

令和 2 年 7 月 1 日現在

機関番号：14201

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2019

課題番号：16K04683

研究課題名(和文) 食生活における自己管理能力を育てるための家庭科食教育カリキュラムの開発と評価

研究課題名(英文) Development and evaluation of the food educational curriculum in the home economics education to educate self-management ability in dietary life

研究代表者

矢野 由起 (yano, yuki)

滋賀大学・教職大学院・教授

研究者番号：00140054

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,500,000円

研究成果の概要(和文)：生涯にわたって安全で健康的な食生活を送るためには、生活者一人一人が自分の食生活の課題を的確に捉え、自分で課題を解決することができる自己管理能力が必要である。食生活におけるリスクの捉え方及びリスク管理について整理するとともに、食品表示確認行動及び食品選択行動に関する調査を行った。それらの結果をふまえ、生涯にわたって安全で健康的な生活を送ることのできる自立した生活者を育てることができる食生活における自己管理能力を育むカリキュラムを構想した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

食生活の課題を解決できる生活者を育てるため、自分の食生活のリスクを的確に捉え、リスクを回避したり軽減したりするための合理的な判断ができる自立した生活者を育てることをめざし、家庭科における食教育カリキュラムを構想した点は、学術的意義がある。また、食生活の課題について、さまざまな解決方法の選択肢の中から、安全・健康的で、生活スタイルや自分の指向にあった、自分や家族にとって快適で、しかも生活者として実現可能な意思決定ができるためのカリキュラムを構想した点は、社会的に意義がある。

研究成果の概要(英文)：To send healthy and safe dietary life for a lifetime, it is necessary that dweller has the self-management ability which grasps the problem of own eating habits precisely and can solve a problem by oneself. I investigated about a way of thinking of risk and risk management in eating habits and investigated about food indication confirmation behavior and food selection behavior. On the basis of those results, I made the food educational curriculum in the home economics education to educate self-management ability which send healthy and safe eating habits for a lifetime.

研究分野：家庭科教育

キーワード：家庭科教育 食生活 自己管理能力

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

(1) 食生活の現状

科学技術の発達によりレトルト食品、コピー食品、バイオテクノロジーや遺伝子組み換え技術を用いた食品など、食品の種類と量は増え、食品や食事の選択の幅は広がり食生活は豊かになった。一方で食品産業の発展は、栄養バランスの偏った食事を招き生活習慣病を増加させることになった。外食産業の発展は、簡便性と楽しさを与える一方、外食が続くと家計上の問題が生じたりバランスの悪い食事につながったりする。食品添加物は食品の保存性を高めるが、摂りすぎは安全の観点から問題となる。このように、安全で健康的な食生活を実現するためには、生活を多面性に捉え、その問題や課題を理解する必要がある。また、行政や企業との連携も必要である。消費者庁は2015年4月に消費者に安全でわかりやすい表示を提供するため、食品衛生法(厚生労働省)、JAS法(農林水産省)、健康増進法(厚生労働省)による食品表示に関する規定を統合し、「食品表示法」を定めた。加工食品の購入に際して重要な情報源である食品のパッケージや食品表示が改善されることは、安全で健康的な生活を送る上で、重要なことである。

(2) 食生活マネジメント

企業の経営管理におけるリスクマネジメントは、リスクの確認、リスクの評価、リスクの処理手段の選択、リスク処理の実施、リスクマネジメントの再評価、のプロセスとして捉えられている。これまで家庭科においては、病気や事故、火事や水害などをリスクと捉え、家庭の貯蓄や保険、時間や金銭の自己管理などに関する研究が行われてきた。食生活分野においては、健康に主眼を置いた食生活の管理力や、食事バランス診断を導入した主体性意識の育成に関する研究が行われている。しかし、家庭科においては本格的なリスク研究はなされていない。

(3) 学校における食教育

家庭科では家庭生活を中心とした人間の生活を直接の学習対象としている。そのため、社会や生活の変化に応じて教育内容を見直していかなければならないし、将来、社会や生活が変化しても、その変化に対応できる生活者を育てていかなければならない。

食生活分野では自立した生活者を育てるために、小学校家庭科では物を購入する時に表示やマークで品質を確かめることを学ぶとともに、教科書には野菜の鮮度の見分け方について記されている。中学校技術・家庭科(家庭分野)では、加工食品の表示の見方と表示を用いた食品の選び方、加工の目的や保存の原理、食品添加物の表示、種類、使用目的について学ぶとともに、生鮮食品については野菜や肉や魚の鮮度や選び方について記されている。高等学校家庭科では、生鮮食品と加工食品の表示の見方、アレルギー、栄養成分、保健機能食品の表示やマークについて学ぶ。これらの学校での学習が生活の中で活かされることが必要である。

2. 研究の目的

生活における課題を解決するためには、問題や課題を一面的に捉えるのではなく、多面的・多角的に捉え、生活上の種々の制約のある中で、安全・安心が得られ、健康的で、家庭経済的に破綻しないように、しかも、生活スタイルや自分の指向に合った、自分や家族にとって快適で、生活者としての合理的で実現可能な意思決定をしていかなければならない。

生活の中での一つ一つの選択が一人一人の安全や健康に影響を及ぼすため、生涯にわたって健康であるためには、日々の生活の中で一つ一つの選択が極めて重要である。行政や企業からの情報を一方的に受け取るだけでなく、生活者が自分で適切に判断する力も必要である。そのため、生活者一人ひとりが自分の生活課題を的確に捉え自分で課題を解決することができる自己管理力を育むことが重要となる。

そこで本研究においては、生涯にわたって安全で健康的な食生活を送るための自己管理力を育てる家庭科における食教育カリキュラムを開発することを目的とする。

3. 研究の方法

(1) リスク及びリスクマネジメントに関する文献・資料の収集と検討

社会学や経済学におけるリスク研究をはじめリスク管理に関する基礎的文献および資料を収集し、食生活におけるリスクやリスクマネジメントに関する基礎的な知見を得、食生活研究に活かす。

(2) 食品表示確認調査

食品の選択・購入場面においては、多くの情報の中から、必要な情報を選び、適切に判断することが必要となる。また、新鮮で安全なものを選ぶ力は、購入の段階だけではなく、購入後調理を行う時、保存した食品を使う時、食べる時など、すべての段階において必要な力である。そこで、学生を対象として食品表示確認調査を行ない、食品購入時、保存時、調理時、廃棄時における食品表示確認に関する実態を把握するとともに、それに影響を及ぼす要因についても調査を行う。

(3) 食品選択行動調査

生鮮食品の食品購入場面を設定し、学生の生鮮食品の選択に関わる実態を調査するとともに、

生活経験や安全意識についても調べ、食品選択行動の背景や食品選択のために必要な知識や経験について検討する。

(4) 食生活を自己管理できる自立した生活者を育てるための家庭科食カリキュラムの開発
リスク及びリスクマネジメントに関する基礎的な知見、学生を対象とした食品表示確認調査、学生の食品選択行動調査から得られた結果をもとに、食生活を自己管理できる生活者の育成をめざした家庭科における食カリキュラムを構想する。

4. 研究成果

(1) 食生活におけるリスク管理

企業経営における危機とリスクの概念及び危機管理とリスクマネジメントの概念について資料を収集した。企業経営におけるリスクマネジメントは、「経営体に生じる悪影響を最小のコストで最小化するための科学的な管理手法」と定義されている。また、危機の管理主体によって、対応対象となる危機やリスクは異なり、リスク回避方法やリスク処理手段も異なる。

食生活における危機の管理主体を考えると、食料危機であれば政府レベルでの危機管理が必要である。食品の安全性であれば生産者や加工品製造業者における安全性管理が必要である。そして安全な食品の選択と安全で健康的な食品摂取に関しては、生活者が危機管理の主体である。しかし、安全な食品や食材の供給を求め、行政や民間企業へ情報開示を求めたり、食品販売業者へ食品の情報や表示の改善を求めたりすることなどは、生活者として対応することが可能である。

こうした企業経営におけるリスク管理の考え方から、生活におけるリスクの捉え方や考え方について視座を得るとともに、一般的なリスク管理の方法を生活におけるリスク管理に適用することの可能性について検討することができた。

(2) 食品表示確認調査

加工食品の購入段階、保存段階、調理段階、廃棄段階における大学生の食品表示確認行動から、日常生活で最も活用されている食品表示は「期限表示」であること、また、購入段階で食品表示を見る者が最も多いことがわかった。しかし購入段階ですべての表示項目を見ているわけではなく、価格、消費期限・賞味期限、内容量、名称など、食品の選択に関わる表示を重点的にみており、食品表示は主として食品の選択のために活用されていることが示された。また、食品表示の確認行動と買い物頻度及び調理頻度との関連は低かった。一方、表示やマークの意味を理解している者、食品表示から有益な情報が得られると考える者、及び食品表示確認を面倒と思わない者ほど、表示をよく確認していた。日常生活で消費者にとって重要な情報源である食品表示を活用するためには、食品表示の有益性と食品表示の日常生活への活用の仕方について学ぶ必要のあることが示された。

(3) 食品選択行動調査

安全で健康的な生活を送るためには、日常生活における食品の品質を適切に判断することが重要である。学生の食品購入行動に関する調査を行い、食品購入時における食品を評価する視点や評価方法に関する知見を得た。対象者は、食品の色・形・状態等のちがいを見分けることはできるが、そのちがいから食品の品質を評価することはできない場合があった。また、居住形態、買い物頻度や料理頻度など食品と関わる機会、安全意識等の食への関心、などが食品を適切に見分けることにつながっているとはいえず、また、食品に関する科学的知識についても、食品の品質を見分ける行動に直接関連しているとはいえなかった。これらの結果から、科学的な知識を伝えたり生活経験を増やしたりすることが、必ずしも食品の適切な購入行動に結びつかないことが示唆され、新たな学習方法を導入することの必要性が認められた。

(4) カリキュラムの作成

食生活におけるリスクの捉え方・リスク管理の主体・リスクの回避方法に関する文献・資料調査、学習指導要領及び教科書調査、食品表示確認調査、食品選択行動調査の結果をふまえ、家庭科における食生活における自己管理能力を育むための学習内容と学習方法について検討し、次の結果を得た。(1) 食品だけではなく広告やポップ(商店などに掲示されている販売促進のための広告)などを掲載・提示し、食品選択・購入場面における食品の品質の確認方法及び評価方法を知るための学習場面を設定する。(2) 食品表示については、購入時における食品選択のためだけではなく、食品の保存、調理、廃棄段階において活用できることを学ぶ。(3) 授業において、実際の食品を見て鮮度を見分けたり、自分の五感を使って食品の品質や食品の安全性や鮮度を見分けるポイントを学ぶ学習が必要である。(4) 生活者が自分の食生活課題を認識するためには、自分の食生活を多様な観点から点検する学習、つまり食生活の学習においても自分を知る学習が必要である。(5) 年齢とともに生活スタイルや健康状態は変わり、買い物のための外出も困難になる。今だけではなく将来にも対応できる自立した生活者を育てるためには、加齢による変化にも対応できる力が必要である。これらの結果に基づき、生涯にわたって安全で健康的な生活を送ることのできる自立した生活者を育てるための家庭科における食教育カリキュラムを構想することができた。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 1件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 2件）

1. 著者名 矢野由起	4. 巻 61
2. 論文標題 大学生の食品表示確認行動と食品表示に対する理解, 認識, 意識との関連	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 日本家庭科教育学会誌	6. 最初と最後の頁 225-235
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また, その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 Yuki Yano	4. 巻 59
2. 論文標題 Home economics education inculcates independence	5. 発行年 2016年
3. 雑誌名 日本家庭科教育学会誌	6. 最初と最後の頁 162-164
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また, その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 松原伸一, 矢野由起, 畑稔彦	4. 巻 2
2. 論文標題 教員養成のためのICT活用における理論と実践	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 滋賀大学教育実践研究論集	6. 最初と最後の頁 1-9
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計1件

1. 著者名 大竹美登利, 鈴木真由子, 綿引伴子, 鶴田敦子, 矢野由起, ほか112名	4. 発行年 2020年
2. 出版社 開隆堂出版	5. 総ページ数 290
3. 書名 技術・家庭 [家庭分野]	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----