

小学校における 4 年間の食育活動の影響の検討

木村秀喜・谷口真理子*

Examination of the influence of SHOKUIKU of four years in the elementary school

by

Hideki Kimura and Mariko Taniguchi

要旨

目的：4年間の食育活動が児童及び保護者に与えた影響を明らかにすることを目的とした。方法：はじめに食育活動概要の取りまとめをした。影響を見るために家庭に対する食生活質問紙調査、給食残食量、教員に対するインタビュー調査を実施した。結果：食育活動は「指導者への取り組み」「学校と家庭の連携」「学校と地域の連携」に大別して実施されていた。家庭に対する質問紙調査では、朝食の欠食が減ったなど家庭での食習慣改善が見られた。給食の残食量は最終年度には0.5%といった改善が見られた。教員に対するインタビューでは学力がついた、社会性がついたなど食習慣以外の改善についての意見があった。また、保護者が協力的になった等の意見もあった。考察：保護者及び児童の変化に至った機序を検討した。結論：継続した食育活動は食生活の改善だけでなく、幅広い効果があることが示唆された。

キーワード：食育、小学校、評価、継続

1 目的

平成17年に食育基本法が施行され、食育実践活動、研究が行われている。小中学校では栄養教諭の配置などにより様々な活動が報告されている。そこでCiNiiにて「食育」「小学校」をキーワードに検索すると164件(平成22年11月5日)の掲載があった。論文の内容は食育活動の紹介■1)単発の食育活動の報告■2)計画の作成に関すること■3)食育の考察■4)があったが数年に渡る食育活動の影響についての論文の掲載はなかった。

そこで4年間、校長、栄養教諭ともに異動が無く、継続した食育活動が行われたA小学校での食育活動が児童及び保護者に与えた影響を明らかにすることを目的とした。

なお、この小学校は平成18・19年度「栄養教諭を中核とした学校・家庭・地域の連携による食育推進事業」を、平成21年度は「栄養教諭を中核とした食育推進事業」を文部科学省から指定されていた。

2 方法

(1) 食育活動概要の取りまとめ

文部科学省から指定されていた年度については、その報告書である「食育のあゆみ」と教員に対する聞き取りにより取りまとめた。平成20年度については聞き取りのみで実施した。活動内容は多岐に渡るので最終年度を中心にまとめた。

(2) 家庭に対する食生活質問紙調査

家庭に関する質問紙調査は「家庭に関するアンケート調査」として実施していたものを利用した。初年度と最終年度の調査項目で共通している質問についてのみ比較を行なった。

(3) 給食残食量

給食の残食量調査は栄養教諭が毎月実施しているものを利用した。季節変動があったので年度末の値を比較した。

(4) 教員に対するインタビュー調査

平成21年12月から平成22年3月にかけて教員に筆者らが実施した。また、インタビューが出来なかった教員もいたので自由記載で提出を依頼した。

3 結果

3・1 食育活動の概要

食育活動を実施した学校は、人口28万人都市の中の住宅地に位置する。児童数は平成18年820人、平成19年803人、平成20年784人、平成21年780人である。

(1) 指導者への取り組み

事業実施にあたり、各種計画を作成した。文書化することにより、明確化、実施事項の共有、見直しが可能となった。計画は事業計画書、全体計画、「総合的な学習の時間」及び「その他の教科」に関する年間計画、各クラスの指導案を作成した。

事業計画は、文部科学省委託事業に対する事業計画書である。目的と取り組み内容の明確化を行った。全体計画は文部科学省が発行している「食に関する指導の手引き」■5を参考に作成。また、「給食時間」は月ごとの計画を立てないで、栄養（体の健康）・食事作法（心の育成）・人間関係（社会性の涵養）・評価（自己管理能力の育成）に分けて実施事項をまとめ

た。総合的な学習の時間等教科に関する年間計画は各学年別に年間計画を作成。児童の活動、具体的な支援、評価の観点、評価基準を定めて一覧表にした。指導案は全てのクラスに1つ担任が作成した。初年度には食育推進検討委員会を設置し、会則の策定と実施体制の明文化した。他に教職員研修、教職員へ資料の提供を行なった。

(2) 学校と家庭の連携

授業及び特別活動に含まれない食育に関する情報の送受信として「食育だより」、「がんばりカード」、「いきいきがんばりカード」を実施した。この活動は児童・保護者に対して、信頼関係を形成するためのツールになったと考える。

「食育だより」毎月発行し、保護者に対して継続的な情報の発信が出来た。

各学期に1回「がんばりカード」、夏休み冬休みに「いきいきがんばりカード」を実施した。「がんばりカード」は、図1、2のように給食を喫食状況、マナーについて児童自らがチェックを入れるカードである。このカードはチェックするだけでなく、3年生までは保護者、担任、養護教諭、学校栄養教諭のコメントを記入することになっている。4年生以降は児童の気づきを記載する欄がある。これらのコメント欄によって、児童、保護者、教員のコミュニケーションを確保できたと考える。一方で養護教諭と学校栄養教諭の業務量は多大である。「いきいきがんばりカード」は休み中の生活習慣チェックと児童の気づき、保護者、担任、養護教諭、学校栄養教諭のコメント欄があり、個別のコミュニケーション向上につながっている。

その他、給食の試食会がある。例年実施していたが、平成20年度はPTAの積極的な参加により、体育館で拡大した試食会が行われた。平成21年度も計画されていたが、新型インフルエンザの流行の影響で中止となった。

(3) 学校と地域の連携

学校と地域の連携では、地域の食育ボランティアの活用、下関市食育推進会議での連携、地場産食材の調達が行われた。

地域の食育ボランティアの活用について列挙する。「安岡ひまわりレディース」は米作りの話と稲わらの利用について、講義と実習を実施した。「山口県漁業協同組合」は漁業や魚の話について、PPTを用いた講義を実施した。垢田トマトで有名な「地元農家」でトマトの栽培状況を見学した。関門医療センターに講師を派遣していただき教職員・保護者向けの食育講演会を実施した。山口大学において職員向け食育研修会を実施した。下関短期大学で健康と食生活の講義と実習、魚食に関する活動を実施した。

児童は地域の人の授業に対して、大変興味を持ち、積極的に参加している。地域の様々な人と連携をとることが、食育活動を成功させる鍵となると考える。

3・2 家庭に対する食生活質問紙調査

この調査結果は表1の通りである。平成18年の調査対象は820人で、21年は780人である。

朝食の喫食状況は毎日食べるが93.5%に増加し、食べないが0.2%と減少している。平成18年の下関市の子供の現状値が90.7%■6)なので当該地域よりも少し劣っていたが、改善されている。

野菜や肉、魚を毎日食べる児童が増えているので、全般的には食べるようになってきたと評価する。一方で肉や野菜をほとんど食べない児童が若干であるが増加している。経済的な理由も考えられるので注意が必要である。

排便の状況が悪くなっている。食生活だけとは限らないが、注意する必要がある。

3・3 給食残食量調査

残食調査は、表2の通り最終年は0.5%と大幅に減少した。

3・4 教員に対するインタビュー調査

教員38名に対するインタビュー及び自由記載結果をまとめると図3の通り。

児童に対して食に関する内容だけでなく、学力向上や感謝の気持ちなどが生じたことがわかる。また、保護者も学校に対して協力的になった、食生活の改善に対する努力が見られたなどの評価がある。児童と保護者の会話が aumentado ことが感じられたのは、食育活動が親子の会話の題材になりやすかったと考えられる。

3・5 まとめ

継続的な食育活動は「食に関する指導の手引き」■7)に示されている食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化に対して効果がある。また、児童を通して、保護者にも影響を及ぼす。

4 考察

結果として児童や保護者に変化が見られた。その変化に至った機序を検討する。

また、今回の研究の問題と今後の研究について検討する。

4・1 児童が変化した機序の検討

図4のような仮説モデルを考えた。右から児童は講義や体験により気づきや感動をうけ、感

謝の気持ちを持つことになる。そして、学んだことをまとめることにより表現力や学ぶ姿勢、考える力が付く。これらは繰り返しにより強化され、そして「生きる力・学習意欲」を得ることが出来ると考えた。

このモデルを支えるものは「食」はいつも身近なものであり、興味を持ちやすく、継続しやすいといった性質があると考える。

図5のモデルでは、スタートは下の食育である。まず、食育を受ける。気づき、感動、感謝が生まれ、行動を起こす。次の食育を期待する。そしてまた次の食育をうけ、気づき・感動・感謝が生まれ、行動、期待、食育、感動、が起き、行動の強化が生まれる。このように継続によりスパイラルアップしていくと考える。

このような機序が成り立つと考える。よって食育は単に食習慣の取得ではなく、学習態度の習得につながり、他の教科に対してもよい影響を与える可能性がある。

4・2 保護者が変化した機序の検討

児童は興味を持って学んだ食育を保護者に報告する。それを保護者が聞き、成長を感じ、自らのことを考え、子供のこと、学校のことを考える。そして自分自身の食習慣、子供に対しての食の援助、学校に対して行動を起こす。単に見ると示しているが、単純に見ている、児童にとっては見守られている、保護者は注目していくことも含んでいる。また、保護者をもっと聞いてあげようといった行動に出る。児童は見られる・聞いてもらえるにより、学びに対する強化を受ける。このようなことを「食育の相互作用」と呼ぶことにする。これらのことが振興するには、保護者も児童も食に対して興味を元々持っている。あるいは理解したいと思っていたという状態であったと考える。

教職員から受けた影響による機序を検討する。児童への食育は直接的には保護者に関わりはない。しかし、子供の変化を感じ取ることが出来る。「健康連絡カード（がんばりカード・いきいきカード）」は、保護者が個別対応を受けていることを実感することが出来る。その結果、学校に対して信頼が生まれ、期待が生まれると考える。そして、学校活動へ積極的に協力する行動に移る。それは教員も感じ、受け止めることが出来る。

4・3 本研究の問題点

本研究は結果として、4年間にわたり積極的な食育活動最終年度に児童及び保護者に対する影響があったことを筆者らが気づき、研究を開始した。その結果、十分な評価方法を実施できなかった。

これからの研究は「食育の効果は食行動だけでない」ことを前提として、研究するひつようがある。たとえば、生きる力や基礎学力を目標にし、初期調査や評価も目標に応じて幅広く考

える。そのためには十分な研究計画が重要になり、教育学や、心理学、行動科学、疫学などの知識が必要になってくる。そのためには実務家と研究者が食育活動開始前から協力することがますます重要になると考える。

5 結論

継続した食育活動は食生活の改善だけでなく、食育基本法の目的で課題としている「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育を推進すること」に寄与することを示唆された。

謝辞

研究に当たり下関市人権・男女共同参画課中村哲郎先生はじめ多くの先生方にご協力いただきました。深く感謝いたします。

この研究の一部は第4回日本食育学会学術大会にて発表した。

引用文献

- 1) 鈴木洋子, 阪口美香, 田中志穂, 谷口明子: 開発した『食育ランチョンマット』の小学校給食時における利用効果, 教育実践総合センター研究紀要, Vol.19, pp.223-227, 2010
- 2) 丸山浩徳, 西村友希, 西村敬子: 食育キャラクター活用による食育推進(3) —「食まるファイブ」グッズの有効性の検討—, 愛知教育大学教育実践総合センター紀要, 13, pp. 179-185, 2010
- 3) 西村友希, 杉浦文子, 湯浅みゆり, 西村敬子: 小学校における食育—「食に関する全体計画」の提案, 研究紀要(愛知教育大学家政教育講座).39, pp.29-44, 2009
- 4) 橋本健夫, 小川理沙, 太田美也子: 食育を支える栄養教諭の役割に関する一考察, 長崎大学教育学部紀要教科教育学, vol.50, pp.31-40, 2010
- 5) 文部科学省: 第2章 食に関する指導に関する全体計画の作成, 食に関する指導の手引き, pp.9-35, 2007, 東京
- 6) 下関市: 3 食育に関する国・県の目標値, 下関ぶちうま食育プラン, p.18, 2008, 山口
- 7) 文部科学省: 第1章 学校における食育の推進の必要性, 食に関する指導の手引き, p.7-8, 2007, 東京