

公益財団法人 8020財団

平成23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・山梨県歯科衛生士会・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5歳の幼児とその保護者を対象に、五感(特に視覚・嗅覚)を意識し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23年度)は昨年度、立案・実施された味覚教育実践の課題や反省を基に引続き、平成23年12月20日と平成24年3月9日に山梨県内の2つの保育園の5歳児を対象とし味覚教育を行った。内容としては事前アンケート(実践1週間前)、味覚教育実践、実施直後アンケート、事後アンケート(実践1週間後)である。

(1) アンケート(事前・実施直後・事後)

味覚教育を行う保育園児と保護者を対象に、味覚教育実施1週間前に事前アンケート、実施後すぐに実施直後アンケート、実施1週間後に事後アンケートを行い、実態調査と教育効果を調査した。事前アンケートは食習慣・衛生習慣・食習慣指・五感意識に関する項目を調査内容とした。実施直後アンケートは直後の意識変化や意義理解度を調査し、事後アンケートでは子供や保護者の家庭での意識変化や行動変容を調査項目とした。

(2) 味覚教育の実践

参加者は山梨県内の某保育園(2か所)に通う5歳児とその保護者の計44名であった。まず栄養士会から事前アンケートの意図と結果についての説明を行い、歯科医師会から五基本味や五感を用いた食べ方、風味(嗅覚)の重要性、噛ミング30についての座学を行った。その後、市販の味の違う3種類のグミを用いて食べ物当てクイズを行った。クイズの方法としては「そのままグミを食べる」「目隠しをしてグミを食べる」「目隠しと鼻をつまんでグミを食べる」の3条件で3種類の味の異なるグミを食べさせ、条件の違いによる風味の感じ方を体験させた。最後に、調理師会よりキャベツの切り方による味や触感の違いを実習を通して体験させた。

6. 事業後の評価：

ブ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おり指導も行っ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、視覚や嗅覚を用いながら食事をする事の大切さを実感することが可能となり、日常の食事への意識を高めることが可能となった。今後は本事業をどの地域でも、誰でもできる味覚教育としてパッケージ化を行い、味覚教育マニュアルを作成していく予定である。本年度も多職種が関わり、一つのテーマで事業を行うことにより、密度の濃い事業を行うことができた。

実施成果

- ・事前アンケートを通して、子供と保護者の食に関する実態を調査することができた。
- ・条件を変えながらグミの味を当てる食べ物当てクイズでは、条件を悪くするに従いの中率も低下し参加者は、視覚や嗅覚が味へと与える影響の大きさを実感することができた。
- ・実施直後アンケートを通して、味覚教育効果を調査・確認することができた。
- ・事後アンケートを通して意識変化の向上を確認することが可能であった。