

## 発表 4 保育現場におけるサツマイモのお菓子づくりを通じた食育

高橋栞乃（椋山女学園大学教育学部）

### 研究の背景と目的

本研究は、保育現場におけるサツマイモを用いた食育の在り方を検討し、子どもが食への興味・関心を高めることのできる調理方法を明らかにすることを目的とした。食事は生命の維持や発育・発達において不可欠であり、精神的・社会的健康にも寄与する重要な営みである。乳幼児期における食体験は、味覚や五感の発達、社会性の形成、生きる力の基礎を育むものとして、保育の中で重視されている。近年、子どもの取り巻く食環境は利便性が高まる一方で、偏食やよく噛まないといった課題が増加しており、保護者からは野菜料理の調理の難しさといった困り感も報告されている。先行研究より、幼児はいも類の料理を好む傾向が示されており、中でもサツマイモは栄養価が高く、栽培から調理まで幅広く活用ができる食材である。さらに、栽培が容易で収穫時の達成感も大きく、保育現場での食育活動に適していると考えられる。

### 方法

本研究では保育現場で子どもと共に行うことが可能なサツマイモ料理として、鬼まんじゅう、ねったぼ、茶巾絞り、スイートポテトの4種を対象に調理実践を行った後、味、飲み込みやすさ、1個当たりの満足感、調理の楽しさの4項目について質問紙調査を実施した。この結果から、スイートポテトの仕上げの卵黄をザラメ、グラニュー糖、みりん、仕上げ無し、みりん+グラニュー糖、水+グラニュー糖、きび砂糖に代替した外観調査と、ねったぼの餅を白玉粉、だんご粉に代替した調理法・味改善調査の2つの調査を追加した。

スイートポテトの外観調査は味と見た目の2項目について質問紙調査を実施した。ねったぼ調理法・味改善調査は味、飲み込みやすさ、1個当たりの満足感の3項目について質問紙調査を実施した。結果については、平均と標準偏差を算出して検討した。スイートポテトの外観調査とねったぼ調理法・味改善調査は一元配置の分散分析を行った後、Tukey法を用いた多重比較で有意差を検出した。

### 結果

本研究の結果から、スイートポテトの評価が最も高く、食育に適していることが明らかになった。スイートポテトの外観調査の結果、ザラメを用いた仕上げが見た目、味ともに高評価であった。ねったぼの調理・味改善調査では味の評価に有意差が見られ、氷水で冷やす工程のない白玉粉とだんご粉のねったぼが高評価であった。

### 考察

スイートポテトについてはアレルギー対応を想定し、仕上げに用いる材料の違いによる外観と味の評価を調査した。一方、ねったぼは調理の難易度や誤嚥の危険性が指摘され、改善の必要性が示唆された。スイートポテトの外観調査により、見た目の良さが子どもの食への関心を高める要因となる可能性が示された。代替品のねったぼ調査では、他の料理と比較してサツマイモの味が発揮されないことにより、サツマイモの食育としてはあまり好ましくないのかもしれない。よって、3大アレルゲンを除去したスイートポテトが普及すれば、サツマイモの食育教材としての有用性はさらに高まるであろう。