

幼稚園児の保護者の食生活に関する実態からみた食生活教育の課題

The problem of eating habits education examined from the dietary habits of kindergarteners' guardians

三宅 元子*・奥田 仁美**・大西 景子**・河田 哲典**

キーワード：幼稚園児 保護者 食生活 家庭科 食生活教育

1. 緒 言

現在、幼児を取り巻く食生活は、保護者の就労形態の変化に伴う生活リズムの夜型化、朝食の欠食、孤食、市販の離乳食や調理済み食品の利用の増加など、多くの問題点が挙げられている。これらを改善するため、2005年に食育基本法が制定され、「食育は、父母その他の保護者にとっては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にとっては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない」¹⁾(第5条)と明記された。また、食育推進基本計画(2006年)においては、小学生の朝食欠食率を2000年の4%から2010年までに0%とする数値目標が掲げられた²⁾。しかし、2012年度版国民健康・栄養調査において、朝食を欠食する1~6歳の子どもの割合は、2010年の男児6.8%、女児4.4%から、2011年には男児7.0%、女児4.8%に増加し、改善されていないという結果が示された³⁾。また、生鮮食品の摂取状況については、2001年からの10年間で、成人の野菜類・果物類・魚介類の摂取量がいずれも基準値に達していない一方で、肉類のみ増加しているという結果も得られている³⁾。このように、朝食の欠食や栄養素等の摂取量の偏りなどによる食生活の問題点は、依然として解決されていない現状である。

一方、学校教育では、食に関する指導は小・中学校(2008年)、高等学校(2011年)の学習指導要領において学校教育活動全体で行われることが目標とされた。なかでも、「家庭科」(中学校では「技術・家庭科」)における食に関する指導は、「家庭科の特質に応じて食育の充実に資するよう配慮すること」⁴⁾⁵⁾と記載されており、生涯にわたり望ましい食生活を営むことができる授業内容の充実が求められている。さらに、高等学校「家庭科」においては、将来を見通した食生活が設計できるように、家族の食事すなわち幼児の食生活についても学ぶことが記されている⁶⁾。しかし、日本学術会議の提言「食生活の教育」(2008年)では、家庭科の学習の認識はあるがその学習が成人したときの基礎知識として生活での実践に活かされていないと指摘している⁷⁾。この結果から、著者らは、「家庭科」における食生活学習が発達段階において系統的になされていないことが要因の一つではないかと考えた。生涯にわたり望ましい食生活を営むためには、幼児期からの食育が重要である。特に、幼児期の食育は、心身の発達と同時に将来の食習慣・食行動に大きな影響を及ぼす。これを掌るのは保護者であり、彼らの食生活に対する知識、意識・態度が幼児期の子どもの食生活に影響を与え、また食事の内容についても保護者の食に対する姿勢が全面的に反映される⁸⁾。そのため、将来、保護者となる子ども世代への食生活教育では、生涯の健全な食生活を営む基礎となり実践につながるよ

* 美作大学 ** 岡山大学

うに、小・中・高等学校において系統性・一貫性のある指導を推進することが極めて重要である。そして、この取組みのためには、まず保護者世代の食生活に関する実態から食生活の課題を明らかにする必要がある。

そこで、本研究では、幼稚園児(以下、園児)をもつ保護者を対象に食生活に関する知識、意識・行動、園児の食事習慣及び食品群別摂取状況を調査し、それらの結果から食生活教育の課題を見出すことを目的とした。

2. 研究方法

2. 1 調査対象・調査時期

調査対象者は岡山県津山市内の2幼稚園の保護者であり、調査時期は2013年11月であった。調査方法は、本研究に同意の得られた保護者に、自宅で記入してもらうことを依頼した上で無記名選択式の調査用紙を手渡し、1週間後に回収した。分析対象は、全ての項目に欠損値がなく、園児に食物アレルギーのない63名(男性1名、女性62名)とした。

なお、本調査は美作大学倫理委員会の承認を得て実施された(承認番号25-4)。

2. 2 調査内容

調査内容は、(1)調査対象者の属性、(2)保護者の食生活に関する知識、(3)保護者の食生活に対する意識・態度、(4)園児の食事習慣、(5)園児の食品群別摂取状況の5分野である。

(1) 調査対象者の属性

調査対象者の属性では、保護者(調査用紙の回答者)は性別、年齢、祖父母との同居の状況、食物アレルギーの有無とし、園児については性別、年齢、兄弟の有無、アレルギーの有無を質問した。

(2) 保護者の食生活に関する知識

質問項目は、小・中・高等学校学習指導要領(1998)に準拠した小⁹⁾・中¹⁰⁾・高等学校¹¹⁾家庭科(中学校では技術・家庭科)の教科書(いずれも東京書籍)の栄養、食品、食事、幼児期の食生活に関する記載から、習得が望ましいと考えられる基本的知識32項目を抽出した。すなわち、栄養に関する知識(以下、栄養知識群)8項目、食品に関する知識(以下、食品知

識群)7項目、食事に関する知識(以下、食事知識群)10項目、幼児期の食生活に関する知識(幼児期の食生活知識群)7項目とした。合計32項目のいずれにも、「聞いたり学習したことがある」(以下、「学習経験あり」)、「聞いたり学習したことがない」(以下、「学習経験なし」)の回答を求めた。さらに「学習経験あり」群については、知識の理解度を「よく理解している」5点、「やや理解している」4点、「どちらでもない」3点、「あまり理解していない」2点、「全く理解していない」1点とし、理解得点を求めた。

(3) 保護者の食生活に対する意識・態度

質問項目は、保護者の食生活に関する知識と同様に教科書の記載項目、大学生の食生活に対する意識調査の先行研究¹²⁾を参考にして、51項目を作成した。回答は「よくあてはまる」5点、「ややあてはまる」4点、「どちらでもない」3点、「あまりあてはまらない」2点、「全くあてはまらない」1点の5段階とした。

(4) 園児の食事習慣及び食品群別摂取状況

食事習慣は、国民健康・栄養調査報告書¹³⁾を参考に、朝食、昼食、夕食、間食の摂取頻度について、「毎日食べる」5点、「週5~6日食べる」4点、「週3~4日食べる」3点、「週1~2日食べる」2点、「全く食べない」1点を付し、摂取頻度得点(以下、摂取得点)を求めた。

園児の食品群別摂取状況は、門田¹⁴⁾の食品群別摂取頻度の調査を基に、国民健康・栄養調査報告書¹⁵⁾及び日本食品標準成分表2010¹⁶⁾から13食品群(緑黄色野菜、その他の野菜、果実類、肉類、魚介類、卵類、牛乳・乳製品、豆製品、藻類、いも類、穀類、菓子類、嗜好飲料類)を抽出し摂取得点を求めた。なお、摂取得点の付与方法は食事習慣に従った。

3. 結果

調査結果については、表あるいは図で示し、表示しない場合は(表省略)と示す。

(1) 調査対象者の属性

調査対象の保護者は、30歳代が最も多く約70%を占めていた。また、回答した98%が女性であるため、

表1. 保護者の年齢と性別 N=63

	男性		女性		計	
	人	%	人	%	人	%
20歳代	0	0.0	4	6.3	4	6.3
30歳代	1	1.6	43	68.3	44	69.9
40歳代	0	0.0	15	23.8	15	23.8
計	1	1.6	62	98.4	63	100

表2. 園児の年齢と性別 N=63

	男児		女児		計	
	人	%	人	%	人	%
3歳	2	3.2	6	9.5	8	12.7
4歳	14	22.2	13	20.6	27	42.8
5歳	9	14.3	12	19.0	21	33.3
6歳	3	4.8	4	6.3	7	11.1
計	28	44.5	35	55.4	63	100

表3. 保護者の食生活に関する学習経験の有無と初めて学習した機会

知識群	項目	人 (%) N=63				
		学習経験あり			なし	
		全体	家庭科	家庭科以外		
初めて学習した機会						
栄養	おもにエネルギーになる栄養素	63(100.0)	46(73.0)	17(27.0)	0(0.0)	
	おもに体の組織をつくる栄養素	59(93.7)	44(74.6)	15(25.4)	4(6.3)	
	おもに体の調子を整える栄養素	61(96.8)	44(72.1)	17(27.9)	2(3.2)	
	食品群 3つの食品群	55(87.3)	36(65.5)	19(34.5)	8(12.7)	
	食品群 6つの食品群	43(68.3)	29(67.4)	14(32.6)	20(31.7)	
	食品群 4つの食品群	33(52.4)	22(66.7)	11(33.3)	30(47.6)	
	食品群別摂取量のめやす 6つの食品群別	37(58.7)	22(59.5)	15(40.5)	26(41.3)	
	食品群別摂取量のめやす 4つの食品群別	33(52.4)	19(57.6)	14(42.4)	30(47.6)	
	食品	生鮮食品の選択法	51(81.0)	16(31.4)	35(68.6)	12(19.0)
		食品の旬	58(92.1)	13(22.4)	45(77.6)	5(7.9)
食品の品質表示		59(93.7)	17(28.8)	42(71.2)	4(6.3)	
食品の保存法		59(93.7)	10(16.9)	49(83.1)	4(6.3)	
食中毒		61(96.8)	9(14.8)	52(85.2)	2(3.2)	
食品添加物		61(96.8)	20(32.8)	41(67.2)	2(3.2)	
食料自給率		58(92.1)	10(17.2)	48(82.8)	5(7.9)	
食事		日本型食生活	49(77.8)	22(44.9)	27(55.1)	14(22.2)
		食生活の欧米化	62(98.4)	25(40.3)	37(59.7)	1(1.6)
		一汁三菜	62(98.4)	29(46.8)	33(53.2)	1(1.6)
	朝食の欠食	62(98.4)	24(38.7)	38(61.3)	1(1.6)	
	孤食	52(82.5)	19(36.5)	33(63.5)	11(17.5)	
	食事のマナー	63(100.0)	23(36.5)	40(63.5)	0(0.0)	
	ダイエット	60(95.2)	26(26.7)	44(73.3)	3(4.8)	
	食生活指針	34(54.0)	13(38.2)	21(61.8)	29(46.0)	
	規則正しい食生活の必要性	61(96.8)	26(42.6)	35(57.4)	2(3.2)	
	郷土料理	55(87.3)	15(27.3)	40(72.7)	8(12.7)	
幼児期の食生活	離乳	62(98.4)	1(1.6)	61(98.4)	1(1.6)	
	しゃく能力の発達	57(90.5)	1(1.8)	56(98.2)	6(9.5)	
	味覚の基礎作り	56(88.9)	1(1.8)	55(98.2)	7(11.1)	
	間食の役割	59(93.7)	1(1.7)	58(98.3)	4(6.3)	
	幼児期の献立の特徴	52(82.5)	1(1.9)	51(98.1)	11(17.5)	
	幼児期の料理の味付け	61(96.8)	1(1.6)	60(98.4)	2(3.2)	
	幼児期の栄養バランス	60(95.2)	1(1.7)	59(98.3)	3(4.8)	

*家庭科、家庭科以外の(%)は「学習経験あり」全体を100とした比率で算出した数値

分析には年齢・性別を包括した属性を用いることにした(表1)。園児は、3~4歳児と5~6歳児が約半数ずつであった(表2)。家族構成は、祖父母と別居している核家族世帯が76.2%であり、兄弟姉妹を有する園児は79.4%、出生順は、第一子が52.4%であり第一子以外と約半数ずつの割合であった(表省略)。

(2) 保護者の食生活に関する知識

まず、保護者の食生活に関する学習経験の有無と初めて学習した機会について表3に示す。学習経験では、70%以上が「学習経験あり」と回答している項目数は

表4. 「学習経験あり」と回答した保護者の食生活に関する知識の理解度 (%)

知識群	項目	人数	よく理解している	やや理解している	どちらでもない	あまり理解していない	全く理解していない	
栄養	おもにエネルギーになる栄養素	63	12(19.0)	41(65.1)	5(7.9)	4(6.3)	1(1.6)	
	おもに体の組織をつくる栄養素	59	11(18.6)	34(57.6)	7(11.9)	5(8.5)	2(3.4)	
	おもに体の調子を整える栄養素	61	10(16.4)	36(59.0)	8(13.1)	5(8.2)	2(3.3)	
	食品群 3つの食品群	55	10(18.2)	26(47.3)	13(23.6)	5(9.1)	1(1.8)	
	食品群 6つの食品群	43	4(9.3)	20(46.5)	16(37.2)	3(7.0)	0(0.0)	
	食品群 4つの食品群	33	1(3.0)	15(45.5)	15(45.5)	2(6.1)	0(0.0)	
	食品群別摂取量のめやす 6つの食品群別	37	0(0.0)	11(29.7)	16(43.2)	9(24.3)	1(2.7)	
	食品群別摂取量のめやす 4つの食品群別	33	0(0.0)	10(30.3)	15(45.5)	7(21.2)	1(3.0)	
	食品	生鮮食品の選択法	51	5(9.8)	34(66.7)	8(15.7)	4(7.8)	0(0.0)
		食品の旬	58	6(10.3)	42(72.4)	9(15.5)	1(1.7)	0(0.0)
食品の品質表示		59	3(5.1)	36(61.0)	15(25.4)	4(6.8)	1(1.7)	
食品の保存法		59	5(8.5)	39(66.1)	14(23.7)	1(1.7)	0(0.0)	
食中毒		61	8(13.1)	36(59.0)	15(24.6)	2(3.3)	0(0.0)	
食品添加物		61	3(4.9)	37(60.7)	14(23.0)	7(11.5)	0(0.0)	
食料自給率		58	1(1.7)	29(50.0)	18(31.0)	9(15.5)	1(1.7)	
食事		日本型食生活	49	12(24.5)	26(53.1)	8(16.3)	3(6.1)	0(0.0)
		食生活の欧米化	62	18(29.0)	36(58.1)	7(11.1)	1(1.6)	0(0.0)
		一汁三菜	62	25(40.3)	33(53.2)	3(4.8)	1(1.6)	0(0.0)
	朝食の欠食	62	26(41.9)	34(54.8)	2(3.2)	0(0.0)	0(0.0)	
	孤食	52	24(46.2)	27(51.9)	1(1.9)	0(0.0)	0(0.0)	
	食事のマナー	63	16(25.4)	43(68.3)	4(6.3)	0(0.0)	0(0.0)	
	ダイエット	60	14(23.3)	41(68.3)	5(8.3)	0(0.0)	0(0.0)	
	食生活指針	34	4(11.8)	9(26.5)	13(38.2)	7(20.6)	1(2.9)	
	規則正しい食生活の必要性	61	20(32.8)	35(57.4)	6(9.8)	0(0.0)	0(0.0)	
	郷土料理	55	13(23.6)	20(36.4)	20(36.4)	2(3.6)	0(0.0)	
幼児期の食生活	離乳	62	25(40.3)	32(51.6)	5(8.1)	0(0.0)	0(0.0)	
	しゃく能力の発達	57	16(28.1)	34(59.6)	6(10.5)	1(1.8)	0(0.0)	
	味覚の基礎作り	56	17(30.4)	32(57.1)	7(12.5)	0(0.0)	0(0.0)	
	間食の役割	59	15(25.4)	32(54.2)	12(20.3)	0(0.0)	0(0.0)	
	幼児期の献立の特徴	52	11(21.2)	29(55.8)	9(17.3)	3(5.8)	0(0.0)	
	幼児期の料理の味付け	61	18(29.5)	36(59.0)	6(9.8)	1(1.6)	0(0.0)	
	幼児期の栄養バランス	60	14(23.3)	35(58.3)	9(15.0)	2(3.3)	0(0.0)	

32項目中27であった。なかでも「おもにエネルギーになる栄養素」と「食事のマナー」は、すべての人が「学習経験あり」と認識している。一方、60%以下の低い値を示したのは、「4つの食品群」、「6つの食品群別摂取量のめやす」、「4つの食品群別摂取量のめやす」、「食生活指針」の4項目であった。また、「学習経験あり」のなかでも、初めて学習した機会が「家庭科以外」よりも「家庭科」が上回っているのは、栄養知識群(8項目)のみである。残りの24項目は「家庭科以外」と回答しており、「社会」などの他教科、テレビやインターネットなどのメディアからの情報であった。

次に、「学習経験あり」と回答した保護者の食生活に関する知識の理解度を表4に示す。なお、初めて学習した機会を「家庭科」と回答した者が1人である7項目がみられたため、ここでは「家庭科」と「家庭科以外」を合計した人数で記した。「よく理解している」、「やや理解している」を合わせて70%以上は22項目であり、特に幼児期の食生活知識群は7項目の全てに

理解度が高かった。また、食事知識群も「食生活指針」、「郷土料理」の2項目を除く8項目において理解度が高かった。一方、栄養知識群の理解度は、「おもにエネルギーになる栄養素」、「おもに体の組織をつくる栄養素」、「おもに体の調子を整える栄養素」のわずかに3項目のみが高く、食品群や食品群別摂取量では低い値を示した。特に「6つの食品群別摂取量のめやす」は30%以下であった。

(3) 保護者の食生活に対する意識・態度

保護者の食生活に対する意識・態度を構成する要因を明らかにするために、食生活に対する意識・態度の51項目について、重みなし最小二乗法による因子分析(プロマックス法)を行った。その結果、因子固有値のスクリープロットや因子の解釈可能性から18項目が残り5因子が抽出された(表5)。

第I因子は、「市販弁当をよく食べる」、「惣菜をよく利用する」、「ファストフードをよく食べる」、「外食が多い」、「レトルト、インスタント食品をよく利用す

表5. 保護者の食生活に対する意識・態度の因子分析

N=63

	I. 中食・外食利用志向	II. 安全・衛生志向	III. 定性的摂取志向	IV. 定量的摂取志向	V. マナー重視志向	
市販弁当をよく食べる	0.88	-0.05	0.01	0.05	-0.03	
惣菜をよく利用する	0.85	-0.06	-0.07	0.11	0.01	
ファストフードをよく食べる	0.76	0.03	0.05	-0.08	0.04	
外食が多い	0.75	0.20	0.21	-0.08	-0.11	
レトルト、インスタント食品をよく利用する	0.62	-0.09	-0.23	0.05	0.08	
栄養成分表示を見る	0.04	0.79	-0.13	0.22	-0.05	
食品の安全に関する情報を収集している	0.07	0.77	-0.04	-0.06	-0.22	
原材料名を見る	-0.08	0.74	-0.05	0.19	0.13	
生鮮食品の原産地を確認する	0.04	0.72	0.14	-0.25	0.28	
保存方法に気をつけている	-0.02	0.63	0.05	-0.04	-0.14	
主食、主菜、副菜のバランスを重視している	0.08	-0.04	0.89	-0.02	-0.02	
いろいろな食品を摂取するようにしている	0.05	0.02	0.77	0.02	0.15	
好き嫌いよりも栄養のバランスを重視している	-0.09	-0.06	0.75	0.14	-0.04	
食事摂取基準を利用している	-0.01	0.04	0.04	0.86	0.02	
食事バランスガイドを利用している	0.04	0.07	-0.10	0.84	0.15	
食品群別摂取量のめやすを利用している	-0.02	-0.04	0.27	0.66	-0.14	
雑誌などを読まない	0.10	-0.24	0.06	0.01	0.68	
テレビをつけない	-0.12	0.07	0.03	0.07	0.65	
因子間相関		I	II	III	IV	V
I	—					
II		-0.31				
III			—			
IV				—		
V					—	

回転法: Kaiser の正規化を伴うプロマックス法

因子抽出法: 重みなし最小二乗法

る」の5項目から構成されていることから「中食・外食利用志向」と命名した。第Ⅱ因子は、「栄養成分表示を見る」、「食品の安全に関する情報を収集している」、「原材料名を見る」、「生鮮食品の原産地を確認する」、「保存方法に気をつけている」の5項目であり、「安全・衛生志向」と命名した。第Ⅲ因子は、「主食・主菜、副菜のバランスを重視している」、「いろいろな食品を

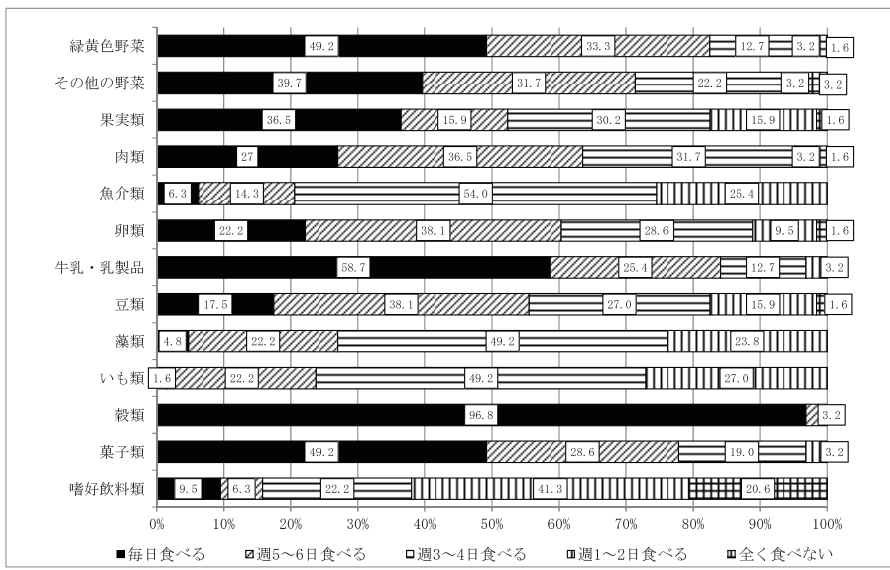
摂取するようにしている」、「好き嫌いよりも栄養のバランスを重視している」の3項目であり、食事の質を示した項目であるため「定性的摂取志向」と命名した。第Ⅳ因子は、「食事摂取基準を利用している」、「食事バランスガイドを利用している」、「食品群別摂取量のめやすを利用している」の3項目から構成されており、食事の量について示しているため「定量的摂取志向」

表6. 保護者の食生活に対する意識・態度と知識の理解度との相関

N=63

知識群	項目	中食・外食利用志向	安全・衛生志向	定性的摂取志向	定量的摂取志向	マナー重視志向	
栄養	おもにエネルギーになる栄養素	0.004	0.210	-0.025	0.224	-0.059	
	おもに体の組織をつくる栄養素	-0.086	0.204	0.146	0.245	-0.014	
	おもに体の調子を整える栄養素	-0.041	0.139	0.099	0.265 *	0.036	
	食品群	3つの食品群	-0.039	0.266 *	0.126	0.212	0.149
		6つの食品群	0.111	-0.043	0.233	0.172	0.205
		4つの食品群	0.006	-0.003	0.297	0.112	0.038
別摂取量群	6つの食品群別摂取量のめやす	-0.163	0.294	0.363 *	0.522 **	-0.129	
	4つの食品群別摂取量のめやす	-0.123	0.305	0.431 *	0.513 **	-0.076	
食品	生鮮食品の選択法	-0.086	0.419 **	0.257	0.315 *	-0.144	
	食品の旬	-0.128	0.469 **	0.293 *	0.101	0.029	
	食品の品質表示	0.153	0.311 *	0.106	0.515 **	-0.206	
	食品の保存法	-0.074	0.383 **	0.239	0.249	-0.227	
	食中毒	-0.027	0.350 **	0.032	0.196	-0.094	
	食品添加物	-0.023	0.300 *	0.112	0.278 *	-0.156	
	食料自給率	-0.153	0.323 *	0.235	0.288 *	0.021	
食事	日本型食生活	-0.188	0.428 **	0.204	0.068	-0.051	
	食生活の欧米化	0.107	0.161	0.057	0.109	0.003	
	一汁三菜	-0.155	0.144	0.013	0.191	-0.116	
	朝食の欠食	-0.190	0.103	0.104	0.171	0.088	
	孤食	-0.117	0.084	0.291 *	0.152	0.150	
	食事のマナー	-0.084	0.388 **	0.082	0.084	0.119	
	ダイエット	0.081	0.350 **	0.130	0.131	-0.090	
	食生活指針	0.014	0.243	0.301	0.300	0.058	
	規則正しい食生活の必要性	-0.116	0.220	0.206	0.029	0.001	
	郷土料理	0.216	0.219	0.114	0.163	-0.065	
幼児期の食生活	離乳	0.014	0.215	-0.098	0.100	-0.098	
	そしゃく能力の発達	-0.061	0.286 *	0.072	0.271 *	-0.045	
	味覚の基礎作り	-0.065	0.423 **	0.189	0.269 *	-0.182	
	間食の役割	-0.187	0.254	0.187	0.121	0.133	
	幼児期の献立の特徴	-0.087	0.382 **	0.023	0.187	-0.003	
	幼児期の料理の味付け	-0.067	0.091	-0.027	0.095	0.059	
幼児期の栄養バランス	-0.059	0.092	0.007	0.352 **	-0.160		

Pearson * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$



N=63

図1. 園児の食品群別摂取状況

表7. 保護者の食生活に関する知識の理解度と園児の食品群別摂取頻度との相関

N=63

知識群	項目	緑黄色野菜	その他の野菜	果実類	肉類	魚介類	卵類	牛乳・乳製品	豆類	藻類	いも類	穀類	菓子類	嗜好飲料類
栄養	おもにエネルギーになる栄養素	.151	.059	.164	.222	.219	.257*	.155	.022	.153	.182	-.014	-.024	.230
	おもに体の組織をつくる栄養素	.257*	.094	.215	.137	.155	.202	.158	.033	.161	.203	-.040	-.049	.180
	おもに体の調子を整える栄養素	.153	.042	.191	.196	.162	.195	.154	-.021	.147	.125	-.045	.095	.212
	3つの食品群	.252	.113	.119	.200	-.003	.230*	.189	.032	.116	.191	-.166	-.002	.234
	6つの食品群	.131	-.092	.120	.167	-.133	.348*	.135	-.087	.199	.248	-.123	.284	.307*
	4つの食品群	.221	-.090	-.048	.130	-.262	.151	.036	.009	.121	.238	-.211	.321	.036
摂取量別	6つの食品群別摂取量のめやす	.171	-.093	.207	-.036	-.124	.067	.240	.416*	.307	.342*	-.207	.152	.240
	4つの食品群別摂取量のめやす	.179	-.080	.157	-.070	-.145	.046	.202	.550**	.290	.475**	-.215	.161	.231
食品	生鮮食品の選択法	.144	-.024	.385**	.008	.125	.167	.011	.077	.382**	.321*	-.200	-.043	.062
	食品の旬	.082	.032	.289*	-.033	.044	.023	-.039	.181	.248	.246	-.196	-.201	-.003
	食品の品質表示	.133	.131	.299*	.223	.230	.329*	.271*	.195	.364**	.206	-.219	-.024	.088
	食品の保存法	.226	.055	.310*	-.067	.042	.083	.234	.145	.248	.300*	-.059	-.051	-.144
	食中毒	.007	-.131	.195	.078	.059	.261*	.147	-.001	.209	.214	.085	.019	.303*
	食品添加物	.034	-.067	.308*	-.066	.174	.250	.115	.007	.256	-.029	-.100	.058	.049
	食料自給率	.067	.014	.204	-.028	.026	.075	.161	.066	.107	.205	.079	.028	-.017
	日本型食生活	.255	-.024	.240	-.110	-.145	.089	-.123	.229	.170	.175	-.010	-.078	.140
食事	食生活の欧米化	.202	-.031	.261*	.064	-.039	.241	.073	.073	.043	.165	.040	.050	.334**
	一汁三菜	.105	-.115	.291*	-.151	.000	.168	.099	.100	.116	.078	-.050	-.063	.013
	朝食の欠食	.283*	.029	.275*	-.196	.008	-.061	-.130	.082	.075	.015	.129	-.082	.114
	孤食	.270	.091	.341*	-.162	-.021	-.048	-.104	.006	.084	.097	.166	-.177	.104
	食事のマナー	.262*	.024	.247	.063	.216	.081	-.064	.135	.114	.128	.065	-.133	-.055
	ダイエット	.197	-.051	.220	-.007	.102	-.040	-.163	.186	.047	.127	.051	-.143	.148
	食生活指針	.143	-.029	.086	.181	.034	.207	.241	.467**	.205	.179	-.189	.002	.172
	規則正しい食生活の必要性	.330*	.052	.330**	-.107	-.090	.038	-.081	.044	.114	.150	.069	.108	.183
	郷土料理	.151	-.021	.220	.224	.125	.210	.218	.093	.141	.085	-.032	.034	.170
	離乳	-.054	-.249	.152	.160	-.065	.245	.071	-.051	.045	.011	-.053	-.106	.170
幼児期の食生活	そしゃく能力の発達	.191	.040	.324*	-.021	.118	-.024	.034	.173	.126	.069	-.104	-.066	.058
	味覚の基礎作り	.187	-.069	.349**	.024	.168	.010	.143	.237	.173	.126	.055	-.155	.092
	咀嚼の役割	.116	-.099	.126	-.012	-.094	.124	.357**	.205	.051	.235	.014	.154	.099
	幼児期の献立の特徴	.148	-.055	.183	.003	.042	.110	.062	.160	.127	.294*	-.033	.006	-.051
	幼児期の料理の味付け	.058	-.135	.186	-.033	-.068	.020	.088	-.093	.001	.000	.046	.189	.016
	幼児期の栄養バランス	.150	-.001	.106	-.134	.116	.006	.077	.174	.200	.031	.004	.101	-.028

Pearson *p<0.05, **p<0.01

と命名した。第V因子は、「雑誌などを読まない」、「テレビをつけない」の2項目から構成されており、食事のマナーについて示しているため「マナー重視志向」と命名した。

(4) 保護者の食生活に対する意識・態度と知識の理解度との相関

得られた各因子の得点を保護者の食生活に対する意識・態度得点とし、これと食生活に関する知識の理解度との相関を表6に示す。「安全・衛生志向」は、「生鮮食品の選択法」、「食品の旬」、「日本型食生活」、「味覚の基礎作り」の4項目との間、すなわち栄養知識群、食品知識群、食事知識群、幼児期の食生活知識群のいずれの項目にもまんべんなく比較的強い正の相関を示した。「定性的摂取志向」は、「4つの食品群別摂取量のめやす」との間に比較的強い正の相関を示した。「定量的摂取志向」は、「6つの食品群別摂取量のめやす」、「4つの食品群別摂取量のめやす」、「食品の品質表示」の3項目との間に比較的強い正の相関を示した。「中食・外食利用志向」は、全ての知識項目との間に相関は見られなかった。保護者の食生活に関する意識の高さや健康を重視する態度と食生活に関する知識の理解度とは相関があり、共に高まるという結果が得られた。

(5) 園児の食事習慣及び食品群別摂取状況

食事習慣では、全ての園児が朝食、昼食、夕食を毎日食べている。間食は、毎日食べるが74.6%、週

5~6日食べるが11.1%、週3~4日食べるが11.1%、週1~2日食べるが1.6%、全く食べないが1.6%であり、園児の70%以上が毎日間食をしている状況であった(表省略)。

食品群別摂取状況(図1)では、毎日食べると週5~6日食べるを合わせて70%以上となる食品は、緑黄色野菜、その他の野菜、牛乳・乳製品、穀類、菓子類の5品目であった。一方、30%以下であった食品は、魚介類、藻類、いも類、嗜好飲料類の4品目で、特に魚介類の摂取は20%以下と低かった。また、園児の70%以上が毎日間食をしていることから、その摂取食品については菓子類と疑われる結果であった。

(6) 保護者の食生活に関する知識の理解度と園児の食品群別摂取頻度との相関

保護者の食生活に関する知識の理解度と食品群別摂取頻度との相関を表7に示す。比較的強い正の相関が見られたのは、「6つの食品群別摂取量のめやす」、「4つの食品群別摂取量のめやす」、「食生活指針」の3項目と豆類、「4つの食品群別摂取量のめやす」といも類であった。特に、食生活に関する知識の理解度の高さは、健康日本21¹⁷⁾でカルシウムを富む食品として摂取量の増加が推奨されている豆類の摂取との間に正の相関が認められた。

(7) 保護者の食生活に対する意識・態度と園児の食品群別摂取頻度との相関

保護者の食生活に対する意識・態度と食品群別摂取

表8. 保護者の食生活に対する意識・態度と園児の食品群別摂取頻度との相関

N=63

	緑黄色野菜	その他の野菜	果実類	肉類	魚介類	卵類	牛乳・乳製品	豆類	藻類	いも類	穀類	菓子類	嗜好飲料類
中食・外食利用志向	-0.125	-0.049	-0.060	0.474 **	0.216	0.363 **	0.044	-0.129	-0.023	0.085	-0.229	0.190	0.251 *
安全・衛生志向	0.121	0.074	0.265	-0.107	0.208	0.097	0.003	0.256	0.205	0.255 *	-0.088	-0.245	-0.100
定性的摂取志向	0.354 **	0.233	0.073	-0.197	-0.100	-0.223	-0.014	0.154	0.042	0.244	-0.058	0.057	-0.075
定量的摂取志向	0.211	0.245	0.333 **	0.113	0.334 **	0.129	0.173	0.348 **	0.435 **	0.280 *	-0.228	-0.143	0.047
マナー重視志向	-0.065	0.030	-0.136	0.047	0.010	-0.110	-0.133	-0.057	-0.031	0.068	-0.011	0.213	0.219

Pearson * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

頻度との相関を表8に示す。

「中食・外食利用志向」は、肉類と比較的強い正の相関、卵類とは弱い正の相関が見られ、肉や卵などの動物性たんぱく質を子どもに食べさせている結果が示された。「定性的摂取志向」は緑黄色野菜と弱い正の相関を示し、「定量的摂取志向」は藻類と比較的強い正の相関、果実類、魚介類、豆類との間に弱い正の相関を示した。食事の質を重視する保護者は緑黄色野菜、また食事の量を重視する保護者は健康日本21で推奨されている豆類や、藻類、果実類、魚介類などの食品を積極的に摂取している傾向が示された。

4. 考 察

本調査対象者は、そのほとんどが食生活に関する調査項目についての学習を経験している。特に、小学校「家庭科」で学習する「おもにエネルギーになる栄養素」など、3つの栄養素の働きについては、90%以上が学習したと認識している。しかし、その一方で、小学校で学習する「3つの食品群」(87.3%)、中学校で学習する「6つの食品群」(68.3%)、高等学校で学習する「4つの食品群」(52.4%)と次第に学習経験の認識が低下している項目もあった。また、中学校で学習する「6つの食品群別摂取量のめやす」(58.7%)から、高等学校で学習する「4つの食品群別摂取量のめやす」(52.4%)についても低下が見られたことから、系統的な学習に問題があることが推察された。また、初めて学習した機会は、栄養知識群8項目を除いて「家庭科以外」が上回っている。特に、幼児期の食生活に関する知識は全ての項目で90%以上を占めている実状であり、学習内容にも問題があるのではないかと推察される。高等学校「家庭科」においては、将来を見通した食生活が設計できるように、幼児の食生活に関する内容も含まれていることから見ても、ライフサイクルを見通した食生活教育の学習内容の充実が必要であると考えられる。

食生活に対する意識では、「中食・外食利用志向」は肉や卵などの動物性たんぱく質の摂取との間に正の相関が見られた。これは、一般的に中食や外食は家庭内

食に比べて動物性たんぱく質の摂取が多くなる、という結果と同じであり、家庭科での食生活教育の必要性が示唆されたものといえる。一方、「安全・衛生志向」は、栄養知識群、食品知識群、食事知識群、幼児期の食生活知識群のいずれにも1~2項目との間にやや強い正の相関が見られた。また、「定性的摂取志向」は栄養知識群の「4つの食品群別摂取量のめやす」との間に、「定量的摂取志向」は「4つの食品群別摂取量のめやす」、「6つの食品群別摂取量のめやす」及び食品知識群の「食品の品質表示」との間に、やや強い正の相関が見られた。そこで、安全・衛生的な食生活を送ろうとする意識や何をどのくらいの量で食べればよいかという定性的・定量的摂取に関する意識と栄養、食品、食事、幼児の食生活に関する知識は、共に高まることが分かった。次に、「食品群別摂取量のめやす」などの栄養の知識や「食生活指針」の食事に関する知識は、健康日本21で推奨されている豆類の積極的な摂取との関連がみられたことから、食生活に関する知識を得ることは、健康な食生活を送ることの実践に繋がることが再確認された。また、食生活に関する意識のなかでも「定性的摂取志向」と「定量的摂取志向」の高い保護者は、栄養知識群の理解度が高く、知識を活用して園児に豆類、魚介類、緑黄色野菜など、一般的に健康によいとされる食品を食べさせている傾向が見られた。さらに、これらの知識は、家庭科からだけではなく他の教科やメディアからも得ている実状が確認された。

以上のことから、生涯にわたって健全な食生活を送るための食生活教育の課題は、小・中・高等学校の栄養に関する知識の系統性を重視することであると導き出された。また、家庭科を中心とした各教科や特別活動においても、科学的知識に基づいた一貫性のある学習内容を構成していくことが、食生活教育を充実させ、実際の食生活に繋がると示唆された。

5. まとめと今後の課題

本研究は、学校教育において食生活教育の推進を図るための課題を明らかにすることを目的として行われ

た。

調査結果から、次の3点が導き出された。

- (1) 小・中・高等学校の食生活教育では、栄養に関する知識のなかでも「食品群」と「食品群別摂取量のめやす」に関する系統的学習が十分なされていないこと。
- (2) 保護者は、幼児の食生活に関する知識について、「家庭科」で学習したとの認識は低いこと。
- (3) 食生活に対する意識のなかでも、「定性的摂取志向」と「定量的摂取志向」の高い保護者は、知識を活用して園児の食生活に気を配っていること。

今後は、本研究で見出された食生活の課題について検討し、食生活教育において、生涯にわたって健全な食生活を営む基礎となり、実践に繋がるような系統性・一貫性のある「家庭科」の学習内容と指導方法の構築に取り組みたいと考えている。

謝 辞

本研究に協力して下さいました、美作大学短期大学部教授桑守正範先生並びに関係幼稚園の皆様には厚くお礼申し上げます。

引用文献

- 1) 食育基本法. 内閣府、2005
<http://law.e-gov.go.jp/htldata/H17/H17HO063.html>
- 2) 食育推進基本計画. 内閣府、2006
<http://www.8.cao.go.jp/syokuiku/suisin/kihonkeikaku-2.html#index-2-2-2>
- 3) 国民健康・栄養調査報告（平成24年国民健康・栄養調査結果）. 厚生労働省、2013
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyoudl/h24-houkoku-08.pdf>
- 4) 小学校学習指導要領解説 家庭編. 文部科学省、東洋館出版、2008
- 5) 中学校学習指導要領解説 技術・家庭編. 文部科学省、教育図書、2008
- 6) 高等学校学習指導要領解説 家庭編. 文部科学省、開隆堂、2010
- 7) 提言 食生活の教育. 日本学術会議健康・生活科学委員会 生活科学分科会、2008
<http://www.scj.go.jp/ja/info/kohyo/pdf/kohyo-20-t60-7.pdf>
- 8) 名村靖子・東根裕子・奥田豊子. 保護者の食意識が幼稚園児の食生活、食関心に及ぼす影響、大阪教育大学紀要第Ⅱ部門、第57巻、第2号、2009
- 9) 渋川祥子ほか11名. 新しい家庭5・6. 東京書籍、2002
- 10) 石田晴久・加藤幸一・渋川祥子ほか46名. 新しい技術・家庭 家庭分野、東京書籍、2005
- 11) 牧野カツコほか17名. 家庭基礎. 東京書籍、2004
- 12) 柳澤あさこ. 大学生における食事摂取状況及び食品群摂取頻度と食生活に関する知識・意識との関連—大学生における食事摂取状況及び食品群摂取頻度と食生活に関する意識との関連—、岡山大学教育学部（卒業論文）、2014
- 13) 前掲3)
- 14) 門田新一郎. 中学校の健康状態と食生活との関連について—簡易アンケート調査による検討—、栄養学雑誌、1987、vol 45、209-222
- 15) 前掲3)
- 16) ビジュアルワイド食品成分表「日本食品標準成分表2010」. 東京書籍、2010
- 17) 21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）について 報告書. 健康日本21企画検討会・健康日本21計画策定検討会、2000

