

財団法人 8020 財団

平成24年度 歯科保健活動事業報告書 抄録

1. 事業名：「食」と「健康」にかかわる多職種の連携・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、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24年度)は引き続き多職種(甲府市歯科医師会・山梨県歯科衛生士会・山梨県栄養士会・山梨県調理師会・中北保健所・昭和大学)6団体で味覚教育実践を行った。昨年度まではグミを用いての味覚教育であったが、今年度は葉物・根菜類を中心とした野菜を用いて実践教育を行った。

(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。
- ・実施直後と実施1か月後にもアンケート調査を行うこととした。
- ・用いる食材はキャベツ、レタス、白菜、ホウレンソウ、人参、大根、きゅうり、ピーマン、インゲン、セロリの10種類とした。

(2) 味覚教育の実践

平成24年3月に山梨県内の某保育園にて5歳児31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、実施1週間前にプレアンケートを実施、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、1cm角にカットした10種類の野菜を「①そのまま食べる」「②視覚のみ遮断して食べる」の2試行を行い、何を食べたかを当てる「食べ物当てクイズ」を行った。咀嚼回数は自由とし食べた野菜の正答率と咀嚼回数を測定した。

6. 事業後の評価：

事業後の評価：

味覚教育実践で行った「食べ物当てクイズ」の結果正答率は「そのまま食べる」：76%、「視覚遮断で食べる」：65%と条件を悪くすると正答率が下がる傾向にあり、特に白菜やキャベツを間違える幼児が多く見られた。視覚の大切さのみならず、咀嚼時の風味や食物本来の味を実感することの大切さの意識付けを行うことができた。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。今後は月に1回程度「味覚の日」をもうけ、同保育園での食育活動を実施していき、1年後に再度、同様の「食べ物当てクイズ」を実施し園児の食に対する意識・味覚の発達の変化をみていく予定である。

実施成果：

- ・野菜を用いて実践教育を行うことで素材本来の味を実感しながら教育することができた。

- ・保護者にも体験してもらうことで家庭での食育活動の一助となった。
- ・保育園から家庭まで繋がりを持った食育活動を実施するために今後の定期的介入のための第一段階となった。
- ・新聞等に取り上げられたことにより山梨県内でも幼児期における食育活動を広く周知することができた。