

## スーパーマーケットと連携した食の循環を通して 感謝の心を持たせる食育の取組み

Implementation of a dietary education program cooperated with supermarket,  
which aims at fostering a sense of gratitude toward food  
through the awareness of food circulation

森山 結香<sup>1)</sup>、兼安 真弓<sup>1)</sup>、山崎 あかね<sup>1)</sup>、園田 純子<sup>1)</sup>、乃木 章子<sup>1)</sup>、加藤 元士<sup>1)</sup>

Yuka Moriyama, Mayumi Kaneyasu, Akane Yamazaki, Junko Sonoda, Akiko Nogi, Motoshi Kato

キーワード：食育体験プログラム、スーパーマーケット、感謝の心、食の循環

dietary education program, supermarket, sense of gratitude toward food, food circulation

### 要旨

本研究は、小学校1・2年生24名を対象に、コープやまぐちと連携して、子供にとって身近なスーパーマーケットを活用し、食の循環を通して食に関わる人々への感謝の心を持たせる食育体験プログラムを作成・実施し、評価することを目的とした。

プログラムは、オリジナルキャラクターであるゴハンジャーが進行を務め、2日間の構成とした。1日目は自作の教材を用いて食の循環について伝え、スーパーマーケットへの商品の搬入を見学後、そこで働いている人の仕事を見学・体験することで販売について知る「スーパーマーケット探検」を、2日目には食材をスーパーマーケットで買い物する「購入」や、買ってきた食材を使って作る「調理」の活動を取り入れた体験型プログラムとした。参加した子供たちへアンケート調査を行った結果、「リンゴがおうちにとどくまでにどのような人がかかわっているか、知っていますか？知っている人すべてを書いてください」という設問に対する回答を、生産、運搬、販売、購入に分類した結果、1人当たりの平均正答人数は、事前1.5 ± 1.2人に対し、事後2.4 ± 1.2人と有意に増加した(p < 0.05)。自由記述文においては「ごはんを食べるときたくさんの方が関わっていることを初めて知りました。だから僕は感謝して残さずにごはんを食べます。」などの回答があり、食の循環に関わる人を知ることで感謝の心を持つことができた子供もいた。以上のことより、スーパーマーケットと連携し、生産、運搬、販売、購入、調理を子供たちに伝え、見学・体験させる本食育体験プログラムは、食の循環に関する知識や感謝の心を持たせることができる食育活動であることが分かった。

---

1) 山口県立大学 看護栄養学部 栄養学科

Department of Human Nutrition, Faculty of Nursing and Human Nutrition, Yamaguchi Prefectural University

## 序論

社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、毎日の食生活が多くの人々の苦労や努力に支えられていることを実感することが困難になってきている。また、日常生活においては食料が豊富に存在することが当たり前のように受け止められており、食の大切さに対する意識が薄れがちとなっている<sup>1,2)</sup>。

こういった状況の中、制定された食育基本法では、国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、食育の推進に取り組んでいくことが求められている<sup>1)</sup>。また、第3次食育推進基本計画の重点課題においても、「食の循環や環境を意識した食育の推進」が定められ、食に対する感謝の念を深めていくためには、自然や社会環境との関わりの中で、食料の生産から消費に至る食の循環を意識し、多くの関係者により食が支えられていることを理解することの大切さが示されている<sup>3)</sup>。

近年、学校の農業体験授業や教育ファームなど、全国各地で様々な農林漁業の体験活動が推進されている<sup>4,5)</sup>。その中でも、生産から消費に至る食の循環やそれを支える人を子供たちに伝え、その仕事を体験させるプログラムを行うことにより、多くの人によって食が支えられていることを理解し、感謝の心を持たせることができる<sup>6)</sup>と考える。

山口県立大学看護栄養学部栄養学科の食育系課外活動を行うチームのひとつである食育プログラム開発チーム食育戦隊ゴハンジャーは、平成18年度から地域の子供たちを対象とした食育活動を行っている。このチームでは、ゴハンジャーというオリジナルのキャラクター（資料1）が登場し、子供たちが様々な体験を通して、楽しみながら食について学び、自身の食生活に対する意識や行動を変化させ、家庭での継続的な食育につなげるきっかけをつくることを目的とした、オリジナルの食育体験プログラムを作成し活動を行っている<sup>6,7)</sup>。また、今回フィールドとしたスーパーマーケットを展開しているコープやまぐちとは、これまで様々な食育活動を連携して取り組んでいる<sup>8)</sup>。本研究では、生産から消費に至る食の循環やそれを支える人について自作の教材を用いて伝えた後に、スーパーマーケットでの仕事見学や体験、食材の購入および調理の体

験を通して、子供たちに食の循環やそれを支える様々な人について気づかせることで、感謝の心を持たせる食育体験プログラムを作成、実施し評価することを目的とした。



資料1 ゴハンジャー

(左から チキミ (赤)、ヨネオ (黄)、ピーコ (緑))

## 方法

### 1. 実施時期および対象

平成28年8月9日（火）、10日（水）にコープやまぐち ここと どうもん店にて、キッズもぐもぐチャレンジ「スーパーマーケットをたんけんだ！～ゴハンジャーと思いをこめておしずしをギュッギュッギュッ☆～」に応募した小学校1・2年生24名（男8人、女16人）とその保護者のうち、研究への同意が得られた者を対象とした。

### 2. 活動内容

活動は4グループに分かれ、資料2に従いオリジナルキャラクターであるゴハンジャーの進行のもと実施した。2日間全て子供のための参加とした。

#### <1日目>

##### (1) アイスブレイク

子供たちの心と体の緊張や不安を取り除くために、いろいろなポーズをとるゲームやボールを使って自己紹介をしていくゲームを行った。

##### (2) スーパーマーケット探検

生産から消費に至る食の循環やそれを支える人について知ることができるように、自作の教材（資料3）を用いて説明をした。そして、スーパーマーケットのバックヤードへ移動し、トラックで

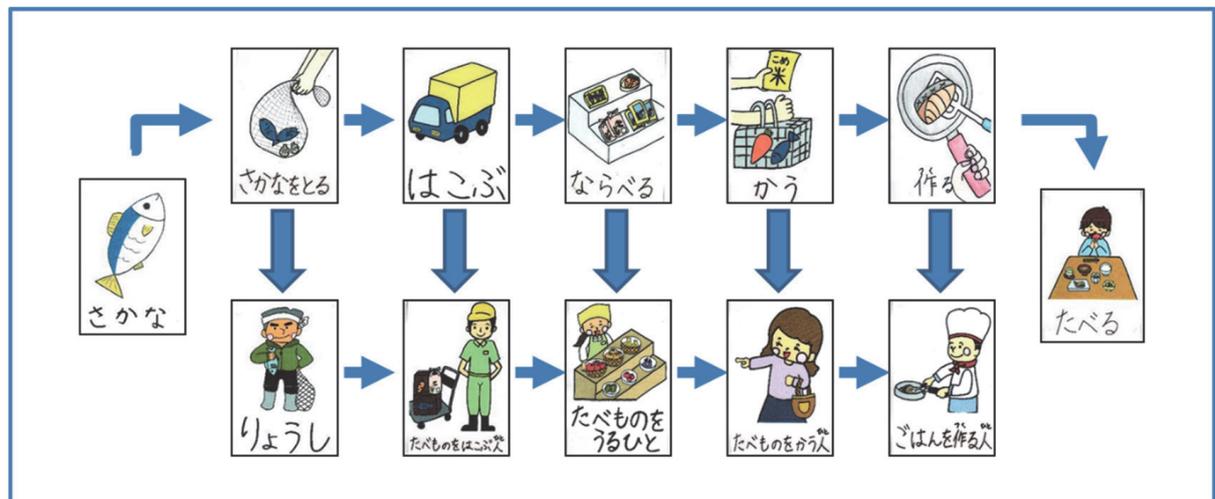
<1日目(8月9日)>



<2日目(8月10日)>



資料2 2日間の流れ



資料3 自作の教材

商品が運ばれてくる場面を見学した。店長がスーパーマーケットで働く人々の仕事について説明を行った後、4つの部門（農産作業室、水産作業室・刺身室、惣菜作業室、レジ）で見学や体験を行った。

(3) 昼食

カレーライスができるまでに関わってくれた人たちを説明し、感謝の気持ちを込めて「いただきます」をした後にみんなで食べた。

(4) 作戦会議

2日目の買い物や調理に興味を持って取り組めるよう、班のみんなで話し合っ、押し寿司に使用する食材を考えた。

(5) ふりかえり

活動で体験したことや感じたことを、思い出しながらふりかえりを行った。

< 2日目 >

(1) アイスブレイク

活動を始める前に、手遊びゲームや数集まりのゲームを行った。

(2) 購入

買い物をする人の存在を知り、感謝の気持ちを持たせるため、スーパーマーケット店内で食材探しから支払いまで自分たちで行った。

(3) 調理

調理をする人の存在を知り、感謝の気持ちを持たせるため、押し寿司の材料の量や調理法、飾り方等は子供たちで決定し、班ごとにオリジナルの押し寿司を作った。

(4) 昼食

押し寿司ができるまでに関わってくれた人たちへ、感謝の気持ちを込めて「いただきます」をした後にみんなで食べた。

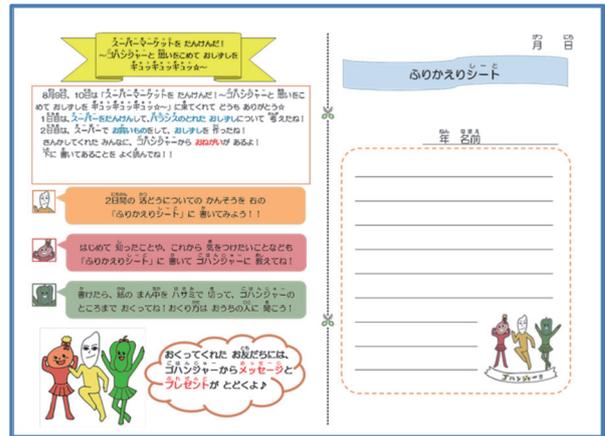
(5) ふりかえり

活動で体験したことや感じたことを、思い出しながらふりかえりを行った。

3. 調査方法

食育プログラム実施2週間前に、研究への同意が得られた子供・保護者に対し、自記式の事前アンケート調査を実施した（子供：回収率100%、有効回答率95.8% 保護者：回収率100%）。さらに、食育プログラム終了後（当日）に子供への自記式の事

後アンケート調査用紙並びに今回の活動を振り返るふりかえりシート（資料4）を配布し、アンケートはその場で記入してもらった。ふりかえりシートは、活動のふりかえりをゴハンジャーへ伝えたいことという形で、各家庭において絵や文章で記入してもらった後に、郵送にて回収した（回収率79.2%）。



資料4 ふりかえりシート

4. 統計処理

子供への事前・事後アンケートについては、McNemar 検定を行った。食の循環関連者の1人当たりの平均正答人数の比較には、対応のある t 検定を行った。

データ解析には IBM SPSS Statistics Version25.0（日本アイ・ビー・エム株式会社）を用い、有意水準は5%未満とした。

5. 倫理的配慮

研究の目的と内容、参加の任意性と参加撤回・辞退の自由、個人情報の保護等を文書にて説明し、データの利用についての同意が得られた小学1・2年生およびその保護者を対象とした。なお、本研究は山口県立大学生命倫理委員会の承認を得て行った（承認番号28-19号）。

結果

1. 子供への事前・事後アンケート調査

子供への事前・事後アンケート調査結果を表1に示した。リングが家に届くまでに関わっている人を記入してもらったところ、「のうかさん」、「おみせのひと」などの回答があり、それらを食の循環関連者

として「生産者」、「運送者」、「販売者」、「購入者」の4つに分類し、1人当たりの正答人数を算出した。その結果、1人当たりの平均正答人数は事前 1.5 ± 1.2 人に対し、事後 2.4 ± 1.2 人と有意に増加した (p < 0.05)。また、食の循環関連者別に見ると、事前と比較し後に「生産者」、「購入者」を回答した子供が有意に増加し (p < 0.05)、「運送者」を回答した子供は増加する傾向が見られた。しかし、「販売者」と回答した子供は変化が見られなかった。買い物、料理への意欲を尋ねたところ、ほとんどの子供が事前・事後共に「行きたい」、「作りたい」と回答した。いただきますの意味についても、約半数の子供が事前・事後共に「知っている」と回答した。

## 2. 保護者への事前アンケート調査

保護者への事前アンケート調査結果を表2に示した。食の流通（食べ物が生産される場所から食卓に届くまで）について、家庭での会話の有無を尋ねたところ、約8割の保護者が「ない」と回答した。スーパーマーケットでの買い物に興味を持たせる工夫を「している」、子供が食事の手伝いを「よく

する」、「たまにする」、感謝（人や食べ物に対する感謝の気持ち）についての家庭での会話が「ある」と回答した保護者は約8割であった。

## 3. ふりかえりシート（一部抜粋）

事後に家庭で取り組んだふりかえりシートにおいて、食の循環や感謝の気持ちに関する記述として「私は、スーパー探検に行って初めて知ったことがありました。スーパーに魚、果物、野菜がどうやって届くかです。初めて見るものもありました。」「こんなにいろいろやっていますすごいなと思ったよ。いろいろな商品を並べてお店の人が大変だと思いました。」「ごはんを作るのは大変なので、残さず食べます。」「ごはんを食べるとたくさんの方が関わっていることを初めて知りました。だから僕は感謝して残さずにごはんを食べます。」「僕はいただきますを言う意味がよくわからなかったけれどその意味がわかりました。そしてこれからは食べ物に関わった人と食べ物に感謝して食べようと思いました。」などがあった。

表1 子供への事前・事後アンケート

		事前 n= 23 人数 (%)	事後 n= 23 人数 (%)	p値
リングがおうちにとどくまでにどのような人がかかわっているか、知っていますか？ 知っている人すべてを書いてください。				
正答人数(人)	平均	1.5	2.4	p<0.05 <sup>††</sup>
	標準偏差	1.2	1.2	
食の循環関連者別	生産者 回答あり	10 (43.5)	17 (73.9)	p<0.05 <sup>†</sup>
	回答なし	13 (56.5)	6 (26.1)	
	運送者 回答あり	11 (47.8)	18 (78.3)	0.092 <sup>†</sup>
	回答なし	12 (52.2)	5 (21.7)	
	販売者 回答あり	13 (56.5)	13 (56.5)	1.000 <sup>†</sup>
	回答なし	10 (43.5)	10 (43.5)	
	購入者 回答あり	1 (4.3)	8 (34.8)	p<0.05 <sup>†</sup>
	回答なし	22 (95.7)	15 (65.2)	
スーパーマーケットに行きたいですか？				
	行きたい	18 (81.8)	20 (90.9)	— <sup>(1)</sup>
	どちらでもない	3 (13.6)	2 (9.1)	
	行きたくない	1 (4.5)	0 (0.0)	
おうちでりょうりを作りたいですか？				
	作りたい	21 (95.5)	21 (95.5)	1.000 <sup>†(2)</sup>
	どちらでもない	1 (4.5)	1 (4.5)	
	作りたくない	0 (0.0)	0 (0.0)	
どうして、ごはんを食べるときに、「いただきます」を言うのか、知っていますか？				
	知っている	10 (45.5)	12 (54.5)	0.625 <sup>†</sup>
	知らない	12 (54.5)	10 (45.5)	

欠損は項目ごとに除外

†: McNemar検定 ††: 対応のあるt検定

(1) 人数分布にかたよりのあったため、検定不可能

(2) McNemar-Bowker検定を行えないため、McNemar検定を行った

表 2 保護者への事前アンケート

	事前 n= 24 人数(%)
ご家庭で「食の流通(食べ物が生産される場所から食卓に届くまで)」についてお子様と話されたことはありますか？	
ある	5(20.8)
ない	19(79.2)
スーパーマーケットにお子様と行かれた際、お子様が買い物に興味を持てるような工夫をされていますか？	
している	18(75.0)
していない	5(20.8)
買い物に行かない	1(4.2)
お子様は食事の手伝いをされていますか？	
よくする	4(17.4)
たまにする	16(69.6)
あまりしない	3(13.0)
しない	0(0.0)
ご家庭で「人や食べ物に対する感謝の気持ち」についてお子様と話されたことはありますか？	
ある	18(78.3)
ない	5(21.7)

欠損は項目ごとに除外

考察

本研究では、スーパーマーケットを活用し、食育体験プログラムを実施することにより食の循環を通して食に関わる人々への感謝の心を持たせることを目的とした。そのために、①自作の教材を用いて、生産から消費に至る食の循環やそれを支える人について伝えること、②子供たち自身がスーパーマーケットでの仕事の見学や体験、食材の購入および調理を体験することにより、感謝の心を抱くことを活動のポイントとした。

事前に家庭での食に対する意識や行動を把握するため、保護者へアンケート調査を行った。その結果、感謝（人や食べ物に対する感謝の気持ち）について保護者の約8割が子供と話したことがあったが、食の流通（食べ物が生産される場所から食卓に届くまで）については約2割しか話したことがなかった。第3次食育推進基本計画によると、食に対する感謝の念を深めていくためには、自然や社会環境との関わりの中で、食料の生産から消費に至る食の循環を意識し、生産者をはじめとして多くの関係者により食が支えられていることを理解することが大切であると言われている<sup>3)</sup>。しかし、農林水産省における20歳以上を対象とした食育に関する意識調査報告書では、ふだんの食生活で特に力を入れたい食育の内容として、生産から消費までのプロセ

スを理解したいと思う者は6.7%であった<sup>9)</sup>。そのため、本プログラムに参加した保護者においても、食の循環への関心が低い可能性が推察される。このことから食料の生産だけでなく、普段見ることのできない流通や販売等の過程も含めた食の循環に関心を持つことの大切さを子供たちに伝え、さらに家庭へつなげることが重要であると考えられる。

今回、リンゴを例に出してリンゴが家に届くまでに関わっている人を記入してもらったところ、1人当たりの平均正答人数が事後で有意に増加した。このことからプログラム前と比較して、生産から消費に関わる食の循環を支えている人をより知ることができたと考えられる。また、食の循環関連者別に回答を見ると、事前と比較し当日に「生産者」、「購入者」を回答した者が有意に増加し、「運送者」を回答した者は増加する傾向が見られた。生産から消費に至る食の循環やそれを支える人について教材を用いて伝えた後に、「生産者」、「運送者」については、生産者が作った食料が運送者によってスーパーマーケットに運ばれてきた場面を実際に見学したことが記憶に残ったのではないかと考える。「購入者」については、食材の選択から支払いに至るまでを子供たち自身で体験したことが影響しているのではないかと考える。しかし、「販売者」については、回答した者に変化が見られなかった。その理由

として、スーパーマーケットのバックヤードで、魚の加工や惣菜の調理、パック詰めなど、消費者のために購入しやすくしてくれている人やレジの人を見学したり体験したりしたものの、これらがすべて「売するための仕事」であると理解しにくかったのではないかと考える。スーパーマーケットは、従来の市場や八百屋のような対面式の販売と違い、売り手の姿が見えにくい。今後、スーパーマーケットと連携して行っていく上で、子供に「販売」ということをどのように伝えるかが課題である。また、設問に販売するまでに加工や調理を必要としないリングを例にしたことも、「販売者」の回答者数が増えなかった理由と考えられる。今後は、「加工する人」、「調理する人」など、販売に関わる人すべてを想起できる設問設定が課題である。

プログラム終了後に家庭で取り組んだふりかえりシートにおいて、スーパーマーケットのバックヤードでの見学や体験により、「商品がどのようにスーパーマーケットに届くかを初めて知った」こと、「バックヤードでいろんな仕事をしていてすごいと思った」こと等の記述があった。このことより、スーパーマーケット探検によって、普段見ることのできないバックヤードを見学し、体験することで、食の循環の流れを知るよいきっかけになったと考える。また、食の循環関連者の存在を知ったことにより、「今後は残食しないようにしたい」こと、「いただきますの意味を知り、食べ物に関わった人や食べ物に感謝の心も持って食べるようにしたい」こと等の記述があった。このことより、子供たち自身が生産から消費に至る食の循環やそれを支える様々な人について知り、その仕事の一部を体験することで、感謝の心を持つよいきっかけとなったと考える。

以上のことより、スーパーマーケットと連携し、生産、運搬、販売、購入、調理を子供たちに伝え、見学・体験させる本食育体験プログラムは、評価法に一部課題があるものの、食の循環に関する知識や感謝の心を持たせることができる食育活動であることが分かった。

## 謝辞

本研究にご協力いただきました、参加者の皆様およびコープやまぐちスタッフの皆様に感謝申し上げます。また、本食育活動に関わった本学栄養学科

食育系課外活動「食育プログラム開発チーム食育戦隊ゴハンジャー」学生メンバーの皆様に感謝申し上げます。

## 引用文献

- 1) 農林水産省・食育基本法、改訂平成27年9月、(2017.11.3検索)  
[http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho\\_28.pdf](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_28.pdf)
- 2) 農林水産省・食品ロスの現状とその削減に向けた対応方向について—食品ロスの削減に向けた検討会報告一、2008、(2017.11.10 検索)  
[http://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku\\_loss/pdf/houkoku.pdf](http://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku_loss/pdf/houkoku.pdf)
- 3) 農林水産省・第3次食育推進基本計画、(2017.11.3検索)  
<http://warp.dandl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/3kihonkeikaku.pdf>
- 4) 農林水産省 消費・安全局 消費者情報官：子どもが変わる 地域が変わる「教育ファーム事例集」、農林水産省 消費・安全局 消費者情報官、2011.
- 5) 農林水産省：平成28年度食育白書、日経印刷、104-107、2016.
- 6) 加藤元士：栄養教育分野のボランティア活動、未来につながるボランティア、藤田久美編・著、ふくろう出版、32-33、2013.
- 7) 加藤元士：子供たちの心に届くオンリーワンの食育、日本栄養士会雑誌、57(9)、23、2014.
- 8) 加藤元士、森山結香、繁田真弓、山崎あかね、園田純子、乃木章子：買い物・調理・共食を通して食に興味・関心を抱くきっかけを作る食育の取り組み、山口県立大学学術情報、9、115-121、2016.
- 9) 農林水産省・食育に関する意識調査報告書(平成29年3月)、2017、(2017.11.15 検索)  
<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/H29PDF.html>