

アレルギー対応食実践園における全般的食態度の現状と 今後についての一考察

A study on the present condition and future of general food attitude in non-allergenic food practice garden

高木 悠哉・土谷 長子・大淵 裕美・オチャンテ 村井 ロサ メルセデス
Yuya Takaki, Hisako Tsuchiya
Yumi Ohbuchi, Rosa Mercedes Ochante Muray

要旨

本研究では、幼児期の食育に焦点を当て、幼児期に育まれるべき食に関する態度について、国の施策の現状と、食育研究の方向性について現状を概観した。そのうえで、食物アレルギーについては、食育研究の方向性に則った研究の不足が生じていること、それを解決するフォーマットとして、アレルギー対応食実践園の事例の使用可能性と、それによるポジティブベネフィットを論じた。食物アレルギーに対する幼児期の研究の不足は、その食育が知識の充足や禁止的な側面に偏る事になるため、アレルギーの有無にかかわらず全員が同じ食事を食べる事の食育的重要性を、アレルギーの有る幼児、無い幼児、それらの保護者、保育者を含めて検討する利点について示唆された。

キーワード：食育、食物アレルギー、幼児教育

I. 幼児期に育まれるべき食に関する態度と、研究知見およびその方向性

WHO（世界保健機関）憲章は、健康について、「健康とは、肉体的、精神的及び社会的に完全に良好な状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない。」と定義している（厚生労働白書, 2016）。医療技術や公衆衛生の発展や、社会保障の充実など、我々が社会で健康的に活動する際のリスクは減少しつつあるといえる。それらの一方で、我々の日常の行動様式が主たる原因となり健康状態が損なわれる状況が増加してきている。その代表例が、生活習慣病であろう。厚生労働白書（2017）は、生活習慣病が日本人の約6割を占めること、また、そのリスク要因の上位が、喫煙、高血圧、運動などの個人の生活習慣であることを示している。これら、生活習慣病に関わるリスク要因を減少させる国家的な取り組みは、国民の生活習慣の改善目標を盛り込んだ健康日本21（2000年）、健康増進法の施行（2003年）、を経て、2013年からは健康日本21（第二次）へと進められてきている。また、生活習慣病のリスクの一つとして肥満や、それに繋がるような不健康な食事、運動の不足などが挙げられている（WHO fact sheet, 2017）。

生活習慣病のリスク要因を考慮し、健康日本21（第2次）では、成人や高齢者のみでなく、次世代の健康として、子どもの健やかな発育や生活習慣の形成に関する目標が挙げられている（厚生労働省, 2012）。その目標として、①朝・昼・夕の三食を食べることに気を付けて食事をしている子どもの割合を100%に近づけること、②運動やスポー

ツを習慣的にしていることどもの割合を増加させること、などが挙げられる。また、上記が原因となり増加する可能性がある、肥満傾向にある子どもの割合を減少させることも目標として示された。つまり、子どもの教育場面において、現時点および将来的な生活習慣病の罹患を減少させるために、健康的な食事が重要な要素の一つであることが伺える。

また、生活習慣病の予防教育のための国家的な対策の一つとして、2005年に食育基本法が施行された。これにより、生活習慣病の予防のための望ましい食習慣を目指すための食育が、わが国の政策の一つとなった（福岡・赤松，2017）。その潮流は、学校教育場面に反映され、初等・中等教育では、学習指導要領の改訂、学校給食法の改訂や栄養教諭の配置などが実施されている。それらと同時に、2018年度から施行される、新幼稚園教育要領および新保育所保育指針（内閣府・文部科学省・厚生労働省，2017）においても、食育の重要性が明記されている。これらのように、各学校段階にわたり、食育の推進が重要な課題として捉えられ、様々な実践が教育現場で行われていることが推察される。

さらに、食育の重要性は高等教育機関でも求められている。たとえば、平成18年から実施されている、国民・健康栄養調査に基づけば、平成28年まで一貫して20、30代の朝食の欠食率が高く、平成28年では20代の男性の欠食率は男性：37.4%、女性：23.1%と各世代で最も高い比率となった。このような現状を受け、主として大学生の朝食欠食の実態を把握する調査研究が断続的に進められている。たとえば、広瀬（2017）は、大学生の朝食欠食の現状について質問紙法を用いて調査した。結果として、大学生1406名のうち、約半数が朝食欠食であり、また、学年が上がるに連れて朝食欠食率が増加することが示された。

広瀬（2017）は、どの発達段階から朝食欠食が開始されたかを質問紙上で大学生に想起させた。結果として、実家で暮らしている大学生の11.7%が小学生以前から朝食を欠食していたと回答した。この結果は、乳幼児期からの食育の重要性をより強固にするものと考えられる。乳幼児期の習慣がその後の発達段階にわたり継続される場合があるのであれば、その時点で望ましい食育を行うことで、それが習慣として人生にわたり維持できる可能性がある。子供・若者白書（内閣府，2017）によれば、2017年時点の1～6歳の朝食欠食率は、男児で7.2%、女児で3.7%であり、他の年齢層と比較すると低い割合で推移している。ただし、悪い習慣の改善を試行する際、その習慣をより長い年月続けている者の方が、より短い者よりも改善が難しくなることも想像に難くない。よって、幼児からの食態度の形成は重要であろう。では、幼児教育では、幼児がどのような食に関する態度を育てたいと志向しているのだろうか。

表1に、保育者が考慮する、日本における幼児の食態度に関わる指針等を示す。これらの指針や教育要領に共通に、幼児期の食は生命の充足や発育に重要であるのみでなく、幼児の将来にわたる様々な側面の基礎を形成するものと考えていることが伺える。たとえば、保育所保育指針解説書では、幼児期に育ってほしい食に関する態度について5つの指針が示されている。これらを大別すれば、食事をコントロールする力（栄養の充足、健康、規則性、調理）、食事を通じて育成される心理的な力（コミュニケーション能力、愛着の形成、社会性、文化理解、生命の尊重）、保護者の要因（就業形態や食への意識）の3つが重視されていると考えられる。これは、新幼稚園教育要領（内閣府・文部科学省・厚生労働省，2017）および、保育所における食育に関する指針（厚生労働省，2004）でも同様である。したがって、幼児期の食研究においても、これらの観点を踏まえた研究が進められている。たとえば、平野（2017）は、幼児期の基本的な生活習慣研究の変遷を概観する中で、日本の食研究について、過去は栄養素の充足に関する研究が主であったが、現在は、食行動の背景にある心と体との関連性や子どもが食とどのように関わっているかを問う研究が示されていることを指摘している。これらの研究では、食事をコントロールする力と食事を

通して育成される心理的な力、そして、保護者の要因それぞれの相関的な研究として行われていることが多いと考えられる。これら基礎的な研究と同時に、あるいはそれを参考として、幼児教育での実践場面に応用していく事が一般的であろう。

このような、基礎的研究および応用的な実践研究の流れを、幼児期の食事法として重要な共食を例として示す。たとえば、会退・市川・赤松（2011）は、東京都内の幼稚園および幼保一元化施設に通う幼児の保護者944名を対象に、朝食の共食頻度と生活習慣に関して質問紙調査を行った。結果として、食事時間が規則正しく決まっている幼児は、決まっていない幼児と比較して、3倍、週4日以上、養育者と共食していることが示された。関連して、平成27年度乳幼児栄養調査報告書（厚生労働省，2015）で、母親が朝食を食べる頻度が多いほど、幼児が朝食を食べ

表1 保育者が考慮する幼児に育ってほしい食態度に関する指針

<p>保育所保育指針解説書（厚生労働省，2004）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「食と健康」：食を通じて、健康な心と体を育て、自らが健康で安全な生活をつくり出す力を養う ・「食と人間関係」：食を通じて、他の人々と親しみ支え合うために、自立心を育て、人とかかわる力を養う ・「食と文化」：食を通じて、人々が築き、継承してきた様々な文化を理解し、つくり出す力を養う ・「いのちの育ちと食」：食を通じて、自らも含めたすべてのいのちを大切にすることを養う ・「料理と食」：食を通じて、素材に目を向け、素材にかかわり、素材を調理することに関心を持つ力を養う
<p>新幼稚園教育要領（厚生労働省，2017）</p> <p>領域（健康）内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・先生や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心をもつ ・身の回りを清潔にし、衣服の着脱、食事、排せつなどの生活に必要な活動を自分でする <p>領域（健康）内容の取扱い</p> <p>健康な心と体を育てるためには望ましい食習慣の形成が重要であることを踏まえ、ゆったりとした雰囲気の中で食べる喜びや楽しさを味わい、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。なお、食物アレルギーのある子どもへの対応については、嘱託医等の指示や協力のもとに適切に回対応すること。</p>
<p>保育所における食育に関する指針（厚生労働省，2004）</p> <p>食育の意義</p> <ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児期の身体発育のための食事の重要性 <ul style="list-style-type: none"> 【健康の維持のみでなく、身体発育、運動機能などの発育】 ・子どもの食べる機能、及び味覚の発達に対応した食事の重要性 <ul style="list-style-type: none"> 【(ア) 摂食、嚥下機能 (イ) 他者（家庭）とのコミュニケーション、(ウ) 偏食の防止】 ・食欲を育む生活の場としての食事の重要性 <ul style="list-style-type: none"> 【1日3回の食事の規則性、生活リズムの重視】 ・精神発達のための食事の重要性 <ul style="list-style-type: none"> 【食事を介しての環境との相互作用、興味関心の育成】 ・子どもの発育・発達を保障する家庭と保育所が連携した食事の重要性 <ul style="list-style-type: none"> 【生活の中で親子が食事を楽しめる、食事の発達・社会性に対する重要性を家庭と共有】

ることが示されている。また、彼女らは同様に、朝7時までには起床する幼児は、起床していない幼児と比較して、2.11倍、週4日以上、養育者と共食していることが示された。これらは共食頻度を増やすための要因と考えられるが、同様の知見は他の研究でも見られている（たとえば、真名子・久野・荒尾・水沼，2003）。これら、基礎的研究では、共食を家族（特に母親）と共に食べることが幼児期の食習慣の確立に重要であることを示していると考えられる。この観点からの実践研究として、たとえば、長屋・小川（2003）は、9日間の毎日の視覚的教材を用いた食育の実践が園児に及ぼす効果を検討した。結果として、平日の朝食に母親と共食している園児ほど、食育の効果が見られることが示された。これらのように、共食を一つの観点からとらえ、基礎研究と応用的な実践研究を進めることで、幼児にとって特定の食態度を成立させることが、何の要因にポジティブに働くのか、また、実践が幼児の将来にわたりどのように影響を及ぼすのかが明らかになる。

それと同時に、研究の蓄積は、幼児にとって重要な特定の要因に様々な側面が存在することもまた明らかにする。共食を例に挙げるならば、水谷（2015）は、共食をコミュニケーションと捉えた場合、そこには、「子どもと保育者（教師）のコミュニケーション」、「友達とのコミュニケーション」、「子どもと調理員のコミュニケーション」という3つの観点到分類できることを文献研究から示した。これらは、一概に共食といっても研究の視点が多様であることを示しており、それぞれにエビデンスを備えた基礎的、応用的研究がある事が明らかとなっている（詳細は、水谷（2015）を参照）。ただし、これらの研究のエビデンスを系統的にまとめるような研究は少ない。共食に関しては、学童期から成人期を対象に、共食と健康、栄養状態の国内分権の系統的レビューが1件見られる（会退・後藤，2015）のみであり、幼児期の研究では見られない。これらは、幼児期の食態度研究全般に共通しており、各研究が個別的、拡散的である現状が伺える。また、幼児期の食態度の研究においては、幼児自身の食態度の実態を発達をふまえて把握するような研究が少なく、このような取り組みも今後はさらに必要となると考えられる。共食においては、瀬尾・榊原（2014）は、共食を家庭で行っている子どもの方が共食を好み、また、3歳児では共食好む理由を説明できないが、4歳児から一緒に食べるとおいしいといった共食を選好する理由を感情から説明可能となることが示された。

現在の共食研究においては、研究論文として示されているものの多くは、基礎的研究としては子どもと家族とのコミュニケーションの観点からが多く、実践研究としては、園児同士と一緒に農作物を育て、収穫、調理、食事を行うような取り組みや、園の給食を通して共食の楽しさや、食事の知識やマナーを育む取り組みといった保育者や友達とのコミュニケーションの観点からの取り組みが多いと考えられる（たとえば、加藤ら，2016：多々納・山田，2012：坂本・中島・浅野・落合，2010）。このような基礎的研究と実践研究の解離性は、幼児期の食育研究全般に見られるのではないだろうか。幼児期の食育研究においても、基礎研究と実践研究を統合的に検討する戦略的な取り組みが今後求められるであろう。その一方で、保育現場においては、食育のための様々な実践が数多く行われていると考えられる。これらを実践研究としてとらえ、幼児、保育者、保護者に与える影響についてエビデンスを確保したうえで、実践研究として発信することが重要である。

II. 食物アレルギーの研究の現状

前節では、幼児期の食態度の研究の方向性として、日本の保育に関する指針からの分析を行い、それに基づく食育研究の方向性について、共食を例に挙げながら示した。このような研究の蓄積は、食育研究の他の分野でも同様に行われていると考えられる。ただし、現状においては、幼児期の食に関する態度として重要であるが、研究としての知見の蓄積が不足している分野も見られる。それは、食物アレルギーに関する分野である。保育所保育指針で

も、幼稚園教育要領でも、幼児の食物アレルギーに対する対応に留意することが示されている。また、厚生労働省（2010）の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」では、幼児期は学童期よりも食物アレルギーの有病率が高く、重篤なアレルギー反応のリスクが高いことを指摘し、幼児が持つ食物アレルギーの把握から対応までの指針を示した。また、保育現場の対応として、たとえば、瀬川・山本（2005）は、大阪府内の保育所206カ所を対象に調査を行った。結果として、96%の保育所で食物アレルギーを持つ幼児が通っており、その対応として、154カ所が対象となる食物を除去して代替食品を用意しており、94カ所が食品の除去で対応、31カ所が食品の除去と弁当持参の併用、3カ所が過程の弁当のみで対応であった。このような、アレルギー除去食や代替食での幼児への対応は、岐阜県（高木，2007）や横浜市（伊藤ら，2007）、富山県（足立ら，2004）の調査でも示されており、ガイドラインに従い、保育所、幼稚園双方で対応が進められてきていると考えられる。このような、食物アレルギーを持つ幼児への対応の実態調査は進んでいるが、食物アレルギーに関する幼児の食育については、先の共食の研究例のような、基礎研究も応用的な実践研究も現状は見られていない。恐らく、保育現場においては、幼児に対して食べてはいけない食物などの実践的な食育などが行われていると考えられるが、まだ研究の俎上には上がっていない現状がある。

その一方で、初等・中等教育においては、食物アレルギーに対する食育について研究が見られる。たとえば、大嶋（2008）は、幼児教育、初等・中等教育の食物アレルギーへの対応を概観したうえで、一般児童・生徒、教職員にも食物アレルギーの存在を理解させ、食物アレルギー児が偏見を持たれないよう指導する必要性を述べている。また、栗田・柴田・青木（2014）は、初等・中等教育の学習指導要領、教科書における教科にまたがるアレルギー教育を分析し、教科書における食物アレルギー記載の少なさを指摘し、調理実習での配慮から生じる疎外感を避け、調理する楽しさの実感と、同じものを食べて共感することに喜びを感じる必要があると考察している。これらのように、初等・中等教育での食物アレルギーに対する食育の必要性は、発展の途にあるものの、散見される。幼少接続の観点からも、食物アレルギーに関する食育研究が幼児期で必要であろう。

食物アレルギーの食育を考えると、そこには知識的側面や禁止的な側面が多いと推察する。食物アレルギーに対する医学的な定義に加え、アレルギー症状やその診断など、多岐にわたる知識が必要となる。また、特定の食物にアレルギーが生じる場合、それを摂食することは禁じなければならない。幼児期において知識を増やす取り組みは、それが言語活動を主とする以上難しく、また、幼児期は遊びを中心とした取り組みにおいて、将来の学びの基礎となる態度を養うことが重要であるため、ネガティブに捉えられてしまう可能性が高い。また、食物アレルギーを持つ幼児の保護者にとっては、個人情報やそのストレスなどといった要因から、配慮も必要となる。さらに、してはいけない、という禁止的な食育は、主体的、対話的で深い学びが重視される保育や幼稚園教育の指針ともそぐわない。研究的な観点からは、食物アレルギーに対して食育を行って、食事を通じてどのような心理的な力が育まれるかについて論理的な推測が難しい。これらのようなネガティブな側面が、研究としての食物アレルギーの食育が発展していない現状の原因であると考えられる。しかし、これらネガティブな要因を排除でき、また、幼児の力を育むのみでなく、保護者、保育者にもポジティブな影響が期待できる、食物アレルギーに対応する方策も存在する。

Ⅲ. おおわだ保育園の食物アレルギー対応「なかよし給食」の実際とその可能性

土谷（2017）は、おおわだ保育園（2013）と実際のインタビューを中心に、おおわだ保育園における「なかよし給食」の実践について報告している。これは、アレルギーの中でも高率でアレルゲンとなる卵と牛乳を除去した献立で給食を実施し、アレルギーのある園児も、無い園児も、同様の給食を食べるという取り組みである。土谷（2017）

は、この「なかよし給食」が北海道千歳市の認可保育園にも広がり、幼児、保護者、保育者にポジティブな報告がある事、また、このような取り組みが食育として下記の利点がある事を指摘している。

- ①アレルギーのある子どもにとって他の子どもたちと違うものを食べることによるストレスの低減
- ②アレルギーの無い子どもたちにとって身近な友人との共食を楽しみ、またアレルギーの存在をポジティブに認知出来る事
- ③アレルギーのある子どもの保護者にとって、負担感の減少と安心感の増加
- ④アレルギーの無い子どもの保護者にとって、ある子どもに感じるかわいそう、などの感情の低減
- ⑤保育者の負担感の減少

上記の食育的な視点について、「なかよし給食」を統一フォーマットとしてそのエビデンスを基礎的研究で明らかにすることによって、前述した共食の研究と同様の研究知見が得られる可能性が考えられるため、このような取り組みは大きな可能性を持っている。上記したような「なかよし給食」の好影響は、現状は保護者の自己報告や、土谷（2017）の調査報告にとどまっているため、今後のさらなるエビデンスの取得によって、科学的な妥当性が保証されることが望まれる。同様に、このような取り組みによって、幼児にポジティブな影響が見られることが、幼児の将来における食物アレルギーに対する知識獲得につながる可能性がある。たとえば、このような経験が、幼児の将来の食物アレルギー全般の知識習得の際の主体的な取り組みの向上につながるかもしれない。この点は、現状どのような報告もないため、「なかよし給食」のこれら可能性について縦断的に幼児の発達過程を研究していくことが望まれる。

「なかよし給食」は、食物アレルギーに対する食育として以上の可能性も秘めている。この実践が幼児に育む力は、ハンディキャップに対するユニバーサルデザイン的な思考の基礎になると考えられる。従来、ハンディキャップに対しては、それをなくすバリアフリーの対応が進められてきた。これは、食物アレルギーに例えると、除去食が該当する。しかし、近年では、学校教育においても障害などの困りごとを抱えた学生も、抱えていない学生と同様に授業を受ける、ユニバーサルデザイン的な授業が発展してきている。「なかよし給食」は、アレルギーのある子どもも無い子どもも同様に、がキーワードであるため、その意味で食事のユニバーサルデザインと考えられる。このような意味での食育が可能となる可能性も秘めているのである。さらには、多文化共生の観点の発達にも影響を及ぼす可能性がある。文化を代表するものの一つが食生活であり、国家ごとの特色や宗教による特色が最も表出されるものである。これらに対する理解や受容を育む基礎になる可能性もあるため、そのような観点での研究も可能となるだろう。

このような研究知見を積み上げると同時に、それをさせる保育者への発信も重要であろう。たとえば、保育者養成課程において、領域間の繋がりが重視される。食育は保育の5領域で考えると領域「健康」や「人間関係」が該当するが、「なかよし給食」の研究の蓄積は、単に食物アレルギーの知識の必要性を説く一つの事例的教材に留まらず、広く領域をまたぐ教育に使用できる可能性があるため、研究の蓄積と同時に、それらを系統系にまとめた教材として活用できる可能性もあろう。今後、おおわだ保育園での実証研究を進め、具体的かつ定量的なデータに基づき、これらの要因を検証していく。

引用文献

足立陽子・中林玄一・淵沢竜也・濱道美紀・岡部美恵・板沢寿子・足立雄一・村上巧啓・宮脇利男（2004）.
 育施設における食物アレルギー児に対する食物除去の実態：富山県における調査結果 日本小児アレルギー学会誌

18. 100-107.

- 福岡景奈・赤松利恵 (2017). 児童の学校給食における食べ残し—理論に基づいた給食指導教材の開発— 健康心理学研究 早期公開中 1-7.
- 平野麻衣子 (2017). 幼児教育における生活習慣研究の動向と課題 青山学院大学教育人間科学部紀要 8. 19-38.
- 広瀬歩美 (2017). 大学生における朝食欠食の現状把握および欠食開始時期と現在の心身や生活習慣状況との関連の検討: 学童期・思春期からと大学生からでの比較 聖学院大学論叢 30. 55-63.
- 伊藤玲子・奥典宏・真部哲治・横田俊平・相原雄幸 (2007). 横浜市内幼稚園・保育園における食物アレルギーの実態 日本小児アレルギー学会誌 21. 51-55.
- 加藤元士・森山結香・繁田真弓・山崎あかね・岡田順子・乃木章子 (2016). 買い物・調理・教職を通して食に興味・関心を抱くきっかけを作る食育の取り組み 山口県立大学学術紀要 9. 115-121.
- 厚生労働省 (2017) 平成29年版厚生労働白書 - 社会保障と経済成長 -
<http://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/17/> (2018年2月2日最終閲覧)
- 厚生労働省 (2017) 子供・若者白書
<http://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h29gaiyou/index.html> (2018年2月2日最終閲覧)
- 厚生労働省 (2017). 国民健康・栄養調査 http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyou_chousa.html
(2018年2月2日最終閲覧)
- 厚生労働省 (2016) 平成28年版厚生労働白書 - 人口高齢化を乗り越える社会モデルを考える -
<http://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/16/> (2018年2月2日最終閲覧)
- 厚生労働省 (2015). 平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要 <http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/0000134460.pdf> (2018年2月2日最終閲覧)
- 厚生労働省 (2013). 健康日本21 (第二次) 分析評価事業
http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kenkounippon21/kenkounippon21/mokuhyou.html (2018年2月2日最終閲覧)
- 厚生労働省 (2010). 健康日本21実践の手引き
<http://www.kenkounippon21.gr.jp/kenkounippon21/jissen/index.html> (2018年2月2日最終閲覧)
- 厚生労働省 (2008). 保育所保育指針解説書 フレーベル館
- 栗田沙織・柴田央麻・青木香保里 (2014). 学校における食物アレルギー教育の在り方—全ての子どもと共に学ぶことのできる調理実習を目指して— 愛知教育大学家政教育講座研究紀要 43. 17-32.
- 真名子香織・久野 (永田) 一恵・荒尾 恵介・水沼 俊美 (2003). 朝食の食欲がない幼児の夕食の食欲と生活時間・共食者・遊ぶ場所・健康状態との関係 栄養学雑誌 61. 9-16.
- 長屋郁子・小川宣子 (2003). 幼児期における栄養教育9. 朝食の食事状況からの検討 岐阜女子大学紀要 32. 2003.
- 内閣府・文部科学省・厚生労働省 (2017). 平成29年告示 幼稚園教育要領 保育所保育指針 幼保連携型認定こども園教育・保育要領 原本 チャイルド本社
- 大嶋勇成 (2008). 食物アレルギーの子どもへの対応 小児科臨床 61. 1326-1332.
- おおわだ保育園 (2013). 卵・乳製品除去の「なかよし給食」小学館
- 坂本裕子・中島千恵・浅野美登里・落合利佳 (2010). 地域における保育園との連携による食育実践に関する調査研究 京都文教短期大学研究紀要 49. 23-31.

- 瀬尾和子・榊原洋一 (2014). 幼児期の共食の意味理解 —幼児は共食をどのように捉えているのか— 日本食育学会誌 8. 3-8.
- 瀬川和史・山本由喜子 (2005). 保育所給食における食物アレルギーに対する対応と除去食実施に関する研究 栄養学雑誌 63. 13-20.
- 会退 友美・市川 三紗・赤松 利恵 (2011). 幼児の朝食共食頻度と生活習慣および家族の育児参加との関連 栄養学雑誌 69. 304-311.
- 会退 友美・後藤久美 (2015). 共食行動と健康・栄養状態ならびに食物・栄養素摂取との関連—国内文献データベースとハンドサーチを用いた文献レビュー 日本健康教育学会誌 23. 279-289.
- 高木瞳 (2007). 食物アレルギー対応給食のあり方2—乳幼児のアレルゲンと給食担当者の対応— 岐阜聖徳学園大学短期大学部紀要 39. 17-35.
- 多々納道子・山田千尋 (2012). 幼稚園における食育の実態と課題 島根大学教育学部紀要 (教育科学) 46. 15-27.
- 土谷長子 (2014). 保育所におけるアレルギー対応給食と食育 人間教育学研究 2. 31-44.
- World Health Organization (2017). Fact sheets : noncommunicable diseases
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/noncommunicable-diseases/en/> (2018年2月2日最終閲覧)