様の傾向であった。特に、共食の場の提供については、両調査とも最も割合が高かった。共食は「第3次食育推進基本計画」においても目標値を設けて推進を図るなど、食育の重要な柱のひとつである。こども食堂の活動が、食育の場としての機能を有するものであることが把握されたと考える。

さらに、食育による子どもたちの変化として、他者とのコミュニケーションが深まり笑顔が増えた様子や、好き嫌いが減り、食への関心が高まり、自発的・主体的な行動が増えてきたことなども挙げられていた。楽しく食べることが子どもの意欲、健康状態などに良好な影響を与えることは、家庭¹⁴⁾、学童保育¹⁵⁾、学校¹⁶⁾を対象とした先行研究によって明らかとなっている。こども食堂においても、共食を通じて子どもたちが食の楽しさを実感することで同様の効果が生まれるものと考えられる。

また、「食事の準備や片付けを手伝う」ことは、食育による変化が認められた施設で多く取り組まれていることから、一定の効果があるものと推察された。役割分担においても「下膳」は子どもたちの役割として最も高い割合で行われており、小学生の参加者が多い現状では、「下膳」が子どもたちにとって容易に取り組める、負担感の少ないお手伝いといえる。

さらに、食育に取り組んでいない理由として、「方法がわからない」と答えた施設も一定数認められた。こども食堂では、調理設備や作業空間など施設によって制約はあるが、「下膳」以外にも「配膳」、「調理後の片付け」、「調理」、「献立作成」など子どもたちが取り組めるものも多くあることから、内容を徐々にステップアップさせながら継続していくことも食育として効果的である。できることから取り組むことで年齢や経験に応じた実践的な食育が積み重ねられ、他の子どもたちが取り組む様子を見ることで学びや意欲につながるなど、成長が期待できる。こうした日常生活に密着した食育は、今後も生活のため

のスキルとして活用されると考える。

また、こども食堂で食育に取り組むことに関する意見として、〈押し付けない〉ことが多く挙げられていた。食育を行う、食育を学ぶという構えた姿勢のものよりも、〈自然体〉で日頃の活動の中で自然に理解し、自然に身に付いていくものであるとの意見も出されていた。〈押し付けない〉、〈自然体〉という意識は、食育を実践・継続していく上で大変重要な視点であり、食育を行う際には、子どもたちへの十分な配慮が不可欠であると考えられる。

2) 施設状況等を踏まえた食育の検討

食育の認知について、「言葉も意味も知っていた」と回答した施設の割合は90.1%で、内閣府による調査¹⁷⁾結果46.9%と比較すると高い傾向であった。また、食育に「関心がある」と回答した施設の割合は93.4%（「関心がある」53.8%+「どちらかといえば関心がある」39.6%）で、農林水産省による報告¹⁸⁾78.4%（「関心がある」40.0%+「どちらかといえば関心がある」38.4%）と比較すると高い傾向であることがわかった。こども食堂の食育に対する意識は高く、取組の充実が期待された。

一方、食育に取り組んでいない施設は、「他機関や団体等との連携・協力」、「代表者やスタッフ等による定期的な評価や見直し」が少ない施設の割合が高いなど、食育の実施には運営面との関連があることが確認された。他のこども食堂からの情報収集や、スタッフ等とのコミュニケーションも必要と考える。

食育に取り組んでいない施設は、その理由として時間や人手の不足等を挙げていた。スタッフ数との関連を見ると、食育に取り組んでいる施設の割合は「11人～20人」の施設が最も高かった。コレスポネンデンス分析の結果では、「10人以下」の施設では食育は楽しむことと考えており、「21人以上」の施設では自然に行われるものと考えている傾向があると推察された。一方、「11人～20人」の施設では食育に関する具体的な形態素が多く見られたことから、食育が身近であることが考えられ、食育に取り組みやすい規模である可能性も推察された。

さらに、取り組んでいない理由として挙げられていたのは、こども食堂には食育の必要性や優先順位が低いという認識や、こども食堂が指導や教育を行う場ではないとする意見であった。こども食堂に限らず、子どもたちが食に関心を持ち、理解を深めていくことは重要であることから、ゆるやかな食育が

少しずつ浸透していくよう、行政等には食からの健康づくりに関する普及啓発の充実が求められる。

他方、取り組んでいない施設においても、4割以上の施設で食育は必要と考えていることから、行政や関係機関等は様々な施設の状況把握に努め、食育手引きの作成、好事例の紹介等も行いながら、こども食堂を支えていくことが重要である。

さらに、手間や時間をできるだけかけない食育の方法については、食事提供を活用することも効果的と考える。具体的には、食事に郷土料理や行事食等を取り入れて地域の食文化を学ぶことや、子どもたちが調理を手伝ったり、メニュー紹介やポスター作成など、食の知識や関心が高まるよう体験を取り入れることなどである。そして、〈継続的に実施〉、〈楽しく実施〉等を踏まえ、その集う全ての年齢層が楽しさを実感でき、継続して取り組めるような内容であることにも留意することが大切である。

3) 環境整備を通じた食育への支援

本調査では、食育に取り組んでいない理由として、「食育ができる人がいない」、「方法がわからない」等が挙げられていた。栄養士が関与している施設では、栄養士は主に献立作成や調理等を担当していることから、今後は食育に関わることも期待される。加えて、各施設が計画する食育が実現できるよう、施設の代表者やスタッフ等を対象とした勉強会の開催、専門職の派遣など、行政や関係団体等が連携した支援を行っていくことも重要である。

しかし、地域の人材の活用には当たっては、地域の団体や住民にどのような内容を依頼できるのか方法や情報が入手しづらい場合も散見される。コミュニティ単位での情報発信から進めるなど、地域で食育を担う仕組みづくりが求められる。そして、施設が地域から孤立することのないような配慮とともに、行政が働きかけ、保育園や学童保育、学校等で行われる食育への参加を促したり、老人会やボランティアグループ等との橋渡しを行うなど、地域と施設、保護者、子どもたち等とのつながりが強化されるような支援体制も必要である。

他方、子どもの食育実践の場に関する考え方には、従来より家庭の重要性も言われてきた。今回、こども食堂で食育に取り組むことについて、〈保護者の役割〉との意見も出されていた。しかし、家庭での食育は必要ではあるが、家庭での食事も困難な現状^{19) 20) 21) 22)}もあるため、直ちに家庭での食育を求め

ていくことは適切とは言い難い。また、『食育も大切だが、毎日食べられることのほうが大事』等の意見もある。このため、子どもに対する食育を考える場合には生活全体でとらえていくことが重要であり、家庭で十分な食事を摂ることができるような体制整備も併せて検討していくことが必要と考える。

4) 本研究の限界

本研究の限界として、以下の点が挙げられる。第1に、解析対象となった施設が102施設に留まり、全体を示すには十分とは言えない点である。また、本調査に回答のあった施設の意識は高い傾向にあり、食育に取り組む施設も多かったが、そこまでではない施設も一定数存在し、取り組めない理由も多岐にわたると考える。今後は対象施設数を増やし、幅広く把握していくことが必要である。

第2に、本調査が横断的研究であるため、食育の有無に関する因果関係を明らかにするまでには至っていない点である。さらに、食育に関する質問は他の質問に比べて未回答が多く、こども食堂における食育については様々な考え方があることも推察された。今後は、より詳細な把握ができるよう、継続的な調査の実施や質問紙の改善等を行う必要がある。

以上のような限界を有するものの、こども食堂の食育意識や食育内容の現状等について明らかにし、取組可能な食育の在り方を検討していくことは、子どもの生涯を通じた健康づくりを支える上で大変重要と考える。

5. おわりに

本研究では、こども食堂における食育の現状を明らかにし、取組可能な食育の在り方について検討することを目的とした。

こども食堂の食育に対する意識は高く、7割以上の施設で食育が行われていた。食育に取り組んでいる施設には、食育が必要だと思ふ施設の割合が高く、有意差が認められた。食育に取り組んだ結果、子どもたちに他者との交流が深まり、マナーや好き嫌いが改善するなど、良好な変化が確認された。

一方で、〈食育が最優先ではない〉、〈保護者の役割〉とする意見も見られた。さらに、食育に取り組めない理由には、時間や人手、食育のスキル不足などを懸念する声も挙げられたことから、個々の課題に対応した支援の必要性が示唆された。

食育の在り方として挙げられていたのは、〈押し

付けない>、<自然体>であり、子どもたちにとって、楽しく行われるものであることなどの考えが示された。継続して取り組めるよう、ゆるやかな内容であることにも留意する必要がある。年齢や経験に応じ、実践的な食育を重ねていくことも効果的である。食育に取り組んでいない施設においても、こうした視点は取組のきっかけにつながるものとする。

食育は子どもの生涯を通じた健康づくりを支える上で大変重要である。子どもたちの様々な背景に留意し、子どもたちがこども食堂において食事の楽しさを実感し、食育に触れる機会となるよう、環境整備が必要である。

本研究の一部は、第66回日本栄養改善学会学術総会で報告した。

謝辞

本研究へ御協力くださいました全国のこども食堂の皆様方に、深く感謝申し上げます。

引用文献

- 1) 食育基本法（平成17年法律第63号）は2005年6月に公布され、同年7月に施行された。
- 2) 食育基本法第16条第1項に基づき、2016年に策定した。
- 3) 朝日新聞：子ども食堂、昨年の1.6倍に、2019年6月27日朝刊
- 4) 農林水産省：「子供食堂」とは？ <http://www.maff.go.jp/syokuiku/kodomosyokudo.html>（2019年7月22日アクセス）
- 5) 学童保育とは、児童福祉法（昭和22年法律第164号）第6条の3第2項に規定する「放課後児童健全育成事業」において、「小学校に就学している児童であって、その保護者が労働等により昼間家庭にいないものに、授業の終了後に児童厚生施設等の施設を利用して適切な遊び及び生活の場を与えて、その健全な育成を図る事業」とされている。
- 6) 廣繁理美・高増雅子：学童保育における児童の健康的な食習慣の確立を目指した食教育プログラムの実践と評価—主食・主菜・副菜の料理ベースから考える—、日本食育学会誌, 11, 2, 197-208（2017）
- 7) 廣繁理美・高増雅子：保護者の食生活状況と家庭内食育との関連—学童保育における調査から—、日本女子大学大学院紀要 家政学研究科・人間生活学研究科, 23, 75-84（2017）
- 8) 農林水産省：子供食堂と地域が連携して進める食育活動事例集～地域との連携で食育の環が広がっています～ <http://www.maff.go.jp/syokuiku/set00zentai.pdf>（2019年7月22日アクセス）
- 9) ウヴェ・フリック、小田博志・山本則子・春日常・宮地尚子訳：質的研究入門—人間の科学>のための方法論、春秋社（2002）
- 10) 佐藤郁哉：質的データ分析法 原理・方法・実践、新曜社（2008）
- 11) 木下康仁：グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践、弘文堂、25-34（2006）
- 12) 内田治・川嶋敦子・磯崎幸子：SPSSによるテキストマイニング入門、オーム社（2012）
- 13) 前出8) 参照
- 14) 衛藤久美・武見ゆかり・中西明美・足立己幸：小学5年生の児童における家族との共食頻度及び食事時の自発的コミュニケーションと食態度、食行動、QOLとの関連、日本健康教育学会誌, 20, 3, 192-206（2012）
- 15) 吉岡有紀子・高増雅子・足立己幸：学童保育所における「わくわく食探検」プログラムの開発と評価、小児保健研究, 63, 5, 524-534（2004）
- 16) 村井陽子・越川絵里子・奥田豊子：高学年児童の食生活と学習態度・意欲や健康状態との関連—楽しく食べることの重要性—、日本食育学会誌, 2, 1, 3-9（2008）
- 17) 内閣府：食育に関する意識調査報告書（平成27年3月）、内閣府食育推進室, 8（2015） http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h27/pdf_index.html（2019年7月22日アクセス）
- 18) 農林水産省：食育に関する意識調査報告書（平成30年3月）、農林水産省消費・安全局, 6（2018） http://www.maff.go.jp/syokuiku/ishiki/h30/pdf_index.html（2019年7月22日アクセス）
- 19) 厚生労働省：平成26年国民健康・栄養調査結果の概要、厚生労働省健康局, 5-9（2015） <https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000106405.html>（2019年7月22日アクセス）
- 20) 厚生労働省：平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要、厚生労働省雇用均等・児童家庭局, 29-40（2016） <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku>

nitsuite/bunya/0000134208.html (2019年7月22日アクセス)

- 21) 村山伸子：日本人の食生活の内容を規定する社会経済的要因に関する実証的研究 平成 24～26 年度厚生労働科学研究費補助金 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業 (2015)
- 22) 裕野佐也香・中西明美・野末みほ・石田裕美・山本妙子・阿部彩・村山伸子：世帯の経済状態と子どもの食生活との関連に関する研究, 栄養学雑誌, 75, 1, 19-28 (2017)

