

こども食堂における幼児・学童期からの 食育推進・生活習慣改善支援

田村 須賀子¹⁾， 安田 貴恵子²⁾， 酒井 久美子²⁾，相山 馨³⁾
1)富山大学学術研究部医学系， 2)長野県看護大学看護学部， 3)富山国際大学子ども育成学部

目 的

生活保護受給等の経済的生活困窮者と次世代家族への健康管理支援のため、幼児・学童期からの食育推進・生活習慣改善でこども食堂の取り組み状況について把握する。

研究方法

【調査項目】こども食堂の1)特徴・PRポイント、2)運営上の課題、3)幼児・学童期からの食育推進・生活習慣改善で重要なこと

【研究対象】こども食堂運営団体代表者。認定NPO法人全国こども食堂支援センターむすびえホームページで把握した運営団体6,014のうち2,000を選択。

【データ収集方法】「食育」「子どもの貧困への対応」に関する文献25件から、食育推進・生活習慣改善に関する内容を10に分類した。これを基に、1)食育の観点から伝えたいこと、2)学校給食指導内容の取り組み、3)生活習慣改善支援の有無と対応を問う、「4件法リッカート式質問に回答後、上記調査項目に自由記載する」様式の質問紙を作成し郵送し回答を返信してもらった。WEBによる回答方法も準備した。

【分析方法】自由記載の内容を地域ごとに取り出しまとめた。回答者属性とリッカート式質問への回答の単純集計は、記述内容の背景とした。

【倫理的配慮】質問紙発送前に、研究代表者の所属機関の倫理審査委員会の承認を得た(R2024119)。

【文献リスト】

- 子どもの貧困対策の推進に関する法律, 2013.
- 子供の貧困対策に関する大綱, 2014.
- 厚生労働省:平成29年度子供の貧困の状況及び子供の貧困対策の実施状況, 2017.
- 厚生労働省:社会保障審議会生活困窮者自立支援及び生活保護部会(第8回)子どもの貧困への対応について, 2017.
- 厚生労働省:子どもの貧困への対応, 2022.
- 子供の貧困対策に関する有識者会議:子供の貧困対策に関する大綱の進捗状況及びこども大綱策定に向けての意見, 2023.
- 子供の貧困対策に関する大綱～日本の将来を担う子供たちを誰一人取り残すことがない社会に向けて～, 2019.
- 子供の貧困対策に関する有識者会議:今後の子供の貧困対策の在り方について, 2019.
- 農林水産省:我が国の食生活の現状と食育の推進について, 2018.
- 農林水産省:食育ガイド, 2019.
- 農林水産省:平成30年度第3回食育推進評価専門委員会議事録, 2019.
- 農林水産省:令和元年度食育活動の全国展開委託事業「ちょうどよいバランスの食生活」, 2020.
- 農林水産省:第4次食育推進基本計画, 2021.
- 農林水産省:令和2年度 食育白書, 2021.
- 農林水産省:令和3年度 食育白書, 2022.
- 農林水産省:令和4年度 食育白書, 2023.
- 文部科学省:食に関する指導の手引 第二次改訂版, 2019.
- 文部科学省:食に関する指導の手引改正のポイント, 2019.
- 農林水産省:支援対象児童等見守り強化事業の活用促進について(依頼), 2021.
- 厚生労働省:子ども食堂の活動に関する連携・協力の推進及び子ども食堂の運営上留意すべき事項の周知について(通知), 2018.
- 厚生労働省:子ども食堂応援企画, 厚生労働, 2020.
- 厚生労働省:子ども食堂等を活用したつながり支援に関する取組事例集の公表等について, 2020.
- 厚生労働省:支援対象児童等見守り強化事業について, 2021.
- 厚生労働省:支援対象児童等見守り強化事業の活用促進について(依頼), 2021.
- 内閣府政策統括官(政策調整担当):「潜在的に支援が必要な子供や家庭を把握しアウトリーチ支援につなぐための連携体制等に関する調査研究」報告書, 2023.

【文献から分類した食育推進・生活習慣改善に関する内容】

- こども食堂の意義,
- こども食堂の実情,
- 食育の推進,
- 食に関する体験,
- 食事の喜びや楽しさ,
- 食に関する知識,
- 食に関する指導,
- 地域の食や食文化,
- 食環境づくりの推進,
- 環境づくりの推進

結 果

440件(24.9%, 戻り231件)の回答があり、「私はアンケートに協力します」にチェックのあった388件(21.9%)を有効回答として集計した。

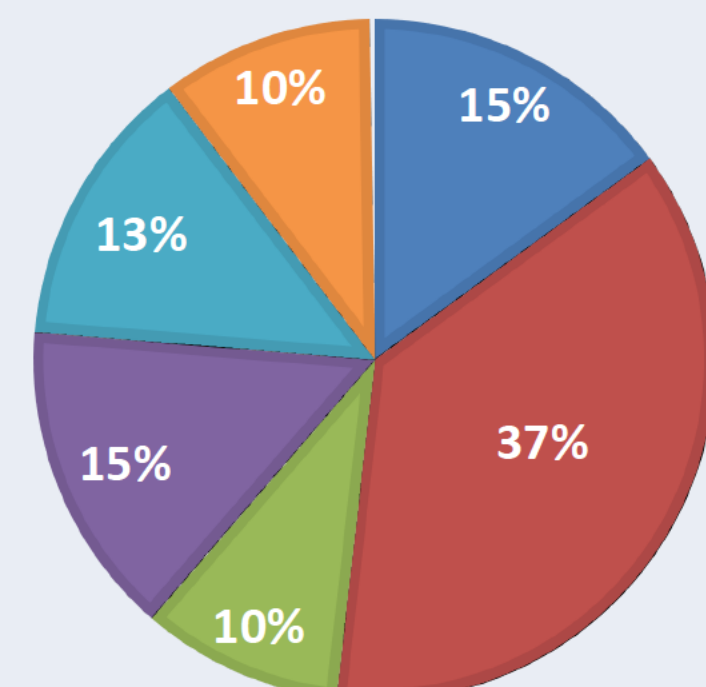


図2. こども食堂の場所

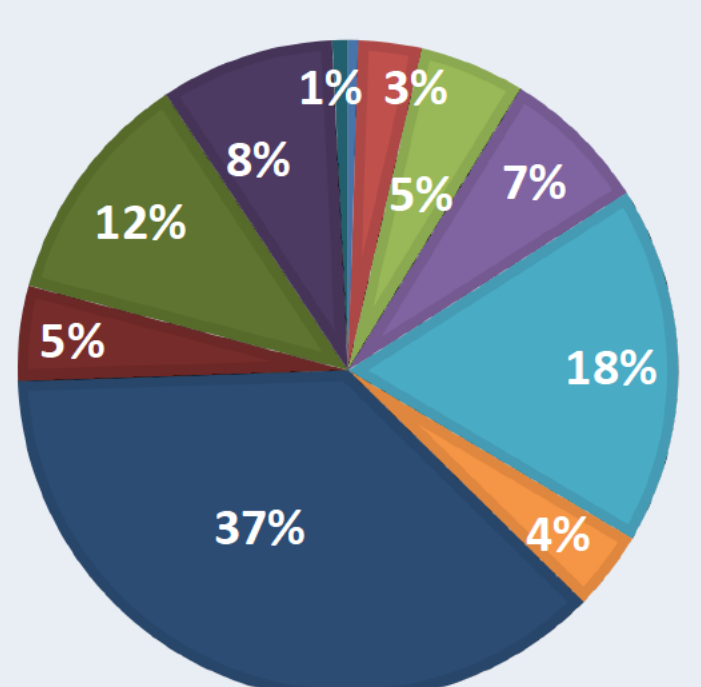


図3. 団体の運営形態

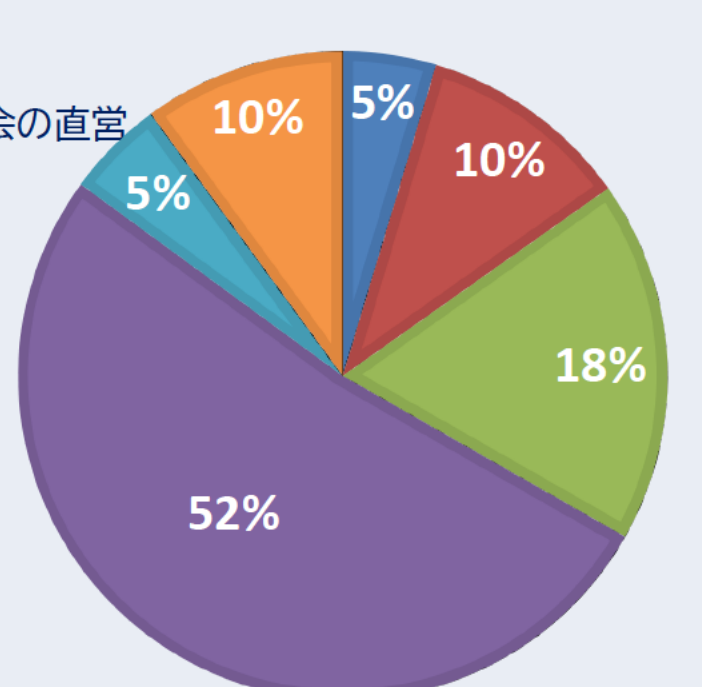


図4. 開催頻度

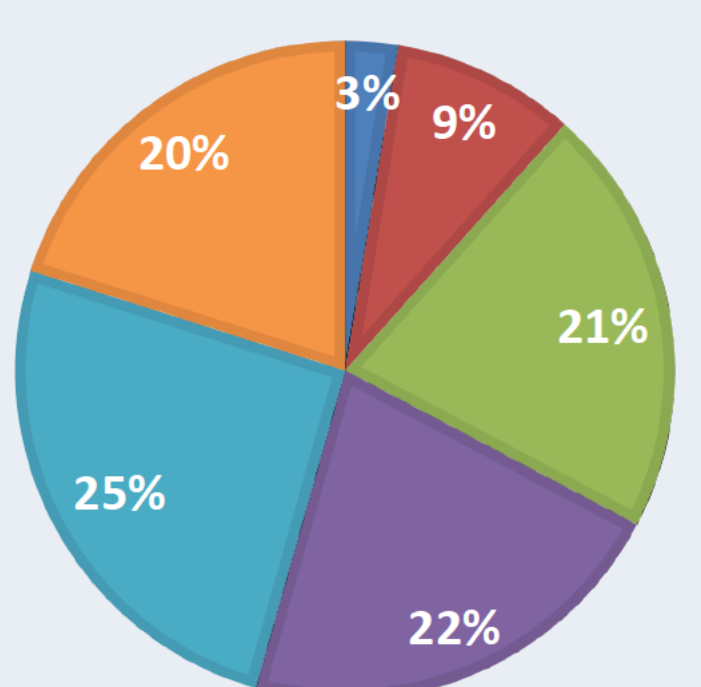


図5. 回答者の年齢

1) 食育の観点からの取り組みで伝えていること

- 栄養バランス等に配慮した食生活や食の選択
- 食品の安全性についての基礎的知識と自ら判断する必要性
- 家族や友達、地域で共食することの楽しみ、食べ物への興味や関心をもつこと
- 朝食を欠食しないこと
- 生活習慣病の予防のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気をつけること
- ゆっくりよく噛んで食べること
- 食べ物を無駄にせず、食に関する感謝の心をもつこと
- 献立作成、野菜の切り方、味付けの仕方など食に関する体験や知識を増やすこと

■実施している ■試行中である ■検討中である ■実施していない・わからない ■NA

2) 学校給食指導で伝えられている事の取り組み状況

- みんなで楽しく気持ちの良い食事の工夫ができる環境を整える
- 正しい手洗いをを行い、安全衛生に留意した食事の準備をし、静かに待つ
- 重いもの、熱いものへ配慮して、安全に運ぶ
- 献立にふさわしい衛生的な盛り付けや配食調整、正しい食器の並べ方ができる
- 献立(主食・主菜・副菜)の確認をし、献立名を知らせる
- 「いただきます」のあいさつをする
- 食器や箸の持ち方、並べ方、食事の姿勢など基本的なマナーを身に付ける
- 落ち着いて食べることができるよう食べる時間を確保する
- みんなで協力して、手順良く片付けられる
- 環境や資源に配慮して、地域の分別の決まり事を守り片付ける

■実施している ■試行中である ■検討中である ■実施していない・わからない ■NA

3) 幼児・学童期からの食育推進・生活習慣改善で重要なことの記述例(質問は1), 2)以外でと聞いている)

記述者数(有効回答者数)

1. 北海道東北 54件(58件)	2. 関東甲信越 129件(143件)	3. 東海北陸 35件(37件)	4. 近畿 57件(58件)	5. 中国四国 44件(52件)	6. 九州沖縄 34件(39件)
- 子ども同士の交流の場の提供 - 子どもでも作れる調理法 - 生産者や調理人への感謝。食べることへの感謝と満足感 - 地元食材の栄養理解。地元食材の活用と郷土料理、季節感ある献立の提供 - 食材産地や食卓までの過程理解。ミネラルバランス配慮。有機農法や農家直送の食材活用。添加物避けた手作り食品提供。アレルギー対応の徹底。食材の栄養素の説明と教育 - 食育習慣の確立。好き嫌いの克服、食事の楽しさと安心感共有した食体験 - 朝食提供の行政支援の必要性 - 食事と文化への敬意 - 親への食育の必要性 - 食生活改善委員による献立作成。地域資源の理解と活用	- 食事時のスマホ禁止によるコミュニケーションの促進。家族以外と相席。多世代交流 - 挨拶で礼儀習慣化。調理参加で自発性とおもてなし心育成 - 手洗いや衛生管理徹底 - 感謝の気持ちを育む - 地産地消意識 - アレルギー対応とフードロス予防。季節の食材活用で栄養価と安価の両立。食材の味を感じる調理。魚料理の重要性 - 孤食防止と栄養状態改善。食への興味を育む楽しい体験。環境の楽しさで偏食改善。 - 親子の会話促し。食事マナー習得と親の責任意識 - 地元食材の寄付による地域とのつながり。歯科医師会との連携による食育推進 - 食育パンフレットの配布	- 楽しくくつろげる空間の提供 - 顔の見える関係づくり。食育より人との関わり重視。信頼関係構築前提のルールの伝達 - 食べ残しの堆肥化による命の循環の理解 - 家族以外からの受容で安心感 - 米を炊く体験 - 食材や命に感謝。食による健康な身体に感謝。食前食後の言葉で命に敬意。食材提供者への感謝と食材の活用 - 手作り料理や郷土料理の継承 - 良質な塩の使用 - 会食形式への回帰。偏食改善の食事指導 - 栄養失調への気づき。歯科健診・口腔ケア推進 - 保護者への食育支援と献立の工夫。孤食防止の情報共有 - 朝食欠如家庭への配慮	- 食を通じた居場所づくり - 自分で調理する力の育成 - 食材栽培で食・食材への感謝 - 地産地消による地域とのつながり - アレルギー対応で安全性確保。食材の鮮度で味覚の育成 - だし汁の香りで五感の刺激。みんなで食べる時間共有。食育の場・食への興味を育む環境の提供。食事準備への参加意識 - 栄養バランスの意識。食べ残し防止の盛付け指導。調理方法・食事環境で偏食改善。手作り献立で健康意識の向上 - 親との対話する食卓形成。家庭内教育の重要性。金銭的リテラシーの育成 - 朝食の重要性の啓発	- 楽しく食べる - 食を通じた人との時間の共有。食卓を囲みつながりの形成。 - 食事を通じた体験重視。防災食体験。嫌いなものに挑戦促し - 野菜の収穫体験と献立作り - 規則正しい生活の重要性 - 食材提供者への感謝 - 地産地消の実践 - 季節の食材を使った食事の提供。食品添加物や農薬のリスクへの関心。ミネラル補給の意識 - 偏りのない食事の提供。手作りの温かい食事の価値。米中心の主食の推奨 - 地元の食文化の継承。調理法の伝達による食文化の理解 - 親の姿勢や指導の情報提供	- 多世代交流で食事の楽しみ共有。楽しく食べて食への関心 - 食卓を囲みつながりの形成。食事を通じた公共ルール習得 - ごはんやみそ汁を自分で作る。調理への興味を育む。自宅での調理意欲。食器洗浄で自立 - 幼児期の味覚形成 - 食事に対する価値観や選択基準の意識形成。農業体験で食材提供者や調理者への感謝 - 地産地消で地域食材への理解 - 昆布イリコ「本物の味」継承 - よく噛む・ゆっくり食べることの習慣化。栄養バランスの偏りへの配慮。レトルトと手作り料理のバランス重視 - 地域コミュニティとしての食事の場。地域力向上を目的の食堂運営。医学生や歯科衛生士による健康教育実施。

4) こども食堂の運営にあまり感じている課題の記述例

記述者数(有効回答者数)

1. 北海道東北 52件(58件)	2. 関東甲信越 123件(143件)	3. 東海北陸 35件(37件)	4. 近畿 53件(58件)	5. 中国四国 44件(52件)	6. 九州沖縄 35件(39件)
- 台所が狭い - 食堂形式から弁当形式に変更し、居場所として不安定。対面開催への復帰も困難 - 支援対象の明確化困難。子どもの参加少なく高齢者の利用偏重 - 地域への周知不足による参加数にばらつき。SNS周知に限界 - 本当に来てほしい人に参加困難層への支援の未到達。利用者の負い目で食事提供の困難 - 児童館との関係性 - 人件費の負担。法人への依存。運営資金・補助金の不足。有償化の検討。自治体からの支援不在。運営担い手の負担 - スタッフ確保の困難。ボランティアの減少。後継者の不在。担い手の高齢化	- 会場が狭い。利用者増加で対応が限界。食材・寄付品の保管場所の不足。交通の便悪い - 開催回数不足。予約制による食品ロス防止と柔軟性の欠如。親の送迎が必須 - 安定的な集客の困難 - 情報周知不足で利用者少ない - 本当に困っている人・家庭に情報届かず。不登校児童との接点 - 調理に興味のない保護者。周囲に知られることへの懸念 - 地域との連携弱い。地域の閉鎖性。多文化共生の理解不足。運営費の確保。食材費高騰 - 担い手高齢化。スタッフ・ボランティア確保。運営メンバーコミュニケーション不足 - 災害時炊き出し訓練の必要性	- 子どもが寄りにくい環境。会場への迷惑の懸念 - 月1回開催では支援が停滞。子どもとのふれあい減少。個別対応多く継続困難 - 対象者への情報到達不明確。認知度不確実 - 予約取りまとめ困難。来客数予測困難。中学生の参加少ない - 困窮状況の把握・リーチ困難。情報入手の困難。食事困っている家庭の多さ。親の意識の課題。セーフティネット未整備 - 地域の過疎化。高齢者の多さ - 資金の不安。助成の辞退による資金不足 - 運営スタッフの確保困難。ボランティアの作業精度	- 自宅会場で収容困難。参加者の増加で座席混雑。調理場の狭さ。関わりが希薄化 - 送迎の安全 - 月1回開催で支援が不足。食事提供だけで終わる運営の限界 - 公平なPR困難。学校からの周知以外の子どもが不参加 - 経済的に困難を抱える家庭の多さ。孤食の増加、ネグレクト・虐待の存在懸念。大人の注意が入らない子どもとの関係形成 - 学生ボランティアへの交通費の捻出 - スタッフの人員不足。ボランティアの確保。ボランティアの熱量のばらつき	- 弁当配布により居場所機能が失われた状態 - 認知度の低さで新規参加の不足 - 子供の参加にバラつき。少子化による活動の継続不安。学童の参加がゼロ。食型への移行後の利用者激減。締切日を守れない参加者 - 支援が本当に必要な人に届いているか不明 - 学校からの活動への強い反対 - 助成金など支援の難しさ。運営資金・財源の確保の困難。食材費の高騰。野菜以外の食材(肉、魚、調味料など)の買入れ困難。 - スタッフの確保困難。少子高齢化ボランティア減少。きめ細かなサポートの人員不足	- 山間地域の移動手段不足。小中学校から離れた立地 - 拠点がない・月1回開催で居場所としての機能不安定。 - 困窮者との関係性の希薄 - 偏った食事実態による栄養面の課題。食事時のスマホ使用やダラダラ食べ対応困難 - 会場費負担と自治会の反対・嫌がらせ。偏見や忌避感の軽減に向けた運営体制の工夫 - 資金と人材確保の困難による継続運営不安。運営費の法人持ち出し。食材・物価高騰 - 大人スタッフで運営負担増加。調理スタッフの高齢化。学生ボランティア不在で学習支援実施困難 - 災害時の支援体制構築で平時の準備の必要性

考察

こども食堂運営者による食育・学校給食指導内容の取り組みから、食育推進と生活習慣改善支援が概ね理解・配慮され、地域の多様なニーズに対応していると考えられた。重視されていることは【楽しく交流】し、【つながりの形成】【感謝の気持ち】【地産地消】を促し【食文化】への敬意を育むこと、【食材・食事の質】を確保しつつ、【調理自立支援】【親への食育】【朝食の重要性】等の教育的役割も担っていた。【会場・設備の制限】もあり【居場所機能・参加者不安定】【支援の届きにくさ】【資金・担い手不足】等を抱えつつ、【支援困難な生活背景】の家庭に対応している課題があった。