e-Rad PDF converter

様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 25 年　6 月　8 日現在

機関番号：３２７１４
研究種目：基盤研究（C）
研究期間：2010～2012
課題番号：２２５００７９６

研究課題名（和文）　学校における食育の取り組みと家庭への波及効果についての研究

研究課題名（英文）　SHOKUIKU approach at elementary schools and the influences to family.

研究代表者
饗場　直美（AIBA NAOMI）
神奈川工科大学・応用バイオ科学部・教授
研究者番号：50199220

研究成果の概要（和文）：本研究は食育の情報発信ツールとしての給食便りや献立表の有効性について初めて検討したものである。保護者の食育の関心の有無は、家庭内での食に関する話題の多さや学校からの配布資料を読む頻度に関連していた。また、配布資料をよく読む家庭では食生活も変化していた。食育に関心のある保護者は学校からの情報を受け止め、家庭での食生活も変化が認められるなど、学校からの情報発信の波及効果について初めて明らかにした。

研究成果の概要（英文）：This study is to evaluate how SHOKUIKU (nutritional education) at elementary schools does affect the dietary life at home with focusing about the effects of letters and menus about school lunch as an information tool. Our study revealed that the degree of interest was related with frequency of talking about food and diet and reading the letters about school lunch. In addition, the families who read the letters about school lunch more often changed their dietary habit healthier. The parents who interested in SHOKUIKU could accept the information and changed their dietary habits. This study is the first to show the effects of information from school to families.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2010 年度	1,400,000	420,000	1,820,000
2011 年度	1,200,000	360,000	1,560,000
2012 年度	700,000	210,000	910,000
年度			
年度			
総　計	3,300,000	990,000	4,290,000

研究分野：総合領域
科研費の分科・細目：生活科学・食生活学
キーワード：食教育、栄養教諭、栄養情報

１．研究開始当初の背景

(1)2005 年の食育基本法に従い、全国において食育推進活動が様々なフィールドで実施されている。特に小中学校における学齢期は、子どもたちが正しい食習慣を確立するために、食べものや栄養についての知識、食と健康との関連性について授業や給食等を通じて学ぶ時期である。食育基本法においては、学校での食育を推進するために、栄養教諭の導入が推奨され、2008年には全県において栄養教諭が導入された。また、2008 年3 月に告示された小・中学校学習指導要領、2008 年6 月改正された学校給食法に、食育推進のために給食をより積極的に活用することが明言され、2009 年4 月から施行されている。栄養教諭が学校における食育推進の中心的役割を担い、

e-Rad PDF converter

担任教諭等と連携して学校給食を活用しながら積極的に食育を推進することが求められている。これまでも、学校栄養職員によって給食はその安全性や栄養面で担保し、教科等においては学級担任等と連携して食育授業をするなど、学校教育活動の様々な場面において積極的に食育が実施してきているが、日々の生活で実践する食の自己管理能力の育成までつなげてこられなかった。

(2)子どもに対する食育は子どもを取り巻く全ての環境においてそれぞれの役割を担いながら実践されていくことが望まれている。この考えは社会認知理論に基づいており、人の行動は、環境からの様々な刺激や情報を得ることにより、それを自己内において認知することで、実際の行動へ移していくと考えられている（Bandura A, Abrams DB, 1986）。この観点から、子どもへの食教育は、学校のみならず、子どもたちの主たる生活の場である家庭における食（教）育が非常に重要な役割を担っており、食育基本法や食育推進計画においても、家庭とその周りの社会環境（学校や保育園、地域等）が連携をとりながら、食育を進めることが明言されている。思春期やそれ以降の成人期の子どもの食生活は、親の食生活や家庭での食教育によって影響を受けることが報告されており（Van Assema P et al., 2006; Le bigot Macaux A, 2001, Pairick H et al., 2005）、家庭での食教育が子どもの健全な食習慣確立に重要な役割を担っていることは明白である。学校から家庭への食育アプローチは、給食便りや献立表、食育通信、給食試食会等を通じて実施されているが、それらが家庭の保護者に対してどの様な食育効果を生み出しているのかはまったく検証されておらず、学校と家庭との連携をどの様にとればよいのか、学校からどの様に家庭に食育推進をアプローチすればよいのかについての検討とその方法の確立が強く望まれていた。

２．研究の目的

(1)本研究は、現在学校で行われている食育や学校から家庭に発信されている食育情報（献立表や給食便り等）の実態調査を行うとともに、これら食育情報の家庭への波及効果を検証し、効果的な食育実践のための学校(小・中)と家庭の食育連携のあり方や、学校から家庭への食育アプローチ法を明らかにすることを目的とする。

(2) 2県の小中学校（約80校）を対象に、各学校での食育実施や食育情報発信の現状について実態調査をすると共に、学校に在籍する児童生徒の保護者（約20,000 名）を対象に、「学校からの食育情報発信に関するアンケート」調査を行い、学校から栄養（食育）情報がどの様に発信されているか、またそれらの情報が子どもたちあるいはその保護者に対してどの様な影響を与えているのかについて検証する。

３．研究の方法

(1)研究実施に際し、岐阜県及び香川県の小中学校(計80 校)の栄養教諭および栄養職員からなる調査研究会を設置した。

(2)各学校から家庭に対して発信されている食育情報や給食便りを集め、学校で実施している食育の内容や頻度等についてデータベースを作成した。

(3)小中学校あわせて80校に在籍する児童・生徒の保護者（17354 名）に対して、「食育情報に関するアンケート」を児童による持ち帰り、保護者の自記式回答の上、回収した（12413名、回収率71.5%）。データを県ごとにデータベース化したのち、SPSS.ver14を用いてカイ二乗検定による統計解析を行った。

４．研究成果

(1) ２県からそれぞれ得られたデータについて、各県別に学校から配布されている食に関する資料が家庭での食生活にどのように影響を与えているのかについて解析を行った。

岐阜県のデータ解析の結果、食に関する配布資料を必ず読む、あるいはわりと読むとする保護者は全体の 67.1%であり、半数以上の保護者が学校からの配布資料を読んでいた。また、「食に関する配布資料を読む頻度」と「保護者の朝食摂食状況」「家族との共食（朝食・夕食）状況」「子どもが学校での食に関することを話す頻度」「学校給食を話題にする頻度」において有意な関連性が認められた（$p<0.05$）。学校からの配布資料を「必ず読む」と答えていた保護者のうち、食育に関心のある人は 91.3%であり、食育の関心のある保護者が学校からの配布資料をよく読んでいた。また、配布資料を読んでいる保護者のうち 85.5%が、家庭での食事づくりの参考にしており、配布資料を読まない保護者に比べて有意に多かった（$p<0.05$）。

(2)香川県のデータベースを用いて、食育の関心の有無を中心として食生活の変化や関心のある情報の内容について検討を行った。

香川県においても食育に関心のある保護者は全体の 82%を占めており、両県とも同様に保護者の食育に対する関心度は高かった。食育に関心のある保護者の方が、学校からの配布資料を読んでいる有意に割合が高かった（図 1）。

配布資料を読む保護者の家庭において、家庭で、学校での食に関することを話していた

e-Rad PDF converter

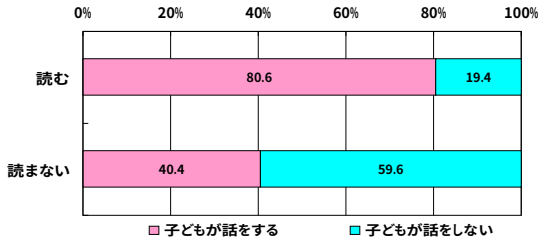

図 1. 食育の関心度と配布資料への関心

子どもが配布資料を読まない家庭に比べ有意に多かった（p＜0.001）。このことは、保護者が配布資料を読むことによって、学校での食が家庭での話題となる可能性を示唆している（図 2）。

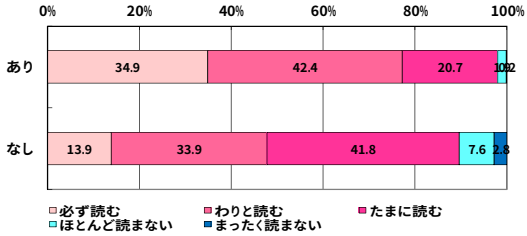

図 2. 保護者が配布資料を読む頻度と家庭内での話

また、配布資料を読む保護者のうち、38.4%が家庭での食生活が変わったと答えており、読まないと答えた保護者（4.4%）の割合より優位に高かった（p＜0.001）ことから、配布資料を読むことが、家庭での食生活に変化を起こさせている要因の一つであることがうかがえた。

配布資料を読むことによって家庭での食生活が変わったと答えた保護者の中で、具体的にどのようなことが変化したのか複数回答にて回答してもらった結果、「野菜を多く食べる」、「季節の食材を使う」、「給食の話をする」、「食品の選び方を考える」「味噌汁の具を増やす」が上位５つを占めていた。

(3)学校からの配布資料に載せられている情報と保護者の望む情報について検討を行った。栄養教諭が１年間の献立表や食育便り等に載せている情報の出現率をみると、献立名、使用食品名、食品群別分類（いずれも 100%）のほかに、地場産物、料理の作り方、健康についての情報、食品の季節の話題、栄養価が60%以上の出現率であった（図 3）。

これに対し、保護者が見ている情報は、「献立名」が最も多く、次いで、「献立・食品の話題」「料理の作り方」「健康情報」の順であった（図 4）。

保護者が配布資料に希望する情報を見てみると、「料理の作り方」「献立名」「健康情報」「「献立・食品の季節の話題」「話題の食品」などが上位５位を占めていた（図 5）。

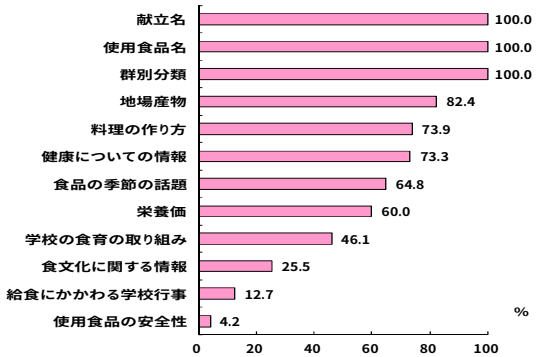

図 3.栄養教諭が掲載している情報の種類

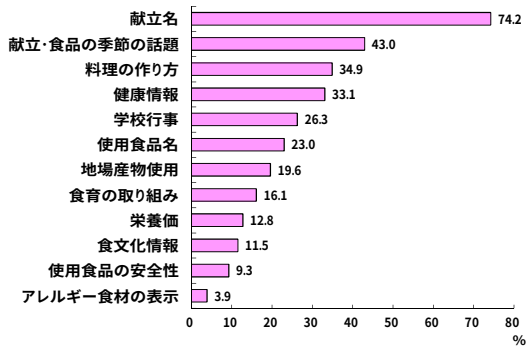

図 4.保護者が見ている情報の種類

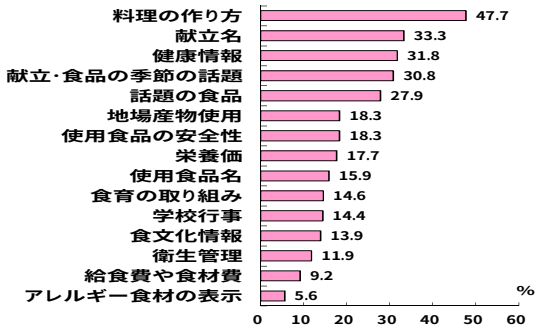

図 5.保護者が希望する情報

(4)学校から発信される献立表や食育便り等は、ほとんどの保護者が目を通していたが、その中でも、配布資料を読む家庭においては、学校での食が家庭で話題に上り、そして実際に家庭の食生活もより健康な食生活に変容していることが明らかになった。また、配布資料を読む要因として、食育への関心の有無がかかわっており、食育の関心がある保護者ほど配布資料を読んでいた。

実際に配布資料の内容について検討すると、「献立名」、「食品の話題」、「作りかた」等提供される内容で高順位に位置している内容がよく読まれる順位とし高順位にみとめられ、情報の暴露頻度が読まれる頻度に関連していることが分かった。その一方で、保護者が希望する内容は、「料理の作り方」が一位に上がっており、保護者は学校での給食

e-Rad PDF converter

の献立に興味を持ち、実際にその料理作成したいと考えていることがうかがえた。

本研究から、保護者への情報発信の在り方として、食育の関心を高めるような内容の情報発信や学校給食のレシピなどの充実が保護者の配布資料を読む頻度を高め、食生活の変容につながることが期待される。

本研究は、我が国が食育推進を始めて導入された栄養教諭の役割を明確にするために、栄養教諭が教育媒体として活用すべき給食や家庭への情報発信ツールである給食便り、食育便り等の教育効果についての初めての大規模調査である。そして、初めて学校の食育の効果が家庭にも徐々に波及していることを明らかにし、今後の食育としての情報発信のあり方について示した。

５．主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計５件）

① Rohana,AJ, Aiba,N.,Yoshiike,N., Miyoshi,M、Japan for Sustainability in Health through a New Movement of Food and Nutrition Education ’Shokuiku’ International Medical Journal 査読有、18巻、2011、21-28.
② 饗場直美、子どもの生活習慣について、学校給食、査読無、６２巻、2011、26-30
③ 金田雅代、栄養教諭の役割、小児科臨床、査読無、64巻、2011、1313-1320.
④ Makiko Nakade, Naomi Aiba,他 Behavioral change during weight loss program and oneyear follow-up: Saku Control Obesity Program (SCOP) in Japan. *Asia Pac J Clin Nutr* 査読有、21巻、2012、22-34.
⑤ Nakade M, Aiba N. What behaviors are important for successful weight maintenance? 査読有、J Obesity, 2012 DOI:10.1155/2012/202037.

〔学会発表〕（計６件）

① 饗場直美、健全な食生活への行動変容プログラム、日本健康科学学会、2010年8月20日、東京
② 金田雅代、饗場直美、フードシステムソリューション、2010年9月23日、東京
③ Nakade,M., Aiba,N.、Breakfast skipping in Japanese university students and their lifestyle, dietary intake, dietary awareness and mental distress. International Society of Behavioral Nutrition andPhysical Activity、2010年7月9日、Mineapolis, USA
④ 吉永弘美、饗場直美、ホームページを利用した保育園からの情報発信が保護者へ及ぼす食育効果について、日本栄養改善学会、2011年9月11日、広島
⑤ 遠山致得子、松原恵子、伊藤裕子、児山喬子、村橋はるか、金田雅代、饗場直美、食に関する配布資料が家庭の食生活に及ぼす影響、日本栄養改善学会、2012年09月12日～2012年09月14日、名古屋
⑥ 赤松美雪、安岡あゆみ、宮武千津子、高橋美佳、村井栄子、金田雅代、饗場直美、日本栄養改善学会、2012年09月12日～2012年09月14日、名古屋

〔図書〕（計５件）

① 金田雅代、他、講談社サイエンティフィック、2011、164
② 金田雅代、他、公衆栄養学実習、講談社サイエンティフィック、2011,144
③ 金田雅代、他、建帛社、栄養教諭論、理論と実際（第２版）、2012、225
④ 饗場直美、他、建帛社、栄養教育論演習、2012、141
⑤ 金田雅代、他、建帛社、栄養教諭論Ⅱ、実践研究、2013、198

〔産業財産権〕

○出願状況（計０件）

○取得状況（計０件）

〔その他〕

ホームページ等

なし

６．研究組織

(1)研究代表者

饗場　直美（AIBA NOMI）

神奈川工科大学・応用バイオ科学部・教授

研究者番号：50199220

(2)研究分担者

金田　雅代（KANEDA　MASAYO）

女子栄養大学短期大学部・食物栄養学科・教授

研究者番号：30413066

中出　麻紀子（NAKASDE MAKIKO）

(独)国立健康・栄養研究所・栄養疫学研究部・研究員

研究者番号：80508185

（H22）

(3)連携研究者

なし