

『就実論叢』第42号 抜刷

就実大学・就実短期大学 2013年2月28日 発行

# 教職課程で学ぶ女子大学生が必要と考える 食教育内容

**Important Food Education Content for Female Childhood  
Educational Department Students**

哇 五 月

# 教職課程で学ぶ女子大学生が必要と考える 食教育内容

Important Food Education Content for Female Childhood  
Educational Department Students

畦 五 月  
Satsuki Une

## 1. はじめに

健康で、豊かな人間性を育む上で食生活が重要なことは周知の事実である。しかしこれまでの研究をみても、大学生や20代の食生活には改善すべき点が多くあることが指摘され、これらの研究結果を踏まえて、さまざまな場や、機会を通して自らの食生活を振り返り、食生活改善に向けての意識や行動を変革する試みがされている<sup>1)</sup>。たとえば、大学生に食生活と健康の授業を行ったあと、食生活・味覚についての意識と行動の変化を確認した結果、授業後食生活への価値観が高まり、食生活の改善へとつながったなどの成果報告が数多くみられる<sup>2,3)</sup>。

食の乱れが指摘され、その改善方法が模索される中で、2005年には食育基本法が制定された。同法では、さまざまな経験を通じて、さまざまな場で「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進する。」<sup>4)</sup> ことをうたっている。また「子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となる。」と定義づけている<sup>4)</sup>。つまり食育は、学校教育と家庭教育などを含めた地域社会全体が連携して進めていく重要性が述べられている。さらに、家庭科という教科自体においても、小学校及び、中学校学習指導要領 内容の取扱いにおいて「家庭科の特質に応じて食育を資する」と明記されている<sup>5,6)</sup>。

そこで、本研究では、将来学校教育において食育を教える可能性のある幼稚園、保育所、小学校免許取得を目指す教職専攻課程在籍中の学生を対象に、家庭科の食分野の教育内容の重要度の認識把握を行った。今回の研究では、食育の内容の重要度の認識を調査するのではなく、家庭科の食分野の教育内容の重要度の認識を取り上げた。その理由は、食育は家庭科を含めた学校教育全体で行うべき内容であることが、小学校あるいは、中学校学習指導要領の総則で明記されている。そのうちとりわけ家庭科の食分野の学習内容が、食育の充実に密接に関連していることが指摘されている<sup>5,6)</sup> ためである。

ここで得られた結果から、教育現場と家庭とがネットワークを構築して教育する必要のあ

る食分野の教育内容を探ること及び、さらに重視して教育すべき内容を探ることを目的とした。本研究結果によって、食育を実践するにあたって家庭科教育の食分野の教育内容が学校全体で、あるいは家庭を含めた地域社会において有機的に連携していくための教育プログラムを作製するための一助になると考える。

## 2. 研究の方法

### (1) 調査対象

2006年10月から11月にかけて岡山県、広島県、福岡県、滋賀県、三重県内の大学と短期大学の計6校に在学する女子学生のうち教職過程で学ぶ学生800名について質問紙留め置き法で、無記名、選択式アンケートを行った。プライバシーの保護について紙面で説明し、調査内容には個人情報に関する内容は含めなかった。有効データは欠損値のあるデータを除いた702名分を使用した（有効回答率87.8%）。

### (2) 調査内容及び評価

質問内容は以下の①～⑤の4構成となる。①調査対象者（以下対象と略記）の属性（学年、専攻、居住形態）、②食生活状況21項目、③対象の健康度（35項目）、④対象が子どもに教える必要があると考える食生活11項目（食に関する項目と略記）、⑤学校あるいは家庭で学ぶことが最も大切と思われる食に関する及び、食品に関する内容（5項目ずつ）である。②と③の各質問内容は、「よく〇〇する」「時々（だいたい）〇〇する」「あまり〇〇しない」「全く〇〇しない」までの4択で回答を求めた。さらに質問内容④も「とても大事と思う（以下、とても大事と略記）」「まあまあ大事と思う（以下、まあまあ大事と略記）」「あまり大事とは思わない（以下、あまり大事でない」と略記）」「全く大事とは思わない（以下、全く大事でない」と略記）」の4択で回答を求めた。⑤については、一番良いと考える項目1つを5項目から選択する方法を採用した。

### (3) 分析方法

アンケート分析は、統計用ソフトのエクセル統計2008を使用した。回答は「よく〇〇する」の1点から「全く〇〇しない」の4点に点数化し、食生活状況について平均得点＋標準偏差以上を食生活健全度高群（食生活高群）、平均得点－標準偏差以下を同低群、中間を同中群として以下の分析に使用した。また、身体項目20項目、精神項目15項目も同様にして1点から4点に点数化した後、食生活状況の区分に準じて身体健全度と精神健全度も低中高群の三群に区分した。各群間の検定には、差の検定と独立性の検定を用いた。

## 3. 結果及び考察

### (1) 調査対象者の属性

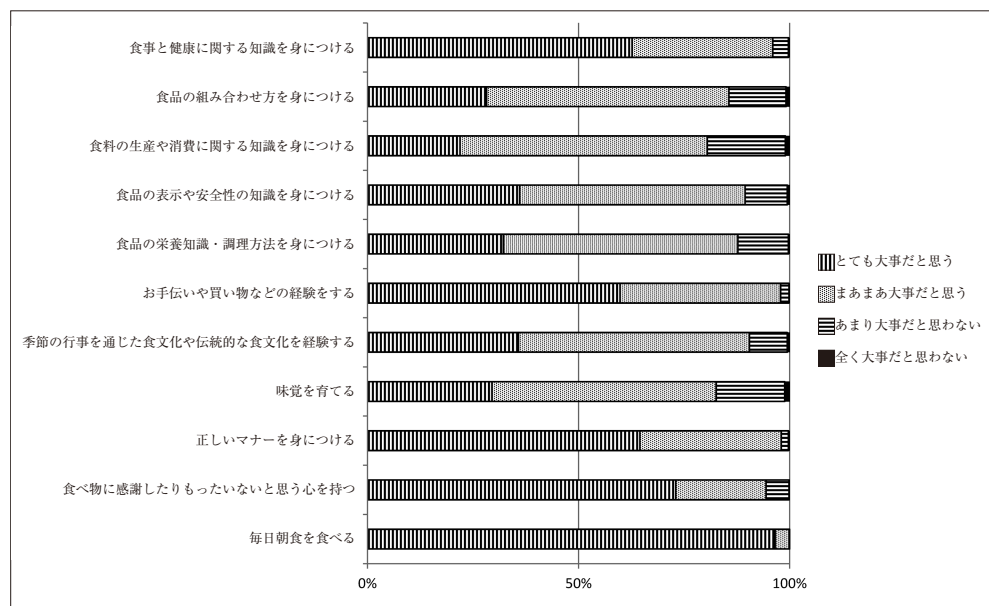
対象の属性は前報<sup>7)</sup>で示した通り、1年生が全体の約50%、2年生が25%、さらに3、4年生がほぼ同数で残り25%を占めた。さらに、居住形態でみると、自宅生が65%、単独が

35%の割合であった。

## (2) 子どもに教えることが必要と考える食に関する項目

子どもに教えることが必要と考える食に関する項目11項目について、4段階尺度法で回答を求めた。

その結果、「とても大事」「まあまあ大事」と回答した人数と、「あまり大事でない」「まったく大事でない」と回答した人数との間には、すべての項目で有意な差が認められた ( $p<.01$ ) (図1)。つまり、対象は11項目すべてについて、その重要性を十分に認識していると考えられる。



全ての項目について、「とても大事」「まあまあ大事」と「あまり大事でない」「全く大事でない」との間には、全ての項目で差が見られた ( $p<0.01$ )

図1 食育で教えることが必要な事項の人数

対象の約6割以上が教える内容として「とても大事」と考えている項目は、「毎日朝食を食べる (朝食と略記)」「食べ物に感謝したりもったいないと思う心を持つ (感謝と略記)」「正しい食事マナーを身につける (食事マナーと略記)」「手伝いや買い物の経験をする (買い物と略記)」「食事と健康に対する知識を身につける (健康知識と略記)」の4項目である。その中でも特に対象は「朝食」の重要性を強く認識していることが読み取れる。

逆に、対象が「あまり大事ではない」「全く大事でない」と否定的に回答した項目のうち、その割合が10%を超えた項目は、「味覚を育てる (味覚と略記)」「食品の栄養知識・調理方法を身につける (栄養・調理と略記)」「食品の組み合わせ方を身につける (組み合わせと略記)」「食品の表示や安全性の知識を身につける (安全性と略記)」「食料の生産や消費に関する知識を身につける (生産・消費と略記)」の5項目である。

これらの「あまり、あるいは全く大事でない」と答えた項目のうち、前者の4項目は小・中・

高等学校の家庭科教育における単元「食生活」の中の、特に調理やその実習などを通して一貫して育む必要がある能力である。また、後者の「生産・消費」の1項目は、中学校家庭科の単元「家庭生活と消費」や単元「食生活の自立」の中は無論のこと、小・中学校の社会科や総合的な学習の時間、学校給食などを活用して十二分に習得されるべき知識と言える。

### (3) 食生活健全度と子どもに教えることが必要と考える食に関する項目との関連性

表1は、食に関する項目と居住形態、食生活健全度2群、身体健全度2群（低・高群）及び、精神健全度2群（低・高群）との間で独立性の検定を行った結果である。

表1 子どもに教えることが必要と考える食生活に関する項目と  
居住形態、食生活、身体、精神健全度との関係

項目	居住形態	食生活健全度	身体健全度	精神健全度
	自宅：455人	低群：107人	低群：121人	低群：116人
	単独：247人	高群：123人	高群：110人	高群：118人
毎日朝食を食べる	nd	*	nd	nd
食べ物に感謝したりもったいないと思う心を持つ	*	nd	nd	nd
正しいマナーを身につける	nd	nd	nd	nd
味覚を育てる	nd	**	nd	nd
季節の行事を通じた食文化や伝統的な食文化を経験する	nd	**	nd	nd
お手伝いや買い物などの経験をする	nd	nd	nd	nd
食品の栄養知識・調理方法を身につける	nd	nd	nd	nd
食品の表示や安全性の知識を身につける	*	nd	nd	nd
食料の生産や消費に関する知識を身につける	nd	*	nd	nd
食品の組み合わせ方を身につける	nd	**	nd	nd
食事と健康に関する知識を身につける	*	*	nd	nd

\*：p<0.05, \*\*：p<0.01, nd：有意差なし

食生活・身体・精神健全度は低高群とのクロス集計で求めた。

居住形態と食に関する項目とでは、「感謝」「安全性」「健康知識」で有意に関連が認められた (p<.05)。食生活健全度2群とでは「味覚」「食文化」「組み合わせ」(p<.01)、「朝食」「生産・消費」「健康知識」(p<.05)で有意に関連が認められた。対象自身の居住形態や食生活健全度により、一部の食分野の教育内容の重要度に差がみられた。この結果は、将来教員となる者の居住形態や、食生活状況によって食分野の教育内容の重要度が変わる可能性を含んでいる。一方、身体健康度及び、精神健康度は食に関する項目との関連は認められなかった。

2007年に日本栄養改善学会が会員対象に食育として取り組みたい事項を5つまでの複数回答形式で質問した結果<sup>8)</sup>、上位5位には順に「望ましい食物選択能力の形成」「生活習慣病の予防・改善」「健全な発育・発達のための栄養」「食事作り（調理など）の実践力」「伝統的な食文化の継承」が挙げた。本報告とは調査方法や質問項目が異なるため、単純には比較できないが、学会員は、生活習慣病を予防する食事作りのための食品を選択する知識と、調理実践力である技能の習得を最も重要視している。逆に学会員は「農村漁村の活性化」「食物生産に関わる体験活動」「食料自給率の向上」「食品の安全・安心」「食育教材・ツールの開発」に対しては低い評価を行っている。調査対象により、食教育あるいは食育において重視し指

導したいと考える教育内容が異なることは当然の結果といえよう。

#### (4) 子どもにとって、学校あるいは家庭で学ぶことが良いと思う“食”及び“食品”に関する項目

図2には、対象が学校あるいは、家庭のいずれかで学ぶことが良いと思う“食”に関する項目について示した。

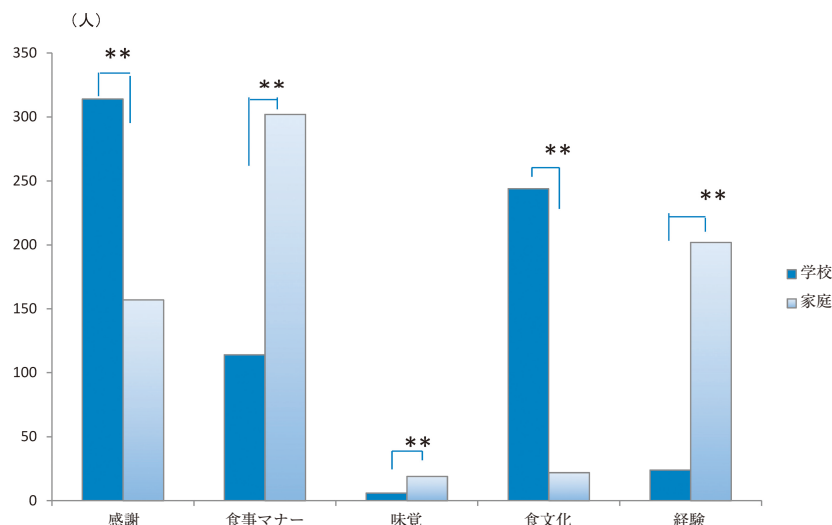


図2 学校あるいは家庭で学ぶことが良いと思う「食」の項目

感謝：食べ物に感謝したり、もったいないと思う心を持つ。

食事マナー：正しい食事マナーを身につける。

味覚：味覚を育てる。

食文化：季節の行事を通した食文化や伝統的な食文化を経験する。

経験：お手伝いや買い物などの経験をする。

\*\*：p<0.01

まず“食”に関する5項目すべてで、学校と家庭間で有意に差が認められた。特に、対象が学校で学ぶのが良いと思っている項目は「感謝」(45%)、「食文化」(35%)。逆に家庭で学ぶのが良いと思っている項目は「食事マナー」(43%)、「お手伝いや買い物などの経験をする(経験と略記)」(29%)である。

「食事マナー」「お手伝いや買い物等の経験」などの「礼儀作法」と“経験・体験”は家庭で、「感謝」や食文化体験等の「伝統的・季節行事体験」は学校で学ぶことが大切と対象は認識している。

一方「味覚」の項目は、学校・家庭各々の場で必要と回答した者は少なかった。

次に図3には、対象が学校あるいは、家庭で学ぶことが良いと思う“食品”に関する項目について示した。

“食品”についての5項目のうち、「安全性」以外の4項目で学校・家庭間で有意に差が認められた。学校で学ぶことが良いと有意に思っている項目は、「健康知識」と「生産・消費」、

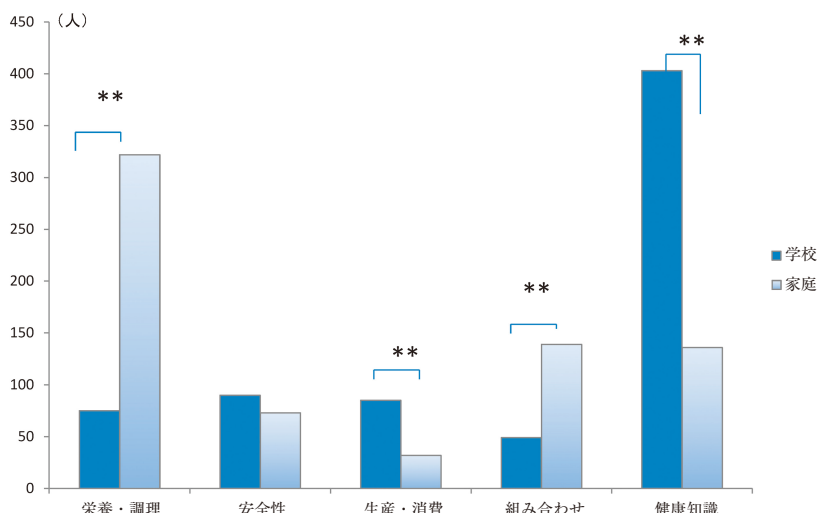


図3 学校あるいは家庭で学ぶことが良いと思う「食品」に関する項目

栄養・調理：食品の栄養表示・調理方法を身につける。

安全性：食品の表示や安全性の知識を身につける。

生産・消費：食料の生産や消費に関する知識を身につける。

組み合わせ：食品の組み合わせ方を身につける。

健康知識：食事と健康に関する知識を身につける。

\*\*：p<0.01

家庭で学ぶことが良いと有意に思っている項目は、「栄養・調理」「組み合わせ」であった。食べる行為において必須である調理方法や調理にあたっての栄養知識、食材の組み合わせ等は家庭において重視すべき内容、学校では健康や生産・消費に関する知識的な面を重視すべきと捉えていることが伺える。

安全に関しては、小学校指導要領 家庭の食領域(3)オにおいて、「調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取り扱い及びこんろの安全な取り扱いができること」、中学校指導要領

家庭B 食生活自立(3)ア「・・・安全と衛生に留意し、食品や調理用具の適切な管理ができること」がある。しかし、今回の結果からは、対象の「安全性」に関する認識度は決して高いとは言えず、また「安全性」の項目は教育現場のみならず家庭においても重視して教育すべき内容と考える。

「生産・消費」の項目は、高等学校指導要領 生活デザイン「食料の生産や流通と食生活との関わりや・・・」に記載があるのみで、小学校家庭科、中学校家庭分野では欠落している分野といえる。

以上対象が項目ごとに学ぶ場を区分していることが明らかになったが、これらの食に関する知識は学校教育と家庭教育の両面での指導の必要性がある分野である。

つまり、“食”と“食品”に関する項目は、学校・家庭がネットワークを構築して学ぶ場を提供していくことが重要である。加えて、学校現場で手薄になる項目は、学級日よりなどで家庭学習を依頼するなどの、学校と家庭のきめ細かい連携が食教育指導において求められ



てくると思われる。

#### (4) 食生活健全度と学校あるいは家庭で学ぶ“食”及び“食品”の内容との関連性

前報<sup>7)</sup>で求めた対象の食生活健全度が、学校、あるいは家庭で学ぶ項目と関連するかどうか検討したが、食生活健全度との関連性はいずれの項目も見られなかった。

#### 4. まとめ

教科としての家庭科において食に関する指導内容は、小学校家庭、中学校（家庭分野）、高等学校（家庭基礎、家庭総合、生活デザイン）で、学習指導要領に記載されている。その学習指導要領の中では、従来より栄養、献立、食品、調理、安全・衛生、食文化等に関する内容が、小・中・高等学校での児童・生徒の発達段階に応じて、系統的、体系的に指導されている<sup>9)</sup>。さらに、小中高等学校における家庭科の食分野の教育内容は、石井<sup>10)</sup>が示すように（図4）、食生活を形成する栄養、食品、調理の3要素を元に、小中高等学校と時系的にさらに、系統的な扱いがなされている。食育分野にもっとも近い教育内容を持つ家庭科が、

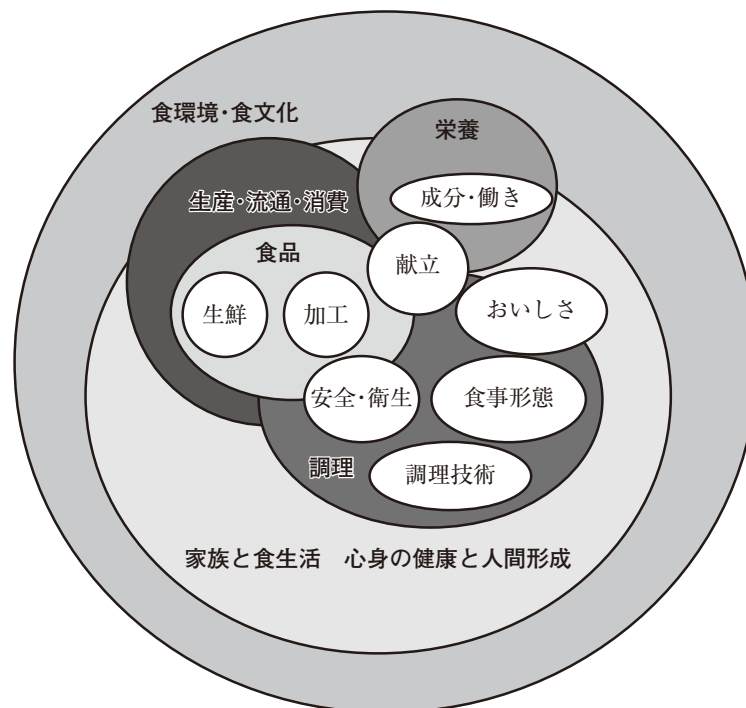


図4 家庭科食にかかわるカリキュラムの全体構成

「家庭科からひろがる食の学び」日本家庭科教育学会編 ドメス出版 p72より引用

子どもの実態に即した学びを作りだしている面もあると石井は述べている<sup>10)</sup>。

一方食育の内容は、2008年1月の中央教育審議会答申の新学習指導要領の改善の方向性に示されている。この内容について、金子<sup>9)</sup>は「学校における食育は新たにつくりださなけれ



ばならないものではなく、学校の学習活動全体の中で、食に関する指導を改めて見直し、「食育」として再構成とその効果的な進め方を検討することに重点を置くべきであろう」と述べている。つまり、石井は食育を家庭科に限らず教科全般あるいは学校教育全般で行うべき取り組みであるとしている<sup>10)</sup>。

たとえば、小学校2年生の学校給食における「残さず食べる」「好き嫌いせず食べる」の指導を取り上げた研究では、学習内容の要点を児童が習得し、指導後に明らかに児童への食指導の教育効果が見られた<sup>11)</sup>と報告されている。食育が学校給食において実践された事例である。

さらに、大学生における食育の教育効果についても研究がされ、教育によって食生活に対する価値観を高め、食生活改善へつなぐことができる可能性が示されている<sup>12)</sup>。濱口らは、大学での食生活改善にむけた教育を継続的に行うことや、学生の食に影響を最も与える家族への食育を支援するシステム作りの必要性も示唆している<sup>2)</sup>。つまり、食育を含めた食教育は、対象への動機づけが行われれば、どのような時間に教育しようと十分な教育効果が得られる可能性があることをこれらの結果は示している。

本研究では、食育内容の一部の教育内容を含む家庭科の食分野の教育内容に着目して研究を進めた。子どもたちの食教育を担う対象自身の食生活健全度が、家庭科の食分野の教育内容の重要性の認識に影響を及ぼすことが示された。この結果を踏まえ、対象自身の食生活改善が必要となり、同時に、対象自体の意識改善と行動実践に結びつく教育方法の研究も必要となる。さらには、教職履修の大学生の時期の食教育は無論、幼児期や学童期から各教育ステージにわたって食生活を改善するための教育プログラムの構築の重要性も考えられる。

さらに、対象は教職課程で学ぶ学生であり、将来教職につく立場にある。以上を総合的に考え合わせると対象への食教育において、「生産・消費」「味覚」「組み合わせ」等の必要性の認識度が低い項目についてその重要性を認識させるためのプログラムを、教育ステージのどこかで実施することが必要になると考える。食の行為を単に食欲を満たす行為との認識を変化させるためには、おいしいと感じる行為が味覚の感受性の育成なしには成立しないことの学習や、個食では味覚の育成のみならず、栄養素バランスの欠如、また視覚・聴覚などの五感の育成も成立しないことの学習も必要である。

教育方法において、栄養、食事、味覚といった個々の事象を別々に認識させるのではなく、相互に関連性を持たせる食教育の継続的な知的方略（教育プログラム構築）及び、学校現場、家庭、地域社会で食の学びを展開するネットワーク構築が求められると考える。

## 要約

今回の調査においては、家庭科の食分野の教育内容の面からその内容項目ごとに、対象がその重要性に差を認識しているかどうかの検討を行った。

1) 食に関する項目で対象の6割以上が教えることが「とても大切」と考えている項目は、「朝

食」「感謝」「食事マナー」「健康知識」であった。逆に10%以上が否定的に回答した項目は、「味覚」「栄養・調理」「組み合わせ」「生産・消費」「安全性」であった。

- 2) 対象の居住形態及び、食生活健全度によって、子どもたちへの食教育に必要と考える項目とその重要度に差が認められた。
- 3) 学校で学ぶ方がふさわしいと考える項目と、家庭で学ぶ方がふさわしいと考える項目において、対象は学ぶ場を差別化して認識していた。「感謝」「食文化体験」「健康知識」は学校で、「食事マナー」「経験」「栄養知識」は家庭で学ぶことがふさわしいと対象は有意に考えていた。
- 4) 今回は家庭科という教科に焦点をあて食分野の教育内容の重要性の認識度を検討したが、家庭科以外の教科も食に関する内容が含まれ、学校教育全体で食育の取り組みがされている。食分野の教育内容ごとにその重要性の認識度の差があった結果を踏まえて、食教育を一層進展させるために、「生産・消費」「味覚」「組み合わせ」等の特に必要性の認識度が低い項目の重要性を高める達成プログラムが必要になると考える。さらに、学校現場、家庭を結び合わせる食教育の学びのネットワーク構築も、生産者等の力も借り充実させる必要性が出てくると考える。

## 引用文献

- 1) 濱口郁枝, 奥田豊子, 内田勇人, 大喜多祥子, 福本タミ子, 北元憲利: 大学生に対する食育の効果の検証, 日本食育学会誌, 6(3), 249-255 (2012)
- 2) 濱口郁枝, 奥田豊子, 内田勇人, 大喜多祥子, 福本タミ子, 北元憲利: 大学生に対する食育が食行動に及ぼす影響, 日本食育学会誌, 6(3), 257-264 (2012)
- 3) 和泉真喜子, 鈴木道子, 千葉元子, 殿田由希, 太田健児: 女子大学生の食意識, 健康観, 調理実践等に及ぼす大学における食教育の影響, 日本食育学会誌, 6(1), 51-59 (2012)
- 4) 内閣府: 食育基本法 前文 (2005) <http://law.e-gov.go.jp/htmldata/H17/H17HO063.html> (2011, 12月ダウンロード)
- 5) 文部科学省, 小学校学習指導要領, p90
- 6) 文部科学省, 小学校学習指導要領, p102
- 7) 畦五月: 女子大学生の食生活と健康度, 就実論叢, 42, 241-250 (2012)
- 8) 吉池信男, 武見ゆかり, 田中弘之, 堤ちはる, 藤澤由美子: 「食育」に対して本学会員はどのような取り組みを求めているのか, 栄養学雑誌, 65(4), 199-203 (2007)
- 9) 金子佳代子: 学校で取り組む食育の推進, 中等教育資料, 888(5), 30-35 (2010)
- 10) 石井克枝: 家庭科における食育の蓄積, 家庭科からひろがる食の学び, 日本家庭科教育学会編, ドメス出版, 東京, 68-73 (2005)
- 11) 村井陽子, 丸谷宣子, 山本麗奈, 大西直子: 食育を目指す学生による食に関する指導の効果 小学校2年生を対象とした実践, 日本食育学会誌, 6(2), 173-179 (2012)