

財団法人8020財団

平成22年度 歯科保健活動事業報告書 抄録

1. 事業名：「食」と「健康」にかかわる多職種連携・協働による食育推進事業  
(その1) 幼児(幼稚園児・保育園児)への味覚教育の取り組み

2. 申請者名：社団法人 甲府市歯科医師会

3. 実施組織：社団法人甲府市歯科医師会・山梨県栄養士会・山梨県調理師会・中北保健所・昭和大学  
歯学部口腔衛生学教室

4. 事業の概要：

日本歯科医師会と日本栄養士会は、「健康づくりのための食育推進共同宣言」を発表し、それぞれのライフステージに合わせた食育の推進が重要となっている。そこで本事業では4～5歳の幼児とその保護者を対象に、咀嚼を通じた味覚の重要性を学ぶための効果的な教育実践の方法を検討し実施することを目的とした。

5. 事業内容：

今年度(平成22年度)は多職種(歯科医師会・栄養士会・調理師会)で幼児期における効果的な味覚教育実践のための企画・立案の具体的内容を協議し、5歳児を対象とし第1回目の味覚教育実践を行った。

(1) 食育推進協議会での検討・決定事項

味覚教育を行う保育園児と保護者を対象に、味覚教育実践に先立ちプレアンケートを行い、実態調査を行うこととした。

(2) 味覚教育の実践

平成23年3月に山梨県内の某保育園にて5歳児22名とその保護者を対象に味覚教育を行った。内容としては、事前に行っていたプレアンケートの結果説明、五基本味と五感を用いた食べ方、カミング30についての座学を行った後、視覚のみ遮断、視覚・嗅覚の両方を遮断し、咀嚼を10または30回行った後に何を食べたかを当てる「食べ物当てクイズ」を行った。用いた食品は触感の近いドライフルーツやドライ野菜など4種類用いた。

6. 事業後の評価：

プレアンケート結果より食べ方、咀嚼等については意識している者が多かった。保護者の食事に対する意識では食物の歯ざわりや風味などを意識している者よりも、食事提供時の彩りなどの視覚的要素を意識している者が多くみられた。

味覚教育実践で行った「食べ物当てクイズ」を通して、視覚の大切さのみならず咀嚼時の風味を感じる大切さや咀嚼回数を意識した食べ方の意識付けを行うことができ、今後、保護者と児童にはポストアンケートを実施し、次年度に向けての幼児期における効率的な味覚教育実践を行う予定である。また、本事業は歯科医師、歯科衛生士、栄養士、調理師の食に関わる多職種で実践されており、それぞれの職種の特徴を生かし事業展開を行うことができた。

実施成果：

- ・咀嚼の大切さを実際の食物を用いて教育することができた。
- ・味覚のみならず視覚や嗅覚を用いて食物を味わうことを実践できた。
- ・プレアンケートを通して、子供と保護者の食に関する意識を調査することができた。