

## 保育所・幼稚園における思い出調査からみたお弁当の役割 — 食育と領域「人間関係」の視点からの検討 —

本 多 恭 子                      真 鍋 顕 久

岐阜聖徳学園大学教育学部

### Recollections on the role of bento lunch boxes in nursery schools and kindergartens:

An examination of dietary education and human relations

Yasuko HONDA, Akihisa MANABE

キーワード：お弁当 思い出調査 食育 人間関係

#### I. はじめに

2005年、国民が健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育を推進することを目的として、食育基本法<sup>1)</sup>が制定された。2008年に改訂された保育所指針及び幼稚園教育要領においても健康な心と体を育てるために、望ましい食習慣の形成の重要性が明記された。このことから、とりわけ保育士や幼稚園教諭を目指す学生にとっては「食育」の重要性や役割を知り、食育への実践力を身に付けることが大切となることから、その視点に立って大学教育においても育成に努めることが必要となる。

体験活動の原点である幼児期における食体験は、幼児期以降の食行動にも関わっていくものと考えられる<sup>2)</sup>。現在の学生が過ごした保育所、幼稚園でどのような食育を実践し、それについてどんな思い出があったかを知ることにより、学生自身が食育をより身近なものとして捉えていくことができると考え、昨年、筆者らは将来保育士、幼稚園教諭を目指す学生を対象に、保育所、幼稚園での食に関する思い出調査を実施した。

その結果<sup>3)</sup>、保育所や幼稚園での通園先における「食」に関する体験として、「お弁当に関すること」が「楽しい思い出」の上位に挙げられていた。この結果は先行研究<sup>4)</sup>においても同様であり、加えて、上羽ら<sup>5)</sup>の思い出調査における報告でも、「食に関する幼稚園・保育所で良かったこと・楽しかったこと」に関するお弁当の記述として、「お母さんの作ったお弁当」、「お弁当を友達と交換」が挙げられていた。これらの結果から、保育所や幼稚園におけるお弁当は幼児期の「楽しい食事体験」として、現在まで思い出に残り、また、作り手である母親や通園先での友人、先生との関りを通して、豊かな人間関係を築く場としての期待ができると考えられる。

一方、保育所において、給食は、実施が義務化されているが、幼稚園では義務化はされていない。文部科学省、学校給食実施状況調査<sup>6)</sup>によると、全国の幼稚園給食の実施園数の割合は、平成8年では49.1%であったのに対し、平成18年では60.2%に増加し、今後も幼稚園における給食の実施は増加することが考えられる。

このようなことから、保育所、幼稚園において幼児が日常的にお弁当を食す機会は少なくなり、遠足や運動会など限られた行事のみに限られることが予想される。そこで、幼児期の保育所、幼稚園における「お弁当」が、現在の学生にとって、どのような体験であったかを検討することは、食育の役割や今後の課題を知る上でも有益であると考えられる。

本研究では、お弁当に着目し、保育専修学生を対象として、保育所、幼稚園時代におけるお弁当に関する思い出についての意識の調査を行い、幼児期のお弁当が食育としてどのような役割を担っているか、

また、保育生活の中で、とりわけ幼児期の人間関係との間にどのような意義を持つかについて検討し、今後の食育に関する授業の基礎資料を得るものとする。

## II. 方法

実施時期：2020年度前期に岐阜聖徳学園大学教育学部にて開講された「子どもの食と栄養Ⅰ」の第11回目の授業後に実施した。

対象者：調査対象者は受講学生29名であり、いずれも女子学生であった。

調査方法及び内容：調査は本学学修支援システム「マナログ」を用いて、調査の目的、方法について伝え、調査用紙の配布、回収を行った。調査内容は学生の「幼児期の保育所や幼稚園でのお弁当に関する思い出」に重点を置き、①対象者の通園先と通園年数 ②通園先での食事への思い出について ③通園先でのお弁当に関する思い出についてであり、質問項目は古郡ら<sup>7)</sup>の先行研究を参考に作成した。

なお、対象者への倫理的配慮として、無記名による調査で実施し、プライバシーの保護に配慮したこと、回答の有無や内容は成績とは無関係であることを文書で伝え、アンケートの回答を以て同意を得たものとした。

## III. 結果

### 1. 幼児期の通園先でのお弁当に関する思い出調査

#### (1) 対象者の幼児期の通園先と通園年数

調査対象者の幼児期の通園先は「幼稚園」13名(44.8%)、「保育所」13名(44.8%)と幼稚園、保育所の通園者が同数であり、その他として、「幼稚園」と「保育所」の両方に通園していたものが1名(3.4%)、不明の者が2名(6.9%)であった。また通園年数では「3年間」が17名(58.6%)と最も多く、次いで、「4年間以上」が9名(31.0%)、「2年間」が3名(10.3%)であった。

#### (2) 食事への思い出について

通園先での毎日の食事は「給食」であったとするものが26名(89.7%)と約90%を占め、お弁当はわずか1名(3.4%)であった。その他として、「白米のみ持参」1名(3.4%)、「給食の日とお弁当の日があった」が1名(3.4%)みられたが、対象者の通園先が、幼稚園と保育所で同数であったことから、幼稚園において、お弁当を実施している園が減少していると窺える。

また、通園先での「食事の思い出」について、表1に示した。結果は「楽しかった」が15名(51.7%)と最も高く、以下、「とても楽しかった」8名(27.6%)、「少し楽しかった」3名(10.3%)、「あまり楽しくなかった」3名(10.3%)であった。約80%の者が「楽しかった」、「とても楽しかった」のいずれかを回答し、「あまり楽しくなかった」と否定的な回答をした者は全体の10.3%であった。

表1 食事への思い出について

人数(%) n=29

とても楽しかった	楽しかった	少し楽しかった	あまり楽しくなかった	ぜんぜん楽しくなかった
8(27.6)	15(51.7)	3(10.3)	3(10.3)	0(0.0)

#### (3) お弁当に関する思い出調査

通園先での毎日の食事について「お弁当」と回答した1名を除く28名を対象に、通園先で「お弁当を食べたことがあったか」についてその有無を尋ねたところ(表2)、「はい」と答えた者が23名(82.1%)、「いいえ」4名(14.3%)、不明1名(3.6%)であり、80%以上の者が通園先でお弁当を食べた経験を有していた。「はい」と答えた23名を対象に「どんな時にお弁当を食べたか」について尋ねたところ、

表2 通園先で「お弁当を食べた機会があったか」と「どんな時であったか」について n = 28

項目	人数 (%)	「どんな時であったか」
はい	23 (82.1)	遠足 19 (82.6) 運動会 11 (47.8) 月に1回お弁当の日 2 (8.7)
いいえ	4 (14.3)	
未回答	1 (3.6)	

注) 「どんな時であったか」の回答については複数回答有、( ) は「はい」を回答した23名に対する割合

表3 お弁当の「作り手」について n = 24

項目	人数 (%)
母	21 (87.5)
母と祖母	2 (8.3)
未回答	1 (4.2)

表4 お弁当の思い出について 人数 (%) n = 24

楽しい思い出	嫌な思い出	覚えていない	未回答
20 (83.3)	0 (0.0)	3 (12.5)	1 (4.2)

「遠足運動会」が19名(82.6%)と最も高く、以下、運動会が11名(47.8%)、「月に1回お弁当の日」が2名(8.7%)であった。お弁当を食べる機会は、保育所、幼稚園での行事を通しての機会が圧倒的に多く、日常の保育所、幼稚園の生活でお弁当を食す機会はほとんど見られなかった。

「通園先でお弁当を食べる機会があったか」の質問について「はい」を回答した23名と通園先での毎日の食事が「お弁当」と回答した1名の合計24名を対象に、お弁当の作り手を尋ねたところ、「母」が21名(87.5%)と圧倒的に多く、以下「母と祖母」2名(8.3%)未回答1名(4.2%)であった。また、お弁当に関する思い出では、「楽しい思い出」と回答したものが20名(83.3%)と最も多く、「嫌な思い出」と回答したものは皆無であった。

また、「楽しい思い出」と回答した理由(表5)を尋ねたところ、「たまに食べるお弁当は特別感があって楽しかった」、「母親がお弁当に入れてほしいおかずを聞いてくれた」、「いつもと違う雰囲気新鮮だったから」、「好きなものしか入ってなくて嬉しかったから」などの回答が得られた。さらに、それらの記述から、特にお弁当への思い出の印象を表している記述や対象者に共通した記述に着目したところ、「たまに食べる特別感」、「好きなものが入っている」、「いつもと違う雰囲気」への印象が多く挙げられており、これらが、「楽しい思い出」としての記憶につながっているものと考えられた。その他、「家族やクラスの異なる友人と食べることができる」、「キャラ弁への嬉しさやお弁当の中身へのワクワク感」、「家族(お母さん)が作ってくれたお弁当」、「嫌いな食べ物や苦手な食べ物を強制されない」などが挙げられていた。

お弁当で好きだったおかずでは、それを順に3つ挙げてもらった(表6)。好きだった第1位のおかずは、「卵焼き」(7名)次いで「から揚げ」(11名)、第2位は「卵焼き」(10名)、次いで「ウインナー」(3名)、第3位は「ハンバーグ」(6名)、次いで「ミートボール」(3名)であった。

また、好きなおかずの順位に関係なく、上位3位は「卵焼き」(18名)、「から揚げ」(13名)、「ハンバーグ」(7名)であり、回答があった23名中、「卵焼き」は78.3%、「から揚げ」では56.5%の者が好きなお弁当のおかずとして挙げていた。

#### IV. 考察

荒井ら<sup>8)</sup>によると、従来、空腹を満たし栄養補給のための携帯食であったお弁当が、近年、教育的効果も期待できるとされ、また、手作り弁当持参の理由では、「子どもの感性をみがく」、「人に喜ばれる」、「感謝の気持ち」など道徳教育の課題にも見える内容が挙げられていると報告している。これらのことから、幼児期のお弁当も食の教育効果として期待ができ、食育推進の役割を果たすものと考えられる。

本研究では在学中の学生を対象に保育所、幼稚園時代の自身のお弁当に関する思い出について調査し、その結果を基に検討を行った。

毎日の食事としてお弁当を実施していた園に通園していた対象者は、1名(3.4%)と僅かであった。また、実施していなかった園でも82.1%の者が通園先でお弁当を食した経験はあったが、その体験はほぼ全員が遠足、運動会のいずれかを挙げ、日ごろお弁当を実施していない通園先でのお弁当の実施回数は1年に数回程度の体験であることが考えられた。

表5 通園先のお弁当が「楽しかった思い出」の理由について(自由記述)

- ・たまに食べるお弁当は特別感があって楽しかった。母親がお弁当に入れてほしいおかずを聞いて入れてくれた。
- ・いつもと違った雰囲気食べるのが楽しかった。
- ・たまに食べるお弁当はうれしかった。
- ・家族で楽しく食べた記憶があるから。
- ・いつもの給食と違った雰囲気新鮮だったから。好きなものしか入ってなくて嬉しかったから。
- ・好きなおかずをたくさん入れてくれたから。
- ・お弁当を食べたのが遠足などの行事だけだったので、お弁当はとても特別感があつた。好きなものが多く入っているので楽しみにしていた。給食は自分のクラスの子だけと食べていたが、遠足は園児全員でいたので他のクラス・年齢の子とも一緒にご飯を食べることができて嬉しかったから。
- ・特別感があつた。みんな違って楽しかった。
- ・友達と先生とお弁当の中身について話をしたり、お弁当のおかずの占いが描いてあつたりして、今日は何だろうとわくわくしながら食べることができたから。
- ・最初の園の時のお弁当で、キャラ弁を初めて作ってもらって嬉しかった思い出がある。
- ・お友達と一緒にお母さんのご飯が食べられるので嬉しい。嫌いな食べ物や苦手な食べ物が少なく食べることを強制されないから。
- ・毎日、給食だったため、たまに弁当だと好きな物をたくさん入れてもらえたから。
- ・好きなおかずが入っていたり、レジャーシートを敷き、いつもと違う雰囲気食べたりするのが楽しかったから。
- ・みんな集まって家族の作ってくれたお弁当を食べることが出来るから。
- ・キャラクターのお弁当で、みんなが「すごいね!」と言ってくれたから。
- ・いつもは給食だったため、特別感があつた。
- ・イベントの時がお弁当だったから。
- ・毎日食べられないお弁当を食べられるため特別感があつた。
- ・あまり覚えていませんが、たまに食べるお弁当の時間が楽しかったから。

表6 お弁当で好きだった「おかず」について

	好きなおかず第1位	好きなおかず第2位	好きなおかず第3位
1位	卵焼き 7名	卵焼き 10名	ハンバーグ 6名
2位	から揚げ 11名	ウインナー 3名	ミートボール 3名
3位	ほうれん草のおひたし エビと卵のマヨネーズグラタン 肉巻きおにぎり ちくわ(きゅうりで挟む) ハンバーグ *各1名ずつが回答	から揚げ 2名 その他、各1名ずつ回答したおかず おにぎり 甘く煮た人参 ポテト さつま芋とリンゴの甘煮 ほうれん草とベーコンの炒め物 春巻 ミートボール チキンナゲット	ウインナー 2名 エビフライ 2名 おにぎり 2名 その他 各1名ずつ回答したおかず コロケ きゅうりとハム巻き 枝豆 卵焼き オムライス いんげんの肉巻き グラタン

\* 24名の対象者の内、未回答者が1名見られた

通園先で食べたお弁当の印象では83.3%の者が「楽しい思い出」と答え、「嫌な思い出」と答えた者は皆無であり、通園先でのお弁当は「楽しい思い出」となっていると考えられる。幼稚園教育要領<sup>9)</sup>によれば、「健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切である」とし、その一つに「食べる喜びや楽しさを味わうこと」を挙げている。通園先でのお弁当は幼児が食べる楽しさを味わう機会の一つであり、食育推進に向けた貴重な体験活動の一つであるといえる。

一方、「楽しい思い出」となった理由として、「たまに食べる特別感」、「いつもと違う雰囲気」との記述が多く見られた。遠足や運動会でお弁当を食べるといふ、日ごろの保育生活とは異なる食事環境や食事内容による特別感、さらに、いつもと違う雰囲気は、楽しい印象を与え、現在においても「楽しい思い出」として残ると考えられる。

外山ら<sup>10)</sup>は大学生世代と60歳世代を対象に、小学生時代の「最も思い出に残る食事」や「ごちそう」について調査を行った結果、60歳世代ではどちらも特定の食べ物をあげる人が9割を超えていたが、大学生世代では食べもの自体よりも「クリスマス」、「お誕生日」など、普段とは異なる特別な行事(イベント)を挙げる者が相対的に多くなっていたことを報告し、この結果は近年、必要な「モノ」を手に入れた日本人にとって、モノ所有は魅力的なものでなくなり、関心は特別な出来事を経験することにあると指摘している。日ごろの保育生活にはない行事でのお弁当体験は、体験そのものに意義があると考えられる。

本調査でのお弁当で好きだったおかずでは、お弁当の定番ともいえる「卵焼き」が最も多く、次に「から揚げ」、「ハンバーグ」、「ウインナー」、「ミートボール」と幼児が好み、かつ、日ごろからお弁当のおかずとして利用頻度の高いもの<sup>11)</sup>が多く挙げられていた。

また、お弁当の作り手では「母」が最も多く、「母+祖母」の割合を合わせると、95.8%と高値を占めていることから、お弁当づくりにおいても母親の食意識が影響を及ぼすといえる。

小嶋ら<sup>12)</sup>は、保護者を対象に、幼稚園においてお弁当を通じた食育プログラムを実施した結果、実施後ではお弁当づくりを好きになる保護者の増加や「手作りにする」ことを大切にする保護者が増加したなど、お弁当への意識の変化が見られ、お弁当が保護者の食育として生きた教材になる可能性があることを報告している。食育は家庭と連携・協力して進めていくことが不可欠である<sup>13)</sup>。今後も幼児へのお弁当作りが母親の食意識を高め、家庭での食育への理解、実践に向けた架け橋になることが期待される。

一方、横尾(伊東)<sup>14)</sup>は母子間でのお弁当のやりとり自体が母子間のコミュニケーションとなっており、これらやりとりが母子関係の醸成にも関係し得るとし、木川ら<sup>15)</sup>、小嶋ら<sup>16)</sup>もお弁当を介して親子が会話をする事や子どものお弁当への反応が保護者の弁当づくりの意欲につながることを報告している。

さらに、エバラ食品工業株式会社が実施した「手作りのお弁当に関する意識調査」<sup>17)</sup>では、お弁当を作っているほとんどの人が、お弁当作りを面倒だと感じながらも、相手に喜んでもらえることがうれしくて、愛情を込めてお弁当を作っていることや、お弁当を作ってもらった側も、お弁当を作ってくれたことへの感謝の気持ちが生まれ、感想を伝えるなど、気持ちや行動に変化が生まれていることを明らかにしている。

本研究結果のお弁当が「楽しい思い出」であった理由に関する自由記述では、親子間での会話による内容と考えられる記述は「母親がお弁当に入れてほしいおかずを聞いて入れてくれた」の1記述のみであったが、「好きなものしか入ってなくて嬉しかった」、「キャラ弁を初めて作ってもらって嬉しかった」、「お母さんのご飯が食べられるので嬉しい」などの記述から、お弁当を食べられる喜びや作り手への感謝の気持ちが表れ、作り手と本人との間の良好な人間関係を感じ取ることができる。お弁当は、親子間のコミュニケーションを活発にし、思いやりのある良好な人間関係を構築するための大切なツールになりえるといえる。

また、幼稚園教育要領解説書<sup>18)</sup>によると、幼児期における、人とかかわる力の基礎は、「自分が保護者や周囲の人々に温かく見守られているという安定感から生まれる人に対する信頼感をもつこと、さらに、その信頼感に支えられて自分自身の生活を確立していくことによって培われる。」と述べられ、幼児において人との関係をはぐくむ力の育成には、保護者との信頼関係を深めることが重要となる。

お弁当は、親子間のコミュニケーションを活発にし、思いやりのある良好な関係を構築することから、親との信頼関係を深め、人間関係を築く力の育成にも寄与するものと考えられる。

## V. まとめ

本研究では、幼児期の通園先でのお弁当に着目し、本学保育専修学生を対象に、保育所、幼稚園時のお弁当についての記憶に基づいて調査を行った。さらに、それらの結果から、幼児期のお弁当が食育として、どのような役割を担っているか、また、保育生活の中で、とりわけ幼児の人間関係との間にどのような意義を持つかについて検討し、以下の結果が得られた。

- (1) 給食実施の園に通園していた対象者の内、「お弁当を食べる機会はあったか」について82.1%の者が「はい」と答えていたが、その機会は遠足、運動会であり、日常の保育所、幼稚園でお弁当を食す機会はほとんどみられなかった。
- (2) お弁当の思い出に関する印象では83.3%の者が「楽しい思い出」と記憶しており、その理由に関する記述の中に、「たまに食べる特別感」、「いつもと違う雰囲気」などが挙げられていた。保育所、幼稚園でのお弁当は幼児が食べる楽しさを味わう機会となる、食育推進に向けた貴重な体験活動の一つであり、日ごろの保育生活にはない行事でのお弁当体験は体験そのものに意義があると考えられた。
- (3) お弁当に関する思い出の自由記述の中に、お弁当を食べられる喜びや作り手への感謝の気持ちを表す回答が見られた。幼児期お弁当は、親子間のコミュニケーションを活発にし、思いやりのある良好な人間関係を構築するための大切なツールになりえるといえると共に、親との信頼関係を深め、人間関係を築く力の育成にも寄与するものと考えられた。

## 注・文献

- 1) 内閣府(2005):食育基本法.
- 2) 古郡曜子, 菊池和美(2009):保育所・幼稚園における食の思い出調査—家庭でのしつけと関連をふまえて—, 日本調理学会誌, Vol.42, No.6, 410-416.
- 3) 本多恭子, 真鍋顕久(2019):保育所・幼稚園における思い出調査からみた食育と教育的側面との

- 関わりに関する一考察 ―領域「健康」・領域「人間関係」からの検討―, 岐阜聖徳学園大学教育実践科学研究センター紀要, 第19号, 95-102.
- 4) 2) 再掲載.
  - 5) 上羽 緑, 古郡曜子 (2007): 本学学生の幼稚園・保育所における食の思い出調査, 北海道文教大学研究紀要, 第31号, 85-92.
  - 6) 文部科学省学校健康教育課 (2006): 全国学校給食実施状況調査.
  - 7) 古郡曜子, 上羽 緑, 高橋真記枝 (2008): 学生の幼児期における「食育」の思い出調査, 北海道文教大学研究紀要, 第32号, 73-81.
  - 8) 荒井三津子, 杉村留美子, 片村早花 (2011): 現代の手作り弁当・その多様性と背景 ―弁当の日・弁当男子・キャラ弁を視野に―, 北海道文教大学研究紀要, 第35号, 37-47.
  - 9) 文部科学省 (2018): 幼稚園教育要領解説.
  - 10) 外山紀子, 長谷川智子 (2016): 「小学生の頃の思い出に残る食事」「ごちそう」の世代間比較, 日本食生活学会誌, 第24巻, 第4号, 215-222.
  - 11) 八尋美希 (2014): 幼稚園児の弁当の現状とその課題, 近畿大学九州短期大学研究紀要, 第44号, 37-45.
  - 12) 小嶋治鈴, 堀 奈美, 関口道彦, 金岡美幸, 今川真治, 松原主典, 福田明子: 幼稚園のお弁当を通じた食育プログラム―保護者の食に対する意識の変容に着目して― (2015): 広島大学 学部・附属学校共同研究機構研究紀要, 第43号, 43-51.
  - 13) 食育白書: (2016): 農林水産省.
  - 14) 横尾 (伊東) 暁子 (2013): 子どもと食 食育を超える お弁当にみる親子関係, 一般財団法人東京大学出版会 (2013).
  - 15) 木川眞美, 吉澤さやか, 牧野紘子, 水野あゆみ, 鈴木 隆 (2012): 幼稚園における持参弁当を介した親に対する食育, 日本食育学会誌, 第6巻, 第2号, 215-223.
  - 16) 12) 再掲載.
  - 17) エバラ食品工業株式会社 (2017): 「手作りお弁当に関する意識調査」.
  - 18) 9) 再掲載.

