

Study of Dietary Education Cooperating with an Elementary School and Home: A Consciousness Survey about Dietary Life in First and Second-Years Elementary School Students' Parents

メタデータ	言語: jpn
	出版者:
	公開日: 2016-04-18
	キーワード (Ja):
	キーワード (En):
	作成者: 村上, 亜由美, 尾﨑, 由美, Ayumi, MURAKAMI,
	Yumi, OZAKI
	メールアドレス:
	所属:
URL	http://hdl.handle.net/10098/9933

教育内容研究-

小学校と家庭が連携した食育活動についての一考察 - 低学年保護者の食に関する意識調査から-

福井大学教育地域科学部 村 上 亜由美 同 附属小学校 尾 﨑 由 美

福井大学教育地域科学部附属小学校の1、2年生の同意の得られた保護者を対象に、家庭における現在の食育状況や保護者の食に関する意識及び栄養に関する知識について調査を行った。

その結果、子どもの朝食・間食の摂取状況には、大きな問題はなかった。しかし、少数ではあるが、 共食意識や共食頻度も低い、そして、食事マナーを注意しない、自分には栄養に関する知識がないと思っ ているなど、支援の必要な家庭があることがわかった。そして、児童のはしの持ち方や食事マナーにつ いては、家庭と学校とでの継続した指導が必要であることがわかった。

小学校2年生で小学校に入学後、「好き嫌い」が減り、「食べる早さ」が早くなったのは、学校給食の 経験による変容であると考えられる。

学校と家庭との連携を深めるためには、学校での活動を保護者に伝え、児童一人ひとりの健康的な食態度・食意識を高める目的を共有していくことが大切である。

キーワード:小学生、保護者、食育

緒言

「食に関する指導の手引-第1次改訂版-(平成22年3月)」¹⁾では、近年、食生活の多様化が進み、家庭で十分な知識に基づく指導を行うことが困難となりつつあり、家庭が中心となって担っていた食育は、学校において推進することが喫緊の課題であることが指摘されている。

本研究対象である小学校においても、栄養摂取などに 関することだけでなく、食事マナー、好き嫌いへの対応、 食べ物への感謝する気持ちなど、学校給食を通して指導 するだけなく、教育活動全体での食育の推進を重要視し ている。

そこで、家庭における現在の食育状況や保護者の食に 関する意識及び栄養に関する知識について、小学校1年 生及び2年生の保護者を対象に調査し、学校と家庭が連 携した食育活動を推進していく方策について考察した。

方 法

1. 調査対象と方法

同意の得られた、教育地域科学部附属小学校1年生の保護者及び2年生の保護者を対象とし、有効回答は計112人であった。保護者の年齢は中央値39歳(25%-75%タイル37-41歳)、性別の内訳は男性5人、女性105人、不明2名であった。

1年生の保護者には、2015年5月29日の学校行事「給食試食会」の参加者56人に、調査概要と倫理的配慮を口頭及び文書で説明し、調査用紙を配布、回収した(回収率100%)。2年生の保護者(66人)には、2015年6月中に、調査概要と倫理的配慮について説明した依頼文及び調査

用紙を入れた封筒を児童に持ち帰ってもらい、記入後、 再び封筒に入れて児童に持参してもらい回収した(回収 率84.8%)。

2. 調査内容

調査内容は、児童の朝食や間食頻度、保護者の児童に 対する食事マナーの注意、共食頻度、小学校入学後の食 生活の変化、保護者の自身の栄養に関する知識や食意識 などついて、無記名で自記式質問紙により実施した。

質問紙には、「嫌い箸」の例、「6つの基礎食品群」の 説明を補足した。

3. 集計方法および統計方法

データの集計・解析には、SPSS22.0 J for Windows (日本アイビーエム株式会社)を用いた。朝食欠食と食欲、テレビの視聴と食事マナーの注意、共食頻度と食意識、学年と小学校入学後の食生活の変化との関連性については χ^2 検定を行った。

4. 倫理的配慮

福井大学大学院教育学研究科及び教育地域科学部倫理 審査委員会にて、承認を受けた。保護者を対象に、調査 の目的を説明するとともに、不参加による不利益を被ら ないこと、得られたデータはすべて匿名化を行った学術 的な資料として使用し、学校での教育に活かしていくこ とや、学術雑誌などに公表することがあることを説明し た。質問紙への回答をもって同意を得たものとした。

結 果

1. 児童の朝食・間食

図表には示していないが、朝食を「毎日食べる」は 98.2%、「週に $1 \sim 2$ 回ぬく」は 1.8% と、 2 人を除き毎日食べていた。しかし、朝に「食欲がある」は 33.9%、「だいたい食欲がある」は 40.2%、「あまり食欲がない」は 24.1%、「食欲がない」は 1.8% と、朝食を食べていても食欲がない児童は約 25% あり、朝食欠食と食欲には関連性がみられなかった。

おやつを「毎日食べる」は75.0%、「週 $4\sim6$ 日」は16.1%、「週 $1\sim3$ 日」は8.9%、「食べない」はいなかった。

寝る前にお菓子類・嗜好飲料をとること「全くない」は50.0%、「たまにある」は29.5%、「ときどきある」は15.2%、「よくある」は5.4%であった。

寝る前の飲食と朝食欠食及び朝の食欲には、有意な関連性はみられなかったが、「食欲がない」 2 人は、寝る前の飲食が「たまにある」「ときどきある」であった。「食欲がある」児童には、寝る前の飲食が「よくある」はいなかった。

2. 児童に対する食事マナーの注意

「箸の持ち方で注意をする(した)ことがあるか」、「『嫌い箸』を注意することがあるか」の質問に、「気づいた時はいつでも」と回答した保護者はそれぞれ48.2%と40.2%であった(表1)。「全くない」と回答した保護者は、それぞれ8.0%と16.1%であり、「嫌い箸」を注意しない割合が高かった。図表には示していないが、主に、箸の持ち方を教えたのは、高い順に「母」49.1%、「父と母」17.0%、「父」10.7%、「誰も教えていない」7.1%であった。「その他」4.5%は、「保育園」「幼稚園」などであった。

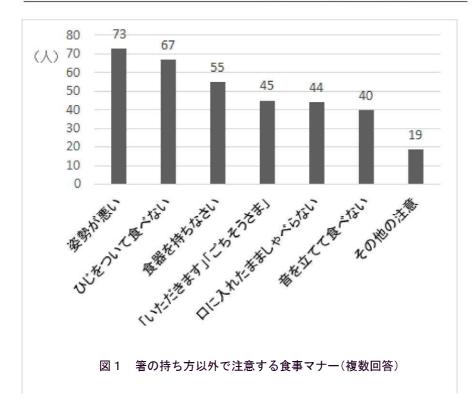
箸のこと以外で注意をする食事マナーは、「姿勢が悪い」、「ひじをついて食べない」、「食器を持ちなさい」などが多かった(図1)。「その他の注意」の回答は、「こぼさない」、「食事中立たない、歩き回らない」などであった。

図表には示していないが、テレビを見ながらの食事が「いつも」は17.9%、「時々ある」は41.1%、「あまりない」は15.2%、「全くない」は22.3%であった。

テレビの視聴と食事マナーの注意頻度には、関連性は みられなかった

			(上段:人、	下段:%)
質問項目	気がついた時 はいつでも	時々	あまりない	全くない
窓のはたまで注意をする(した)か	54	28	21	9
箸の持ち方で注意をする(した)か	48. 2	25.0	18.8	8.0
 「嫌い箸」を注意するか	45	23	26	18
「嫌い者」を注息するか	40. 2	20.5	23. 2	16.1

表 1 箸のマナーについての注意



3. 共食頻度と保護者の食意識との関連性

「お子さんの食生活全般で気をつけていること」を質問したところ、「必ず朝食を食べる」、「食事のマナー」、「家族そろって楽しく食事をする」などは、「いつも考える」として高い割合であった(図2)。「食べ物や食事の話をする」、「食物の収穫や栽培を楽しむ」などは、「あまり考えない」、「考えない」の割合が高かった。

共食頻度とこれら食意識には、「家族そろって楽しく食事をする」(p=0.039、表 2)、「食べ残さない」(p=0.041)、「好き嫌いをなくす」(p=0.040)に有意な関連性がみられた。共食頻度が低い保護者は、これら項目において「いつも考える」ではなく「時々考える」を選択した割合が高かった。共食頻度が低い保護者も、食事マナーを注意していた。

共食頻度とテレビの視聴とは、関連性はみられなかった。

4. 児童の小学校入学後の食生活の変化

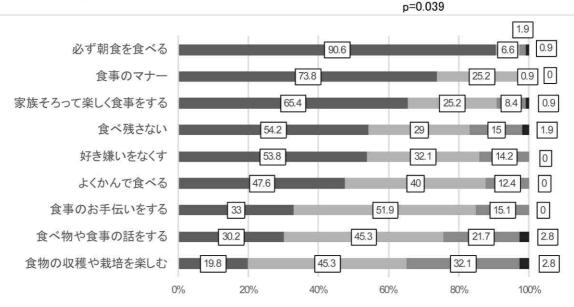
「小学校入学してからお子さんの食生活で変化したこと」を質問したところ、学年との有意な関連性がみられた。 2年生では1年生より、「食べる量」が増え、「好き嫌い」が減り、「食べる早さ」が早くなった割合が高かった (表 3)。

5. 保護者の栄養に関する知識

保護者自身は「6つの基礎食品群を知っているか」と質問したところ、「あまり知らない」は18.5%、「知らない」は2.8%であった(表4)。「栄養素の体の中での働きを知っているか」では、「あまり知らない」は16.0%、「知らない」は2.8%であった。およそ20%の保護者は、自身の栄養的な知識が低いと思っていることがわかった。

表2 共食頻度と保護者の共食に対する意識

				(上段:人、	下段:%)
お子さんと	家族				
一緒に食事をしているか	いつも 考える	時々 考える	あまり 考えない	考えない	合 計
一緒	60	16	5	1	82
	73.2	19.5	6.1	1.2	100.0
時々、一緒ではない	10	8	3	0	21
	47.6	38.1	14.3	0.0	100.0
半分以上一緒ではない	0	2	0	0	2
	0.0	100.0	0.0	0.0	100.0
ほとんど一緒ではない	0	1	1	0	2
	0.0	50.0	50.0	0.0	100.0
合 計	70	27	9	1	107
	65.4	25.2	8.4	1.0	100.0



■いつも考える ■時々考える ■あまり考えない ■考えない

図2 お子さんの食生活全般で気をつけていること

6. 保護者が学校での食育に期待すること

学校での食育に期待することを自由記述してもらった。 食材と調理法や献立については、家庭とは違う様々な食 材や調理法に出会うこと、福井の地産地消による食材や 郷土料理を取り入れること、(食品添加物等が)無添加 であること、だしをとること、塩分は薄味にすること、 野菜を多く取り入れることなどの記述があった。友達と 一緒に食べることで食事を楽しんだり、嫌いなものでも 友達と一緒にチャレンジしたり、食事マナーに気をつけ ることなど、給食特有の環境への期待もみられた。

学校で教えて欲しい内容としては、食事マナーや三角 食べについて、給食で使われている食材について、福井 の特産品や郷土料理について、栄養のバランスや体の中 での栄養素の働きについて、食事に感謝する心や命の尊 さについてなどのように、知識だけでなく、心や態度に 至るまで幅広い記述があった。また、食材については、 日本への伝承やその生産者から学校までの流通ルートな ど、教えて欲しいことの具体的な記述もみられた。 学校で取り組んで欲しいことには、子どもが料理をしたくなるような働きかけ(特に「男の子でも」という記述)、子どもたちがメニューを作ったり、選んだりすること、県外出身者の保護者へ地域の特産物のレシピを教えることなどの記述があった。

また、バランスのよさ、おいしさ、本の中にでてくる料理をだしてくれることなどに対して満足しており、感謝が述べられているものもあった。

考 察

学校給食は、友達と一緒に同じ献立を食べるという、 家庭とは異なった食環境の場である。そして、栄養教諭 は、学校給食を学習材にした、児童の食育を担っている。

調査校の栄養教諭は、高学年の家庭科や、低中学年の 学級活動で、学級担任とティームティーチングで担当し ている。給食時間においては、学級に入り、児童の食態 度などを観察、指導している。日頃から、食材を紹介す る実物の食品、給食献立に物語性をもたせるような自作

表3 小学校入学後の食生活の変化

2.0	IXXX IXXX IXXX IX				(人)	
質問項目	選択肢	1年	生	2年	生	有意水準p
食事時刻	規則的になった	22	41.5%	21	39, 6%	
	不規則になった	2	3.8%	8	15.1%	0.129
	変わらない	29	54. 7%	24	45.3%	
	食べる日が増えた	9	16.7%	10	19.2%	
朝食	食べない日が増えた	1	1.8%	0	0.0%	0.588
	変わらない	44	81.5%	42	80.8%	
	食べなくなった	7	12.7%	7	13.2%	
間食	食べるようになった	5	9.1%	10	18.9%	0.325
	変わらない	43	78. 2%	36	67.9%	
	食べなくなった	9	16. 7%	8	15.1%	
夜食	食べるようになった	0	0.0%	1	1.9%	0.588
	変わらない	45	83.3%	44	83.0%	
	増えた	18	32. 7%	40	75.5%	
食べる量	減った	2	3.6%	0	0.0%	0.000 ***
	変わらない	35	63. 7%	13	24. 5%	
好き嫌い	増えた	1	1.8%	6	11.3%	
	減った	12	21.8%	22	41.5%	0.005 **
	変わらない	42	76.4%	25	472%	
食べる早さ	早くなった	14	25.5%	27	50.9%	
	遅くなった	2	3.6%	2	3, 8%	0.022 *
	変わらない	39	70.9%	24	45.3%	
外食	増えた	3	5.5%	4	7.6%	
	減った	10	18. 2%	14	26. 4 %	0.494
	変わらない	42	76.3%	35	66.0%	
	2					

χ²検定 ***p<0.001, **p<0.01, *p<0.05

表4 保護者の栄養に関する知識

			(上段:人、	下段:%)
質問項目	知っている	まあまあ 知っている	あまり知ら ない	知らない
6つの基礎食品群を	26	59	20	3
知っているか	24. 1	54. 6	18.5	2.8
栄養素の体の中での	24	62	17	3
働きを知っているか	22. 7	58. 5	16.0	2.8

の展示物、食べものが自分の健康に重要であることを解 説した掲示物などを常時展示しており、常に児童の食に 対する興味関心を高める活動をしている。

その効果もあり、本調査の結果、児童の朝食・間食の 摂取については、特に指導や支援が必要となる問題とな る状況は見受けられなかった。今後、児童の学年が進行 しても、この良い状況を維持していけるように注意した いと考える。

箸の持ち方は、調査校の教諭が児童の給食の食べ方に関する指導をしていて、気になっている点である。全国的にみても、小学校5年生を対象とした調査²⁾では、自分の箸の持ち方が、伝統的な箸の持ち方のイラストと同じであると回答した小学校男子は53.5%、女子は56.5%であったように、高学年であっても半数に問題がある。箸は、小学校入学以前に使い始めるため、家庭で教えることになるが、本調査において、主に教えているのは母親と父親であり、また、一部は、保育園や幼稚園で教えている。しかし、誰も教えていないと回答した割合は7.1%と比較的高かったことから、家庭で箸の持ち方を教えるという意識を持たない保護者が存在してることが明らかになった。調査校では、箸の持ち方の指導を行っているが、引き続き指導していく必要性が認められた。

内閣府の「食育に関する意識調査」(平成27年3月)³において、家族と同居している人が家族と食事をするときの状況について、保護者の年齢にあたる30-39歳女性と40-49歳女性で、「一緒に食事をすることは楽しい」のは91.3%と96.0%、「会話が弾んでいる」のは88.1%と81.6%、と高い割合であった。それらと比較して「食事のマナーや作法を身につけている」のは65.1%と66.1%、「食に関する情報を共有している」のは53.2%と62.1%と割合が低く、家族との共食は、食事のマナーや情報の共有の場になる食育の機能を必ずしも果たしているとはいえないことを示唆している。

また、本調査において、保護者が子どもに注意する食事マナーは、姿勢や食器を持ち上げることに対する注意頻度が高かった。これらは、大人になっても継続してしまうマナーであるため、気付いたときに繰り返し、注意することが重要である。その他に挙げられた「立ち歩かない」、「こぼさない」などは、成長とともに自然と改善するかもしれない。

さらに、本調査においては、食事中のテレビの視聴によると考えられる問題点はみられなかった。テレビの視聴によって、食事マナーへの注意の頻度に差はみられず、共食頻度や、保護者の食意識とも関連性はなかった。従って、テレビをみながら子どもだけが食事をしているというわけではなく、家族でテレビをつけて食事をしていても、保護者の食事マナーや食意識にさほど影響力を持っていない様子がうかがえる。

「平成21年度 全国家庭児童調査結果の概要」⁴⁾ において、家族そろって一緒に食事(朝食及び夕食)をする

ことがほとんどない家庭が存在していたことを報告している。本調査においても、少数ではあるが、共食意識や 共食頻度も低い、そして、食事マナーを注意しない、自 分には栄養に関する知識がないと思っているなど、支援 の必要な家庭があることがわかった。保護者の栄養に関 する知識の向上については、栄養教諭が発行する「給食 だより」や、児童が学校で習ったことを家庭で話題にす ることなどにより、現在でも図っているが、少数の食意 識が低い保護者に対しては、個別に支援していくことが 必要である。

次に、小学校に入学してからの食生活の変化であるが、1年生より2年生の方が、食生活の変化した割合が高い。「食べる量が増えた」については、成長に伴うと考えられる。しかし、「食べるのが早くなった」、「好き嫌いが少なくなった」については、1年生では4月に入学し、その約2ヶ月後の調査であっため、あまり大きな変化はみられなかったが、2年生では、1年2ヶ月間の小学校での給食を経験した結果であることが考えられる。給食時間内に食べ終わること、家庭では出てこない多様な料理や、嫌いな食材・料理であっても、友達と一緒に楽しく食べ、学級担任や栄養教諭の励ましを受けるなどの、これまでになかった食環境の影響であろう。

結 語

今後、食育の評価を行っていくにあたり、これら児童一人ひとりの食に関する変容を、学校と家庭の両方から検証することが重要である。本調査においては、無記名式での調査を統計的に処理した。今後の課題として、個別の支援、指導を目的とすることを伝え、保護者の同意のもと、記名式の食生活調査を実施したい。学校と家庭との連携を深めるためには、学校での活動を保護者に伝え、児童一人ひとりの健康的な食態度・食意識を高める目的を共有していくことが大切である。

そして、調査結果及び子どもの変容についてなどの評価を活かし、どのような家庭環境におかれた児童にも、将来にわたり健康的な食生活を送ることのできる力をつけるような支援、指導を学校教育活動全体で推進していく、具体的な方策を今後も検討しなければならない。

謝辞

本研究を進めるにあたり、調査にご協力いただきました保護者の方々、そして、研究にご協力・ご配慮いただきました小学校の先生方に深く感謝申し上げます。

利益相反

利益相反に相当する事項はない。

文 献

1) 文部科学省: 食に関する指導の手引-第1次改訂版-(平成22年3月)、p1、p264 (2012)

- 2) 独立行政法人 日本スポーツ振興センター: 平成22 年度 児童生徒の食事状況等調査報告書(食生活実 態調査編)(2014)
- 3) 内閣府:食育に関する意識調査(平成27年3月)、 p50、pp82-85 (2015)
- 4) 厚生労働省:平成21年度 全国家庭児童調査結果の 概要、p6 (2011)

Study of Dietary Education Cooperating with an Elementary School and Home:

A Consciousness Survey about Dietary Life in First and Second-Years Elementary School Students' Parents

Ayumi MURAKAMI , Yumi OZAKI

Keywords: Elementary School, Dietary Education, Students' Parents