

年少幼児の保育所給食に関する研究

研究第8部

研究第4部

星 美智子・湯川 礼子

土井正子

I. 目的

保育施設の給食については、栄養・調理・保育各分野の総合的研究が要望されている。また、保育所給食には、家庭の食事状況の把握とその指導の研究も重要な課題といえる。そこでわれわれは、給食をめぐる、給食者と保育者および家庭を相互に関連づけながら、その実態と問題点を把握するための研究を行った。給食を構成する諸要素を相互関連という視点で考察することは、現在の保育研究で看過されてきたものであり、本研究は、そこに方法論的にひとつのモデルを提示することを試みたものである。

なお、施設給食の研究では、離乳期と年長幼児の研究に比し、年少幼児の研究が少ないのが現実であり、本研究では、1～3歳児を対象に、その実態を把握することも目的の一つとした。

II. 方法

1. 手続き

(1)保育所の給食献立について、保育者が1～3歳児の子どもたちの摂取状況を観察しながら検食して記録した検食票を分析する。検食票から、献立一つ一つについて、「よく食べる」「残しが多い」などの回数とその理由を中心に施設給食を検討する。

(2)施設給食の食べ方

個々の子どもについて、献立の好き嫌い、食欲、食べる状態、食べ方の発達、保育所入室時からの変化などの項目からなる質問紙(附1)に保育者が記入する。質問項目には、日常観察をもとに、ひとりの子に2人以上の保育者が意見を出しあって記入することとする。

(3)家庭の食事調査

家庭での食習慣、週日3日間の食事内容、施設の献立

と家庭の献立の関係を中心に母親対象の調査(附2)をする。3日間の食事は6月中旬の木曜日(欠席者は金曜日)に質問紙を配り、当日、前日、前々日とさかのぼって記入する方法をとった。個々人の3日間の食事の栄養分析を行い、母親にその結果と留意点を通知する。

(4)給食者と保育者の相互の役割交換

栄養士・調理師が保育現場で実際に1～3歳児のそれぞれの食事の摂取状況を見学し、一方、保育者は一日ずつ調理実習をし、食事をつくる側と与える側との相互の役割交換を通して施設給食を考える機会をもつ。

2. 対象・日時

・母子愛育会附属施設ナーサリールーム園児20名(離乳食までの子どもを除く)。年齢層は、1歳児クラス8名、2歳児クラス6名、3歳児クラス5名、4歳児クラス1名である。

・保育者5名。愛育病院栄養科栄養士2名。調理師9名。
・給食の検食については1981年度～1983年度の調査である。

III. 結果

1. 給食の摂取状況

(1)検食票の分析

対象の保育施設(ナーサリールーム)の給食は、愛育病院栄養科において担当される。給食はNo.1～No.60の60種の献立表(例、一日の献立表参照)によって作られ、212の料理数の組み合わせからなっている。1981年から1983年度に無作為に検食されたすべての検食票(例、検食票参照)222枚から、子どもたちの摂食状況を分析した。ここではデザート類とおやつ類を除外し、主食と副食について検討した。検食票には「よく食べている」「普通」「残しが多い」の三段階にわけられているが、よく食べていると残しが多いものをとりあげてみる。検食さ

例 一日の献立表

献立 No. 15

献立	材料	一人分 分量(g)	熱量	蛋白質	脂質
ひじきごはん	米	50	176	3.4	0.4
	ひじき	2			
	人じん	10	3	0.1	
	油揚	5	18	0.9	1.7
	ピース 油	3 2			2.0
魚みそ焼	魚	30	28	5.7	0.4
	みそ	6	13	0.6	0.2
	砂糖・酒	各2	8		
	油	1	9		1.0
ピーマンソテー	ピーマン 油	10 1	2 9	0.1	1.0
市松煮	ポテト	30	23	0.6	0.1
	人じん	20	6	0.2	
	砂糖	2	8		
	油	1	9		1.0
清汁	はんぺん 三つ葉	10 少々	9	1.0	
計			339	12.6	7.8

例 検食票

58年5月30日(月)

献立 No. 15	よく 食べる	普通	残多 しいが	感想をお聞かせ願います (味・調理形態・色彩・ 好き嫌い)
ひじきごはん		○		ひじきが5~6cmの長さ が入っており食べにく い子もいました。ごはん の味はとてもおいしか ったです。
魚のみそ焼		○		味(味噌)が少し濃いよ うです。
ピーマンソテー			○	2cm角、嫌いな子が多 くもう少し細かく切った 方が食べるのではないか なといった具合です。
市松煮	○			とてもおいしくできて いました。1cm~1.5cm 角切り丁度よいです。
清汁		○		
その他				

れた料理の回数はそれぞれ異なるので、同じ料理の供与回数を100として、その割合から算出することとした。なお、検食票に感想が記入されているものは、味、大きさ、固さ、調理形態、その他の五つに分けて集計した。まず、良く食べているものをみでみる。残しのないものと残しが5%以下のものを加えたものをよく食べた料理とすると表1の16種になる。この中で、とくに好まれているものはフレンチサラダ(81.8%)、かぼちゃ煮物(75.0%)、スパゲティミートソース(71.4%)、白い御飯(67.4%)、ホットドック(66.7%)、スパゲティナポリタン(66.7%)があげられる。その理由は味が好まれるものが大部分であるが、大きさや固さが1~3歳児に食べやすい状態であることも理由として多くあげられている。次に残しの多いもの上位10をとりあげてみると表2のようになる。みかん缶おろし和え(100%)ピーマンバターいため(66.7%)、小豆御飯(50.0%)がとくに残しの多いものである。残しの多いもの10種をみると、1~3歳児に好まれない味であるとともに、食べにくさ(舌ざわり、固さ、かみにくさ)があげられる。

(2)家庭献立との比較

保育所給食の摂取状況は、日常の家庭の献立と無関係ではありえない。ナーサリー給食献立のうち、よく食べる料理(表1)16種と残しの多い料理10種(表2)を混合して列記し、母親に家庭でよくたべさせているか、時どき食べさせているか、食べさせていないか、それぞれにチェックしてもらった。その結果が表3、4であり、前者はナーサリーでよく食べる料理、後者は残しの多い料理と家庭の献立との関係である。第3表にみるように、ナーサリーでよく食べる料理で家庭でもよく食べさせているものは、白い御飯、味噌汁が90%台、スープが50%、他は「時どき食べさせている」に集中している。ナーサリーで良く食べているが家庭では「よく食べさせる」割合が少いものは冷し中華とホットドックであった。全体の傾向として家庭では「時どき食べさせる」に集中しているのは、ナーサリー給食は昼食に限られているのに、家庭では土・日曜以外は朝食と夕食の献立であることに関連している。ナーサリーで食べ残しの多い料理は、表4でも明らかなように家庭でよく食べさせている料理が少なく、上位の35%のものでさえ、「すきやき風煮物」と「ほうれん草バターいため」の二種類にすぎない。1~3歳児は、家庭の献立にないもの、つまり、食べられないものは給食で食べ残すことが多くなっているといえる。

2. 給食の食べ方

(1)食事摂取行動の発達

星 他：年少幼児の保育所給食に関する研究

表1 よく食べた料理

料理名	給食回数	よく食べている	普通	残しが多い	味	大きさ	固さ	調理形態	その他
白いご飯	43回	29 (67.4)%	14 (32.6)%	0	3				
カレーライス	5	3 (60.0)	2 (40.0)	0	1				
スパゲッティナポリタン	6	4 (66.7)	2 (33.3)	0	3				
スパゲッティミートソース	14	10 (71.4)	4 (28.6)	0	8		1		
五目やきそば	10	6 (60.0)	4 (40.0)	0	4	1			
冷し中華	8	4 (50.0)	4 (50.0)	0	3	2			
ホットドック	3	2 (66.7)	1 (33.3)	0					
おでん	10	5 (50.0)	5 (50.0)	0	5	2	2		
人じんグラッセ	20	12 (60.0)	8 (40.0)	0	7	1			
かぼちゃ煮物	8	6 (75.0)	2 (25.0)	0	4	2	1	1	
さつまいも煮物	11	6 (54.5)	5 (45.5)	0	2	1			
粉ふきいも	13	4 (30.8)	9 (69.2)	0	2	3	1		
フレンチサラダ	11	9 (81.8)	2 (18.2)	0	8				
清汁	42	11 (26.2)	31 (73.8)	0	8				
味噌汁	43	17 (39.5)	25 (58.2)	1 (2.3)	11		1		1
スープ	84	22 (26.2)	59 (70.2)	3 (3.6)	12	1	1		2

表2 残しが多い料理

料理名	給食回数	よく食べている	普通	残しが多い	味	臭い	舌ざり	大きさ	固さ	かみにくさ	調理形態
みかん缶の大根おろし和え	2回	0回	0%	2 (100.0)%	8						
ピーマンバターいため	6	0	2 (33.3)	4 (66.7)	4				1		
小豆ご飯	6	0	3 (50.0)	3 (50.0)	4		3		1		
魚ムニエル	6	0	4 (66.7)	2 (33.3)			1				2
すきやき風煮もの	6	0	4 (66.7)	2 (33.3)	2	1					
ほうれん草バターいため	6	0	4 (66.7)	2 (33.3)	2						
白菜と厚揚げ煮もの	6	1 (16.7)	3 (50.0)	2 (33.3)			2			2	
もやし油いため	9	1 (11.1)	6 (66.7)	2 (22.2)	3						
ミックスベジタブルバターいため	12	1 (8.3)	9 (75.0)	2 (16.7)					1		
ほうれん草おひたし	6	1 (16.7)	4 (66.6)	1 (16.7)	1						

1～3歳児の食事のとり方の発達を、給食時の保育者の観察によってとらえた。「コップを片手に持つのである」から「おかわりの要求ができる」の8項目に従って整理したものが図1である。コップを片手でもつ子は1歳児で88%であり、両手で持つ子はわずかである。スプーンでこぼさず食べられるのは、1歳児25%、2歳児33%、3歳児88%で、3歳児になると大体こぼさずに食べられる。フォークの使用は1歳児は50%であるが、3歳児はすべての子が使えようになる。片手で食器をおさえて食べることは、こぼしたものを皿のすみにのせることは、他の項目に比べて劣っているが、3歳児では「時どきできる」を含めると、それぞれ80%に達している。「よく噛むことができる」については、1歳児50%から3歳児100%と発達が見られ、固型物を上手に飲みこめるのは、1歳児50%、2歳児67%、3歳児80%である。逆に

上手に噛むこと、飲みこむことのできないものは1歳児で半数はおり、2歳児では上手に噛めないもの20%弱、固型物のみこめないもの30%強である。おかわりの要求は、食欲の有無も影響するが1歳児12%、2歳児50%、3歳児80%となっている。

つぎに、料理の具体的な食べ方についての発達をみとめる。1～3歳児には、サンドイッチの形をくずしたり、汁物の汁だけ、あるいは具だけ食べる子がみられるからである。図2に明らかなように、サンドイッチを形のまま食べることは1歳児にはむずかしく(時どきできるが13%)、2歳児で17%、3歳児で60%が重ねたまま食べられる。ロールパンを中央で切ってジャムをはさんだものはがして食べる子が多く、3歳児で60%がそのままの形で食べるようになっている。ハンバーガーは1歳児0%、2歳児33%、3歳児80%が形のまま食べられるよ

表3 よく食べる料理と家庭の献立

料理名	よく食べさせる	時どき食べさせる	食べさせていない
白いご飯	19 (95)%	1 (5)%	0 %
カレーライス	4 (20)	14 (70)	2 (10)
スパゲッティナポリタン	2 (10)	13 (65)	5 (25)
スパゲッティミートソース	4 (20)	13 (65)	3 (15)
五目やきそば	3 (15)	14 (70)	3 (15)
冷し中華	1 (5)	11 (55)	8 (40)
ホットドック	2 (10)	11 (55)	7 (35)
おでん	3 (15)	15 (75)	2 (10)
人じんグラッセ	6 (30)	12 (60)	2 (10)
かぼちゃ煮物	4 (20)	15 (75)	1 (5)
さつまいも煮物	1 (5)	14 (70)	5 (25)
粉ふきいも	2 (10)	12 (60)	6 (30)
フレンチサラダ	5 (25)	11 (55)	4 (20)
清汁	9 (45)	11 (55)	0
味噌汁	18 (90)	2 (10)	0
スープ	10 (50)	10 (50)	0

表4 残しが多い料理と家庭の献立

料理名	よく食べさせる	時どき食べさせる	食べさせていない
みかん缶の 大根おろし和え	1 (5)%	2 (10)%	17 (85)%
ピーマン バターいため	1 (5)	10 (50)	9 (45)
小豆ご飯	1 (5)	11 (55)	8 (40)
魚ムニエル	5 (25)	15 (75)	0
すきやき風煮物	7 (35)	11 (55)	2 (10)
ほうれん草 バターいため	7 (35)	13 (65)	0
白菜と厚揚げ煮物	0	10 (50)	10 (50)
もやし油いため	3 (15)	14 (70)	3 (15)
ミックスベジタブル バターいため	6 (30)	12 (60)	2 (10)
ほうれん草 おひたし	4 (20)	16 (80)	0

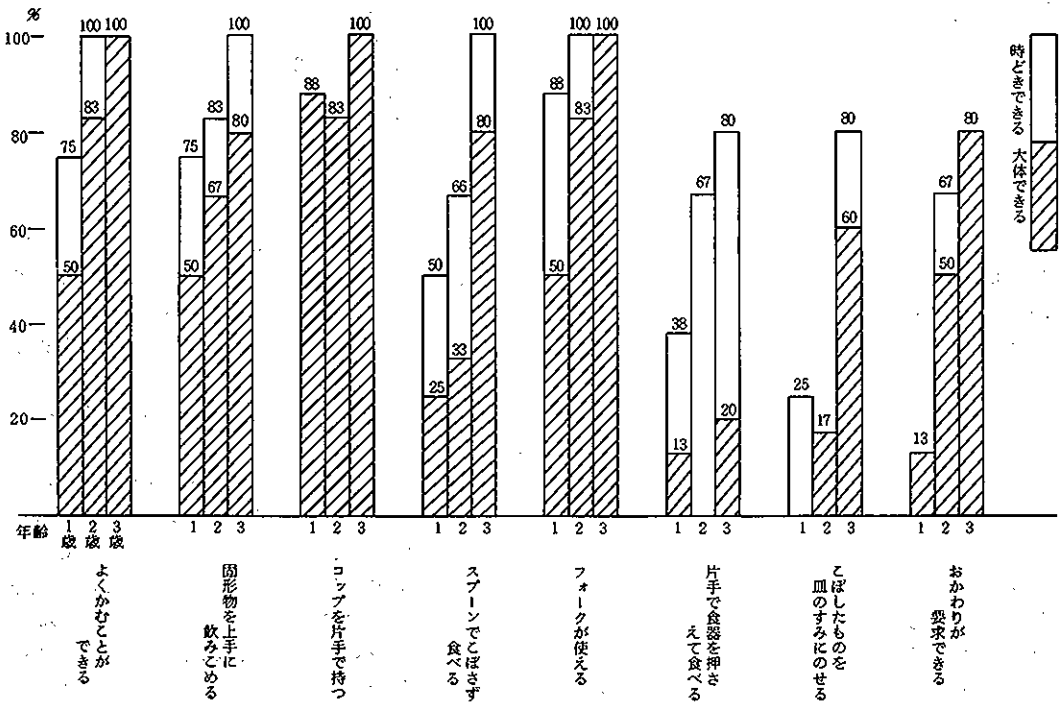


図1 給食の食べ方

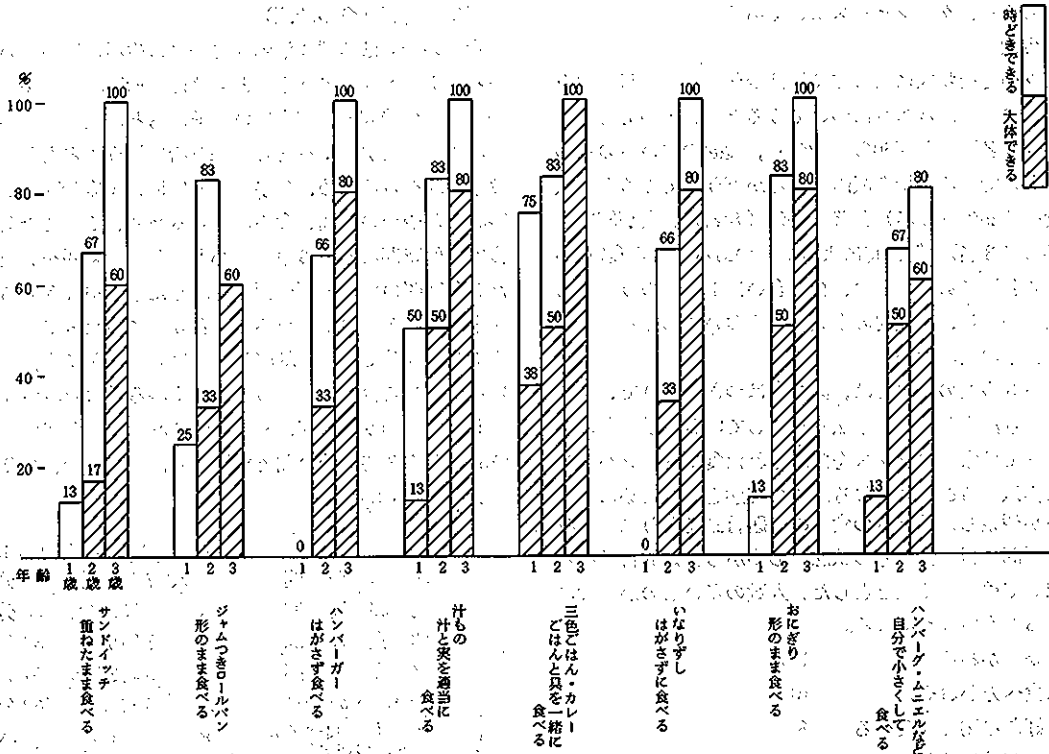


図2 料理の食べ方

うになっている。汁物を汁と実と適当に食べるのは1歳で13%、2歳50%、3歳80%と発達している。御飯の上に具ののっているものを一緒に食べることは割に早くでき、1歳児38%、2歳児50%、3歳児100%である。いなりずしは1歳児は皆はがして食べ、2歳児になると33%、3歳児で80%が形のまま食べられる。おにぎりもくずしてしまう子があり、2歳児で半数、3歳児で80%が形をくずさずに食べるようになっている。ハンバーグ、ムニエルなど固まりの形態のものは、1歳児13%、2歳児50%、3歳児60%と年齢ごとに自分でくずせるものが増えるが、3歳児でも40%は保育者の手助けを必要とする。

(2)給食調理形態と摂取状況

ナーサリー給食は、1～3歳児対象として食品の大きさ、長さがきめられている。じゃがいも、大根、人じん、ピーマンなどは1.5～2.0cm平方を基準にした大きさであり、線切りのものは4cmの長さを基準としている。スパゲティは半分にした長さ、焼きそば類は出来上ったあと、縦・横十字に包丁をいれる。魚・ハンバーグなどは普通の半分位（成人分量の1/2）である。このサイズが子どもに適当かどうかを、①スパゲティの長さ、②中華

そばの長さ、③冷し中華や焼きそばの時のきゅうりや人じんの長さ、④粉ふきいも、さつまいも、かぼちゃの大きさ、⑤サラダやソテーのトマト・ピーマン等の野菜の大きさ、⑥魚、ハンバーグ、から揚げなどの大きさ、以上6項目に分け、保育者に子どもひとりひとりについて、大きすぎる、適当である、小さすぎるの三段階に記入してもらった。その結果、20名の幼児のうち、わずか2名を除いてどの項目についても適切であるとの評価を得た。1歳4月児1名が⑥を除いていずれももっと小さい方がよく、2歳6月（発達障害児）の1名が①と⑥が大きすぎるという結果であった。

(3)献立の好き嫌い

ナーサリー給食を通してみた食品の好き嫌い、献立の好き嫌いを個人ごとに見たが、食品、献立とも「何でも食べる」「とくにない」が60%であった。とくに目立って好きなものは、献立でカレーライス35%の他は個々に分散し、ごま和えのごまなど各自の特殊な好みあげられている。子どもの嫌うものは、食品15種、献立14種と分散しているが、すでに「1.給食献立の摂取状況」でみた全体傾向と類似している。個々人の調査で新にあげられた嫌いなものは噛みにくさや舌ざわりがらくるウイン

ナ、ちくわ、グリーンピースなどである。

(4)食欲

日々の健康状態によって食欲は変化するが、日常保育の中での一般的な食欲についてみると、食欲があるもの30%（6名）、普通60%（12名）、食欲のないもの10%（2名）である。量を沢山食べるかどうかでみると、沢山食べる25%（5名）、普通40%（8名）、食が細いもの15%（3名）、他に時によって差のある「むら食い」20%（4名）である。なお、むら食いは1歳児のみにみられた。つまり、1歳児の半数はむら食いであるといえる。

(5)食事の問題行動

1～3歳児の食事では、保育者はつきっきりで、はげましたり注意したり、手伝ったりしている。子どもの意のままでは栄養バランスを配慮された食事でもアンバランスに摂取することにもなる。その実態を掴むために、保育者が観察した子どもの食事の問題行動をとりあげてみる。質問項目「食べ方の状態」の中から否定的行動をとり出して検討することとした。人数の多いものから順にあげると次のようになる。

- 1.姿勢がわるい 12人
- 2.食べ方がおそい 10
- 3.好きな物だけ食べる 8
- 4.気が散り時間かかる 6
- 5.途中で立ちあがる 4
- 6.かまわずのみこむ 3
- 7.行儀がわるい 3
- 8.料理をまぜこぜにする 3
- 9.一品ずつ食べていく 2
- 10.食べ方早すぎる 1

つぎに、嫌いなものの食べ方をみてる。

- 1.がまんして食べる 10人
- 2.食べさせないと食べない 6
- 3.口にいらなくても吐き出す 6
- 4.舌でおしだす 5
- 5.手で皿を押しやる 4
- 6.床に捨てる 4
- 7.もうおなかいっぱいという 3
- 8.のみこまず口に含んでいる 3
- 9.口を結んで拒否 2
- 10.他の子の皿にのせる 1
- 11.食べ方がおそくなる 1

食事中、保育者は以上のような子どもたちのさまざまな行動を、ひとりひとり観察しながら、食事の自立への援助をしているといえる。

3. 家庭の食事状況

(1)生活時間（食事時間）

食事の時間は睡眠や活動など一日の生活と結びついている。ナーサリーに通う子ども達は、通園時間、保育時間、昼寝の時間と、家庭にいる子どもとは生活時間がことなる。母親が仕事をもち、保育所に通う子どもたちの食事時間をみるため、食事時間の他に、起床時間、就寝時間、おやつ時間、食事に要する時間、そして母親の食事準備時間など、食事を中心とした生活時間を調査した。各時間の平均と標準偏差を示したものが表5である。起床時間は5時台1名から8時台6名にわたっており、平均7時12分である。就寝時間もばらつきが多く、早く寝る子が7時台1名、もっとも遅く寝る子は11時台3名であり、平均就寝時間は9時24分である。朝食時間は6時30分から8時30分の間で平均時間は7時54分、夕食時

表5 生活時間

	人数	平均	標準偏差
起床時間	20人	7時12分	46分
就寝時間	20	9時24分	60分
朝食時間	20	7時54分	39分
夕食時間	20	6時27分	51分
おやつ時間	11	5時35分	62分
朝食	子ども、食べるに要する時間	15分	6分
	母、準備や調理に要する時間	24分	14分
夕食	子ども、食べるに要する時間	25分	9分
	母、準備や調理に要する時間	54分	29分

間は4時30分から8時30分までにわたり、平均時間は6時27分になっている。おやつ時間は、20名のうち、与えないもの3名、時間をきめていないもの6名あり、時間をきめているもの11名の平均時間が5時35分である。子どもが食事に要する時間は、朝食で平均15分、夕食が平均25分である。なお、母親が食事準備に要する時間は、朝食平均24分、夕食平均54分である。しかし個々の開きは大きく朝食準備は10分から60分、夕食準備は20分（1名）から120分（2名）にわたっている。国民栄養調査に、保育園児の起床から朝食までの時間および仕事を持つ母親の夕食準備に要する時間についての調査がある。これとナーサリー児の時間を比較してみるとつぎのようになっている。

《起床から朝食までの時間》

厚生省調査保育園児(昭57) ナーサリー

15分未満	82 (22.8) %	1 (5.0) %
15～30分	184 (51.1)	4 (20.0)
30～45分	67 (18.6)	7 (35.0)

45～60分 15 (4.2) 4 (20.0)
 60分～ 11 (3.1) 4 (20.0)
 不詳 1 (2.8) 0
 N=360 N=20

《夕食の食事づくりに要する時間》

厚生省(56年)仕事を有するもの ナーサリー

15分未満	1.4%	0%
15～30分	15.1	15.0
30～45分	37.1	30.0
45～60分	34.1	15.0
60分～	11.8	30.0
無記入	0.5	10.0
	N = 2,807人	N = 20人

以上に明らかなように、厚生省調査の保育園児¹⁾では起床から30分で朝食をしているものが73.9%に比べ、ナーサリーでは25%であり、30分から60分以上が厚生省調査25.9%に対しナーサリーでは75%と、ナーサリー児の方が起床から朝食までに時間のゆとりがある。また、夕食準備時間をみると、全国調査結果²⁾よりナーサリー児の家庭では時間をかけて食事をつくっている。全国調査では調理に多く時間をかける家庭ほど栄養摂取量²⁾が多いという傾向がみられている。したがって、ナーサリー児の家庭では全国水準より栄養摂取量は多いと推察される。これは、あとの結果4(1)の中の献立分析で全国水準と比較した6群食品分類法による栄養摂取バランスのよさでも示されている。

(2)料理の好き嫌い
 家庭の料理で子どもが好むものを尋ねたが、52種に分散し、おさしみ、ぎょうざ、ハンバーグ、カレーライスが各3名、他は2名から1名である。嫌いなものは、生野菜サラダ3名、他は2名、1名で25種があげられている。なお、5名(25%)の子は嫌いなものなしと記入されている。好きなものには、蛋白性食品の料理がもっとも多く19種、つぎにめん類、すしなどの主食6種、3位に野菜類5種となっている。嫌いなものは1位が野菜類11種(うち半数が生野菜)、2位蛋白性食品7種である。つぎに野菜料理の好きなものをみると、37種あげられ、調理法別にみると、生野菜、炒めもの、煮物の順になる。生野菜は嫌いなものも多いが、好きな調理法にもあげられている。

(3)食事の自立(保育所との比較)
 家庭での食事の自立状況をナーサリー給食時と比べてみると、表6のようになっている。家庭では3歳児で少し手伝うが80%である。おなじ3歳児が施設ではひとり

で食べるが80%、少し手伝うが20%である。保育所入所後間もない1歳児のひとりが家庭では半分ぐらい手伝うのに施設では殆んど食べさせている。しかし、この1名を除いた他の子どもはすべて家庭よりも施設での自立度が高くなっている。図3は全員について家庭と施設との比較をしたものである。

表6 食事の自立

	1歳N=8		2歳N=6		3歳N=5	
	家庭	ナーサリー	家庭	ナーサリー	家庭	ナーサリー
殆んど食べさせる	12.5%	25.0%	0%	0%	0%	0%
半分ぐらい手伝う	37.5%	25.0%	50.0%	33.3%	0%	0%
少し手伝う	50.0%	37.5%	16.7%	33.3%	80.0%	20.0%
ひとりで食べる	0%	12.5%	33.3%	33.4%	20.0%	80.0%
計	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

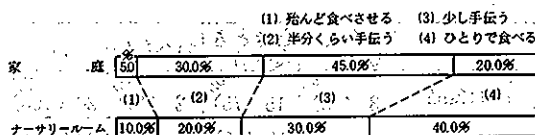


図3 食事の自立

(4)間食

おやつについては、毎日与えるもの85%(17名)、与えないもの15%(3名)で、殆んどの子がおやつを食べている。量をきめているものは65%(11名)、欲しがるだけ与えるもの29%(5名)、無答6%(1名)で大部分のものは分量をきめて与えている。主に与えるおやつの内容は、くだもの、牛乳、乳製品、果汁、せんべい類が多く、それぞれ35%を占める。スナック菓子、ケーキ、和菓子、菓子パン、キャンディ、ガムなどは少く(各1名)、小魚せんべいを与えるなど、おやつにも栄養を考えていることがうかがえる。

おやつに関する時間は、さきの(1)生活時間のところに一括した。

(5)外食他

母親が仕事をもつために外食、店屋もの惣菜物などを利用することが多くなるのではないかと、その実態を把握するために、これらの利用頻度を調べた。外食は、平日は全く食べないものが63.2%、ときどき食べるが36.8%であり、よく食べるものは0%である。土・日曜は全く食べないものが15.0%と減少し、ときどき食べるが60.0%、よく食べるが25%と増加している。店屋もの利用

は曜日にかかわらず、よく食べるもの0であり、時どき食べるが平日15.8%、土・日60.0%、全く食べないもの平日84.2%、土・日曜40.0%の結果がでている(表7)。外食では、土・日が主であるが、中華料理9名、すし8名、焼肉6名が上位である。店屋もので主として食べるものは、日本そば・うどんが一番多く(8名)、つぎに中華そば(5名)、うな重(5名)、すし(4名)の順になる。

表7 外食・店屋ものの利用状況

		全く食べない	ときどき食べる	よく食べる	計
		%	%	%	%
外食	平日	12(63.2)	7(36.8)	0	19(100.0)
	土・日曜	3(15.0)	12(60.0)	5(25.0)	20(100.0)
店屋もの	平日	16(84.2)	3(15.8)	0	19(100.0)
	土・日曜	8(40.0)	12(60.0)	0	20(100.0)

表8 冷凍食品・調理済み食品の利用状況

	よく食べる	ときどき食べる	食べない	計
	%	%	%	%
冷凍食品	3(15)	15(75)	2(10)	20(100)
そうざい類	1(5)	10(50)	9(45)	20(100)
弁当類	0()	3(15)	17(85)	20(100)

つぎに、調理済み食品の利用状況として、冷凍食品、惣菜類、弁当類に分けてみると、表8のようになり、冷凍食品はよく利用する15%、ときどき食べる75%、全く食べないもの10%である。惣菜はよく食べる5%、ときどき食べる50%、食べないもの45%で、食べないもの半数弱となっている。弁当類は全く食べないもの85%、ときどき食べるもの15%で、よく食べるは0%である。冷凍食品では、ミックスベジタブル(8)、いんげんなど野菜類(8)、しゅうまい・ぎょうざ類(7)、ピザパイ(4)などがよく利用されている。惣菜類ではコロッケ(7)が多く、次にしゅうまい・ぎょうざ(3)である。全体を通して、弁当類などの完全調理済みの利用は少なく、半加工品の冷凍食品の利用が多いといえる。

4. 家庭の3日間の献立の分析

(1) 全体的傾向

ナーサリーの子どものうち、乳児を除いた20名(対象児)に週日3日間の朝食、夕食の調査を行った。まず、朝食ぬきなどの欠食は皆無であった。全体の食事ごとの食品の組合せを、①蛋白性食品、②野菜・果物類、③澱粉性食品の三つに分けてみると、三食品群を組み合わせた

食事は、120食中85%(102食)、①と③の食品群のものが13%(16食)、①と②の組合せ、②と③の組合せがそれぞれ1%(1食)である。三食品群組み合わせたバランスのよい食事が大部分であり、野菜の抜けた①と③の組み合わせは朝食に多い。

表9 六つの基礎食品の摂取状況

	朝食	夕食
欠群	食事数()%	食事数()%
なし	10(16.7)	13(21.7)
1群	16(26.7)	1(1.7)
2群	12(20.0)	32(53.3)
3群	41(68.3)	19(31.7)
4群	18(30.0)	1(1.7)
5群	2(3.3)	2(3.3)
6群	16(26.7)	6(10.0)

六つの基礎食品(6群分類法)

- 1群 魚・肉・卵・大豆
- 2群 牛乳・乳製品・小魚(海草)
- 3群 緑黄色野菜
- 4群 その他の野菜・果物
- 5群 米・パン・麺・芋
- 6群 油脂

つぎに、これらの食事を6群分類法(六つの基礎食品)に照合してみると表9になる。朝食にもっとも欠けているものは3群の緑黄色野菜(68.3%)であり、つぎが4群の緑黄色以外の野菜・果物である(30.0%)。夕食に欠けているものは、2群(牛乳・乳製品・小魚・海草類)の53.3%が第一で、次いで3群(緑黄色野菜)が31.7%になっている。昭和57年国民栄養調査¹⁾(厚生省)の中に、保育園児の朝食と夕食を調査したものがある。第10表は、この調査結果とナーサリー児の比較を行ったものである。ナーサリーでは朝食4点以上(76.7%)、夕食5点以上(80.0%)がそれぞれ大部分を占め、国民栄養調査より栄養バランスがよくなっている。

(2) 個別的検討

つぎに、個別的に3日間の食事の栄養バランスをみてみると、a. 3日間ともに6群を摂取しているもの35%(7名)、b. 1~2日バランスに欠けるもの55%(11名)、c. 3日とも6群が揃っていないもの10%(2名)である。a.とc.について、幼児身体発育パーセントイル(昭和55年厚生省調査)から発育の状況、ナーサリー3か月間の病欠欠席(調査前3か月、4~6月期)日数から健康状

表 10 栄養バランス得点の比較

得点	ナーサリー児		国民栄養調査	
	実数回	割合%	実数回	割合%
朝 食	0点	0	2	0.5
	1点	0	5	1.4
	2点	3	47	13.1
	3点	11	101	28.0
	4点	24	95	26.4
	5点	12	82	22.8
	6点	10	28	7.8
夕 食	0点	0	0	0
	1点	0	0	0
	2点	0	11	3.1
	3点	2	29	8.1
	4点	10	81	22.5
	5点	35	159	44.1
	6点	13	80	22.2

※昭和57年度国民栄養調査(厚生省)保育園児360名
※得点は1群ごとに1点

態をみてみる。a. 7名のうち、1名は身長・体重とも大、4名が身長・体重とも小であり、c. の1名は身長大で体重中、他は身長・体重ともに中である。一方、病欠でみると、a. の2名、c. の1名が8日～12日に含まれるが他のa. とc. の子は病気が少ない。したがって、献立分析の栄養バランスがよければ発育や健康がすぐれていると一概にはいえず、身体が小さいからこそ栄養バランスを考えているものも多いといえる。

なお、対象児全員の発育と病欠の状況はつぎのようになっている。

対象身長発育	身長	体重	身長と体重
大	75～79	5人	3人
中	25～75	12	11
小	～25	3	6
3か月の病欠欠席日数	0日	1～2日	3～7日
人数	3人	3人	9人
5. 保育効果	4人	1人	

(1) 保育所における食事状態の変化
ナーサリーに入室当初の給食摂取の状態がどのように

変化したか、子どもの個人記録からその保育効果をみてみる。食事の問題行動は1名でいくつかに重複しており、その解決までの時期も個人差がある。さらに入室時の年齢もさまざまであるが、1～2歳児の給食への適応状況を示すものとしてまとめて整理してみた。それは次のようになる。

	人数(%)	入室後経過時期
給食にすぐ慣れる	12 (60)	1～2週
嫌いなものも食べるようになる	9 (45)	2～12月
むやみと食べず定量になる	3 (15)	3～6
食の細い子が定量になる	2 (10)	3～8
食べさせなくても自分で食べる	2 (10)	2～3
おかわりがいえるようになる	1 (5)	6
食事中立たなくなる	1 (5)	2

以上のように、当初は給食にすぐ慣れるもの60%で、残りの40%は何らかの抵抗を示している。給食への適応はそのまま日常の保育にも反映し、食事問題が解決すると急速に保育所生活が活発になり、心理的安定がみられ、集団生活に適応するにつれ食事問題も解決していく。しかし、ただ保育所生活を重ねれば解決していく問題ではなく、保育者の日常の働きかけが大きな役割を占めている。保育者の工夫や働きかけをみると、細かく切って食べさせる、半量ずつ盛りつけてみる、はげます、保育者が食べてみせる、他の子の食べているのをみせる、よく食べる子の隣席にするなど、さまざまの苦心をしている。それでも、早い子で2か月、遅い子になると1年の期間かかって問題解消にたどりついている。また、食事には人間関係が大きく影響し、集団生活で皆と食べる楽しさが食欲を増加させることに加え、新入室児に保育者の手がかかると退行現象をみせる、新入室児が入ってから自分で食べるようになる、2歳クラスになって急によく食べる、慣らし保育の担当保育の時だけ食べる——と種々の現象がみられる。

(2) 家庭と保育所
食事の自立については3家庭の食事状況(3)のとらでふれたように、家庭では手伝ってもらい乍ら食べる子がナーサリーではひとりりで食べるなどの保育効果がみられる。子ども達どうし、保育者の働きかけが刺激となって自立をうながすことになっており、家庭では子どもの甘えと母がゆくり待たずに手伝うことが、この違いになっていると思われる。偏食についても、ナーサリーで偏食のない子60%であるが、家庭では25%になっている。さらに家庭では、嫌いなものを食べず好きなものを食べる子が多いのに、ナーサリーでは偏食のある子も嫌いな

ものを何らかの形で食べている。ナーサリーで食べることで家庭でも、食べられなかったものが食べられるようになっていくことが、母親からの報告に示されている。

つぎに、とくに食事に問題のある幼児2名について保育効果をみている。

事例① O. S. (M. 4歳1月)入室後1年2か月

入室当時は、御飯、めん、繊維のない果物、菓子しか食べず、家庭でも偏食がひどく困っているが、母親自身偏食で、保育者が問題とするほどには問題視していない。ナーサリーでも好きなものは、白いごはん、みかん缶づめ、桃の缶づめで、嫌いなものは魚、肉、緑黄野菜であり、食べさせると吐く、のみこまず口にいられている、嘔むようにさそうと見せかけに口を動かすという状態であった。食は細く、食事になると腹痛を訴えてトイレに立つ。身長は50パーセントイルに位置しているが体重は10パーセントイルと軽く、やせていて腎(でん)部にしわがあり、すぐ「疲れた」という子であり、病欠が多い子である。友だちと一緒に食事をし、保育者のはげましの毎日の給食を重ね、涙をうかべながら嫌いなものを「おいしいね」といって食べるようになり、量も半量ぐらい食べるように進歩し、1年後には、大体定量を食べるようになった。体重も23パーセントイルから50パーセントイルと増加し、体力を増し声も大きくなって活動的になってきた。家庭でも偏食が少なくなり、入室から1年2か月経過した調査時点では、家庭での好きな料理にコロッケ、春巻、マーボー豆腐、野菜料理で好きなものに野菜いため、里芋の煮物、肉じゃががあげられるまでになっている。本児のばあい、母親自身が偏食のため、保育所給食の効果はいっそう大であり、今後の成長や性格にまで影響を与えたといえる。なお、3日間の献立調査では、1日1群(緑黄野菜)、他の2日は2群(乳製品、小魚類)が欠け、3日とも6群揃わないCグループの1人である。

事例② T. A. (F. 3歳1月)入室後5か月

本児は離乳期から好き嫌いが激しく、現在も偏食と小食に母親が悩んでいる。家庭料理で好きなものは干物の魚、かまぼこ、オムレットで、野菜料理では冷凍コーンのバター炒めである。献立をあれこれ用意しても、ごはんは生玉子で終ったり、ひどい時は、朝ヤクルト一本、夕食桃のかんづめ1個などの時もある。白いごはんは食べるが、魚・肉、チーズ、クラッカー、クッキーなど嫌い、一定の調理法でない食べない(魚は干物、じゃがいもはフレンチフライだけなど)。身長は中(30パーセントイル)、体重は小(20パーセントイル)であるが、病欠もせず元気に動いているので、母親も無理強いしていな

い。間食もせず、家族が食事していても欲しがらない状態である。ナーサリー入室当初は嫌いなものは口を結んでしまい食べなかったが、口に入れてやると食べるようになり、次第に嫌いなものも少しずつ食べられるようになった。はじめの緊張がとれ、遊びが活発になるとともに食事量も増えてきた。現在、白いごはんなど好きなものは半分位までさっさと食べ、そのあとただらになり「まだ食べる」と時間をかけて食べている。母親は保育者から現在の給食時の様子の報告を聞いても、家庭の食事のとり方からみて信じられないといっており、嫌いなものを口にする子どもの姿を一目見てみたいともいう。家庭の食事に影響を与えるまでに至らないがナーサリーでは入室後5か月で著しい進歩をみせている。しかし、まだ食事時に楽しそうな表情をみせず、もう一步である。3日間の食事調査では献立がバランスよくても、本人がひどく偏った食べ方をしている結果がでてくる。

6. 給食者と保育者相互の役割体験

給食者(栄養士・調理師)と保育者が遊離した形で、それぞれの分担に精励しても、保育所児の給食を向上させていくことはできない。互いの役割分担を体験し、理解しあって協力できるように、給食者が保育の給食現場を見学し、保育者が給食の調理実習をした。給食見学は栄養士1名、調理士5名で1名が2日～3日行い、調理実習は保育者5名がそれぞれ朝9時から午後5時までの1日体験とした。給食者は、給食に従事して1～5年、保育者は2～14年の経験者であるが、全員初めての体験であった。それぞれ各自の感想をまとめると、次のようになっている。

給食者は、①子どもたちが食べるのを実際に見ることにより、食べやすさ(形態・量)などがよくわかり、今後の給食づくりに参考になった。②子ども向き献立と思っていたものが1～2歳児には不適当なものもあり、献立を検討するのに参考になった。③保育者がひとりひとりに根気よく食べさせているのに感心し、その苦労がわかった。④こぼしたり、落したり、食事時の世話の大へんなことがわかった。⑤家庭ではこんなに食べないだろうと思われる子がよく食べており、食べる雰囲気(皆で食べる環境)の重要さを感じた——等の感想をのべている。さらに、①できれば一緒に食事をしたり、食べさせることに参加したかった。②子どもたちが食べることに真剣で味や好物について聞けなかった。③全体的に「おいしい」という言葉は聞いたが、何がおいしかったのか、どうおいしいのか聞けなかった。——これらの条件を満たせば、さらに深く知りえただろうという要望や反省も聞かれた。

保育者は、①乳児の体重によって調乳を変え、離乳食、移行食、幼児食と、幾段階にもわかれた献立・調理が進められる作業に、栄養士・調理師の仕事の大変さを理解した。②月1回の職員の検便、容器や調理器具の熱消毒など衛生面の配慮がわかった。③家庭料理とちがい、調理用具の大きさに驚き、その扱いの技術に感心した。とくに、大きな包丁で大量の材料を1～3歳児向けのサイズに細かく切る作業の手際よさは見事だった。④大量の味つけは、容器何杯かの計量なので、回数に神経をつかった。⑤調理を実習して、これまでの検食票記入が漠然としていたことがわかり、給食者の知りたいことを適切に報告できるようになった。⑥実習で給食者と一日すごしたことで、これまで食事の受け渡しの交渉だけの時とちがい、気楽に、その都度、具体的なことを伝えあうことができ、実習は大変有効であった。

以上に記したように、相互に相手の職場の体験をしたことは、それぞれの仕事が互に関連し、子どもの給食をよりよくしていく上で協力体制が必要であることを身をもって理解することになった。なお、給食者が子どもの食事にかかわることへの要望は、1～2歳児の子どものとって見慣れない人の働きかけは、かえって動揺を与えるため果せなかった。

IV 考 察

1. 給食の摂取状況

検食票から、1～3歳児のとくに好むものとしてスパゲティ、フレンチサラダ、かぼちゃ煮物、白い御飯、ホットドックなどがあげられる。味のよさと大きさや固さなどの食べやすさである。一般に保育所給食では、いわゆる集団給食の簡便さと子どもの好みから皿盛りの主食（混ぜご飯、チキマホン、カレーなど）が多くなる。保育園児は保育所の食事に慣れ、家庭でも白い御飯を嫌うといわれる。ここで白い御飯が上位にあげられているのは、給食者側の家庭的献立と味つけへの配慮によるものと考えられる。同じように、他の保育園や家庭では好まれない野菜料理（かぼちゃ煮つけ、人じんグラッセ、さつまいも、粉ふきいも）が好まれているのも調理法によるといえよう（この施設の給食者は、併設病院栄養科に属し、その献立と味の良さは定評があり、ナースリー園児の母親たちも、当病院での出産時に食事をしてるので、本施設の給食には信頼をおいている）。食べやすさは、検食票を指標に1～3歳児向きに常に改善が試みられているからであろう。なお、1～3歳児には良く食べるものとして主菜があげられていないが、年長幼児で

は「松風焼き」（鳥ひき肉、卵、白ごま、味噌）、「卵グラタン」（ゆで卵、マカロニ、ハム、玉ねぎ）、「ビーフスコッチエッグ」、「鳥のクラッカー揚げ」などの主菜が良く食べる料理の上位にあげられている。これらの主菜は、1～3歳児では好んで食べても、おかわりを要求するほど（良く食べる）の量を食べていないといえる。検食票では、好んで食べるものを量でとらえていたが、好んで食べたものと量の要求とを区別する検食票の形式を再検討したい。

つぎに子どもたちの残しの多い料理について考察すると、「みかん缶のおろし和え」「ピーマンバターいため」「小豆御飯」などがあげられ、これらは1～3歳児の嗜好に合わないもの、あるいは家庭献立にないものであると思われる。その他、ほうれん草バターいため、ピーマンバターいため、もやし油いため、白菜の煮物、などは繊維が長く噛みにくいために、嫌われているといえよう。また1～2歳児に噛みにくいものとして、ソーセージ、ちくわなどの他、小豆・グリーンピースなど皮が舌先に残るものが残しが多くなっている。こうした食品は、家庭では子どもが噛みにくいものを、嫌う食品として献立から排除してしまう。このようなことが、現代の子どもの噛む力の弱さ、あごの発育の不十分さの誘因にもなっている。1～2歳児の給食の残しの多い食品については、噛む能力を育てる、食品の幅を広げるという視点から調理法を考慮して供与していきたいものである。また、家庭の献立にも積極的にとりいれるように、具体的な調理法を教えながら指導していく必要がある。

2. 年少幼児の食べ方

(1) 食事行動の発達をみると、「コップを片手で持つこと」は1歳児で87%であるが、他の「スプーンでこぼさず食べる」「フォークの使用」「片手で皿をおさえて食べる」「こぼしたものを皿にのせる」「よく噛める」「固型物を上手にのみこむ」ことすべてが3歳児に80～100%に達し、3歳児で食事行動は（箸の使用を除き）、おおそ完成するといえる。1歳児は噛むこと、固型物をのみこむことが上手にできないもの50%、2歳児では25%前後おり、1～2歳児の給食の作り方と与え方がとくに配慮されなければならないことを示している。これはサンドイッチや稲荷ずし、おにぎりの食べ方（1～2歳児の大部分の子が形をくずしてしまう）にも明らかである。また、食事量では1歳児の半数が「むら食い」であり、2～3歳児になると体調がくずれない限りコンスタントになっている。1歳児は環境や気分によって左右されて食事量が変化するといえよう。調理形態は、現在の調理形態（大根、人じん、ピーマンなどの1.5～2cm角、線切

り4cmの長さ、スパゲティ半分の長さ、ピカタやハンバーグ成人の半量の大きさ)が殆んどの子に適切であり、1歳1名と2歳の障害児1名にはものによって大きすぎるもの長すぎるものがある程度である。したがって、1〜3歳児への調理形態は現給食の形が適当であるといえよう。

(2)食事の問題行動は、姿勢が悪い、好きなものだけ食べる、気が散る、噛まずにのみこむなど10行動、延べ52人(260%)になる。また、嫌いなものについては、食べさせないと食べない、吐き出す、のみこまず口に含んでいるなど10行動35人(175%)になる。保育者はこれらのさまざまな問題行動にひとりひとり対処しながら、食事の自立への手助けをしているといえる。1〜2歳児の食事には如何に保育者の手がかかるかがわかるとともに、このような働きかけがなければ必要量も食べないで終わってしまうといえる。

3. 家庭の食事

食事に要する時間は朝食の平均15分、夕食25分であり、母親が食事準備に要する時間は朝食準備24分、夕食準備54分になっている。起床から朝食までの平均時間は平均42分であるが、国民栄養調査(昭57)¹⁾の保育園児と比較すると、保育園児は起床から30分以内で朝食をとるものが75%弱、ナーサリー児は30分以上が75%であり、ナーサリー児は起床から朝食までの時間の余裕があるといえよう。また、夕食準備の所要時間は厚生省調査²⁾(母親が仕事を有するもの)の60分以上が11.8%に対し、ナーサリーの母親は30.0%と、時間をかけている。全国調査²⁾では調理に多く時間をかけるほど栄養摂取量が多いといわれ、その点、ナーサリーの家庭では全国水準より栄養摂取量が多いといえるかもしれない。間食についても、国民栄養調査で¹⁾もっと多い「スナック菓子」は殆んどなく、牛乳、乳製品、くだもの、果汁、せんべい類で、小魚せんべいを与えるなど、栄養を配慮したおやつを与えている。外食・店屋もの、弁当類の利用も少なく、仕事をもつために食事を投げやりに行っていることはみられない。

3日間の献立を分析すると、3日間とも6群分類法の6群揃っているもの35%、1〜2日6群に欠けるもの55%、3日とも6群揃っていないもの10%で、全体として栄養バランスが考えられているといえ、国民栄養調査¹⁾と比較しても朝食・夕食ともに栄養バランスがよくなっている。これは、本施設の母親たちが高学歴で専門職のもの多く、他の保育所の母親より栄養の知識があることと比較的時間の余裕のある職種に従事しているからと考えられる。家庭に対して栄養面よりもむしろ食べさせ方に指導が必要である。それは、ナーサリーでひとり食

べられる子が食べさせてもらい、嫌いなものを食べられる子が家庭では食べなかったりしているからである。献立のバランスがよくても子どもが好きなものしか食べなければ意味がない。仕事をもつ母親は多忙のため、子どもをせかし、待てずに手をかけてしまう。また、日中子どもと離れているので必要以上に甘やかす傾向もある。親が食事を重要と考えているだけに、子どもは食事のトラブルで母の関心をひき手をわずらわそうとする。この悪循環が家庭での食事問題を大きくしていると考えられる。

4. 保育効果

入室後1〜2週間で新しい食事環境になじむものは60%である。1〜3歳児の40%は給食に抵抗があり適応までに1〜2か月かかる。給食への適応は保育所生活への適応のパロメーターであり、集団生活への緊張がとけ活発になると食事を楽しむようになる。食べさせないと食べない、嫌いなものは食べない、食が細い、むやみと食べるなど食事上の問題は、友だちと一緒に食べる経験と日々の保育者のはげましや援助とによって解決されていく。大体2〜3か月でこれらの保育効果がみられるが、とくに食事問題(極端な偏食、食欲不振)をもつ子どもは長期間かかる。それでも、半年〜1年経過すれば嫌いなものも食べられ、量も定量食べるようになっていく。ナーサリー生活によって、家庭ではできなかった食品摂取の多様化および食事の自立が、母親にも認められている。

5. 給食者・保育者相互の役割体験

保育者と給食者が互いの相手の仕事を実際に体験し、給食者は1〜3歳児の食べ方まで、子どもへの親近感、仕事への充足感を持ち、より適切な献立・調理への意欲が高められ、保育者は給食のつくられる過程を学び、給食を与える例としての自覚を強め、給食者に役立つためのより適確な検食票の提示ができるようになった。さらに、相互の理解が深められ、給食には両者が緊密に結びついていること、また、結びついていかなければならぬことを実践的に体得したのである。

V 結 び

われわれは、実践と結びついた研究を意図し、保育所給食に能動的にかかわりながら研究をすすめた。すなわち、給食者と保育者の相互の役割の体験的認識をもつ機会をつくること、給食者・保育者が家庭での子どもの食事状況を把握できる資料を得ること、家庭の食事分析と施設での子どもの食事行動をもとに母親を指導すること、

星 他：年少幼児の保育所給食に関する研究

母親に調理現場と給食状況の見学を通して給食への関心をもたせることなどである。

ナーサリールーム保母，ならびにナーサリールームの保母の方々へ深く感謝して結びとする。

本研究が対象とした保育施設は，研究所・病院と併設された小規模保育施設であり，保護者の学歴・職種・経済のレベルが高く，かなり特殊といわなければならない。しかし，給食にかかわる諸要素，つまり，献立・調理担当者と，子どもに給食を摂取させる保育者，および家庭を相互に関連づけての研究は，研究の方向づけの一つの試みとなり得たと思う。

また，年少幼児，とくに1～2歳児の給食の問題点を把握することができ，この年齢期の給食(献立・調理形態など)と給食の摂取させ方には，年長幼児と異なる配慮が必要であることが明らかになった。この時期は，食事の自立への時期であると同時に，しつけの困難な年齢であり，働く母親への助言・指導も保育者に要求される。1～2歳児期は，食事習慣の確立される時期であり，この時期の食生活は，成長期の子どもの発育に影響を与えるばかりでなく，生涯の食習慣にもつながっていくのであり，給食のもつ役割はきわめて大きく，年少幼児の保育所給食に関する研究の発展がのぞまれる。

ここに，本研究に協力いただいた愛育病院栄養科職員，

- 文 献
- 1) 厚生省公衆衛生局栄養課編「昭和59年版国民栄養の現状」(P.43, 135, 143) 第一出版
 - 2) 厚生省公衆衛生局栄養課編「昭和58年版国民栄養の現状」(P.39, 40, P.43) 第一出版
 - 3) 北郁子編著「食事と保育」1979年，全国社会福祉協議会
 - 4) 藤沢良知「現代の子の食と健康」1981年，第一出版
 - 5) 水野清子他「離乳期に於ける離乳食に関する研究」(第2報)——調理形態について——日本総合愛育研究所紀要第11集，昭和50年
 - 6) 相川りえ子「幼稚園児の食品の嗜好について」栄養学雑誌40巻6号1982年
 - 7) 荒井昭代「家庭における幼児の間食について」栄養学雑誌37巻2号1979年
 - 8) 藤沢良知他「子どもの食事時間」小児保健研究42巻4号1983年

Study on Providing Meals
for Younger Children at Day Nursery

Sect. 8 Michiko Hoshi

Reiko Yukawa

Sect. 4 Masako Doi

To provide meals for younger children at Nursery Institution, all-round study on such fields as nutrition, cooking and nursing is required. It is also important to grasp the feeding situations of the children at their homes and to study on the guidance for their mothers.

The purpose of this study was to grasp the actual status and points at issue about the provision of meals at day nursery, connecting the persons in charge of preparing meals, nursery teachers and children's families with one another. In this study, we attempted to present a model of the method of study, tying up various elements constituting the provision of meals at day nursery to one another, whose point of sight has long been overlooked in the study of day nursery.

Since there has been less study on younger children in the studies of providing meals at day nursery compared with the studies on the infants in weaning period and older children, we tried particularly to aim at grasping the actual status of the younger children from 1 to 3 years old.

Method: 1) Analyze the children's intake conditions of the nursery meals based on the evaluations for meals by nursery teachers, 2) the way of eating day nursery meals, 3) investigation of meals at children's homes, 4) exchange the role of those in charge of preparing meals for that of nursery teachers.

Subjects: Twenty children of Boshi-Aiiku-Kai Nursery Room (excluding children up to those having baby food), 8 one-year-olds, 6 two-years-olds, 5 three-years-olds and 1 four-years-old. Five nursery teachers, 2 nutritionists and 9 cooks of Nutrition Sect. of Aiiku Hospital cooperated in this study.

星 他：年少幼児の保育所給食に関する研究

附 1

子どもの名前 _____

生年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

入室 _____ 歳 _____ 月

調査日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

身長 _____ 体重 _____

年 齢 _____ 歳 × 月

4~6月 病欠欠席日数 _____

1. 食品の好き嫌い

1) 好きなもの

_____ (なぜ?) 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, その他()
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, その他()
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, その他()

2) 嫌いなもの

_____ (なぜ?) 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, その他()
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, その他()
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, その他()

3) ナーサリーで変化がみられたもの()

2. 献立の好き嫌い

1) 好きなもの

_____ (なぜ?) 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, 調理形態, その他
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, 調理形態, その他
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, 調理形態, その他

2) 嫌いなもの

_____ (なぜ?) 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, 調理形態, その他
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, 調理形態, その他
 _____ 味, におい, 色彩, 舌ざわり, 固さ, 調理形態, その他

3) ナーサリーで変化がみられたもの()

3. 食 欲

1) 食欲がある ふつう ない
 2) 沢山食べる ふつう 食が細い むら食い
 3) ナーサリーでの変化()

4. 食べる状態

• 気が散って時間がかかる ふつう 集中して食べる
 • 食べ方が遅い ふつう 早い
 • よくかむ ふつう かまずにのみこむ
 • 交互食べができる 一品ずつ食べていく 好きなものだけ食べる まぜてしまう
 • 他の子のもたべたがる
 • 姿勢よく食べる ふつう 姿勢悪い
 • 途中で立ち上る 途中で遊びはじめる
 • 嫌いなものをどうするか
 a. 舌で押し出す b. 入れても吐き出す c. 手で押しやる d. 床に捨てる
 e. 保育者が食べさせないと食べない f. 「モウオナカイッパイ」と云って食べない

- g. がまんして食べる h. 他の子の皿にのせる i. その他 ()
 ・自分のだけ食べる

5. 食べ方の発達

	○ 大体できる	△ 時どきできる	× できない
コップを手に持って飲める	両手 片手	○ △ ×	才 ___ 月から
スプーンで殆んどこぼさず食べる		○ △ ×	才 ___ 月から
フォークが使える		○ △ ×	才 ___ 月から
片手で食器をおさえて食べる		○ △ ×	才 ___ 月から
こぼしたものを自分で拾って皿のすみにのせる		○ △ ×	才 ___ 月から
よくかむことができる		○ △ ×	才 ___ 月から
固型物のみこむのが上手になる		○ △ ×	才 ___ 月から
おかわりが要求できる		○ △ ×	才 ___ 月から

つぎの献立はどうやって食べますか。

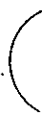
	○ 大体できる	△ 時どきできる	× できない
サンドイッチ重ねたまま食べる		○ △ ×	
ジャムロールそのまま食べる		○ △ ×	
ハンバーガーはがさずに食べる		○ △ ×	
汁もの、汁と実を適当に食べる		○ △ ×	
三色ごはん、カレーなど御飯と具と一緒に食べる		○ △ ×	
いなりずし、はがさずに形のまま食べる		○ △ ×	
おにぎり、形のまま食べる		○ △ ×	
ハンバーグ、魚のムニエルなど自分で小さくして食べる		○ △ ×	

つぎの食品の大きさ、長さは丁度よいですか。

	イ. もっと大きい方がよい	ロ. 丁度よい	ハ. もっと小さい方がよい
スパゲティの長さ			イ □ ハ
中華そばの長さ			イ □ ハ
冷し中華、やきそばのきゅうりや人じんなどの長さ			イ □ ハ
粉ふきいも、さつまいも、かぼちゃの大きさ			イ □ ハ
サラダ、ソテーのトマトやきゅうり、ピーマン等の野菜の大きさ			イ □ ハ
魚、ハンバーグ、から揚げなどの大きさ			イ □ ハ

6. 本人の食事にみる保育効果

入室後どのくらいの期間でナーサリーの食事に慣れたか



7. 本人の食事の特徴

附 2

お願い

ナーサリールームの食事をよりよくするために、ひとりひとりのお子さんの家庭での食生活の実態を知りたいと思います。お忙しいと存じますがよろしくお願いいたします。

御記入の上、封をなさってナーサリールームの先生にお渡しください。

愛育病院栄養科

お子さんの名前 _____

1. 家庭で次のものを食べさせていますか。○△×のいずれかを○でかこんで印してください。(ナーサリーの献立より)

	○よく食べさせる	△ときどき食べさせる	×食べさせていない
白いごはん	○ △ ×	おでん	○ △ ×
小豆ごはん	○ △ ×	白菜と厚揚げの煮物	○ △ ×
カレーライス	○ △ ×	もやし油いため	○ △ ×
スパゲティナポリタン	○ △ ×	ミックスベジタブルバターいため	○ △ ×
スパゲティミートソース	○ △ ×	ほうれん草バターいため	○ △ ×
五目やきそば	○ △ ×	ピーマンバターいため	○ △ ×
冷し中華	○ △ ×	ほうれん草おひたじ	○ △ ×
ホットドック	○ △ ×	人じんのグラッセ	○ △ ×
おすまし	○ △ ×	かぼちゃの煮物	○ △ ×
味噌汁	○ △ ×	さつまいもの煮物	○ △ ×
スープ	○ △ ×	粉ふきいも	○ △ ×
ムニエル(魚)	○ △ ×	みかん缶の大根おろしあえ	○ △ ×
すきやき風煮もの	○ △ ×	レタス、きゅうり、みかん缶のフレンチサラダ	○ △ ×

2. 家庭での大体の食事、就寝の時間を記入してください。

起床 _____ 時 _____ 分頃；朝食 _____ 時 _____ 分頃 { お子さんが食事に要する時間 _____ 分ぐらい
お母さんの準備や調理に要する時間 _____ 分ぐらい

就寝 _____ 時 _____ 分頃；夕食 _____ 時 _____ 分頃 { お子さんが食事に要する時間 _____ 分ぐらい
お母さんの準備や調理に要する時間 _____ 分ぐらい

3. 家庭のお料理でお子さんの好きなもの 1 _____ 2 _____ 3 _____
嫌いなもの 1 _____ 2 _____ 3 _____

特に野菜料理で好きなもの _____

4. 食事の仕方について

(1)ほとんど食べさせる (2)半分ぐらい手伝う (3)少し手伝う (4)ひとりで食べる

5. おやつについて。(土曜・日曜を除く)

- (1)与える
- ① _____ 時 _____ 分頃, 主に与えるもの ()
 - ②時間をきめていない(ほしがると与える)
- (2)与えない
- ①量をきめている
 - ②ほしがるとだけの分量を与える

6. 外食について。

- (1) (平 日) ①全くしない ②週に _____ 回ぐらい
 (土・日曜) ①全くしない ②時どき外食する ③よく外食する
 外食は主にどんなものですか。 1 _____ 2 _____ 3 _____

- (2) 自宅で店屋ものをとる。
 (平 日) ①全くない ②週に _____ 回ぐらい
 (土・日曜) ①全くない ②時どき食べる ③よく食べる
 店屋ものは主にどんなものですか。 1 _____ 2 _____ 3 _____

7. 調理済み食品他について。

- よく使う △時どき使う ×使わない
- 冷凍食品 ○ △ × 主に使うもの ()
- そうざいなど ○ △ × 主に食べるもの ()
- ほかほか弁当類 ○ △ × 主に食べるもの ()

8. 家庭でお子さんの食事について困っていること。

()

9. ナーサリールームの食事について御希望なさること。

()

10. 家庭の3日間の献立を記入してください。

		献 立	主な材料	よく食べた ○ 残した ×
今 日 (月 日)	朝 食			
	夕 食			
	間 食			
昨 日 (月 日)	朝 食			
	夕 食			
	間 食			
一 作 日 (月 日)	朝 食			
	夕 食			
	間 食			