「富山スタディ」における幼児期の食育の評価

（分担研究：健康的なライフスタイルの確立に関する研究）

飯田　恭子

要約：富山スタディの対象児で、黒部市４保育所で２年間の食育を受けた児（対象群）と市街地の児（対照群）及び保護者に小学校１年修了時、食に関する調査を行った。保護者へのアンケートの結果、子どもの食に関する関心や食行動に両群間の差は認めなかった。児童では対象群が対照群に比較して食品名では正答率が変わらないが、それぞれの栄養分類が可能であったり、食材への関心が高く、おやつを腹一杯食べない自己コントロールが働いていることを示唆する結果であった。

見出し語：食育　自主的食行動　三色分類　食材料　子どもへの食事調査

はじめに

富山スタディの対象児のうち黒部市（人口３．６万人）の４保育所児に食育を２年間実施した。その修了時の保護者へのアンケート調査によれば「嫌いな食品でも、少し食べれらるようになった」児が増え、栄養バランスの意識が認められた。対照群と比較して「家で食事の手伝いをする」児の割合が有意に高く、保育所での実践が家庭においても自主的行動となり、それが家族全員の食への関心を誘発していた。そのため、保護者の学校給食への関心も対照群に比べて有意に高い状態であった。

その後、小学校へ入学して１年を経て、彼らの知識や食行動にどんな影響を残しているかを知る目的で調査を行なった。

対象

対象は黒部市郊外４小学校１年生１２０名とその保護者だが、集計は同地区保育所出身児で食育を受けた１０９名を対象群とした。

対照群は市街地と海岸地域にある２小学校１年生１１７名とその保護者である。

方法

１．保護者へのアンケート調査

調査項目は、富山スタディにおける調査項目を除いた食習慣、食事手伝い、子どもの食生活への関心などで、各小学校に調査票を配布し回収を依

富山県黒部保健所（Kurobe Public Health Center）

頼した。回収率は１００％である。

２．児童への聞き取り調査

調査者は教師、養護教諭、栄養士で、事前に調査要領を示し、調査方法の統一を図った。また、児童には担任からテストを受けるという印象にならぬよう、知らなければ知らないと答えてよい旨配慮してもらった。

調査者は児童と１対１で面接して聞き取り、各人の回答用紙（後掲　表２）に記入した。

１）食品名

牛肉、かぶら、スパゲティ、いよかん、鰺、ほうれん草、帆立貝、豆腐の実物８品を提示し名前を尋ねた。

正解以外の答えはそのまま別欄に記入した。

２）原材料名

上記の食品のうち豆腐について、材料となった食品名（大豆）を尋ねた。

３）三色分類

食品を三色に分類し、赤色の食品一血や肉になるたべもの、黄色の食品一熱や力になるたべもの、緑色の食品一からだの調子を整えるたべものとして図示し、鰺、スパゲティ、いよかんかぶら、豆腐の５品の色を尋ねた。

４）食品の生育場所

動植物の生育場所を土の中、地上、木の枝、海中として図示して、かぶら、いよかん、帆立貝の３品がどこで採れるかを尋ねた。

５）おやつの食べ方について

結果

１．保護者へのアンケート結果

・子どもに嫌いな食品や料理があると答えたのは両群とも８０、７０％と高く、ほとんどがピーマンを筆頭に野菜の単品であって、対象群でも野菜類が嫌いと答えているのは１１％である

・子どもが食事の手伝いをするのはともに８０％で、うち食材、料理に関するのは５６％である。

・おやつの時間を決めているのはともにほぼ半数である。

・食事を作る際には、栄養バランスを考えているのがともに８０％にもおよぶ。

・両群とも食生活で困っているのは、好き嫌い大食小食、食事に時間がかかることである。

・対象群で卒園時に配った「からだの記録」を使用していたのは１／４であった。

・総じて、両群間に有意差の認められた項目はない。

２．児童への聞き取り調査結果

１）食品名

食品名のうち最も正答率の高かったのは両群とも豆腐の９７％以上で、かぶらがこれに次いでいる（表１）。最低は鰺で５％に満たない。対象群の方が有意に高かったのはほうれん草だけで、スパゲティは逆に対照群で高かった。その他には差を認めなかった。

２）原材料

豆腐の原材料を大豆と正解したのは対象群で有意に高かった（$p<0.01$）。

３）三色分類

スパゲティ以外の４品目で対象群が有意に高い正答率を示した（豆腐$p<0.05$、鰺・いよかん・かぶら$p<0.01$）。

４）生育場所

３品目とも両群いずれも正答率が高く、いよかんに有意差がみられた（$p<0.05$）。

全質問１７項目のうち１２項目以上正答した

のは対象群において２６％で、対照群の６％に比べ有意に高かった（p＜0.01）。

5）おやつの食べ方

「おやつをお腹がいっぱいになるまで食べる」と答えた割合は対象群（２０％）が、対照群（３４％）に比べ有意に低かった（p＜0.01）。

表1　正答率　（%）

区分		対象群 109名	対照群 117名
食品名	牛肉	22.0	31.6
	かぶら	71.6	81.2
	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ	33.9	52.1 **
	いよかん	16.5	20.5
	鰺	3.7	4.3
	ほうれん草	56.9 *	39.3
	帆立貝	21.1	20.5
	豆腐	97.2	99.1
豆腐原材料名		47.7 **	23.9
三色分類	鰺	71.6 **	35.9
	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ	54.1	60.7
	いよかん	56.0 **	30.8
	かぶら	77.1 **	54.7
	豆腐	33.0 *	21.4
生育場所	かぶら	90.8	85.5
	いよかん	93.6 *	83.8
	帆立貝	85.3	84.6
12点以上の割合		25.7 **	6.0

考察

保育所での２年間（平成６、７年）に食育を受けた児童に小学校入学１年後、いかなる知識や食行動へ影響がみられるのかを知る目的で調査を行った。

対象群はそれぞれ４保育所と同地区の４小学校へ入学したが、学校給食は対照校を含めセンター方式の集団給食をうけている。

私たちは保育所から小学校へ食育を継続する予定であったが、センター栄養士（複数）の長期休暇に出くわしたため、改めての働きかけを行えなかった。かえって、海岸地域にある対照校にはランチルームがあって、子どもたちには日常的に食の教育が行われている。

児童への質問数、内容や質問方法については、年齢を考慮すると自ずと、個室で、調査者と１対１で、児童にわかりやすい尋ね方で短時間に聞き取ることが必要だった。今回は冬期にある食品について、実物を提示して４種１７項目の質問としたが、その妥当性については、さらに追試が必要かと思われる。また、表２にあるように正解の範囲を絞ったため、正答率の低い項目が見られるが牛肉を肉と答えるなど「誤りとする答え」をも認めると、かなりの児童が、正答に近い回答をしている。２年間の対象保育所を中心にして行われた食育により、保育所職員、地域住民、親子とも食への関心はかなり高まってきていたし、対象地域との差が認められていた。しかし、小学校入学後保護者へ特別の働きかけをしないできたところ、子どもの食事に関する関心や食行動において両群間に差を認めなかった。ところが、対象児童においては、食品名は正確に答えられなくとも、それらの栄養分類（３色分類）や食材料に関してよく理解し、保持していると思われた。おやつを腹一杯食べないという自己コントロールが若干働いているとも思われた。

食を多角的にとらえ、食との深い関わりを実践する食育を普遍化し、地域に定着させることの必要性と妥当性を示唆するものと評価した。

（黒部市教育委員会と６小学校の職員の皆様のご理解とご協力に深謝いたします。）

表2

回　答　用　紙

小学校名		組　　番	氏　名	

聞き取り調査を担当する方は、太枠で囲んだところに記入してください。
正解・誤りの判断に迷う回答や特記することがあれば、「児童の回答」欄及び「特記事項」欄に記入してください。

〈質問1－1〉
「正解・誤り」の欄にレ点をつける。

食　品　名	正解	誤り	正解とする答え・誤りとする答え	児童の回答
牛肉			「肉」一誤り	
かぶら			「かぶ」一正解	
スパゲティー			「マカロニ」一誤り	
いよかん			「みかん」一誤り	
鰺			「魚」一誤り　「鰺の干物」「鰺丸干し」一正解	
ほうれん草			「なっぱ」一誤り	
帆立貝（むき身）			「貝」一誤り	
豆腐（絹ごし）			「豆腐」「木綿豆腐」一正解	

〈質問1－2〉
「赤・黄・緑」のところを○で囲む。「知らないと」と答えた時は、その欄に○印をつける。
豆腐は原材料名を聞き、回答欄に記入する。

食　品　名	児童の答え	知らない時	正解	誤り	答え	特記事項
鰺	赤・黄・緑				赤	
スパゲティー	赤・黄・緑				黄	
いよかん	赤・黄・緑				緑	
かぶら	赤・黄・緑				緑	
豆腐	赤・黄・緑				赤	
豆腐の原材料名					大豆	

〈質問1－3〉
「児童の答え」た所の番号をを○で囲む。「知らない」と答えた時は、その欄に○印をつける。

食　品　名	児童の答え	知らない時	正解	誤り	正　解	特記事項
かぶら	1・2・3・4				土の中	
いよかん	1・2・3・4				木または枝	
帆立貝	1・2・3・4				海の中	

〈質問2〉　回答の記号を○で囲む。
(1)　おやつを家では、いつも決まった時間に、食べますか。　ｱ)　はい　　ｲ)　いいえ
(2)　おやつをお腹がいっぱいになるまで食べますか。　ｱ)　はい　　ｲ)　いいえ
(3)　家の人に給食について話をしますか。　ｱ)　よく話をする　ｲ)　時々する　ｳ)　あまりしない

検索用テキスト　OCR(光学的文字認識)ソフト使用
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります

要約:富山スタディの対象児で、黒部市 4 保育所で 2 年間の食育を受けた児(対象群)と市街地の児(対照群)及び保護者に小学校 1 年修了時、食に関する調査を行った。保護者へのアンケートの結果、子どもの食に関する関心や食行動に両群間の差は認めなかった。児童では対象群が対照群に比較して食品名では正答率が変わらないが、それぞれの栄養分類が可能であったり、食材への関心が高く、おやつを腹一杯食べない自己コントロールが働いていることを示唆する結果であった。