

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 5 日現在

機関番号：12401

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2012～2014

課題番号：24500888

研究課題名(和文) 自立した食生活を育成するための家庭科教育の要件に関する研究

研究課題名(英文) Home Economics Education for Independent Dietary Decision

研究代表者

河村 美穂 (KAWAMURA, Miho)

埼玉大学・教育学部・教授

研究者番号：00361395

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,600,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、自立した食生活を営む人を育成するための家庭科食教育の要件を、成人への質問紙調査、児童学生の調理技能の評価方法の検討をもとに明らかにした。要件は3つである。学習者が自らの調理技能の上達を実感する学びとする。必要に応じて調理に取り組むことを考え個々の学習者が日常に取り入れやすい調理体験を組み込む。調理技能の習得を大切にしながらも、多様な世界とつながることのできる学び、つまり調理のみで完結するのではない学びとする。

研究成果の概要(英文)：This research shows some important viewpoints of home economics education in order for people to make their own independent dietary decisions. Results were acquired from a questionnaire for adults and evaluation of students' cooking skills. The research proposes the following three important viewpoints; Students become aware of improvements in their cooking skills on their own. Students easily use their cooking skills in their daily lives. Students can connect with various other fields through these cooking classes.

研究分野：家庭科教育学

キーワード：調理 家庭科教育 調理実習 自立 食生活

1. 研究開始当初の背景

食生活の乱れと食育の必要性は、子どものみならず、今や社会全体の問題となっている。朝食の欠食や外食への依存などの問題を解決し、だれもが食生活において自立すること、つまり自立した食生活人の育成を図ることが、食育の最終目標である。そのためには、自分で調理して食べることを定着させることが重要課題であると考えられる。なぜなら、調理をすることによって食生活そのものへの興味・関心が高まり、自立への意識が高まると考えられるからである(田中、河村 2010)。

本研究では以上の問題意識より「自立した食生活人」を「食べることから食に関わる社会問題まで食生活にかかわる事柄に関心を持ち、自身の食生活を自律的に営もうと実践する人」と定義する。

「自立した食生活人」育成の必要性は多くの食育関係者・家庭科教育関係者に認知されているが、食生活の問題状況から、その育成が困難な状況も示唆されている。

これまで家庭科教育では、長年にわたって食生活に関する教育を行ってきており、その特徴は、栄養教育や個別の食品の学習に特化した食育実践事例(河村 2010a)とは異なり、多面的、総合的に行う点であると言われている。なかでも戦前の女子の教科としての「家事科」(家庭科の前身)以来の実践や研究の蓄積を基盤とした調理の教育は、他の教科や学習には例を見ないものであり、調理という体験を高度に体系化したものである。さらに調理の教育と、栄養、食文化の学びを関連付けて多様な目的を設定することも行われ、その中で調理の教育が中核となるカリキュラムも開発されてきている(河村 2012)。

ただし、これまでの家庭科における調理の教育では、調理技能の習得に偏って行われてきたという問題もある。本研究で考える「自立した食生活人」となるためには、調理技能を身体的に習得するだけでは充分ではなく、

調理技能を習得する学びが食生活に関心をもちよりよく営もうとする契機となる必要がある。つまり、自らの生活との関連において調理をしようとする意欲を持つことが、真の自立した食生活人になる基盤となると考えるのである。そのためには、調理技能の習得を学習者の生活実態との関連から再考する必要がある。

2. 研究の目的

本研究の目的は、自立した食生活人となるための基盤となる能力を「調理をしようとする意欲を含めた調理技能を日常的に活用する力」とし、その基盤を培う家庭科での食教育の要件を明らかにするために、特に調理技能の習得が食生活の自立に果たす役割を明確にすることである。

これまで研究代表者は、小学校家庭科の調理実習で「友達から見て学び自分を振り返る」という家庭とは異なる学びがあることを実証的に明らかにした(河村 2010b)。ただし、この学びがその後どのような可能性をもっているのかは十分に探究されていない。学校教育の目標は即時的なものではなく、遠い未来に向かってその成果を求めることは言うまでもないが、成人したのちに活用される多様な調理の知識・技能については、これまで十分に検討されてきてはいない。学習者の追跡が困難ということ、家庭科の学習内容が個々の教員の裁量によって幅があること、現代生活で溢れる食に関する情報の影響があまりにも多く、学校で学んだことの成果を捉えにくいことなどの理由から、家庭科教育の成果が示されなかったという実状もあったと考えられる。一方で、調理技能の活用状況を意欲との関連でとらえることや、家庭科教育の成果を成人の生活実態から検討するという視点が希薄であったことも事実である。そこで本研究では成人を対象として生活実態を明らかにすることから始めた。

3. 研究の方法

以上の研究目的を到達するために、本研究は大きく3つの内容から構成した。

まず一つ目に、自立した食生活における調理の位置を明らかにするために、社会人を対象とした調査研究の結果を3つ報告する。

「調理をすること」と自立した食生活との関連、調理をすることに内包される諸因子の聞き取り調査による検討、K市の食育フェア参加者における「食べること」「料理をすること」のとらえ方、食生活との関係である。これらの調査からは社会人が食生活において調理をどのように行っているのか、そのことが食生活の実態とどのように関わっているかを明らかにした。

二つ目には、調理という学びが、どのように行われているのかということ明らかにするために、2つの報告を行う。高等学校での授業実践を対象として家庭科で学ぶ調理技能と知識の関連を計量という調理技能に焦点化して論じた研究、家庭科で調理を学ぶ意味を再検討するために、調理技能の教育を身体的理解という点から論じた研究である。

三つ目に、調理の教育においてこれまで十分に検討してはこなかった、学習者にとっての調理技能の習得の意義とその評価をどのように行うかという問題に応える2つの研究報告である。小学生の包丁技能の実態を現状にあわせて測定したうえでその学習効果について検討した研究、動画を使った調理初学者(大学生)の包丁技能の評価方法の提案である。以上の7つの研究成果から、最終的に小中高の家庭科で行われる食生活教育に対して、必要とされる要件を、内容と方法およびカリキュラム作成の観点から提案する。

4. 研究成果

(1)自立した食生活人の有する調理技能

本研究の学術的な特色は、1)学校教育の家庭科の食教育をとらえ直すにあたって成

人に対する調査を行ったこと、2)自立した食生活を調理技能の活用という点から定義を試みたこと、3)家庭科の食教育に対して、成人の食生活の自立へと継続する視点から提案を行ったことである。本研究の成果を以下に大きく3つ示す。

食生活構成因子の抽出

食生活を構成する要因を明らかにし、それら要因と調理技能との関わりを質問紙調査によって明らかにした。食生活構成因子としては6つの因子(料理志向因子、社会的消費者因子、健康志向因子、共食文化因子、グルメ志向因子、ヘルシー食志向因子)を抽出した。調理技能を一定程度有している人たちは調理することによって、食生活を中心に社会的な関心を持つようになり、単なる健康志向ではなく食べることを楽しみかつ健康に留意することにも関心を持つようになっていくことが明らかになった。これは調理技能が食生活を営む上で核となる能力となりうることを示す結果であると言える。

調理をする女性の困難とその解決の方途

本研究では、あらためて調理技能を有している人の多くが女性であることや、男性の食生活に対する関心が低いという問題も明らかになった。さらに女性の中でも主として調理を行っている、30代、40代の既婚女性の日常の調理に対する負担感は、想像以上のものであった。この世代の女性は家族のために毎日調理を行っているが、調理という営みが毎日のルーチンであることや作ったものを必ずしも家族がおいしく食べてくれるわけではないことなど、日常の調理への意欲を維持することが難しい状況にあった。このことは、食生活の営みが調理という家事にとどまらず、家族の健康状態や精神状態を勘案しながら献立を作成することや、経済性を考慮して材料を調達することなど、多岐にわたる活動によって支えられている事実を示したものである。30代、40

代の女性にとって日常の調理は日常ゆへの困難さを伴うことが推察される。

本研究では、この問題の解決にあたって、つまり、日常的なエンドレスとも感じられる調理の見直しにとって大変興味深い知見を得ることができた。それは食べることや料理することをポジティブにとらえる人、つまり調理にストレスを感じていないと思われる人の方が、栄養バランスや献立数などからみてより良い状態の食事を提供しているということである。本研究調査はK市の食育フェアの参加者を対象としているため、限定的な調査であるが、この限界をふまえてもなお、今回の調査で得られた食べることや、料理することをポジティブにとらえている人の日常の食生活の充実ぶりは注目に値するものである。自立した食生活を志向する場合、毎日のルーチンと捉えられがちな調理活動を食を楽しむということと関連させて考えることの重要性を示したものとも言えるだろう。食を楽しむことは、ハレの日の特別な食事だけではなく、ケの日にもそれなりの楽しみを見出して創り出し、主体的に食べることを必要とするものだと考えられる。

調理技能を学ぶことの意味と評価の方法

日本の家庭生活において、男性も日常的に調理を行う能力を備えることが可能になれば、現在とは違ったワークライフバランスも考えられるようになるかもしれないが、現実には長時間労働や時間外労働をなくすことは難しい社会状況にある。このような社会的問題を根本的に解決するために、生活を重視し、食べるものへの関心をもつことを目指して、だれもが調理を学ぶことを学校教育において保障するべきであろう。そこで、学校教育の家庭科の中で再度調理を学ぶ意味を調理技能の習得という点から検討した。

その結果、調理技能を学ぶということは、「自身の調理技能の習得実態を正確に把握できるようになること」に効果があるという

ことが明らかになった。日常的に包丁を使う経験のない小学生にとって、包丁でジャガイモの皮をむくという技能は、多くの場合できそうにない、または簡単だと思いこんでしまうものである。このように自分の包丁技能の実態を十分に把握していない小学生にとって包丁の正しい使用方法を学び、練習することが、自分の技能の実態(包丁を使える程度)を正確に把握することにつながるということを示した。さらに、自分の技能の実態を把握することは、技能をもっと身につけたいという意欲を育み、一方でそのための課題(自分に足りない部分)も明らかになり、上達に向かう一つのステップとなる。

本研究で示したような特定の技能の評価方法を明らかにするという事は、学習者自身が客観的に自らの技能の実態を捉えることを可能にする。つまり自己評価能力が高まることにもつながると考えられる。さらに当該の技能習得に関わる指導方法の適正化を促すことにもなるであろう。以上のような意図で本研究では初学者の包丁技能の学習の前後でその技能実態を捉え、評価方法を検討し、指導上の留意点を明らかにした。

(2) 自立した食生活人を育成するための家庭科教育の要件

本研究の成果をもとに、自立した食生活人を育成するための家庭科教育の要件として、以下の3点を挙げ、詳述する。

調理技能の上達を実感する学びを

調理を学ぶということは、単に技能が身につくということではない。できなかった料理ができるようになり、試行錯誤して作り、食べてみて達成感や充実感を感じるというプロセスが重要なのである。個々の児童生徒が一つの料理を完成させるような調理の学びを保障し、さらに「前回できなかったことが、今回はできるようになった」というような児童生徒が自らの変化を実感できる工夫も必要である。具体的には、調理実習の班内で調

理活動において過度な負担を行わないことや、包丁技能など繰り返し練習することが効果的な調理の操作については、すべての児童生徒が取り組むような仕組みを作るなどが考えられる。

日常の中に取り入れる調理の体験を

日常の調理は女性が担っているという事実は、食生活におけるジェンダーの問題として考えるものでもあるだろう。ただし、日常の生活を振り返ってみると、調理をする妻と調理しない夫との関係に限らず、一家庭の中に調理を主として担当する人がいる場合、その他の人はあえて調理をしようとしなないというのは自然の成り行きとも言える。人は調理という営みを、必要に迫られて毎日行うことによって食を自分の問題として捉えるようになり、毎日の食と社会とのつながりを理解できるようになる。日常に身近な調理体験を家庭科教育の中に組み入れる際には、調理という活動を通して食生活を身近に感じるものの可能性を勘案する必要がある。さらに注意すべきは「調理をするべき」という立場で授業を考えるのではなく、自立して必要に迫られたときに少しでも調理に取り組みやすいという状態を創ることを目指したい。なかでも包丁技能を習得しておくということは、調理への自信を育みやすいことや、調理ができそうな気持ちになるツールとしてその可能性があると思われる。

調理のみで完結するのではない調理実習を

食に関する社会問題や世界規模の問題と調理を機会あるごとにつなげて考えることは、学校教育の家庭科だからこそ可能になる。調理実習はそれだけで楽しい学習活動ゆえに、料理を作って食べるだけの完結した授業に陥りやすい。食べているものはどこから運ばれてきているのか、友達と自分の食べ方の違いはどのような文化的背景からくるものなのか、など調理を切り口にして多様な学び

が展開できるだろう。

自立した食生活人は、様々な方面にアンテナを張り、食べることを自分のこととして考えることのできる人である。単なる健康への関心だけではなく、食べるということを通して健康を維持する方法を考えるという総合力を持った人でもある。さらに、社会的な視点をもって食糧問題や食の安全の問題に関心を持ち続けることも必要とされる。その際に、本研究のインタビュー調査でも示されたように、児童生徒自身の私らしい、自分らしい調理がこれらの興味関心の中心に据えられることを重視したい。調理技能の習得を大切にしながらも、多様なチャンネルを示し、児童生徒が世界とつながることが可能な学びの広がりを持つことのできるような調理実習をめざしたいと考える。

【参考文献】

- 河村美穂 2010a 「食育実践事例の特徴：文部科学省委託事業の実践事例の分析から」日本家庭科教育学会第53回大会発表要旨集
- 河村美穂 2010b 「「調理ができそう」という自信をもつ要因についての研究 - 小学校5年生におけるはじめての調理実習の観察調査から - 」, 日本家庭科教育学会誌, Vol.53(3), 163-174,
- 河村美穂 2012 調理技能の習得を中核とした家庭科食生活カリキュラムに関する実践的研究 報告書(基盤研究C)
- 田中舞、河村美穂 2010, 「スウェーデンの食育-長期的視野に立つ取り組みとその実態」, 埼玉大学紀要(教育学部), 59(2), 45-58,

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計 6 件)

河村美穂、芳川りえ、小学生の調理技能とその学習効果：包丁技能の習得を中心に、日本家庭科教育学会誌, 査読有, 57(2), (2014), 94-102

河村美穂, 家庭科教育における効果的な調理実習とは, 日本家庭科教育学会誌, 査読無, 56(4), (2014), 183-193

山下綾子、河村美穂、調理実習のための買物体験の効果：小学校6年生での授業実践より，埼玉大学教育学部教育実践総合センター紀要，査読無，13，(2014)，17-23
河村美穂，家庭科で調理を学ぶ意味の再検討：調理技能を身体的に理解するというこ
と，年報・家庭科教育研究，査読有，第33集，
(2013)，39-48
河村美穂、里村友実，調理実習の試食に關
する研究，埼玉大学紀要教育学部，査読無，
62(2)，(2013)，9-19
高橋容史子、高橋愛、河村美穂，ペアと学
び共に評価する調理実習：野菜いため調理
の実践から，埼玉大学教育学部教育実践総
合センター紀要，査読無，12，(2013)，53-57

〔学会発表〕(計 8件)

片平理子、池田とく恵、河村美穂，動画を使
った調理初学者の包丁技能の評価，日本調
理科学会平成26年度大会，2014年8月29
日，広島県立大学(広島県，広島市)
安藤紀子、河村美穂，栄養に関する概念的
知識の検討，日本家庭科教育学会57回大
会，2014年6月29日，岡山大学(岡山県，岡
山市)
河村美穂、山地瑞紀、松岡文子，中学校の家
庭科授業および家庭学習による包丁技能
の習得，日本家庭科教育学会57回大
会，2014年6月28-29日，岡山大学(岡山県，
岡山市)
河村美穂、池田とく恵、片平理子，「調理を
すること」と自立した食生活との関連，日
本調理科学会平成25年度大会，2013年8月
23日，奈良女子大学(奈良県，奈良市)
河村美穂，家庭科授業中に行う包丁技能の
指導の提案とその効果，日本家庭科教育学
会56回大会，2013年6月29日，弘前大学(青
森県，弘前市)
片平理子、千歳万里、池田とく恵、河村美
穂，K市の食育フェア参加者における「食
べること」「料理すること」のとらえ方、食
生活との関連，日本食生活学会第46回大
会，2013年6月1日，淑徳大学(千葉県，千葉
市)
河村美穂，家庭科で学ぶ調理技能の知識：
計量から，日本調理科学会平成24年度大
会，2012年8月23日，秋田大学(秋田県，秋
田市)
河村美穂，調理を体験してわかること：小
学校2年生調理実習の学習記録から，日本
家庭科教育学会55回大会，2012年7月1日，
東京学芸大学(東京都，小金井市)

〔図書〕(計1件)

河村美穂、勁草書房、家庭科における調理
技能の教育：その位置づけと教育的意
義，(2013)，285頁

6. 研究組織

(1) 研究代表者

河村 美穂 (KAWAMURA, Miho)
埼玉大学・教育学部・教授
研究者番号：00361395

(2) 研究分担者

清水(片平) 理子 (KATAHIRA, Riko)
神戸松蔭女子学院大学・人間科学部・教授
研究者番号：70204427