グループ体験学習による食教育が保護者の行動変容に及ぼす効果

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2018-03-29 キーワード (Ja): キーワード (En): dietary education, parents of young children, group experience learning 作成者: 吉田, 真知子 メールアドレス: 所属:
URL	https://otsuma.repo.nii.ac.jp/records/6526

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International License.

平成 28 年度　博士論文

グループ体験学習による食教育が保護者の行動変容に及ぼす効果

指導教員　岩瀬靖彦　教授

大妻女子大学大学院　人間文化研究科
人間生活科学専攻　博士後期課程

学籍番号　051114101　吉田　真知子

目 次

第1章 序論

第1節 子どもの食生活に関する現状と課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1

1.子どもの食生活に関する現状

2.子どもの食生活に関する課題

第2節 幼児の食育の重要性について・・・ 3

第3節 食育と食育政策・・ 5

1.『食育基本法』と『食育推進基本計画』

2.保育所と幼稚園による食育

3.家庭における食育の推進

第4節 幼児をもつ保護者への食育に関する研究報告・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13

第5節 本研究の目的と意義・・ 14

1.研究目的

2.研究の意義

3. 構成的グループエンカウンター(SGE:Structured Group Encounter)
の導入意義

(1)構成的グループエンカウンターとは

(2)SGEの先行研究

4.本研究の概要

第2章 研究1 幼児の保護者への食育教育のための実態調査研究

第1節 研究1-1幼児の保護者への食育教育のための実態調査(予備調査)・・・・・・・・・・・ 19

1.目的

2.研究方法

3.分析方法

4.結果

5.考察

第2節　研究1-2　幼児の保護者への食育教育のための実態調査(本調査)・・・・・・・・・・・・ 26

1.研究方法

2.分析方法

3.結果

4.考察

第3章　研究2　食育意識尺度の作成

第1節　研究2-1　食育意識尺度の作成(予備調査)・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 35

1.目的

2.方法

3.分析方法

4.倫理的配慮

5.結果

6.考察

第2節　研究2-1　食育意識尺度の作成(本調査)・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 41

1.目的

2.方法

3.分析方法

4.倫理的配慮

5.結果

6.考察

第4章　研究3　SGEを活用した保護者への食育プログラムの開発と実施可能性の検討

第1節　研究3-1　SGEを活用した保護者への食育プログラムの開発と実施可能性の検討（予備調査）…… 50

1.目的

2.方法

3.倫理的配慮

4.分析方法

5.結果

6.考察

第2節　研究3-2　SGEを活用した保護者への食育プログラムの開発と実施可能性の検討（本調査）…… 67

1.目的

2.方法

3.倫理的配慮

4.分析方法

5.結果

6.考察

第5章　総括

第1節　各章におけるまとめと今後の展望…… 86

第2節　研究の限界と課題…… 91

参考文献

謝辞

資料

1　研究1-1実施アンケート用紙

2　研究1-2実施アンケート用紙

3　研究2-1実施アンケート用紙

4　研究2-2実施アンケート用紙

5　研究3　食育意識尺度（Pretest）

第１章　序論

第１節　子どもの食生活に関する現状と課題

1.子どもの食生活に関する現状

『食育基本法』[1]が施行された背景には,「食」をめぐる問題が個人の問題ではなく，国全体として対応しなければならないほど重大化したことにある[2]。2006 年には,『食育推進基本計画』[3]が策定され，その内容は,「家庭における食育の推進」,「学校，保健所などにおける食育の推進」,「地域における食生活の改善のための取り組みの推進」,「食育推進運動の展開」などとなっている。辻ら[4]の報告によると,食育推進基本計画策定後の 2007 年以降,食育をキーワードとした論文が増加したが，食育の効果を判定した研究が少ないことが述べられている。

食べることは，生きるための基本であり，健全な心身を培い豊かな人間性を育む基礎となる[5]。『食育基本法』において,「食育はあらゆる世代の国民に必要なもの」であると記述される一方で,「子どもたちに対する食育は，心身の成長および人格の形成に大きな影響を及ぼし，生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となるものである」と述べられている。Erikson .E.H[6]によると，古典的な発達理論においても，幼児期は食事を含めた基本的生活習慣の基盤が築かれる時期である。『食育基本法』において，子どもの健全な食生活の実現および心身の成長が図られるよう，家庭や幼稚園・保育所，学校等における食育推進が明記された。『平成 17 年度乳幼児栄養調査』[7]によると，約 8 割の母親が「家庭での食事や生活を通して子どもが健康的な食習慣を身に付けることができると思う」と回答した。そして,「家庭とともに取組が必要な機関」として幼稚園・保育所（85.8%），小・中学校（66.8%），保健所・市町村保健センター（37.5%）の順に示された。母親は，家庭とともに幼稚園・保育所において食に関する体験の場をつくることを望んでいるといえる。『保育所保育指針』[8]において食育は,「子どもが生活と遊びの中で，意欲を持って食にかかわる体験の積み重ね・食べることを楽しみ，楽しみあうこと」と示されており,『幼稚園教育要領』[9]においては,「望ましい食環境の形成・食べる喜びや楽しさ・食べ物への興味や関心」が示されている。2011 年に示された『第 2 次食育推進基本計画』[10]

では,「子供の食育における保護者，教育関係者の役割」として「子どもが楽しく食について学ぶことができるような取り組みが積極的になされるよう施策を講じる」と記されており，教育機関だけではなく，保護者も子どもの食育に関わることが求められている。

2.子どもの食生活に関する課題

会退が指摘するように,『幼児健康度調査』では，満 1 歳から就学前 7 歳未満までの幼児の子育てと健康についての調査が行われている。昭和 55 年から 10 年ごとに全国規模で調査が行われ，平成 22 年度『幼児健康度調査』[11] では，過去 30 年間の経年的比較が行われ，前回の報告よりも全体的に生活習慣の改善など，子供の子育てに関わる状況が好ましい方向に変化する内容がいくつか見られた。特に同調査が始まって以来，危惧され続けていた幼児の就寝時刻が遅くなる夜型生活の傾向に歯止めがかかったことが大きな変化といえる。しかしながら，平成 27 年度『乳幼児栄養調査』[12] において，現状において，22 時以降に就寝する子どもは，平日で 12.2%おり，就寝時間の遅い親の子どもも同様に就寝時間が遅い傾向がある。就寝時間の遅延に関連して危惧されている問題では，子どもの朝食欠食がある。平成 17 年度『乳幼児栄養調査』によると，朝食を食べない母親の子どもは母親同様に朝食を食べない習慣があることが示され，これまでの研究報告においても，就寝時間と朝食欠食の関連は報告されている [13] [14]。このことから，保護者の食生活が幼児期の子どもの食生活に影響を与えることを考慮にいれ，子どもだけでなく，家族も含めた支援が必要である。

子どもだけでなく家族を含めた朝食欠食に関連する要因には，朝食を家族で一緒にとる共食の減少すなわち「孤食」や家族が別々のものを食べる「個食」の問題が関連している。前出の先行研究において，母親（もしくは家族）と朝食を共にする割合の低さは，朝食欠食もしくは朝の食欲の欠如と関連していた。子どもの食生活を考える際には，子どもだけでなく保護者を含めることが重要であるといえる。

第 2 節　幼児の食育の重要性について

食育の研究範囲が幅広いように，その対象年齢も妊産婦や乳児から，老年期までと多岐にわたる。しかし，内閣府は『食育基本法』において「食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが，子どもたちに対する食育は，心身の成長，および，人格の形成に大きな影響を及ぼし，生涯に亘って健全な心と身体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となるものである」とし，子どもに対する食育の重要性を謳っている。次世代を担う子どもに対する食育は，生涯にわたって健康な生活をおくる上で基本となり，望ましい食習慣を身に付ける第一歩である[15]。

幼児期は，乳幼児までの受動的な行動から徐々に能動的に行動できるように移行していくことから，食べることの生活習慣の基盤と形成すると共に，形成された生活習慣を定着させる時期であるといえる。1 歳児はスプーンを握り，器に手を添えることができるようになり，2 歳ころにはスプーンを上手に使用し，5 歳から 6 歳ころには箸を正しく使用できるようになる。また，1 歳半から 2 歳ころ，延滞模倣と呼ばれる模倣が始まり[16]，母親や同世代の真似をし，ご飯を食べる動作など，模倣やごっこ遊びを通じ，調理や食事の動作や生活習慣の基礎を学習していく。

乳児の重要な社会関係の範囲は母親であったが，幼児前期には両親，乳児後期には兄弟姉妹と両親を含めた基本的家族へと広がっていく[6]。幼児は幼稚園などで同世代や他者との関わりが増えていくが，依然として家族との関係が重要な時期であるといえる。

子どもの食行動の発達的推移から，特に幼児期は食事を含めた基本的生活習慣の基盤，生涯の食生活の根幹が築かれる時期であることが示されており[17]，食に関する嗜好や習慣に大きく影響を及ぼす臨界期ともいえる重要な時期である[18]。足立[19]や川崎[20]らは家族との共食が子どもの発達にとって重要であると述べている。他にも，食事中の会話の量や共に食べる頻度と家族，特に親子の心理的なつながりを指摘した調査もある[21]。小林[22]は，大学生を対象とした調査で，過去に経験した「料理者の食に対する自覚」や「料理者の食文化意識」が，現在の「料理に対する興味および行動」に影響することを示し過去の食事体験が現在の食生活に影響することや，現在の食生活

が未来の家庭的な食事に対する意識に影響を及ぼすことを述べている。子どもは小さければ小さいほど，自分で食物を自由に選択するというよりも，準備された食物の中から摂取するため，幼少期の食生活は親の食生活に依存的であると考えられ，親から受ける影響は大きいと考えられる。

幼児期に相当する 1 歳から 6 歳は，保育所や幼稚園に通園している者が 62.4%であり[23]，保育所や幼稚園での教育的な食育の活動は，集団で学ぶ貴重な場である。同様に，幼児期の重要な範囲は，基本的家族であり，生活習慣の基礎を構築する上で，家族での教育は多くの役割を担っており，家庭における食育も必要不可欠である。したがって，生活習慣の基礎を築き，生涯の食行動の基盤を築く幼児期において，幼稚園や保育園，および家庭における食の健康教育が特に重要であることが示唆される。

第 3 節　食育と食育政策

1.『食育基本法』と『食育推進基本計画』

現代の我が国における食を取り巻く環境は,戦後の西洋文化の導入により,急激な変貌を遂げた。終戦後の 1945 年から今日までの食を取り巻く環境は栄養飢餓脱出期，内食充実期，外食発展期，飽食・グルメ期，中食興隆期，食の見直し期の 6 つに分けられる [24]。現在の日本の食生活は栄養から健康へと消費者の関心が移行し，食生活を見直す過渡期にあたる [24]。近年，栄養過多による，生活習慣病などの疾病罹患率が増えたことで，食に関する様々な関連領域を総括し，食の健康教育を促す『食育基本法』が制定された。この『食育基本法』は，身体だけではなく，豊かな心や豊かな社会性を育むことを目標としていることからも，将来の日本において，また，豊かな人生を送る上で，有意義な教育であると考えられる。

荒井によれば，食育という言葉の起源を辿ると江戸時代の食養家である石塚左玄が最初に用いたとされている [25]。『食物養成法』の中で，石塚左玄は「体育，知育，才育はすなわち食育である」と述べており，食育を全ての教育の根本に位置づけている。その後，明治時代に村井弦斉の『食道楽』の中で,「体育や知育より食育が重要である」と指摘している [26]。近年では,『食育基本法』の制定によって,食育という文言が広く使用されるようになった。学術論文において，食育とは，食物の名称や栽培を含めた食物を選択する知識，健康な身体を作る知識と能力，健全な食生活を自分の力で築いていくための知識や技術，望ましい食習慣の形成や作法の 4 つの観点が日本特有とされている [27]。広義に食育をとらえると，人間らしく生活する資源であり健康の資源である食を営む力を育てる社会と環境を構築することである [5]。現状の食育とは，食に関する健康教育の全てが該当する。

日本における食育に関する各省庁の取り組みは,啓発活動,栄養教諭制度,身体の健康や保育，農業生産者との交流，食品廃棄物の削減などの消費者教育，食品に関する講義や広報誌の作成など，多岐に亘り実施されている [28]。

『食育基本法』は，近年の我が国の食をめぐる現状の変化に伴い，国民が生涯にわたって健康な心身を培い，豊かな人間性を育むための食育が喫緊の課題となっていることから，食育に関し基本理念を定め，国，地方公共団体

等の責務を明らかにするとともに，食育に関する基本的事項を定めることにより，食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し，現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力のある社会の実現に寄与することを目的として，2005 年 6 月に公布され，同年 7 月に施行された。『食育基本法』の概要は表 1 によって示す。

表 1　『食育基本法』の概要

1.目的
国民が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し、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

2.関係者の責務等
(1)食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。
(2)政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し国会に報告書を提出する。

3.食育推進基本計画等
(1)食育推進会議は、以下の事項について食育推進基本計画を作成する。
①食育の推進に関する施策についての基本的な方針
②食育の推進の目標に関する事項
③国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項
④施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項
(2)都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するように努める。

4.基本的施策
①家庭における食育の推進
②学校、保育所等における食育の推進
③地域における食生活の改善のための取組の推進
④食育推進運動の展開
⑤生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
⑥食文化の継承のための活動への支援等
⑦食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

5.食育推進会議等
(1)農林水産省に食育推進会議を置き、会長(農林水思案大臣)及び委員(関係大臣、有識者)25名以内で組織する。
(2)都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。

『食育基本法』制定にともない，2006 年 3 月には 2010 年までの 5 年間を対象に食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るために必要な基本事項を定めた『食育推進基本計画』[3] が策定され，2011 年には『第 2 次食育推進基本計画』[10] が，現在は 2016 年には『第 3 次食育推進基本計画』[29] が策定され施行されている。

『第 2 次食育推進基本計画』[10] は 2011 年から 2015 年度までの 5 年間を対象し食育の推進に当たっての基本的な方針や食育の推進に当たっての目標値を掲げるとともに，食育の総合的な推進に関する事項として取り組むべき施策を提示している。この計画は「周知」から「実践へ」を概念に基本的な方針として 3 つの重点課題①生涯にわたるライフステージに応じた間断のない食育の推進，②生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進，③家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進が定められている。そして，食

育を国民運動として推進するために 11 の観点から定量的な目標が定められている。また，食育の総合的な促進として 7 項目の 1 つめに家庭における食育の推進があげられている。

『第 3 次食育推進基本計画』は 2016 年度から 2020 年度までの 5 年間の期間とし,『第 2 次食育推進基本計画』の際のコンセプトとした「周知」から「実践」へを引き継ぎ,「実践」の環を広げようをコンセプトとした。これまで，日常生活の基盤である家庭における共食を原点とし，学校，保育所等が子どもの食育を進め，都道府県，市町村，様々な関係機関・団体等地域における多様な関係機関が関係者とともに食育を推進してきた。その結果,「食育に関心を持っている国民の割合」や,「朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数」,「栄養バランス等に配所した食生活を送っている国民の割合」等の増加が認められ，食育が推進してきている。しかし，特に若い世代では，健全な食生活を心がけている人が少なく，食に関する知識がないとする人も多い。また，他の世代と比べて，朝食欠食の割合が高く，栄養バランスに配慮した生活を送っている人が少ないなど，健康や栄養に関する実践状況に課題が見受けられる。20 歳代及び 30 歳代を中心とする世代は，これから親になる世代でもあるため，こうした世代が食に関する知識や取組を次世代に伝えつなげていけるような働きかけが必要である。また，近年家族や生活の状況が変化する中で，高齢者を始めとする単独世帯やひとり親世帯，貧困の状況にある子どもに対する支援が重要な課題になっている。さらに，我が国において，高齢化が急速に進展する中，健康寿命の延伸は，国の重要課題であり，食育の観点からも積極的な取り組みが必要である。加えて，食品廃棄，食文化の継承も忘れてはならない。

これらのことから，今後の食育の推進に当たっては食をめぐるこれらの課題を踏まえ，様々な関係者がそれぞれの特性を生かしながら，多様に連携・協働し，その実効性を高めつつ，国民が「自ら食育推進のための活動を実践する」ことに取り組むとともに，国民が実践しやすい社会環境づくりにも取り組むことで，食をめぐる諸課題の解決に資するように推進していくことが重要である。そこで，5 つの重点課題として，①若い世代を中心とした食育の推進，②多様な暮らしに対応した食育の推進，③健康寿命の延伸につなが

る食育の推進，④食の循環や環境を意識した食育の推進，⑤食文化の継承に向けた食育の推進があげられている。『第 2 次食育推進基本計画』に続き，新たな目標を加え，21 の定量的な目標値が定められている。目標値は 2015 年を現状値とし，2020 年を目標値に掲げ，5 つの重点課題に即した目標が掲げられている。

表 2　『第 3 次食育推進基本計画』における食育の推進に当たっての目標値と現状値

目標番号		現在値	目標値
1	食育に関心を持っている国民の割合	75.0%	91%以上
14	食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数	34.4万人	37万人以上
21	推進計画を作成・実施している市町村の割合	76.70%	100%
重点課題1　若い世代を中心とした食育の推進			
4	朝食を欠食する子供の割合	4.4%	0%
5	朝食を欠食する若い世代の割合	24.7%	15%以下
10	主食・主菜・副菜を組みあわせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	43.2%	55%以上
18	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法とを継承している若い世代の割合	49.3%	60%以上
20	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する若い世代の割合	56.8%	65%以上
重点課題2　多様な暮らしに対応した食育の推進			
2	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週9.7回	週11回以上
3	地域等で教職したいと思う人が共食する割合	64.6%	70%以上
6	中学校における学校給食実施率	87.5%	90%以上
重点課題3　健康寿命の延伸につながる食育の推進			
9	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合	57.7%	70%以上
10	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	43.2%	55%以上
11	生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合	64.9%	75%以上
12	食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業の登録数	67社	100社以上
13	ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合	49.2%	55%以上
19	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合	72.0%	80%以上
20	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する若い世代の割合	56.8%	65%以上
重点課題4　食の環境や環境を意識した食育の推進		26.9%	30%以上
7	学校給食における地場産物を使用する割合	77.3%	80%以上
8	学校給食における国産食材を使用する割合	36.2%	40%以上
15	農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合	67.4%	80%以上
16	食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合		
重点課題5　食文化の継承に向けた食育の推進			
17	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合	41.6%	50%以上
18	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている若い世代の割合	49.3%	60%以上

2.保育所と幼稚園による食育

保育所における食育とは,『保育所保育指針』[8]によると，健康な生活の基本として「食を営む力」の育成に向け，その基盤を培うことを目標として，次の事項に留意して実施しなければならないとある。①子どもが生活と遊びの中で，意欲を持って食に関わる体験を積み重ね，食べることを楽しみ，食事を楽しみ合う子どもに成長していくことを期待するもであること。②乳幼児期にふさわしい食生活が展開され，適切な援助が行われるよう，食事の提供を含む食育の計画を作成し，保育の計画に位置付けるとともに，その評価及び改善に努めること。③子どもが自らの感覚や体験を通して，自然の恵みとしての食材や調理する人への感謝の気持ちが育つように，子どもと調理員との関わりや,調理室など食に関わる保育環境に配慮すること。④体調不良，食物アレルギー，障害のある子どもなど，１人１人の子どもの心身の状態等に応じて,嘱託医,かかりつけ医等の指示や協力の下に適切に対応すること。栄養士が配置されている場合は，専門性を生かした対応を図ること。保育所での食育計画の作成や子どもの発育や健康状態などから食事の提供に留意し，子どもが食材や調理に関心を持ち，食事が楽しめるような環境を整えることや，子どもの体調不良やアレルギー，障害児に対する配慮をしながら，食を通じた保護者の支援を行うとしている。

更に,『保育所保育指針』で述べられている保育の目標の中で，食育の観点から具体的な子どもの姿を表したものとして，楽しく食べる子どもに成長していくことを期待し,①お腹がすくリズムのもてる子ども,②食べたいもの，好きなものが増える子ども，③一緒に食べたい人がいる子ども，④食事づくり，準備にかかわる子ども，⑤食べ物を話題にする子どもの 5 つの子ども像の実現をめざすことが示されている。『保育所における食育に関する指針』[30]には 3 歳以上の食育の内容を，食と子どもの発達の観点から,「食と健康」「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」の 5 項目で示している。食育は保育の 5 領域である「健康」「人間関係」「環境」「言葉」「表現」のすべての領域を統合した内容であり，保育所での生活と遊びの中で，子どもが自らの意思を持って食にかかわる体験を積み重ねることができるよう「食」を通じて，毎日の生活を，また 1 年間を保育の一環として指導計画

をたてることが重要とされている。

保育所での食育活動として，体験活動や遊びを通した学びなどの活動の中で保育士から子どもに対して，手洗い，偏食や好き嫌いへの配慮，箸やスプーンの持ち方などが実践されてきた[31]。また，『保育所保育指針』の発表により，給食内容が見直され，調理活動への積極的参加や，食習慣の確立に向けた取り組みなどが行われて報告されている。

幼稚園においては『幼稚園教育要領』[32]に，健康な心と身体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ，幼児の食生活の実情に配慮し，和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり，様々な食べ物の興味や関心をもったりするなどし，進んで食べようとする気持ちが育つようにすることと明記されている。この要領を基に幼稚園では食育を行っているが，幼児教育時の食育の教育内容については各幼稚園，各幼稚園教諭によって受け止め方に差があり，従事者に戸惑いが生じているとの指摘がある[33]。その背景として給食の有無が一因となっている。幼稚園では給食が義務化されておらず，給食を実施している幼稚園は 50.8%[34]である。給食を実施している幼稚園は教育の一環として給食を位置づけ，食育を推進しており，友人と食べる楽しさや一緒に片付ける楽しさ，嫌いな物も給食なら食べられるというようなメリットも存在する[35]。給食を採用している幼稚園のうち，外部に委託しているか，直営給食であるかによって，幼稚園教諭が食育に取り組む姿勢や意義に違いがあり，直営給食の方が食育に関して子どもと積極的にかかわっていることが明らかにされている[36]。給食以外の場面でも様々な活動が展開されている[37][38][39]。

荒井の指摘するように，保育所と幼稚園では食育について，家庭との連携が求められている。保育所での食育の実施にあたっては家庭や地域社会と連携を図り，職員の専門性を生かしながら，共に進めることが求められており，『幼稚園教育要領』によると，食生活の基本はまず家庭で育まれることから，幼稚園においても家庭との連携が重要視されている。しかし，保育所での様々な活動は，保育所内でとどまり保育所の食育に関する考え方や取り組みが，家庭までつながらないことが問題視されている[40]。また，保護者の考え方や食生活などが障害の一つとなり，保護者への食に関する働きかけの必要性や

重要性を認識しているにもかかわらず直接的には働きかけることが難しいことも報告されている[41]。保護者向けに給食便りの作成や給食参観や試食会などの間接的な働きかけを行っているが,これらが食卓にどう結び付いたのか,継続的な把握と支援が必要であり，これらの働きかけは，知識の獲得だけで態度や行動の変容に結びつくことが少ない[41]。幼稚園や保育所において効果的な食育を進めるためには家庭での食育の理解と定着を深めつつ，幼児を育てている保護者を対象とした継続的な食育教室を実施，情報を共有しながら推進していくこが重要であると指摘されている[42]。

3.家庭における食育の推進

『食育基本法』において，子どもの食育における保護者，教育関係者の役割として「食育は父母その他の保護者にあたっては，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，保育等を行うものにあっては，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なければならない。」と家庭での食育の重要性が指摘されている。

家庭における食育として,『食育白書』において朝食の欠食を問題とし，早寝早起き朝ごはんを進めている。藤澤[43]によると、2006年に「早寝早起き朝ごはん」全校協議会が発足し，文部科学省と連携して推進事業を進めている。2012年の国民健康栄養調査の結果において，1～6歳児の朝食欠食率は6.5%であり，朝食欠食による気力・集中力の低下などの身体的な影響とともに，朝食欠食の原因としてあげられる遅い就寝時間による生活習慣，生体リズムの乱れなどからも，子どもの基本的な生活習慣の確立や生活リズムの向上の観点からも推奨されている。　また，家庭における食環境づくりの一環として共食が勧められている。『第2次食育推進基本計画』では,「特に家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図る共食は，食育の原点であり，家族との共食を可能な限り推進する」と記されている。江田は[44]，子どもだけで朝食を食べる者は便秘しがちである者が多く，野菜摂取量が少ないことを報告している。朝食共食頻度が低い子どもは，共食頻度が高い子どもに比べて食事時間が不規則である，就寝時間が遅いなど，生活

習慣が乱れているといわれていることから，共食は生活習慣改善の重要な要因であると考えられる。会退[45]はまた，共食頻度が高いことは，子どものうつ症状が低いこととの関連を示している。佐々ら[46]は，大人と一緒に食事をする子どもの多くは，食事を楽しい，待ち遠しいと回答し，さらに食事中の会話量が優位に多いことを示した[47]。このことから子どもの時に家族との楽しい食卓経験を積むことは，その後の食生活をはじめとする子どもの成長によい影響を与えると考えられる。

第 4 節　幼児をもつ保護者への食育に関する研究報告

『食育基本法』において「食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが，子どもたちに対する食育は，心身の成長，および，人格の形成に大きな影響を及ぼし，生涯に亘って健全な心と身体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となるものである。」と述べているように，子どもに対する食育は，生涯にわたって健康な生活をおくる上で基本となり，望ましい食習慣を身に付ける第一歩である。また，先に述べたとおり，保護者の食生活が幼児期の子どもの食生活に影響を与えることを考慮にいれ，子どもだけでなく，家族も含めた支援が必要である。

保育園や幼稚園において，保護者への食育として，献立表は給食だよりを通じての保護者への発信が多くあげられる。近年では，ホームページに給食室のブログを通して，当日の給食写真や食に関するコメントを記載している園もある。幼児の保護者を対象とした研究は，曽我部ら[48]による野菜摂取増加を目指した親子食育教室開催と家庭へ食育教材（おやさい食べよシート）を配布し，家庭での野菜摂取を促すものがあるが，食育教室の参加による効果ではなく，食育教材の使用効果を報告するものであった。堀田[49]も料理教室と親へのおやつの摂り方の食育の実施を，砂見[50]は保護者へのセルフモニタリングシートのやり取りによる食育支援を行った結果，保護者の野菜摂取量の増加を報告している。佐藤ら[51]は幼児への食育に加え保護者への食育手帳やリーフレットでの食育，会退ら[52]は保護者と子どもの両方を対象に幼児の偏食をテーマとする，社会的認知理論に基づくパネルシアターによる食育実践報告がされているが，評価方法としては事前事後のアンケートの比較によるものが多く，評価尺度（アンケート）自体の妥当性の検討がされたものはない。現在，食育に関する尺度として，「幼児の食行動の問題およびそれらを規定すると考えられる諸要因を測定する尺度」[53]，「食態度を測定する尺度」[54]，「家庭の食育尺度」[55]などが開発されているが，「保育所における食育に関する指針」[30]に示されている，子どもが身に付けることが望まれる心情，意欲，態度などを示した食育のねらいを評価できる尺度は見当たらない。

第 5 節　本研究の目的と意義

本研究は，幼児の食育を担う，保護者への食育方法としてグループ体験学習（Structured Group Encounter：SGE）の導入を検討することを目的とした。『食育基本法』において,「食はあらゆる世代の国民に必要なものである」と記述される一方で,「子どもたちに対する食育は，心身の成長および人格の形成に大きな影響を及ぼし，生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となるものである」と述べられているように，幼児期は食事を含めた基本的生活習慣の基盤が築かれる時期である。幼児は幼稚園などで同世代や他者との関わりが増えていくが，依然として家族との関係が重要な時期であり，先行研究からも，保護者の食生活が子どもの食生活に影響を与えることを考慮にいれ，子どもだけでなく，保護者を含めた支援が重要視されている。

『第 2 次食育推進基本計画』の 3 つの重点課題の 1 つに家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進が定められているように，国や地方自治体をはじめとした啓発活動が行われている。これまでの研究報告においても，幼児を対象とした保育の一環としての食育活動や，食育便りや給食参観，調理実習やパネルシアターなどを活用した保護者や保護者と幼児に対する食育活動が報告されているが，教育方法の確立までは至らず，また評価方法としては事前事後のアンケートの比較によるものが多く，評価尺度（アンケート）自体の妥当性の検討がされたものはない。

以上のことを踏まえ，本研究の目的と意義を下記に記す。

1.研究目的

（1）保護者に食育の実態調査を行うことで，保護者に必要とされる食育テーマを探索する。

（2）幼児をもつ保護者の食育意識を測定するための尺度の開発し，その信頼性と妥当性を検討する。

（3）保護者の食育へ体験学習（SGE）を導入することでの教育効果を検証する。

2.研究の意義

（1）本研究により，保育施設と保護者が一体となった食育を行ううえで活用できる食育意識を測定できる評価尺度を開発する。

（2）保護者への食育効果向上に寄与する，効果の検証された具体的な教育方法を提案する。

3. 構成的グループエンカウンター(SGE：Structured Group Encounter)の導入意義

（1）構成的グループエンカウンターとは

SGE とは，カリフォルニア州エスリン研究所で始まったオープン・エンカウンターを発展させ，1970 年代後半から國分康孝・久子が日本において提唱・実践し始めた「集中的なグループ体験」である[56)]。

SGE は，リーダーが課題を与え，それをグループで行う「エクササイズ」とエクササイズでの体験を振り返り，感想や気づきをグループ内やグループ間で語り合い，共有し合う「シェアリング」の 2 つの柱で構成されている。

國分[56)]は「エンカウンターとは，心とこころのふれあいであり，ホンネとホンネの交流である」としている。この「ホンネとホンネの交流」をグループで行う場合をグループエンカウンターという。また，グループエンカウンターの行い方には 2 種類あり，時間・人数・内容を構成し「枠を与える」ものが構成的グループエンカウンターで,「枠を与えない」ものが非構成的グループエンカウンターである。ここでいう「枠」とは,「グループのルール」,「グループの人数」,「グループの構成員」,「時間制限」,「プログラムの構成」,「エクササイズをする際の条件」のことである。

SGE は「ふれあい」と「自他発見」を下位目標としている。「ふれあい」とは「他者とホンネとホンネで交流すること」であり,「自他発見」とは「ふれあいを通じて自他のかけがえのなさを確認し合う一方で，自己盲点に気付くこと」である。よって，SGE では「集中的なグループ体験」に参加することで，最終的には参加者の人間的成長を目指している。

「SGE とはホンネを知る（自己覚知），ホンネを表現する（自己開示），ホンネを主張する（自己主張），他者のホンネを受け入れる（他者受容＝傾聴訓

練)，他者の行動の一貫性を信ずる（信頼感)，他者とかかわりをもつ（役割進行)，ということである」[56] と述べている。つまり，エクササイズの目的は自己表現，他者理解，自己受容，自己表現・自己主張，感受性の促進，信頼関係の 6 種類である [57]。SGE の特徴としては，①多人数のメンバーで活用できる。②個人的な問題ではなく，エクササイズによる共通体験の中で起こった感情について，メンバー相互の交流をはかることが可能である。③エクササイズにバリエーションを持たせることによって交流の方向や深度をコントロールできる。④短時間もしくは決められた時間内で出来る。⑤リーダーの条件としてプログラムが定型化されていることによって熟練者でなくても展開できるの 5 つが挙げられる。さらに，SGE の効果として下記の 3 つが挙げられる。コミュニケーションの前提となるリレーションの体験，個の自覚，ギブ・アンド・テイクのソーシャル・スキルの育成である。

教育形態には一般的に個人学習，グループ学習，一斉学習がある。集団に対する食教育においては，情報提供を始めとする知識の伝達と意識改革の必要性を説いただけでは，行動変容に繋がりにくく，一時的に行動変容がなされたとしても継続から習慣につながる教育は難しい。グループによる体験学習は，糖尿病患者への教育として，自己意識の向上と自己管理に積極的に取り組めるようになる効果が注目されており，境遇を同じくする患者同士での話し合いによるグループ学習の効果が報告されている [58] [59]。

このことからも，SGE による体験学習は食育への導入意義が考えられる。

（2）SGE の先行研究

現在小・中学校を始め SGE は教育現場での導入が活発化されている。2008 年には小学校学習指導要領解説・特別活動編 [60] において，「意図的にあるグループ作業を行なわせ，ここで感じたことなどを率直に話し合うことにより人間関係を形成するために大切なことを理解させる手法」を，効果的に取り上げることも考えられると記載され，推奨されている。この目的としては，人間関係を形成する力を養う活動の充実とあり，人間関係を形成する力とはまさにコミュニケーション能力があげられる。

野島[61]によると，SGE は 1970 年代半ば以降から日本の各地で様々な形態で行われるようになり，主に教育の領域での実践が盛んに行われており，不登校の予防，学級集団づくりや仲間づくりのために導入されていると報告されている。研究発表は，1978 年の國分と菅沼による日本相談学会での発表以来，着々と続けられてきており，「プロセス研究」，「効果研究」，「ファシリテーター（リーダー）研究」，「適用研究」などである。適用については，一般人，小学生，中学生，高校生，大学生，専門学校生，教師，養護教諭，看護師，組織等への SGE が行われ，事例報告・研究が発表されている。小野寺ら[62]は中学生の学級内における自己開示が学級への適応に及ぼす効果に関する研究，武蔵ら[63]の構成的グループ・エンカウンターのプログラム展開に関する一考察，水野[64]は，大学の授業への構成的グループエンカウンター導入の試み-自己概念および適応への影響について-，曽山[65]は構成的グループ・エンカウンターを取り入れた参加型授業に対する学生の意識と評価など様々な研究報告がされている。

医療分野においては，大脇[66]は看護職者の職場内において SGE を導入し看護職者同士の新たな関係構築のために有効であると述べている。岩崎ら[67]はエンカウンター・グループが看護学生のコミュニケーションの認識に与える影響において看護学生のエンカウンター・グループに対する記述を分析してカテゴリーに分け，「話す」「聴く」さらにグループに特有の「沈黙」から学生のコミュニケーションに対する認識の変化を明らかにしている。坂本ら[68]は「人間関係論演習」における構成的グループ・エンカウンターの有用性の検討，加瀬田ら[69]は新入看護学生に対する「仲間作り演習」の評価－エンカウンターとリフレクションの概念を取り入れて，斉藤[70]は大学生・看護学生に対する構成的グループ・エンカウンターの効果とその効果を予測する要因についてなどの研究がなされ，報告されている。医療分野においては，特に看護教育において SGE を導入した研究が数多く報告さている。筆者は修士論文において，管理栄養士の教育にコミュニケーション能力向上を目的とし授業に SGE を取り入れたことによる効果も報告している[71]。

4.本研究の概要

本研究は，幼児の食育を担う，保護者への食育方法として体験学習（SGE）の導入を検討することを目的に 3 つの研究を行った。本論文は，全 5 章で構成され，第 1 章の序論に続き，第 2 章では，幼児の保護者への食育教育のための実態調査研究を報告する（研究 1)。保護者の食育意識の現状を把握するとともに，保護者の幼児期の食生活と現在の子どもの食生活との関連を検証し，幼児期の食育の必要性を確認した。また，食育への関心と実践の関連を検証することで，行動変容へ導くためのプロセスとして意識の変容をはかることの重要性を再確認することを目的とした。更に，自由記述による，子どもの食生活での心配事，保護者の食生活での心配事，保護者の食育教育のテーマは，ＫＪ法にて分類し，研究 3 の食育教育のテーマとプログラム構成の参考資料とする。

次に，第 3 章では，研究 2 で幼児の食生活を担う保護者を対象に食育を行うにあたり，保護者への食教育による食育意識を測定する尺度項目を抽出し，信頼性と妥当性の検討を行った。因子分析による尺度項目の選定と，内的整合性による信頼性の検討，内容妥当性，基準関連妥当性，確認的因子分析による妥当性を確認した。その結果，3 因子からなる食育意識尺度を開発した。

続いて，第 4 章では，研究 3 で，体験学習（SGE)を導入した，幼児をもつ保護者への食育プログラムを体験することによる，食育意識と行動変容への影響，プログラムの実施可能性の検証を報告する。予備調査では 2 日間の食育プログラム，本調査では 1 日間のプログラムを幼稚園の保護者に実施した。効果の検証には，研究 2 で開発した食育意識尺度を用い，尺度によるプログラム評価と，自由記述のKJ法による分析を用いた。

第 5 章では，研究 1～3 のまとめと今後の展望，研究の限界と課題をまとめた。この結果は，保護者への食育方法として，体験学習（SGE）の導入による新しい食育プログラムの提案は，今後の食育研究の発展になることが期待される。

第 2 章　研究 1　幼児の保護者への食育教育のための実態調査研究

第 1 節　研究 1-1 幼児の保護者への食育教育のための実態調査(予備調査)

1. 目的

幼児の食生活を担う保護者を対象に食育の実態調査を行い，保護者の食育意識の現状を把握するとともに，保護者の幼児期の食生活と現在の子どもの食生活との関連を検証し，幼児期の食育の必要性を確認する。また，行動変容においては，Prochaska と DiClemente によって開発された変化のステージモデル(トランスセオリティカルモデルとも呼ばれる）でいわれているとおり，無関心期（precontemplation)，関心期（contemplation)，準備期（preparation)，実行期（action)，維持期（maintenance）を経て進んでいく[72)]。そこで，食育への関心と実践の関連を検証することで，行動変容へ導くためのプロセスとして意識の変容をはかることの重要性を再確認するとともに，保護者の食育へのニーズを踏まえた食育テーマの探索を行うことを目的とし，予備調査を行った。

2.研究方法

2.1　調査対象者･実施日及び調査方法

A幼稚園 5 歳児保護者を対象に 2014 年 7 月，自記式質問紙法による実態調査を実施した。106 名の対象者には，幼稚園教諭から封筒に入れた調査用紙を配布し，回収は幼稚園教諭及び，送迎バス添乗員による回収を行った。回収は 83 名でそのうち，不備の無い 76 名 (71.7%)を分析対象とした。

2.2　調査項目

(1)食育の認知と関心

2005 年より内閣府が実施している,『食育に関する意識調査』[73)]にて質問している，食育の周知度と関心度を用いた。①「食育という言葉やその意味を知っていましたか」の問いに対する回答は“言葉も意味も知っていた”，“言葉は知っていたが，意味は知らなかった”，“言葉も意味も知らなかった”である。②「食育への関心はありますか」の問いに対する回答は，“関心がある”，“まあ関心がある”，“あまり関心がない”，“関心がない”である。

(2)食生活の関心と実践状況

(a)保護者の食生活の関心と実践状況

『食育に関する意識調査』の調査項目を参考に，食事を楽しむこと，毎日朝食を食べることについてなど 9 項目において，保護者の食生活の関心について回答を，“関心がある”，“まあ関心がある”，“あまり関心がない”，“関心がない”の 4 段階で，実践状況を把握するために，回答を“心がけている”，“まあ心がけている”，“あまり心がけていない”，“心がけていない”の 4 段階で評価した。

(b)今後の食生活で力を入れたいと思う項目

『食育に関する意識調査』の調査項目を参考に，家族や友人と食卓を囲む機会の増加，食事のマナーや作法の習慣など，11 項目をあげ，「今後の食生活で力を入れたいと思う項目」全て（複数回答可）に〇をつけてもらった。

(c)保護者の子どもの時の食生活と子どもの食生活との関係

早寝早起きをしていた，毎日朝食を食べていた等 12 項目において，「保護者の子どものときの食生活でしていたこと」，「現在のお子さんが実践していること」に〇をつけてもらった。

(d)お子さんの食生活で気になること

「お子さんの食生活で気になることはありますか」の問いに，“あり”と“なし”で回答してもらい，“あり”と答えた人には，その内容を自由記述で回答してもらった。

(3)今後の保護者への食育へ向けて

(a)保護者への食育の必要性

「保護者への食育は必要だと思いますか」の問いに，回答は“必要だと思う”，“まあ必要だと思う”，“必要だと思わない”，“わからない”であった。

(b)保護者への食育講座への参加

「保護者への食育教室が開かれたら参加したいと思いますか」の問いに，回答は“参加したい”，“できれば参加したい”，“参加したいと思わない”，“内容による”であった。

(c)保護者への食育講座で希望するテーマ

「保護者への食育講座で希望するテーマ」を自由記述で記入してもらった。

(3)属性

対象者の年齢，性別，職業，家族人数，お子さんの年齢，性別，出生順を用いた。

3．分析方法

分析対象者は調査票を提出した 83 名(回収率 78.3%)のうち，欠損値のなかった 76 名（有効回答率 91.6%）とした。食育の関心と実践を比較するために，χ^2 検定ならびに Fisher の正確確率検定を行った。解析には IBM 統計ソフト Statistical Package for the Social Science Ver. 20.0（以下「SPSS」）を使用した。[74)]

4.結果

(1)対象者の属性，家族構成

対象は子どもの食事の担い手である母親 76 名であった。年齢は，30 歳代が 1 番多く 43 名（56.6%），次いで 40 歳代 24 名（31.6%），20 歳代 9 名（11.8%）であった。同居家族人数は，4 人家族（44.7%）が最も多く，次いで 5 人家族（28.9%），3 人家族（11.8%），6 人家族（10.5%），8 人家族（2.6%），7 人家族（1.3%）であった。

子どもは男児 33 名（44.0%），女児 42 名（56.0%）であった。子どもの出生順は第 1 子（53.9%），2 子（30.3%），3 子(15.8%)の順であった。

(2)「食育」の認知，関心

「食育」の言葉や意味も知っていたが 43 名（56.6%），言葉は知っていたが意味は知らなかったが 30 名（39.5%），言葉も意味も知らなかったが 3 名（3.9%）であった。

「食育」に関心があるが 26 名（34.2%），まあ関心がある 45 名（59.2%），あまり関心がない 5 名（6.6%）であった。

(3)食育の関心と実践との関連

保護者の食生活の関心と実践を χ^2 検定を行った結果，表 3 に示したように，9 項目全ての項目で関心があるものが実践へ結びついていることが示された。特に実践されている項目は朝食を食べている，あいさつやマナー，野菜を食べるで，実践まで至っていない項目は，郷土料理や地場産物の活用や，食べ残しや食品廃棄，食品の

安全性であった。

表 3 保護者の食育の関心と実践との関連

		心がけてる	まあ心がけている	あまり心がけてない	心がけてない	χ²値	P値
食事を楽しむ	関心がある	30	13	0	0	49.22	0.001*
	まあ関心がある	4	26	2	0		
	あまり関心がない	0	0	1	0		
	関心がない	0	0	0	0		
朝食を食べる	関心がある	61	2	1	0	44.39	0.001*
	まあ関心がある	2	8	2	0		
	あまり関心がない	0	0	0	0		
	関心がない	0	0	0	0		
3食決まった時間に食べる	関心がある	38	12	2	0	25.48	0.001*
	まあ関心がある	3	19	1	0		
	あまり関心がない	0	1	0	0		
	関心がない	0	0	0	0		
栄養バランスのよい食事	関心がある	22	24	1	1	22.99	0.001*
	まあ関心がある	0	22	6	0		
	あまり関心がない	0	0	0	0		
	関心がない	0	0	0	0		
野菜を食べる	関心がある	47	13	0	0	28.61	0.001*
	まあ関心がある	2	11	3	0		
	あまり関心がない	0	0	0	0		
	関心がない	0	0	0	0		
郷土料理や地場産物の活用	関心がある	12	8	2	0	88.16	0.001*
	まあ関心がある	0	26	15	1		
	あまり関心がない	0	0	9	1		
	関心がない	0	0	0	2		
食べ残しや食品廃棄	関心がある	27	9	0	0	63.76	0.001*
	まあ関心がある	0	25	6	2		
	あまり関心がない	0	2	5	0		
	関心がない	0	0	0	0		
食品の安全性	関心がある	27	9	0	0	63.76	0.001*
	まあ関心がある	0	25	6	2		
	あまり関心がない	0	2	5	0		
	関心がない	0	0	0	0		
あいさつやマナー	関心がある	51	12	0	0	31.99	0.001*
	まあ関心がある	0	13	0	0		
	あまり関心がない	0	0	0	0		
	関心がない	0	0	0	0		

*P＜0.05

(4)保護者の子どもの頃の食生活と子どもの食生活との関連

保護者の幼稚園，小学校低学年のときの食生活と現在の子供の食生活 12 項目中，実践していた項目は 2 個から 12 個で，平均 8.06±2.63 であった。保護者と子供の実践項目が 7 個以下を低群，8 個以上を高群に分類し，χ^2 検定（有意水準 5%）を行った結果，表 5 に示すように，保護者の子どもの時の食生活と現在の子どもの食生活との間に，早寝早起きなど 6 項目で有意な関連が見られた。

表 4. 保護者の子ども頃の食生活と子どもの食生活との関連

項目	カテゴリー	子どもの時の食生活 高群	子どもの時の食生活 低群	χ^2値	P値
子どもの実践数	高群	39	14	175.012	0.000 *
	低群	9	14		
早寝早起き（子）	高群	37	11	5.876	0.015 *
	低群	14	14		
外での遊びや運動（子）	高群	35	13	8.372	0.004 *
	低群	11	17		
栄養バランスのよい食事(子)	高群	38	10	4.170	0.041 *
	低群	16	12		
栄養のことを教える（子）	高群	24	7	4.576	0.032 *
	低群	7	21		
親と一緒の買い物(子)	高群	36	14	4.911	0.027 *
	低群	12	14		
感謝の心（子）	高群	38	13	8.586	0.003 *
	低群	10	15		

*p＜0.05

(5)保護者の食育教育の必要性

保護者の食育教育の必要性については，60.5％の保護者が子どもの食生活で気になることがあると答えた。また，保護者への食育教育の必要性については，“必要だと思う”，“まあ必要だと思う”を合わせると 92.1％であった。自由記述については，本調査の結果と一緒に示す。

5.考察

本研究において，幼児の保護者における食育の認知度は，食育の言葉や意味も知っていたが 43 名（56.6%），言葉は知っていたが意味は知らなかったが 30 名（39.5%），言葉も意味も知らなかったが 3 名（3.9%）であり，2015 年度の「食育に関する意識調査」の結果[75]46.9%，30.9%，22.1%に比べても比較的高い周知度であった。食育に関心があるの割合は，食育に関心があるが 26 名（34.2%），まあ関心がある 45 名（59.2%），あまり関心がない 5 名（6.6%）で，2015 年度の「食育に関する意識調査」の結果[75]37.9%，37.1%，15.6%，7.9%に比べると，関心がある割合が高かった。しかし，『第 3 次食育基本計画』の目標値 91%以上（関心があると，まあ関心があるの合計）と比べると，93.4%で目標値以上であり，幼児を持つ保護者への食育への関心は，これまでの園での食育推進事業の効果が表れていることが窺えた。特に，本調査の対象者は，直営給食を提供している園であり，栄養士が常駐し，給食だよりや年間行事を通して食育活動が実施されていることが，今回の結果に反映されたものと考えられる。

保護者の食育の関心と実践の関係を調査したところ，関心を持ったものが実践へ繋がり，行動変容へ導くためのプロセスとして意識の変容をはかることの必要性を再確認できた。また，特に実践されている項目は朝食を食べている，あいさつやマナー，野菜を食べるで，実践まで至っていない項目は，郷土料理や地場産物の活用や，食べ残しや食品廃棄，食品の安全性であったことから，食育の中でも，実践へ結びやすい項目と，関心はあっても優先順位が低く，実践へ結びにくい項目が明らかとなった。このことから，保護者へ食育を行ううえで，取り組みやすい項目から進めることによって，実践への移行が望め，実践へ結びついた達成感を得ることで，新たな項目へ取り組む意欲を高めることが期待できる。そのことからも，食育プログラムの構成を行ううえで，目標設定の目標値や優先順位を決めるうえで 1 つの参考資料となりうる。また，保護者の子ども時代の食生活と現在の子どもの食生活に関連性が見られた。本研究では，子どもの頃の食生活として，思い出し法による後ろ向きデータを用いて検討しているため，バイアスが考えられるが，幼児期の食育は現在および今後のライフステージにおける本人の望ましい食生活の維持にとどまらず，次世代の子供の食生活へも影響することが考えられる。富岡[76]，後藤ら[77]の報告においても，保護者の食生活が幼児期の食育についても，幼児への直接的な食育の必要性と同時に，幼児

の食生活を担っている保護者への食育の必要性が挙げられているが，予備調査の結果からも保護者への食育の必要性が示唆された。これらの結果を基に，対象園と対象人数を増やし，本調査を実施することとする。

第 2 節　研究 1-2　幼児の保護者への食育教育のための実態調査(本調査)

1.目的

幼児の食生活を担う保護者を対象に食育の実態調査を行い，保護者の食育意識の現状を把握するとともに，保護者の幼児期の食生活と現在の子どもの食生活との関連を検証し，幼児期の食育の必要性を確認する。また，保護者の食育へのニーズを踏まえた食育テーマの探索を行うことを目的とし本調査を行う。

2.研究方法

2.1　調査対象者・実施日及び調査方法

予備調査を踏まえ，幼児とその保護者の食生活の実態調査を行った。A 園，B 園の 3～5 歳児の保護者を対象に 2015 年 3 月に自記式質問紙法による実態調査を実施した。配布枚数 502 部，回収 238 部のうち，不備の無い 225 部(44.8%)を分析対象とした。

2.2　調査項目

(1)食育の認知と関心

予備調査と同様に，『食育に関する意識調査』[75]にて質問している，食育の周知度と関心度を用いた。①「食育という言葉やその意味を知っていましたか」の問いに対する回答は“言葉も意味も知っていた”，“言葉は知っていたが，意味は知らなかった”，“言葉も意味も知らなかった”である。②「食育への関心はありますか」の問いに対する回答は，“関心がある”，“まあ関心がある”，“あまり関心がない”，“関心がない”である。

(2)食生活の関心と実践状況

(a)保護者の食生活の関心と実践状況

『食育に関する意識調査』の調査項目を参考に，食事を楽しむこと，毎日朝食を食べることについてなど，予備調査同様に 9 項目において，保護者の食生活の関心について回答を，“関心がある”，“まあ関心がある”，“あまり関心がない”，“関心がない”の 4 段階で，実践状況を把握するために，回答を“心がけている”，“まあ心がけている”，“あまり心がけていない”，“心がけていない”の 4 段階で評価した。

(b)保護者の子どもの時の食生活と子どもの食生活との関連

早寝早起きをしていた，毎日朝食を食べていた等，予備調査に新たに 9 項目追加し，計 22 項目において，「保護者の子どものときの食生活でしていたこと」，「現在のお子さんが実践していること」に○をつけてもらった。

(c)子どもの食事の楽しさ

伊東[78]が開発した「子どもが食事を楽しむ様子」尺度を用いた。項目は，「食事をしながら，『これ好き』などと言う，「食事をしながら，『おいしい』と言う」，「食事中に『これ，何？』など食べものに関して興味を示す」，「食事のとき，にこにこしながら食べる」の 4 項目で，回答は，いつもあるから全くないの 5 段階評価とした。

(d)お子さんの食生活で気になること

「お子さんの食生活で気になることはありますか」の問いに，“あり”と“なし”で回答してもらい，“あり”と答えた人には，その内容を自由記述で回答してもらった。

(3)今後の保護者への食育教育へ向けて

(a)保護者への食育教育の必要性

「保護者への食育教育は必要だと思いますか」の問いに，回答は“必要だと思う”，“まあ必要だと思う”，“必要だと思わない”，“わからない”であった。

(b)保護者への食育講座への参加

「保護者への食育教室が開かれたら参加したいと思いますか」の問いに，回答は“参加したい”，“できれば参加したい”，“参加したいと思わない”，“内容による”であった。

(c)保護者への食育講座で希望するテーマ

「保護者への食育講座で希望するテーマ」を自由記述で記入してもらった。

(4)属性

対象者の年齢，性別，職業，家族人数，お子さんの年齢，性別，出生順を用いた。

3.分析方法

分析対象者は調査票を提出した 238 名(回収率 47.4%)のうち，欠損値のなかた 225 名(有効回答率 94.5%)とした。食育の関心と実践を比較するために，χ^2 検定ならびに Fisher の正確確率検定を行った。解析には SPSS を使用した。自由記述

は，KJ 法は川喜田[79]の手法を参考に，予備調査と本調査の両方のデータを合わせて分類した。

4.結果

(1)対象者の属性，家族構成

回答者 225 名のうち，母親 216 名(96.0%)，父親 4 名(1.8%)，祖父 2 名(0.9)，祖母 3 名(1.3%)であった。年齢は，30 歳代が 1 番多く 150 名(66.7%)，次いで 40 歳代 63 名(28.0%)，50 歳代 7 名(3.1%)，20 代 5 名(2.2%)であった。子どもは男児 110 名(48.9%)，女児 115 名(51.1%)であった。子どもの出生順は第 1 子(52.4%)，2 子(37.8%)，3 子(6.7%)，4 子(2.2%)，5 子(0.9%)の順であった。

(2)「食育」の認知，関心

「食育」の言葉や意味も知っていたが 125 名(55.6%)，言葉は知っていたが意味は知らなかったが 98 名(43.6%)，言葉も意味も知らなかったが 2 名(0.9%)であった。

「食育」に関心があるが 86 名(38.2%)，まあ関心がある 129 名(57.3%)，あまり関心がない 10 名(4.4%)であった。

(3)子どもの食生活での心配事

予備調査と本調査の自由記述を合わせて，KJ 法で分類した結果を表 5 に示す。好き嫌い，食事バランス，マナー，間食，食への興味の 5 つのカテゴリーに分類され，好き嫌いが 96 と一番多く，次いで食事バランス 26，マナー25 の順となった。好き嫌いでは野菜嫌いが多く，野菜の他にも肉や魚，お米を食べないなどの回答が見られた。

表 5　子どもの食生活での心配事

カテゴリー	内容例	回答数
好き嫌い	野菜嫌い	96
	幼稚園では食べても家で食べない	
	食わず嫌い	
	偏食	
	肉類を食べない	
	魚嫌い	
	お米を食べない	
食事バランス	食が細い	26
	食べるぎる	
	食べる量が毎日バラバラ	
	栄養の偏り	
	色々なものを食べない	
マナー	箸の持ち方	25
	食べるときの姿勢が悪い	
	マナーをいつから教えるべきか	
	三角食べができない	
	食事中に遊ぶ	
	早食い	
	食事に時間がかかる	
間食	市販のおかしが大好き	4
	おやつの量がわからない	
	おやつを食べて夕食を食べない	
	おやつの食べ過ぎ	
食への興味	食事に興味がない	3
	食に関心がない	

(4)保護者の食生活での心配事

予備調査と本調査の自由記述を合わせて，KJ 法で分類した結果，食事バランス，健康，好き嫌い，時間，間食，料理の 5 つのカテゴリーに分類された。食事バランスが 25 と 1 番多く，次いで健康が 16 と挙げられた。食事バランスでは，バランスよく食べられない，濃い味を好む，1 日必要な食事量などが挙げられた。子どもの心配事と同様に好き嫌いと間食も分類され，大人になっても好き嫌いのある保護者がいることが分かった。

表 6 保護者の食生活での心配事

カテゴリー	内容例	回答数
食事バランス	バランスよく食べられない	25
	濃い味を好む	
	一日に必要な食事量	
	栄養バランスとカロリーオーバー	
	鉄分不足の改善	
	園分のとり過ぎ	
健康	ストレスによる食べ過ぎ	16
	運動不足	
	加齢による食事の変化	
	食べ過ぎ	
	夏バテによる食欲低下	
好き嫌い	好き嫌いがある	13
	野菜が少ない	
	自分の嫌いなものを省く	
	魚介が食べられない	
	偏食	
時間	ゆっくり食事できない	15
	忙しくて早食い	
	時間が不規則	
	自分の分は手抜き	
間食	お菓子の食べ過ぎ	6
	スナックが好き	
料理	メニューがワンパターン	6
	料理が得意でない	
	魚料理が少ない	

(5)保護者への食育教育のテーマ

予備調査と本調査の自由記述を合わせて，KJ 法で分類した結果を表 7 に示す。好き嫌い 28 レシピ 28，食育の方法 23，健康づくり 19，食事バランス 18，食と安全 10，地産地消 2，その他にの 8 つに分類された，1 番多い，好き嫌いは幼児の心配事で最も多く挙げられた項目で，保護者の幼児への食育テーマとして望まれていることが確認された。また，食育の方法も多く挙げられ，食育の言葉や意味も知っていたが 125 名(55.6%)と回答されたが，食育の意味を良く理解し，実践へ結びつけるまでには至っていないことが示唆された。

表 7 保護者の食育教育のテーマ

カテゴリー	内容例	回答数
好き嫌い	好き嫌い	28
	野菜のあく	
	好き嫌いを直すメニュー	
	野菜の食べやすい調理法	
	魚を食べない子供へのアプローチ	
レシピ	野菜と魚を使った料理	28
	子供と一緒に作る料理	
	食べ合わせのよい料理のレシピ	
	子供が喜ぶ和食メニュー	
	幼稚園で人気のメニューのレシピ	
	簡単な朝食レシピ	
食育の方法	食育の基本的なことを知りたい	23
	食へ興味のない子への対応	
	食育の大切さ	
	食を通じて子どもと何を話し合うべきか	
	家族全員が楽しく囲める食卓	
	食育の子供への教え方	
	家庭でできる食育	
	マナーの教え方	
健康づくり	便秘に良い食事	19
	食事と歯（あご）の関係	
	食べ物と脳・体の発達について	
	肥満防止の食事	
	噛むことの重要性	
	食事が影響する子供の病気	
	減塩料理	
食事バランス	栄養バランスについて	18
	食べる量について	
	時短で栄養バランスのとれた食事を作る方法	
	食事バランスガイドについて	
	赤・黄・緑の食品をそろえられるメニュー	
	不足しがちな栄養を補う献立	
食と安全	添加物、化学調味料について	10
	食品表示の見方	
	食の安全	
	放射性物質の影響	
地産地消	地域の食材を使った料理	2
その他	アンチエイジング	1

(6)保護者への食育教育の必要性

保護者への食育教育の必要性については，必要だと思う 66 名（29.3％），まあ必要だと思う 145 名（64.4％），必要でない 8 名（3.6％），わからない 8 名（3.6％）で，必要であると，まあ必要であるを合わせると，93.8％の保護者が保護者への食育の必要性を感じていた。また，保護者への食育教室が開かれたら参加したいと思いますかの問いには，参加したい 37 名（16.4％），できれば参加したい 110 名（48.9％），思わない 29 名（12.9％），内容による 49 名（21.8％）であった。食育のテーマを保護者のニーズと合致させれば，内容によるを合わせると回答した人の参加が望まれ，2 つを合わせると 87.1％の保護者が食育教室への参加意欲があることが確認された。

5. 考察

本研究において，幼児の保護者における食育の認知度は，食育の言葉や意味も知っていたが 125 名（55.6%），言葉は知っていたが意味は知らなかったが 98 名（43.6%），言葉も意味も知らなかったが 2 名（0.9%）であり，2015 年度の食育に関する意識調査の同世代の 30 歳代女性の結果 [75]57.6%，36.7%，5.8%に比べても高い周知度を示し，予備調査の結果と比べても高い結果が得られた。食育に関心があるの割合は，食育に関心があるが 86 名（38.2%），まあ関心がある 129 名（57.3%），あまり関心がない 10 名（4.4%）で，関心がないは 0 名（0.0%）であり，2015 年度の食育に関する意識調査の 30 歳代女性の結果 [75]34.5%，51.8%，12.2%，0.7%に比べて，関心がある割合が高く，『第 3 次食育基本計画』の目標値 91%以上（関心があると，まあ関心があるの合計）と比べても，95.5%で目標値以上であった。『第 3 次食育推進基本計画』コンセプトにあるように，「周知」から「実践」へを引き継ぎ，さらに「実践」の環を広げようへ移行したことにあるように，2005 年に食育基本法が施行され，国を中心とした 10 年間の食育推進の取組による成果が覗える結果となった。

子どもの食生活での心配事を KJ 法で分類した結果，「好き嫌い」，「食事バランス」，「マナー」，「間食」，「食への興味」の 5 つのカテゴリーに分類された。愛育研究所のデータ [82]によると，子どもの食事について改めて欲しいことの幼児欄の多い順番に見ると，①栄養バランスが偏っている，好き嫌いがある，②食べ残してしまう，③同じものばかり食べる，④間食が多い，が挙げられた。今回の結果と同様に，好き嫌いが 1 番多く，そのことからも，幼児の食育に関する文献で好き嫌いに関する調査や，研究報告が多いことが示唆され [80][81][82]，食育のテーマとして，保護者のニーズにあったテーマであることが再認識された。

保護者の食育テーマを KJ 法で分類した結果，好き嫌い 28，レシピ 28，食育の方法 23，健康づくり 19，食事バランス 18，食と安全 10，地産地消 2，その他にの 8 つに分類された。1 番多い，好き嫌いは幼児の心配事で最も多く挙げられた項目で，保護者の幼児への食育テーマとして望まれていることが確認され，子どもの好き嫌い対策としてのレシピも多く挙げられた。また，レシピは保護者の心配事に料理が挙げられ，料理のレパートリーが少ないなど，調理技術への不安や，忙しい時間の中で，簡単に栄養の摂れる料理のレシピが望まれていることも考えられる。調理に関しては，阿部 [83]の

報告によると，家族の食事を管理しなければならないという責任感や調理習慣が成長過程に獲得されにくい食環境の変化状況などが重なり，調理への負担感や煩わしいと感じることへ繋がることから，保護者へのレシピの提供も食育の 1 つとして重要な項目と考えられる。また，食育の方法も多く挙げられ，食育の言葉や意味も知っていたが 125 名（55.6%）と回答されたが，食育の意味を良く理解し，実践へ結びつけるまでには至っていないことが認識された。

予備調査と本調査の結果から，子どもの時の食生活が将来の食生活へ関連があることから，幼児の保護者への食育の必要性と，具体的なテーマを報告した。本研究には，いくつかの限界点が存在する。1 つ目として，本調査への参加は任意であり，回収率 47.4%と低く，食育への興味・関心の高い人が多く参加したことが考えられる。2 つ目として，本研究は，子どもの頃の食生活を思い出しによる後ろ向きのデータを用いて検討しているため，バイアスが考えられる。これらいくつかの限界点があるが，本研究の結果は幼児の食育実践に向けて，幼児を持つ保護者への食育が，現在の幼児に必要な食習慣の形成及び，将来の食習慣や生活習慣予防などの健康づくりのたにめは，幼児だけではなく，保護者を含めた支援の必要性と，食育テーマの情報提供ができる。

第 3 章　研究 2　食育意識尺度の作成

第 1 節　研究 2-1　食育意識尺度の作成（予備調査）

1.目的

幼児の食生活を担う保護者を対象に食育を行うにあたり，保護者への食教育による食育意識を測定する尺度項目を抽出し，信頼性と妥当性を検討する。

2．方法

2.1 調査対象者・実施日及び調査方法

千葉県と埼玉県の幼稚園 4 園の保護者を対象に 2016 年 3 月，自記式質問紙法による調査を実施した。対象者には，幼稚園教諭から封筒に入れた調査用紙を配布してもらい，回収は幼稚園教諭及び，送迎バス添乗員によりなされた。配布数は 829 部，回収 353 部（42.6%）のうち，不備の無い 348 部（42.0%）を分析対象とした。

2.2 質問紙の構成

（1）尺度項目の作成

「楽しく食べる子どもに～保育所における食育の提供ガイドライン～」[84]において，食育のねらいを食と子どもの発達の観点から挙げられている 5 項目「食と健康」「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」から具体的な尺度項目を，管理栄養士，栄養教育関係教員，心理学関係教員，幼稚園園長，幼稚園栄養士，幼稚園教諭から聞き取った結果，85 項目が挙げられた。この 85 項目の中から，「保育所における食育に関する指針」における食育の観点からの具体的な子ども像および，内閣府の食育の現状と意識に関する調査報告書[73]の調査項目等を参考に，58 項目を抽出した（表 8)。各質問項目は，「1：とても関心がある」から「5：全く関心がない」の 5 段階評価とした。

表 8　尺度項目として挙げられた項目（58 項目）

食と健康	**食と文化**
できるだけ多くの食品を料理に取り入れることについて	日本食（和食）を毎日の食事に取り入れることについて
できるだけ色々な種類の料理を作ることについて	日本食（和食）以外の食事を取り入れることについて
好きな食べ物を食べるとき、美味しそうな顔で食べることについて	日本の行事食（正月やひな祭りなど）を取り入れることについて
自分の嫌いな食べものも食卓に並べることについて	郷土料理を家庭の食卓に取り入れることについて
3色（赤・黄・緑）を意識して食事を作ることについて	旬の食材を取り入れることについて
1回の食事に主食・主菜・副菜をそろえることについて	食卓に季節を感じるような演出をすることについて
食事の前にお腹が空くリズムができることについて	地元（同県）で作られた食べものを買うことについて
なるべく外で遊ばせたり、運動をさせることについて	食材を買うとき食品表示などを確認することについて
早寝早起きをすることについて	日本の食品加工（みそやしょう油など）について
朝食を食べさせることについて	スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて
決まった時間に決まった量のおやつを食べさることについて	食器を置く位置［茶碗（左）や汁椀（右）］などについて
食事の前に手洗いをさせることについて	食事のときにひじをついたり脚を組んだりしないことについて
食卓に食事に必要のないものは置かないことについて	食事のときに「くちゃくちゃ」音をたてて食べないようにすることについて
食事（朝・昼・夕）の時間を守ることについて	
	いのちの育ちと食
食と人間関係	お子さんと一緒に食べ物に感謝の気持ちを持って食事を味わうことについて
「おいしいね」などおいしさを分かち合うようことについて	お子さんに動物に触れ合わせることで、いのちの美しさを伝えることについて
「皆と食べるとおいしいね」など共に食べることの喜びを伝えることについて	お子さんと一緒に野菜を育てることについて
お子さんが食事をするとき、お子さんが自分で食べることを尊重することについて	食べものの命に感謝し、残さず食べることについて
同居家族以外の人とも食事をする機会をつくることについて	食べものを作ってくれる人に感謝の気持ちをもつことについて
食事を通してお子さんに愛情を表現することについて	お子さんと育てた食べもの（野菜など）を使って料理をすることについて
食事のとき、皆で分け合って食べることに喜びを感じることについて	お子さんと、畑や農場など食べものを育てている場所に行くことについて
食事のときは、テレビを見たりやゲームなどをしないようにさせることについて	お子さんに食べものの旬について話をすることについて
食事を楽しむために、きちんと座って食べることについて	
朝食はお子さんと一緒に食べることについて	**料理と食**
夕食は家族そろって食べることについて	お子さんに料理をしているところを見せることについて
食事のとき、お子さんと一緒に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をすることについて	お子さんと一緒に食材を買いに行くことについて
食事はお子さんお心の発達に影響があることについて	お子さんと一緒に料理をすることについて
	お子さんに食卓の準備（箸やお茶碗並べなど）を手伝ってもらうことについて
	お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて
	お子さんに食材の色や形、香りなどに触れさせることについて
	お子さんが料理を手伝うときは衛生面に気をつける（手洗いなど）ように伝えることについて
	お子さんが料理を手伝うときは安全面（火や包丁の使い方など）に気を付けるよう伝えることについて
	行事（誕生日など）のときは普段と違う料理や盛り付け方をすることについて
	食卓にマットや花を飾るなど、楽しい雰囲気作りをすることについて
	ご飯が出来たとき、明るい声で呼びかけることについて

（2）食育の認知と関心

『食育に関する意識調査』の調査項目を参考に，食事を楽しむこと，毎日朝食を食べることについてなど 9 項目において，保護者の食生活の関心について回答を，“関心がある”，“まあ関心がある”，“あまり関心がない”，“関心がない”の 4 段階で，実践状況を把握するために，回答を“心がけている”，“まあ心がけている”，“あまり心がけていない”，“心がけていない”の 4 段階で評価した。

（3）その他

対象者の属性として，保護者の性，年齢，属性，職業，家族構成，子どもの性，年齢，兄弟の有無を質問した。

3．分析方法

尺度開発を行うために，探索的因子分析を行った。また，開発した尺度の信頼性を検証するために Cronbach の α 係数を算出し，内的整合性を確認した[74]。分析には SPSS を使用した。

4．倫理的配慮

本研究は東京聖栄大学倫理審査委員会の承認を得て実施された。この調査は無記名であり，記入の有無による園児への影響がないことを口頭と文章で説明した。同意書への記入並びに調査用紙の提出をもって調査への協力を同意したものとした。

5．結果

（1）対象者の属性

分析対象者 348 名のうち男性 7 名（2.1%），女性 341 名（97.9%），男性は全て父親，女性は全て母親であった。年齢は 20 代 11 名（3.2%），30 代 195 名（56.0%），40 代 142 名（40.8%）であった。子どもの性別は男児が 175 名（50.3%），女児が 173 名（49.7%）であった。

(2)「食育」の認知，関心

食育の言葉や意味も知っていたが 214 名(61.5%)，言葉は知っていたが意味は知らなかったが 129 名(37.1%)，言葉も意味も知らなかったが 5 名(1.4%)であった。

食育に関心があるが 165 名(47.4%)，まあ関心がある 172 名(49.4%)，あまり関心がない 8 名(2.3%)，関心がない 3 名(0.9%)であった。

（3）因子分析による尺度項目の選定

主因子法・バリマックス回転により因子分析の結果，負荷量が 0.40 以下の項目を削除し，因子分析を繰り返した結果，37 項目に絞られ，11 回の反復で回転が収束し，3 因子構造が最も適切であると判定された。回転後の累積寄与率は 39.47%であった。「55.食事のときにひじをついたりさせない」は負荷量が 0.39 であったが，食べる姿勢を表現する項目としてもわかりやすく，

また予備調査の段階であるため残すこととした。

第 1 因子は 17 項目からなり「10.お子さんと一緒に食材を買いにいくことについて」,「25.お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて」などの項目に高い負荷量をもつことから「食事づくり因子」と仮に命名した。

第 2 因子は 14 項目からなり「2.『おいしいね』などおいしさを分かち合うことについて」,「37.食事を楽しむために，きちんと座って食べることについて」などの項目に高い負荷量をもつことから「食を楽しむ因子」と仮に命名した。

第 3 因子は 6 項目からなり「49.決まった時間に決まった量のおやつを食べさせることについて」,「53.食事の前に手洗いをさせることについて」などの項目に高い負荷量をもつことから「食とマナー因子」と仮に命名した。

表 9 因子分析結果（因子負荷量）と尺度の項目

質問項目	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	共通性
10）お子さんと一緒に食材を買いに行くことについて	**.68**	.21	.05	.52
25）お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて	**.65**	.29	.10	.52
14）お子さんと一緒に野菜を育てることについて	**.64**	.14	.18	.47
5）お子さんに料理をしているところを見せることについて	**.63**	.43	-.06	.58
29）お子さんと育てた食べもの（野菜など）を使って料理をすることについて	**.63**	.19	.24	.49
34）お子さんと、畑や農場など食べものを育てている場所に行くことについて	**.63**	.01	.33	.50
15）お子さんと一緒に料理をすることについて	**.62**	.37	-.14	.54
18）郷土料理を家庭の食卓に取り入れることについて	**.54**	.17	.28	.41
33）地元（同県）で作られた食べものを買うことについて	**.54**	.07	.30	.38
39）お子さんに食べものの旬について話をすることについて	**.52**	.21	.42	.50
30）お子さんに食材の色や形、香りなどに感じさせることについて	**.51**	.39	.25	.48
23）旬の食材を取り入れることについて	**.51**	.33	.29	.45
48）食卓にマットや花を飾るなど、楽しい雰囲気作りをすることについて	**.47**	.21	.37	.40
13）日本の行事食（正月やひな祭りなど）を取り入れることについて	**.46**	.27	.21	.33
12）お子さんが食事をするとき、お子さんが自分で食べることを尊重することについて	**.44**	.32	.20	.33
11）ご自分が好きな食べ物を食べるとき、美味しそうな顔で食べることについて	**.42**	.34	.14	.31
52）ご飯が出来たとき、明るい声で呼びかけることについて	**.41**	.37	.39	.46
2）「おいしいね」などおいしさを分かち合うことについて	.24	**.58**	.05	.40
37）食事を楽しむために、きちんと座って食べることについて	.06	**.58**	.31	.43
26）1回の食事に主食・主菜・副菜をそろえることについて	.24	**.55**	.18	.40
7）「皆と食べるとおいしいね」など共に食べることの喜びを伝えることについて	.30	**.53**	.19	.40
22）食事を通してお子さんに愛情を表現することについて	.35	**.52**	.19	.43
50）食事のとき、お子さんと一緒に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をすることについて	.12	**.50**	.40	.42
24）食べものを作ってくれる人に感謝の気持ちをもつことについて	.35	**.50**	.13	.38
45）朝食を食べさせることについて	.11	**.46**	.10	.23
1）できるだけ多くの食品を料理に取り入れることについて	.13	**.46**	.22	.27
21）3色（赤・黄・緑）を意識して食事を作ることについて	.27	**.45**	.28	.35
47）スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて	.18	**.44**	.28	.31
20）お子さんに食卓の準備（箸やお茶碗並べなど）を手伝ってもらうことについて	.32	**.43**	.14	.31
35）お子さんが料理を手伝うとき衛生面に気をつける（手洗いなど）ことを教えることについて	.17	**.41**	.22	.24
55）食事のときにひじをついたりさせない	.13	**.39**	.26	.24
49）決まった時間に決まった量のおやつを食べさることについて	.12	.24	**.66**	.51
57）食事（朝・昼・夕）の時間を守ることについて	.14	.36	**.52**	.42
53）食事の前に手洗いをさせることについて	.17	.33	**.47**	.36
32）食事のときは、テレビを見たりやゲームなどをしないようにさせることについて	.13	.09	**.45**	.22
31）食事の前にお腹が空くリズムをつけさせることについて	.20	.31	**.44**	.33
51）食器を置く位置［茶碗（左）や汁椀（右）］などについて	.27	.21	**.42**	.29
因子寄与	6.16	5.10	3.35	14.60
累積寄与率	16.65	30.43	39.47	

（4）尺度の信頼性の検討（内的整合性）

各因子は下位尺度とし，内的整合性を検討するためにα係数を算出したところ，「食事づくり」でα＝0.92，「食事を楽しむ」でα＝0.86，「食とマナー」でα＝0.75 と十分な値が得られた。

（5）尺度項目の妥当性の検討

栄養教育関係教員，心理学関係教員，幼稚園栄養士によって尺度項目の妥当性を検討し，各項目が幼児を持つ保護者の食育意識を評価できる表現として妥当であると判断された。

6．考察

幼児の保護者を対象に食育意識の変化を測定する評価尺度を作成するための予備調査を行った結果，3 因子構造からなる食育意識尺度が得られた。尺度の内的整合性を検討するためのα係数を算出した結果，今後，本調査において信頼性が検討された尺度作成を行うための予備調査として，十分な結果を得ることができた。今回の調査は千葉県と埼玉県の 4 園で実施され，分析対象は 348 部だった。田中[85]によると，対象者は最低，項目数の 2 倍，さらに必要かつ十分な人数として 5 倍と記している。本研究で使用した尺度の項目数は 58 項目で，分析対象者は 348 名，16.7 倍であり，尺度作成のための対象人数としては満たすことができたが，園数の増加や対象人数の増加がより信頼性を高めるためにも重要課題である。また，回収率は 42.6%と低いことから，調査協力の依頼方法や回収方法の改善から，本調査では回収率を高める必要性が考えられる。

調査項目は，幼児の食育を保護者と園が協力して行ううえで必要となる，評価指標を作るために，「保育所における食育に関する指針」における食育の観点からの具体的な子ども像に沿った項目を抽出した。先行研究より，幼児の食育の必要性として，園や保護者を対象とすることが望まれているが，園と保護者の食育の具体的な内容を示す項目や評価項目が示されず，食育の実践として単発的な行事や好き嫌いなどテーマの偏りが見られた。食育を計画的に実施するためにも，PDCA サイクル［アセスメント・計画（Plan），実施（Do），評価（Check），見直し（Action）の活動を繰り返しながら，継続的な改善を行うサイクル］の評価（Check）は重要である。本研究で作成された尺度は評価（Check）の指標として活用可能性が考えられることから，予備調査の結果をふまえ，本調査で更に信頼性・妥当性の検証を図ることが望まれる。

第 2 節　研究 2-1　食育意識尺度の作成（本調査）

1.目的

予備調査で作成された，幼児の食生活を担う保護者を対象に食育を行うにあたり，保護者への食教育による食育意識を測定する尺度の，信頼性・妥当性を検証する。

2．方法

2.1　調査対象者・実施日及び調査方法

千葉県と埼玉県の幼稚園 5 園の保護者を対象に 2016 年 5 月，自記式質問紙法による調査を実施した。5 園のうち，2 園は予備調査と同じ園，3 園は新規に調査を依頼した。対象者には，幼稚園教諭から封筒に入れた調査用紙を配布してもらい，回収は幼稚園教諭及び，送迎バス添乗員によりなされた。配布数は 715 部，回収 414 部（57.9%）のうち，不備の無い 413 部（57.8%）を分析対象とした。

2.2　質問紙構成

（1）尺度項目の構成

予備調査で抽出された 37 項目に新しい番号を付し，予備調査同様に「1：とても関心がある」から「5：全く関心がない」の 5 段階評価とした。
併存的妥当性を検証するため，信頼性・妥当性が検証されている荒木[55]の食育意識，食育実践，食事に関する子どもの躾で構成される「家庭の食育尺度」30 項目の調査も行った。荒木の尺度は「6：たいへんよくあてはまる」から「1：まったくあてはまらない」の 6 段階評価である。

（2）食育の認知と関心

『食育に関する意識調査』の調査項目を参考に，食事を楽しむこと，毎日朝食を食べることについてなど 9 項目において，保護者の食生活の関心について回答を，“関心がある”，“まあ関心がある”，“あまり関心がない”，“関心がない”の 4 段階で，実践状況を把握するために，回答を“心がけている”，“まあ心がけている”，“あまり心がけていない”，“心がけていない”の 4 段階で評価した。

（3）その他

対象者の属性として，保護者の性，年齢，属性，職業，家族構成，子どもの性，年齢，兄弟の有無を質問した。

3. 分析方法

尺度開発を行うために，探索的因子分析を行った。また，開発した尺度の信頼性を検証するために Cronbach の α 係数を算出し，内的整合性を確認した。妥当性の検討には，荒木の尺度との相関係数を算出し，併存的妥当性検討を行った。分析は SPSS と Amos 24.0，を使用した[86) 87)]。

4. 倫理的配慮

本研究は東京聖栄大学倫理審査委員会の承認を得て実施された。この調査は無記名であり，記入の有無による園児への影響がないことを口頭と文章で説明した。同意書への記入並びに調査用紙の提出をもって調査への協力を同意したものとした。

5. 結果

（1）対象者の属性

分析対象者 413 名のうち男性 4 名（1.0%），女性 409 名（99.0%），男性は父親が 4 名，女性は全て母親であった。年齢は 20 代 20 名（4.8%），30 代 261 名（63.2%），40 代 130 名（31.5%），50 代 2 名（0.5%）であった。

子どもの年齢は 3 歳児が 112 名(27.1%)，4 歳児が 148 名(35.8%)，5 歳児が 153 名(37.0%)であった。子どもの性別は男児が 196 名(47.5%)，女児が 217 (52.5%)であった。

(2)「食育」の認知，関心

食育の言葉や意味も知っていたが 266 名(64.4%)，言葉は知っていたが意味は知らなかったが 144 名(34.9%)，言葉も意味も知らなかったが 3 名(0.7%)であった。

食育に関心があるが 188 名(45.5%)，まあ関心がある 209 名(50.6%)，あまり関心がない 14 名(3.4%)，関心がない 2 名(0.5%)であった。

（3）因子分析による尺度項目の選定

主因子法・プロマックス回転により因子分析の結果，負荷量 0.4 以下を削除したが，各因子に 0.4 以下でも残す必要性が考えられる項目が出たため、0.35 以下の項目を削除し，因子分析を繰り返した結果，31 項目に絞られ，9 回の反復で回転が収束し，3 因子構造が最も適切であると判定された。回転後の累積寄与率は 41.76%であった（表 10）。

第 1 因子は 11 項目からなり「9.おこさんと一緒に野菜を育てることについて」,「17.お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて」などの項目に高い負荷量をもつことから「食事づくりの因子」と命名した。

第 2 因子は 11 項目からなり「2.『おいしいね』などおいしさを分かち合うことについて」,「32.食事のとき，お子さんと一緒にいただきます，ごちそうさまの挨拶をすることについて」などの項目に高い負荷量をもつことから「食を楽しむ因子」と命名した。

第 3 因子は 9 項目からなり「31.決まった時間に決まった量のおやつを食べさせることについて」,「29.スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて」などの項目に高い負荷量をもつことから「食とマナー因子」と命名した。

表 10　食育意識尺度の因子分析結果

	質問項目	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
9)	お子さんと一緒に野菜を育てることについて	**.841**	-.284	.009
19)	食べものの命に感謝し、残さず食べることについて	**.785**	-.178	.046
24)	お子さんと、畑や農場など食べものを育てている場所に行くことについて	**.686**	.022	.002
11)	郷土料理を家庭の食卓に取り入れることについて	**.613**	.218	-.186
20)	お子さんに食材の色や形、香りなどに感じさせることについて	**.605**	.095	.147
17)	お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて	**.587**	.267	-.069
10)	お子さんと一緒に料理をすることについて	**.553**	-.029	.192
23)	地元（同県）で作られた食べものを買うことについて	**.467**	.349	-.202
27)	お子さんに食べものの旬について話をすることについて	**.463**	.263	.092
5)	お子さんと一緒に食材を買いに行くことについて	**.419**	.034	.280
15)	旬の食材を取り入れることについて	**.375**	.137	.243
31)	決まった時間に決まった量のおやつを食べさることについて	.102	**.626**	-.188
33)	食器を置く位置〔茶碗（左）や汁椀（右）〕などについて	.054	**.562**	-.026
37)	食事（朝・昼・夕）の時間を守ることについて	-.011	**.553**	.021
29)	スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて	-.157	**.548**	.197
30)	食卓にマットや花を飾るなど、楽しい雰囲気作りをすることについて	.245	**.510**	-.126
36)	食事のときにひじをついたりさせない	-.106	**.502**	.248
34)	ご飯が出来たとき、明るい声で呼びかけることについて	-.011	**.496**	.207
35)	食事の前に手洗いをさせることについて	.032	**.473**	.056
21)	食事の前にお腹が空くリズムをつけさせることについて	.194	**.444**	.051
28)	朝食を食べさせることについて	-.174	**.438**	.279
18)	1回の食事に主食・主菜・副菜をそろえることについて	.202	**.365**	.105
4)	「皆と食べるとおいしいね」など共に食べることの喜びを伝えることについて	.086	-.232	**.875**
2)	「おいしいね」などおいしさを分かち合うことについて	.026	-.042	**.668**
32)	食事のとき、お子さんと一緒に「いただきます,ごちそうさま」の挨拶をすることについて	-.250	.351	**.524**
3)	お子さんに料理をしているところを見せることについて	.355	-.056	**.464**
16)	食べものを作ってくれる人に感謝の気持ちをもつことについて	.172	.093	**.448**
14)	食事を通してお子さんに愛情を表現することについて	.130	.205	**.440**
6)	ご自分が好きな食べ物を食べるとき、美味しそうな顔で食べることについて	.038	.221	**.428**
26)	食事を楽しむために、きちんと座って食べることについて	-.167	.361	**.417**
7)	お子さんが食事をするとき、お子さんが自分で食べることを尊重することについて	.103	.157	**.395**

（4）尺度項目の信頼性の検討

各因子は下位尺度とし，下位尺度毎の平均値，標準偏差，α係数表 11 に示した。平均値は 1.91，1.61，1.42，標準偏差は 0.597，0.457，0.414 であった。因子間相関は(食事づくりと食とマナーにおいて($r = 0.625$, $p < 0.01$)，食事づくりと食を楽しむで（ $r = 0.633$， $p < 0.01$)，食とマナーと食を楽しむでは（ $r = 0.685$， $p < 0.01$）と共に比較的強い正の相関がみられた。Cronbach のα係数は，$\alpha = 0.89$，$\alpha = 0.83$，$\alpha = 0.85$ と内的整合性に十分な信頼性を有していた。

表 11.食育意識尺度の下位尺度間相関

	食事づくり	食とマナー	食を楽しむ	平均	SD	α 係数
食事づくり	―	0.625**	0.633**	1.91	0.597	0.89
食とマナー		―	0.685**	1.61	0.457	0.83
食を楽しむ			―	1.42	0.414	0.85

**p＜0.01

（5）尺度項目の妥当性の検討

（a）尺度項目の内容妥当性の検証

栄養教育関係教員，心理学関係教員，幼稚園栄養士によって，項目の 1 つ 1 つが保護者にとってわかりやすい表現となっているか，質問しようとする内容を適切に表現できているか等，尺度項目の妥当性を検討し，各項目が幼児を持つ保護者の食育意識を評価できる表現が妥当であると判断された。

（b）基準関連妥当性（併存的妥当性）の検証

尺度の基準関連妥当性（併存的妥当性）を検証するために，31 項目の尺度と荒木が開発した 30 項目の「家庭の食育尺度」との相関を求めた。表 12 に示したとおり，今回作成した食育意識尺度と家庭の食育の α 係数は α ＝0.89 と α ＝0.93 で，ともに内的整合性が認められた。各尺度得点の平均の相関係数は（r ＝0.561，p ＜0.01）と有意な正の相関を示し，併存的妥当性が確認された。

表 12　併存的妥当性の検討

	食育意識	家庭の食育	平均	SD	α 係数
食育意識	―	0.561**	1.66	0.433	0.93
家庭の食育			2.80	0.542	0.89

**p＜0.01

（ｃ）確認的因子分析（共分散構造分析）

因子の妥当性を検証するために，確認的因子分析(共分散構造分析)を行い，図1及び表13に示す結果を得た。

χ^2検定(CMIN)のχ^2値は1019.341，有意確率 $p<0.001$ を示した。これは帰無仮説が棄却されないという意味であり，モデル全体の正しさを示した。

適合度指標(GFI)は0.864，修正適合度指標(AGFI)は0.802を示した。この結果，GFI>AGFIとなり，説明力のあるモデル適合度となった。GFIは0.864であり0.90以上の数値を示していないが 0.90 に近い数値を示し，説明力のあるモデルといえる。AGFIも0.802であり0.9以上の数値を示していないが，あてはまりが悪いとはいえない。

CFIは0.877を示した。この数値は，ほぼ0.90であり，適合しているといえる。

RMSEAは0.069を示した。この数値は0.05より大きいが，0.1以下であり，ほぼあてはまりがよいといえる。

これらの数値から因子の妥当性が確認された。

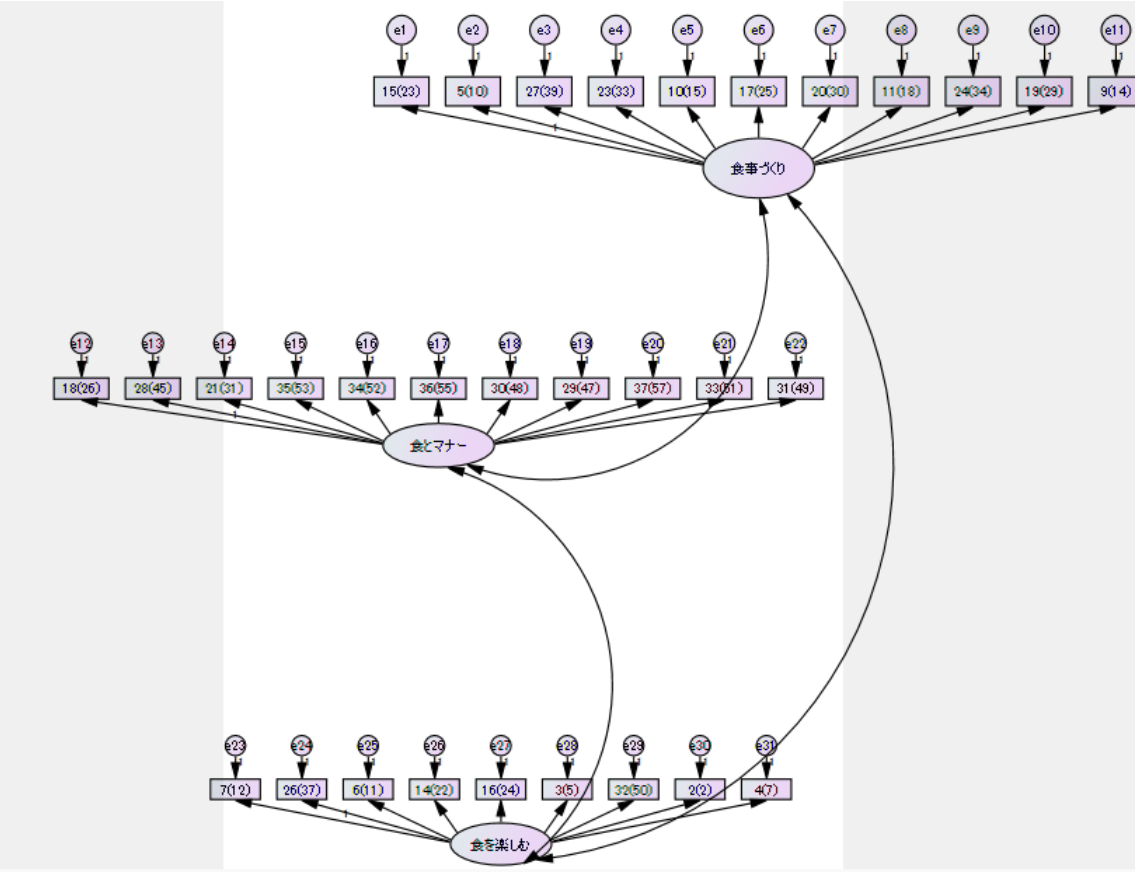


図1 食育意識尺度確認的因子分析(共分散構造分析)

表 13 食育意識尺度モデル適合度の結果

χ^2値	自由度	有意確立	GFI	AGFI	CFI	RMSEA
1019.341	0.000	341	0.864	0.802	0.877	0.069

6. 考察

本研究は，幼児を持つ保護者の食育意識を測定する「食育意識尺度」の作成を試みた。その結果，因子 1「食事づくり」，因子 2「食とマナー」，因子 3「食を楽しむ」の 3 因子構造の 31 項目の尺度が得られた。各因子の α 係数は十分に高い信頼性を示した。内容妥当性および基準関連妥当性についても，ともに妥当であるとの結果が得られた。

尺度の信頼性においては，Cronbach の α 係数が，食事づくり α ＝0.89，食とマナー α ＝0.83，食を楽しむ α ＝0.85 と内的整合性の点から十分な信頼性を示した。更に信頼性を高めるためには，調査データ数を多くすることや，第 1 子のみの保護者と第 2 子以上を持つ保護者との比較検討をすることなどが考えられる。

尺度項目の構成概念妥当性においては，因子 1 の「食事づくり」は「保育所における食育の提供ガイドライン」の食育のねらいの 5 項目のうち「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」に関連する項目が多く含まれていた。「食と文化」では食を通じて，人々が築き，継承してきた様々な文化を理解し，つくり出す力を養うと記述されている。項目内容をみると，「11.郷土料理を家庭の食卓に取り入れることについて」や，「23.地元で作られた食べ物を買うことについて」は，その土地に伝わる食材や料理を普段の食生活に取り入れることによる文化の継承が期待される。「いのちの育ちと食」においては，食を通じて，自らも含めたすべてのいのちを大切にする力を養うと明記されており，「19.食べ物の命に感謝し，残さず食べること」や，「9.お子さんと一緒に野菜を育てることについて」など，食材を育てることによりいのちを育て，残さず食べることで食卓でもいのちへの感謝を表現する。「料理と食」では食を通じて，素材に目を向け素材にかかわり，素材を調理することに関心をもつ力を養うと記述されている。「10.お子さんと一緒に料理をすることについて」，「17.お子さんに料理を盛り付けしてもら

うことについて」,「5.お子さんと一緒に食材を買いに行くことについて」などの項目から，子どもと一緒に食材の買い出しから盛り付けを通して，料理への関心を促すことへつながることが考えられる。

因子 2 の「食とマナー」は主に「「食と健康」に関連する項目が多く含まれ,「食と健康」は食を通じて，健康な心と体を育て，自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養うと記述されている。「37.食事（朝・昼・夕）の時間を守ることについて」や,「28.朝食を食べさせることについて」が該当し，特に徳村ら[14]が指摘する朝食の欠食による肥満などの身体的な変化[88]，春木ら[89]が指摘する好ましくない精神的諸症状などに強く関係しているといわれていることからも欠くことのできない項目となっている。その他，「35.食事の前に手洗いをさせることについて」や,「29.スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて」が含まれることから，食を通じての健康や生活リズム形成全体へ関連することが言える。

第 3 因子の「食を楽しむ」は「食と人間関係」に関連する項目が多く含まれ，食を通じて他の人々と親しみ支え合うために，自立心を育て，人とかかわる力を養うと記述されている。「4.『みんなと食べるとおいしいね』など共に食べることの喜びを伝えることについて」や,「32.食事のとき，お子さんと一緒に『いただきます，ごちそうさま』の挨拶をすることについて」などは，川崎[20]が言う共食に関連する項目で共食に関しては心の健康への良好な影響や，伊東[90]が指摘する家族の共食が，自尊感情の高さや親子の心理社会的関係の形成に関連しているとの報告からも重要であることから，尺度項目は妥当であると考える。

併存的妥当性の検討結果からは，荒木の家庭の食育尺度と相関係数は（$r = 0.561$，$p < 0.01$）と中程度の相関がみられた。家庭の食育尺度は食育意識，食育実践，食事に関する子どもの躾の 3 因子で構成されている。食育意識においては,「料理を作るのに手を抜いていると感じる」や,「料理が嫌いだと感じる」,「献立を考えるのが大変」など料理に特化した項目が多いこと，家庭の食育尺度の因子間相関が中程度の相関であったことから，高い相関ではなく中程度の相関を示したことは妥当な結果と言える。

確認的因子分析の結果, GFI が 0.9 以上, AGFI が 0.9 以上の適合度指標を満

たせていなかったが，他の値とのバランスを考えると，ほぼ適合度指標を満たしており，因子の妥当性は確認された。

これらの結果から，食育意識尺度は，「食事づくり」，「食とマナー」，「食を楽しむ」の 3 因子で構成されており，1 つの食育に関する活動に特化するのではなく，保育所と家庭が共に子どもの食育を推進するために，保育所における食育に関する指針で示されている子どもが身に付けることが望まれる食育のねらいを達成するために保護者に必要とされる食育意識を評価する指標として活用可能であると考えられた。本研究においての食育意識とは，“子どもが身につけることが望まれる食育のねらいを達成するために必要とされる，食を楽しむためのマナーと食の健康教育への意識”であると定義づけた。

今後は再検査法によるさらなる信頼性の検討による尺度の精度を高めていくことが求められる。データ数の増加や，対象となる保護者の持つ子どもの人数の割合による尺度得点への影響などの検討の余地が考えられる。また，保育施設と保護者と協力して食育を進めるための食育計画作りを行うための，保護者の実態把握，評価指標としての活用に向けた，項目数の検討が考えられる。本研究では意識を指標対象としたが，食育意識の高い保護者を対象とする施設においては，実践を指標とできるよう，本尺度の尺度項目を意識ではなく，実践で評価できるよう改良することで，より活用の場が広がり幼児の今後の食育研究へ新たな研究課題が発見された。

第 4 章　研究 3　SGE を活用した保護者への食育プログラムの開発と実施可能性の検討

第 1 節　研究 3-1　SGE を活用した保護者への食育プログラムの開発と実施可能性の検討（予備調査）

1.目的

SGE を導入した，幼児をもつ保護者への食育プログラムを体験することによる，食育意識と食行動変容への影響，プログラムの実施可能性を検証する。

2.方法

(1)調査対象者，調査実施日，調査方法

千葉県の 2 つの幼稚園の保護者を対象に 2016 年 6 月と 7 月の 2 日間で，SGE を活用した食育プログラムを実施した。事前に研究の説明を行い，自由意志で参加を希望した保護者を対象とした。食育プログラムは 2 日間で実施し，2 日目は 1 回目の約 1 ヶ月後に実施した。

食育プログラムの効果測定は，1 日目の実施前（Pre），1 日目のプログラム実施後（Post1），2 日目のプログラム実施後（Post2），1 ヶ月後（After）の 4 回にわたり，研究Ⅲで作成した，31 項目の食育意識尺度を用いた。After は 2 日目のプログラム終了後に参加者に配布し，後日郵送による回収を行った。

食育意識尺度に加え，1 日目のプログラム終了後の Post1 にて①参加しての感想，2 日目のプログラム終了後の Post2 にて①1 日目のプログラムに参加して，関心を持ったり，考え方が変わったこと，②1 日目のプログラムに参加して，新しく実践したり，今までと変えたこと，③2 日目のプログラムに参加しての感想。After にて①プログラムに参加して関心を持ったり，考え方が変わったこと，②プログラムに参加して，新しく実践したり，今までと変えたことを自由記述にて回答を得た。

対象者数と調査実施日を表 14 に示す。全 2 回のプログラム及び，4 回の食育意識尺度を実施した参加者，A 園 10 名，B 園 6 名の計 16 名（57.1%）を分析対象とした。

表 14 調査対象人数，調査実施日，プログラム実施日

	対象者数	Pretest	Posttest1	Posttest2		Aftertest		分析対象者数
		プログラム1日目		プログラム2日目				
A園	22	22	（6月3日）	15	（7月8日）	10	（8月上旬）	10
B園	6	6	（6月17日）	6	（7月1日	6	（8月上旬）	6
合計	28	28		21		16		16

(2)SGE のプログラム選定

2 日間のプログラムで SGE を導入したプログラムを作成した。1 日目は食育への関心を高めてもらうことと，保護者同士の交流を深めることを目的とし，保護者同士のリレーション（関係）づくりと，食育の意味の理解，食事を楽しむことを中心に組み立てを行った。2 日目は研究 I で行った実態調査の子どもの食生活で困っていることで 1 番に挙げられた，好き嫌いをテーマとした構成を行った。

エクササイズは，目的，ルールの説明，例示（デモンストレーション），実施，わかちあいの順番で行い言葉での説明に加え身振り手振りでの説明，要点を示したパワーポイントを活用し，視覚でも訴えられるように工夫を加えた。リーダーは初級教育カウンセラーと管理栄養士の資格を持つ筆者が行った。エクササイズ実施前に，エクササイズの選定に協力した，長年 SGE を実施している上級カウンセラーのもとで練習をし，助言をいただき実施した。また，エクササイズ実施中に保護者を観察し，助言の必要なグループには声掛けをし促進をはかった。

1 日目は，保護者がリラックスしてプログラムに参加できる環境づくりとして，ドリンクのサービスと BGM の準備を行い，小さな子どもと一緒に参加する保護者に対応するため，子どもの面倒を見られる職員とおもちゃコーナーを設けた。

使用するエクササイズは，「ゴロゴロドン」を行い，グループで輪になり身体接触を伴うゲームにより童心にかえり楽しむことで保護者同士のリレーションづくりを促した。次に，「私の子ども自慢」を行い，自分の子どものいいところを褒め，相手に聞いてもらい，さらに自分の子どもを褒められることで心の距離を近づけた。途中にシェアリング（わかちあい）を組み込んだ。わかちあいや振り返りは，エクササイズを通して，気づいたり，感じたりした，自分のことや他者のことをホンネで伝えあい，気づきや感情を明確化し，ねらいを定着させる働きを持っている。さらに，1 人の気づき

や感情を集団全員が共有する働きもある。このように，グループ間，リーダーと保護者とのリレーションを作ったうえで，本題の食育の概要を説明に移行した。食育の言葉の意味と食育基本法を簡単に説明し，①食育ってなんだろう，②楽しい食卓づくりとは，③食への興味関心，④食と健康への関心をテーマにグループ間でそれぞれの意見を出し合い，リーダーが助言を行い気づきを促すプログラム構成とした。それぞれのテーマには，食育指針で述べられている「食と健康」「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」の 5 項目のうち，「食と健康」「食と人間関係」「いのちの育ちと食」「料理と食」の 4 項目の内容を取り入れた（表 15）。

表 15　1 日目のプログラム構成

目的	内容	所要時間
受　付		15分前から
歓迎・リラックス	ドリンクタイム	3
園長先生挨拶		2
研究の同意・事前評価	同意書の記入　preテストの実施	15
自己紹介	自己紹介	2
リレーションづくり	ゴロゴロドン	5
子どもの良いところをあげて誉めてもらう。子どもを誉めてもらえると嬉しくなり、関係性も深まる。	私の子ども自慢	4
これまでに感じた事気づいたことをわかちあい、感情を共有する	シェアリング （わかちあい）	2
～休　憩～　ドリンクタイム		10
食育と聞いて思いつくことを考える	食育って何だろう？	3
食育とは何かを法律を含めて簡単に説明し、理解を求める	食育とは（講義）	8
楽しい食卓づくり ①共食の大切さ ②楽しい食卓の雰囲気作り （食と人間関係）	①誰と食べる ②どんな食卓で	6
食への興味関心 ①食材、料理への関心 ②感謝の気持ち （料理と食、いのちの育ちと食）	①食材や料理への関心 ②いただきますの挨拶や感謝のきもち	6
食と健康への関心 ①食生活のリズム ②食に関する知識 （食と健康）	①食生活のリズム ②食に関する知識	6
これまでに感じた事気づいたことをわかちあい、感情を共有する	シェアリング （わかちあい）	2
幼稚園での食育の取組を紹介し、保護者と関心をもってもらう	幼稚園での食育紹介	3
今日のまとめ　次回の予告	次回のテーマは好き嫌い	3
事後評価	Posttest1の実施	10
		90

2 日目も 1 日目同様に，保護者がリラックスしてプログラムに参加できる環境づくりを行った。テーマは食べ物に関する好き嫌いとし，使用するエクササイズは1日目と同じゴロゴロドンから関係づくりを行った。前回の振り返りを行い，途中にシェアリングを組み込みエクササイズを通じての気づきや感じたこと，他者の意見の共有を行った。好き嫌いの講義の前に，①子どもの時の嫌いだったもの，②今でも嫌い，③嫌いな理由，④その時私はどんな顔，⑤食べない理由は何だろうをテーマにグループ間でそれぞれ意見を出し合い，簡単なゲームと講義を組み合わせ，保護者の気づきや他者の意見を分かち合うプログラム構成とした。それぞれのテーマには，食育指針で述べられている「食と健康」「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」の 5 項目の内容を少しずつ触れるような内容とした（表 16）。

表 16　2 日目のプログラム構成

目的	内容	所要時間
受　付		15分前から
歓迎・リラックス	ドリンクタイム	3
リレーションづくり	ゴロゴロドン	5
前回の内容を一緒に振り返ることで、気づきを再確認する	前回の内容を振り返る	5
わかちあい　1回目に参加してからの変化を共有し、保護者同士で新たな発見や気づきを促す	1回目に参加して食生活への関心、取り組みの変化	3
～休憩～ドリンクタイム		5
自分が子どもの時、嫌いだった食べ物を思い出し、子どもの好き嫌いへの抵抗を少なくする	①子どものときの嫌いだったもの	4
子どもの時嫌いだったものをいつ克服した経験を思い出す	②今でも嫌い？	3
好き嫌いの原因、食べなかった理由を思い出す	③嫌いな原因はなに？	3
嫌いな食べ物の克服時期と、克服方法の事例をあげ、気づきを促す	研究事例の紹介	5
お子さんがこれ嫌い！と言って食べない時お母さんはどんな顔をしているか気づかせる	④その時私はどんな顔？	5
食べない理由のヒントをあたえ、保護者同士で考え、考えを共有する	⑤食べない理由は何だろう？	5
食べない理由の説明に加え、食べやすい調理のポイントや食べたくなる食事のポイントをまとめ解説することで発見を促す	好き嫌いの理由と克服方法（講義）	10
好き嫌いの原因を知り、気長に子どもと一緒に成長することを楽しむ気持ちを再度認識させる	本日のまとめ	5
これまでに感じた事気づいたことをわかちあい、感情を共有する	シェアリング（わかちあい）	3
事後評価、After調査のお願い	Posttest2の実施	15
		79

(3)実施方法

食育プログラムは，A 園は園内ホールで B 園は近くの公民館の会議室を使用した。会場では，参加者は椅子を使用し，3～4 名のグループで円を作り着席した。グループは椅子に学年の色紙を事前に配置し，受付を終了した参加者から自分の学年の色紙が置いてある椅子に着席させた。グループ間で学年が異なるように配置し，他学年の保護者との交流の促進を図った。

乳幼児と一緒に参加する保護者の対応のため，子どもの遊べるスペースとおもち

ゃを準備し，対応できる幼稚園関係者及び学生を配置した。

3. 倫理的配慮

研究Ⅰ，Ⅱ同様，本研究は東京聖栄大学倫理審査委員会の承認を得て実施された。参加募集での事前説明に加え，プログラム当日に再度説明をし，同意書への記入並びに調査用紙の提出をもって調査への協力を同意したものとした。

4. 分析方法

31 項目の食育意識尺度の Pre,Post1,Post2,After それぞれの平均値を算出し，1 要因の分散分析（被験者内計画）により解析した。また，Pretest での食育関心の度合いと，幼稚園による効果検証するために，2 要因の分散分析（混合計画）により解析を行った。統計ソフトは SPSS を使用した。Post1，Post2 での自由記述は，KJ法による分類を行った。

5. 結果

5.1 対象者の属性

プログラム参加者は 28 名であったが，2 日間のプログラム両方に参加した参加者は 21 名（75.0%），4 回の test 全てを実施した参加者は 16 名（追跡率：57.1%）であった。参加者の属性は 1 名が祖母であったが，その他は全員母親であった。参加者の年齢は，30 歳代が 12 名（75.0%），40 歳代が 3 名（18.8%），60 歳代が 1 名（6.3%）であった。参加者の職業は，会社員が 2 名（12.5%），パート・アルバイトが 1 名（6.3%），専業主婦が 13 名（81.3%）で最も多かった。家族構成は，3 人家族が 7 名（43.8%），4 人家族が 8 名（50.0%），5 人家族が 1 名（6.3%）であった。

子どもの年齢は 3 歳児が 6 名（37.5%），4 歳児が 5 名（31.3%），5 歳児が 5 名（31.3%）であり，性別は男児 8 名（50.0%），女児も 8 名（50.0%）であった。

Pretest のフェイスシートによる食育の認知は，言葉も意味も知っていたが 5 名（31.3%），言葉は知っていたが，意味は知らなかったが 11 名（68.8%）であり，言葉も意味も知らなかつた人は 0 名であった。食育への関心については，関心があ

るが 8 名(50.0%), まあ関心があるが 8 名(50.0%)であり, あまり関心がない, 関心がないはともに 0 名であった。

5.2 食育意識尺度による解析結果

食育意識尺度全体では, F(2.10, 31.54)＝9.67 で 0.1%水準で有意な差が認められた(図 2)。ペアごとの比較では, Pre と Post1 では, 0.1%水準, Pre と Post2 では 5%水準で有意な差が認められたが, Pre と After では, 有意な差は認められなかった。

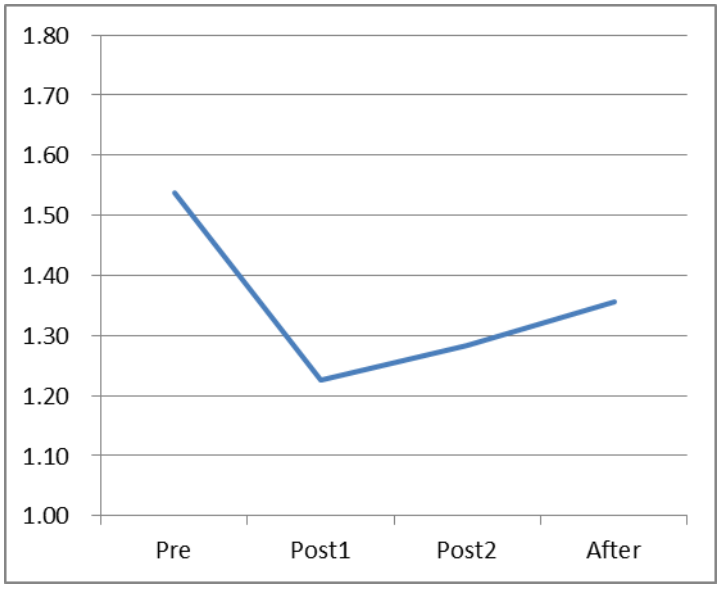


図 2 食育意識尺度得点の変化

因子別でみたところ,「食事づくり」因子では, F(2.42, 36.30)＝6.43 で 1%水準で有意な差が認められた。(図 3)ペアごとの比較では, Pre と Post1 のみで 1%水準で有意な差が認められた。

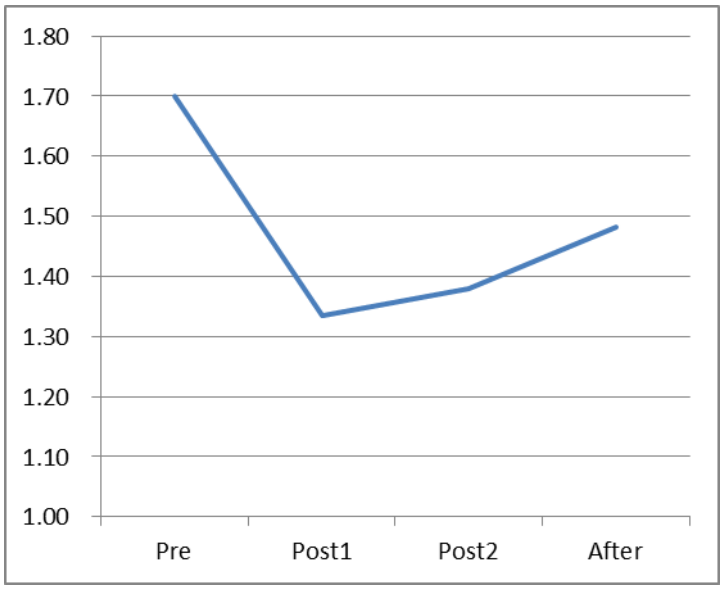


図 3 「食事づくり」因子得点の変化

「食事を楽しむ」因子では, F(2.91, 43.65)＝9.45 で 0.1%水準で有意な差が認められた。ペアごとの比較では, Pre と Post1 で 0.1%水準, Pre と Post2 で 1%水準で有意な差が認められた。

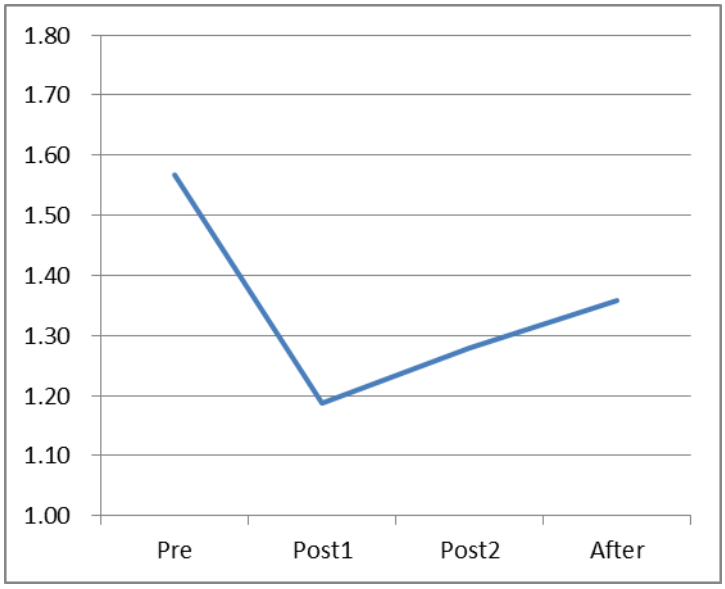


図 4 「食事を楽しむ」因子得点の変化

「食とマナー」因子では，F(3，45)＝3.70 で 5%水準で有意な差が認められた。ペアごとの比較では，有意な差は認められなかった。

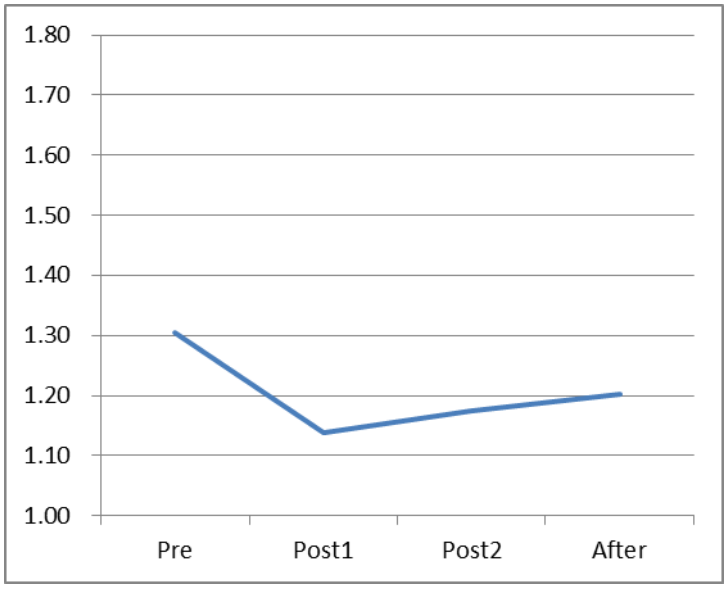


図 5 「食とマナー」因子得点の変化

5.3 食育関心別による食育意識尺得点の変化

Pretest のフェイスシートで食育への関心はありますかの問いに，関心があると答えた参加者は 8 名(50.0%)，まあ関心があると答えた参加者が 8 名(50.0%)であった。プログラムと食育関心との 2 要因の分散分析(混合計画)による分析を行った結果，プログラムと食育関心の交互作用に有意な差は認められなかった F(3.42)=1.78,n.s.。食育関心の主効果は F(1,14)=1.00,.n.s.で有意な差は認められなかったはが，プログラムの主効果は F(3,42)=10.16,P<0.001 で 0.1%水準で有意な差が認められた。

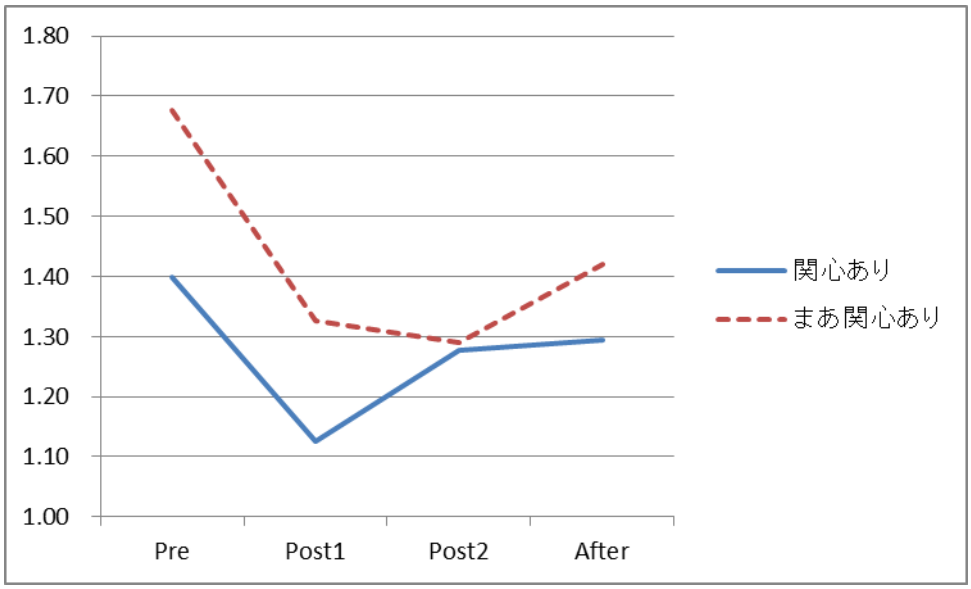


図 6　食育関心の有無による食育意識尺度得点の変化

5.4　幼稚園別による食育意識尺度得点の変化

A 幼稚園の参加者は 10 名(62.5%), B 幼稚園の参加者は 6 名(37.5%)であった。幼稚園とプログラムとの 2 要因の分散分析(混合計画)による分析を行った結果, 幼稚園とプログラムの交互作用は認められなかった F(3,42)=0.23,n.s.。幼稚園の主効果は F(1,14)＝0.52,.n.s.で有意な差は認められず, プログラムの主効果は F(3,42)=8.42,P<0.001 で有意な差が認められた。

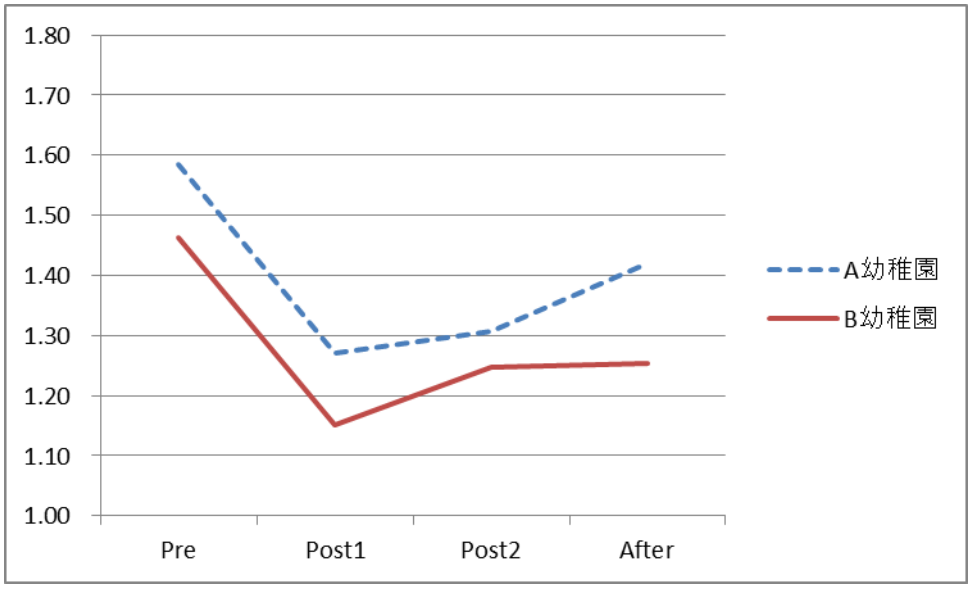


図 7　各幼稚園による食育意識尺度得点の変化

5.5 参加者の自由記述の分析結果

(1)Posttest1 の自由記述の分類

1 日目のプログラム終了後，参加しての感想を自由記述してもらったものを，文意毎に分け，KJ 法を用いて分類した。結果，「気づき」「実践への意識」「わかちあい」「食育知識」「子ども時代の自分」に分類された。

「気づき」に分類されるものが 8 文意あり，「実践への意識」に分類されるものが 11 文意あった。「わかちあい」に分類されるものが 11 文意あり，「食育意識」に分類されるものが 2 文意あった。「子ども時代の自分」に分類されるものが 5 文意あった。「気づき」は，日常の生活に追われて見失っている事への気づきが多かった。「実践への意識」は，子どもと共にどう食事をするかの意識が多かった。「わかちあい」は，参加者同士でわかちあうことの楽しさを記すものが多かった。「食育知識」では，マナーやレシピを求めるものであった。「子ども時代の自分」は，過去の自分との対峙を肯定的に捉える内容であった(表 17)。

表 17　Posttest1 における食育プログラムに参加しての感想

カテゴリー	内容例	回答数
気づき	もう少し子どもと食事の時間を共有したいと思った	2
	食事を通じて愛を分かち合っているなんて考えてもしなかった	1
	食育というものが自分が思っていたよりも大きな意味があったんだと教えられた	1
	食が子どもの成長に関係していることにびっくりした	1
	子どもとの食事で「ごちそうさま」をしていなかった	1
	実践できていないことがたくさんあることに気づいた	1
	家庭で楽しんで食べようと思った	1
実践への意識	いつもの食事をもっとちゃんとしなければと改めて思った	3
	食事の時、子どもと一緒に座る時間をもっと作ろうと思った	2
	子どもの食事に手抜きはだめだと改めて思った	1
	自分の子どもの頃のことで生かせることを取り入れてたいと思った	1
	食育をもっと実践したいと思った	1
	食事の時、料理のことをもっと話せれば良いかなと思った	1
	構えずにできることからやってみようと思った	1
	食卓をもっと楽しくしようと思った	1
わかちあい	いろんな人の意見が聞けて楽しかった	10
	年長、年中のお母さんに悩みを聞いていただき気持ちが楽になった	1
食育知識	マナーの話が聞けてよかった	1
	レシピを紹介してほしい	1
子ども時代の自分	自分の小さい頃のことを振り返ることで、今見直せることにも気づいた	3
	自分の子どもの時を思い出して、「そういえば…」と色々と思い出せて楽しい時間だった	1
	昔のことを振り返ることができた	1

(2)Posttest2 の自由記述の分類結果

1 回目の食育ワークショップに参加して食生活に関して関心を持ったり，考え方が変わったこと，実践したことと食生活での変化を自由記述で求めた。得られた回答は，データ数が少ないため，関心・考え方と実践・変えたことをまとめて KJ 法で分類した結果，「団らん」「食材・調理」「心の変容」「子どもの変化」の 4 項目に分類された。

「団らん」に分類されるものが 13 文意あった。「食材・調理」に分類されるものが 11 文意あった。「心の変容」に分類されるものが 8 文意あった。「子どもの変化」に分類されるものが 1 文意あった。「団らん」は，食事自体を楽しむようになっなったことが最も多かった。「食材・調理」は，一緒に買い物に行くようになったり，旬のものを使うようになった。「心の変容」は，間食をさせなくなったり，規則正しい食

生活をするようになった。「子どもの変化」は，こどもが食べものを分けてくれるようになった（表 18）。

表 18 Post2 における 1 日目参加後の食生活への関心，考え方の変化，実践・変化したことの自由記述

カテゴリー	内容例	回答数
団らん	食事自体を楽しむようになった	5
	子どもとゆっくり話しながら食事をするようになった	3
	ごちそうさまを言うようになった	2
	テレビを消して食事をするようにした	2
	朝食を抜かないようになった	1
食材・調理	食材について子どもと会話するようになった	3
	旬の食材を使うようになった	2
	野菜を少しでも多く調理するようにした	1
	子どもが野菜を食べなくても、出し続けるようにした	1
	子どもと食材を買いに行くようになった	1
	子どもと調理するようになった	1
	目で見て楽しく食べられるように、盛り付けを大皿にしたりするようになった	1
心の変化	規則正しい食生活をするようになった	3
	子どもが私に食べものを分けてくれるとき、沢山の愛がもらえていると実感できるようになった	2
	間食をさせないようになった	1
	自分の子どもの時のように、地物の取れたて野菜を食べさせたいと思うようになった	1
	子どもと食べ物の話をするようになした	1
子どもの変化	子どもが「どうぞ」と食べ物を分けてくれるようになった	1

6.考察

本研究ではSGEを導入した，幼児をもつ保護者への食育プログラムを体験することによる，食育意識と食行動変容への影響を確認することにより，プログラムの実施可能性を検証すること目的に実施した。食育プログラムの計画にあたっては，研究Ⅰにおいて，対象者となる幼児をもつ保護者の実態把握を行い，食育テーマにあげられた食育の方法と好き嫌いをテーマに取り上げた。

尺度による評価は全4回行い，食育意識尺度全体では，0.1%水準で有意な差が認められ，ペアごとの比較では，PreとPost1では，0.1%，PreとPost2では5%水準で有意な差が認められたが，PreとAfterでは，有意な差は認められなかった。因子別でみたところ，「食事づくり」因子では，1%水準で有意な差が認められ，ペアごとの比較では，PreとPost1のみで1%水準で有意な差が認められた。「食事を楽しむ」因子では，0.1%水準で有意な差が認められ，ペアごとの比較では，PreとPost1で0.1%水準，PreとPost2で1%水準で有意な差が認められた。「食とマナー」因子では，5%水準で有意な差が認められた。ペアごとの比較では，有意な差は認められなかった。分析結果を見ると，尺度全体において0.1%水準で有意な差が認められ，食育プログラムの効果が認められた。ペアごとの比較では，PreとAfterで有意な差は認められなかった。本来，PreとAfterにおいても有意な差が認められることが望ましが，本研究で行ったプログラムは2日間であり，効果を維持するほどの結果は認めらえなかったが，PreとPost1の中間までであり，顕著な後退を示すものではなかったことも鑑みると，プログラムのテーマが保護者の求めるものと合致し，なおかつSGEを取り入れることで教育効果が表れたことが確認できた。しかし，After調査は夏期長期休暇中に郵送で回収を行い，回収率も57.1%と低かった。特に夏期長期休暇では，子どもが幼稚園へ通わなくなり，起床時間や食事時間の乱れが起こりやすいなどの生活習慣の乱れの起こりやすい時期である。今回2日間とも，当日使用したパワーポイントと2日目には，好き嫌い克服レシピを資料として保護者に配布したが，今後は効果を持続するための目標の設定や，Post2とAfterの間に手紙などでの振り返りの促し，記録用紙などでの持続効果を期待できるものを取り入れることも一つの課題と考えられる。

因子別に見たところ，「食事作り」では1%水準，「食を楽しむ」では0.1%水準，「食とマナー」では5%で有意な差が認められ，全ての因子で効果を認めることが

できた。「食とマナー」で 5%水準であった要因は，今回の対象者が，Pre においての平均点が，「食事づくり」が 1.70，「食を楽しむ」が 1.57，「食とマナー」が 1.31 と「食とマナー」への意識がもともと高かったことが考えられ，食事の挨拶などは，子どもたちは普段の幼稚園での生活の中で身に付け，家庭においても習慣化されていたことが考えらえる。

次に，Pretest のフェイスシートで食育への関心とプログラムとの 2 要因の分散分析（混合計画）による分析を行った結果，プログラムと食育関心の交互作用に有意な差は認められなかった。食育関心の主効果でも有意な差は認められなかったが，プログラムの主効果は 0.1%水準で有意な差が認められた。このことから，関心のあった参加者，まあ関心のあった参加者両方にプログラムの効果が認められたことが確認された。

更に，幼稚園とプログラムとの 2 要因の分散分析（混合計画）による分析を行った結果，幼稚園とプログラムの交互作用は認められなかった。幼稚園の主効果は有意な差は認められず，プログラムの主効果は有意な差が認められた。このことから，幼稚園による差はなく，今後再現性を確認するうえでもよい結果が得られた。しかし，今回の参加者は，A 幼稚園で 10 名，B 幼稚園では 6 名と分析対象人数が少なかったため，あくまでも参考程度の結果と考えられる。

Posttest1 の感想から，食育プログラムにSGEを導入する事と，参加者同士が「わかちあい」への肯定的な感想が多かった。本調査での結果が楽しみとなるものであった。このことは，このまま本調査に進めるとよいと考えられる。次に，「子ども時代の自分」との対峙が，新たな気づきを生み出す事になるのではないかと考えられるものであり，本調査で，この点を更に検討していきたい。

Posttest2 の自由記述は参加者が少人数であっても，予想以上の変化が見られ，本調査が楽しみとなった。食育プログラムにSGEを導入し，参加者同士が「わかちあう」事が効果的に作用する予感を与えるものとなった。評価尺度では意識の変容のみの測定だが，自由記述を通して，食行動変容をうかがえる記述があげられ，本調査においても期待の持てる結果となった。

これらの結果から，SGE を導入しての食育プログラムは保護者の食育意識の変化を促すプログラムとして効果を確認することができた。しかし，2 日間のプログラムは，保護者にとっては負担が大きく，特に 0～2 歳児を持つ親にとっては参加の意

欲はあっても難しい。今回，幼稚園児以下の子どもの体調不良により欠席した保護者もあり，保護者への負担とプログラムの効果をより分析するため，本調査においては 1 日目のプログラムでの実施を採用することとした。

第 2 節　研究 3-2　SGE を活用した保護者への食育プログラムの開発と実施可能性の検討（本調査）

1.目的

予備調査により SGE の食育への導入による有効性が認められたことから，他園での再現性，プログラムの信頼性と，グループ編成の効果を確認することを目的に食育プログラムを実施した。

2.方法

2.1　調査対象者，調査実施日，調査方法

埼玉県の 2 園の保護者を対象に 2016 年 8 月，9 月にプログラムを実施した。事前に研究の説明を行い，自由意志で参加を希望した保護者を対象とした。

食育プログラムの評価は，実施前（Pre），プログラム実施後（Post），1 ヶ月後（After）の 3 回にわたり，予備調査同様，研究Ⅲで作成した食育意識尺度による効果測定を行った。Aftertest はプログラム終了時に参加者に配布し，後日郵送による回収を行った。

対象者数と調査実施日を表 19 に示す。プログラム参加及び，3 回の食育意識尺度を実施した参加者，A 園 23 名，B 園 17 名の計 40 名（分析率 83.3%）を分析対象とした。なお，A 園の実施日は台風の影響により，急遽日にちを変更し行ったため，予定参加者 35 名中 25 名の参加となった。

表 19　調査対象人数，調査実施日，プログラム実施日

	対象者数	Pretest	Posttest1	Aftertest		分析対象者数
		プログラム1日目				
A園	25	24	（8月31日）	23	（9月下旬）	23
B園	23	23	（9月5日）	17	（10月上旬）	17
合計	48	47		40		40

※A園のプログラム実施日は台風により急遽変更した

2.2 SGE のプログラム選定

予備調査では 2 日間のプログラムを行ったが，1 日間のプログラムによる効果が認められたこと，参加人数を増やし，データ数の増加によるプログラムの信頼性を高めるため，1 日間の食育プログラムを実施した。プログラムは食育への関心を高めてもらうことと，保護者同士の交流を深めることを目的とし，保護者同士のリレーション（関係）づくりと，食育の意味の理解を中心に組み立てを行った。予備調査からの変更点は，食育は園での生活の中に自然に組み込まれ，食育を園の指針として特別に取り組んでいない園のため，園による食育の紹介は行わなかった。

表 20　食育プログラムの構成

目的	内容	所要時間
受　付		15分前から
歓迎・リラックス	ドリンクタイム	3
園長先生挨拶		2
研究の同意・事前評価	同意書の記入　preテストの実施	15
自己紹介	自己紹介	2
リレーションづくり	ゴロゴロドン	5
子どもの良いところをあげて誉めてもらう。子どもを誉めてもらえると嬉しくなり、関係性も深まる。	私の子ども自慢	4
これまでに感じた事気づいたことをわかちあい、感情を共有する	シェアリング （わかちあい）	2
～休　憩～　ドリンクタイム		10
食育と聞いて思いつくことを考える	食育って何だろう？	3
食育とは何かを法律を含めて簡単に説明し、理解を求める	食育とは（講義）	8
楽しい食卓づくり ①共食の大切さ ②楽しい食卓の雰囲気作り （食と人間関係）	①誰と食べる ②どんな食卓で	6
食への興味関心 ①食材、料理への関心 ②感謝の気持ち （料理と食、いのちの育ちと食）	①食材や料理への関心 ②いただきますの挨拶や感謝のきもち	6
食と健康への関心 ①食生活のリズム ②食に関する知識 （食と健康）	①食生活のリズム ②食に関する知識	6
これまでに感じた事気づいたことをわかちあい、感情を共有する	シェアリング （わかちあい）	2
今日のまとめ　次回の予告	次回のテーマは好き嫌い	3
事後評価	Posttest1の実施	10
		87

2.3 実施方法

食育プログラムは，A 園は園内ホールで B 園は旧園舎の教室を使用した。会場では，A 園は会場の床は絨毯が敷かれていたため，床に直接座り，B 園は会場に机と椅子が設置されていたため，机は荷物置きとして使用し，机の脇に椅子を移動し，参加者同士の距離が近づくよう座り方を工夫した。3～4 名のグループ編成をし，グループは座席に学年の色紙を事前に配置し，受付を終了した参加者から自分の学年の色紙が置いてある椅子に着席させた。グループ間で学年が異なるように配置し，他学年の保護者の交流の促進を図った。

乳幼児と一緒に参加する保護者の対応のため，子どもの遊べるスペースとおもちゃを準備し，対応できる幼稚園関係者を配置した。

3. 倫理的配慮

予備調査同様，本研究は東京聖栄大学倫理審査委員会の承認を得て実施された。参加募集での事前説明に加え，プログラム当日に再度説明をし，同意書への記入並びに調査用紙の提出をもって調査への協力を同意したものとした。

4.分析方法

31 項目の食育意識尺度の Pre,Post,After それぞれの平均値を算出し，1 要因の分散分析（被験者内計画）により解析した。また，Pretest での食育関心の度合いと，幼稚園による効果検証するために，2 要因の分散分析（混合計画）により解析を行った。統計ソフトは SPSS を使用した。Post，After での自由記述は，KJ 法による分類を行った。自由記述のセンテンスを文意毎に分に付箋紙に書きだし，1 文意毎に 1 枚として分類した。

5. 結果

5.1 対象者の属性

プログラム参加者は 48 名であり, 3 回の test 全てを実施した参加者は 40 名(追跡率:83.3%)であった。参加者の属性は全員母親であり, 参加者の年齢は, 20 歳代が 1 名(2.5%), 30 歳代が 28 名(70.0%), 40 歳代が 11 名(27.5%)であった。参加者の職業は, 自営業が 1 名(5.0%), パート・アルバイトが 4 名(10.0.%), 専業主婦が 34 名(85.0%)で最も多かった。家族構成は, 3 人家族が 10 名(25.0%), 4 人家族が 23 名(57.5%), 5 人家族が 6 名(15.0%), 6 人家族が 1 名(2.5%)であった。

子どもの年齢は 3 歳児が 9 名(22.5%), 4 歳児が 15 名(37.5%), 5 歳児が 16 名(40.0%)であり, 性別は男児 17 名(42.5%), 女児も 23 名(57.5%)であった。

Pretest のフェイスシートによる食育の認知は, 言葉も意味も知っていたが 17 名(42.5%), 言葉は知っていたが, 意味は知らなかったが 22 名(55.0%)であり, 言葉も意味も知らなかつた人は 1 名(2.5%)であった。食育への関心については, 関心があるが 27 名(67.5%), まあ関心があるが 13 名(32.5%)であり, あまり関心がない, 関心がないはともに 0 名であった。

5.2　食育意識尺度による解析結果

食育意識尺度全体では，F(1.88, 73.42)＝25.46, P<0.001 で有意な差が認められた(図 8)。ペアごとの比較では，Pre と Post では，0.1%水準，Pre と After では 1%水準，Post と After で 1%水準で有意な差が認められた。

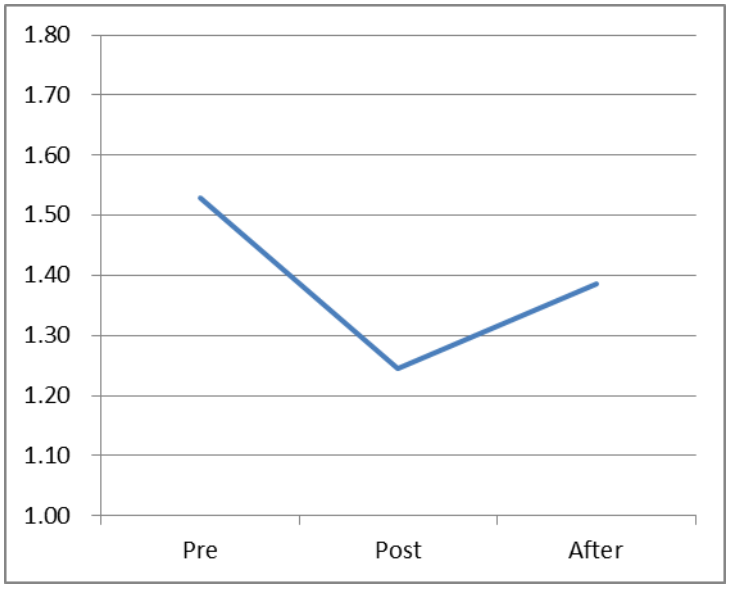


図 8　食育意識尺度得点の変化

因子別でみたところ，「食事づくり」因子では，F(1.95, 7596)＝20.73,P<0.001 で有意な差が認められた。(図 9)ペアごとの比較では，Pre と Post で 0.1%水準，Pre と After で 1%水準，Post と After で 1%水準で有意な差が認められた。

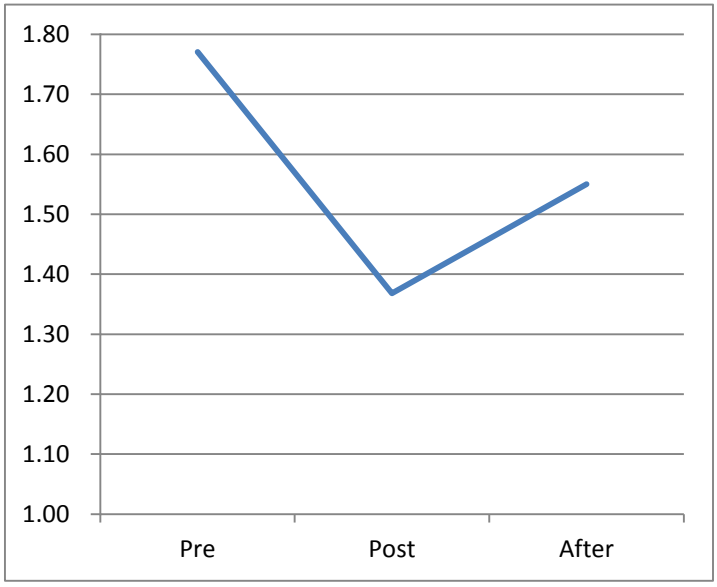


図 9 「食事づくり」因子得点の変化

因子別でみたところ,「食を楽しむ」因子では, F(1.79, 72.89)＝17.00, P<0.001 で有意な差が認められた。(図 10)ペアごとの比較では, Pre と Post で 0.1%水準, Pre と After で 5%水準, Post と After で 1%水準で有意な差が認められた。

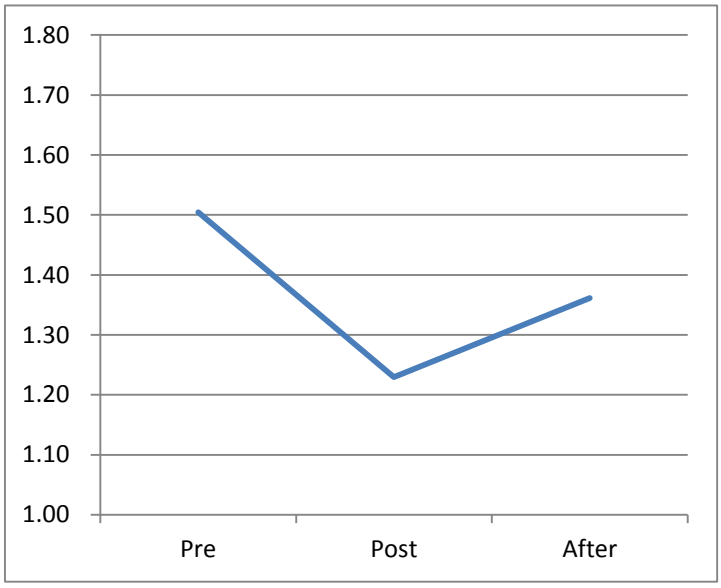


図 10「食事を楽しむ」因子得点の変化

因子別でみたところ,「食とマナー」因子では, F(1.78, 72.53)＝8.56,P<0.001 で有意な差が認められた。(図 11)ペアごとの比較では, Pre と Post で 0.1%水準, Post と After で 5%水準で有意な差が認められた。

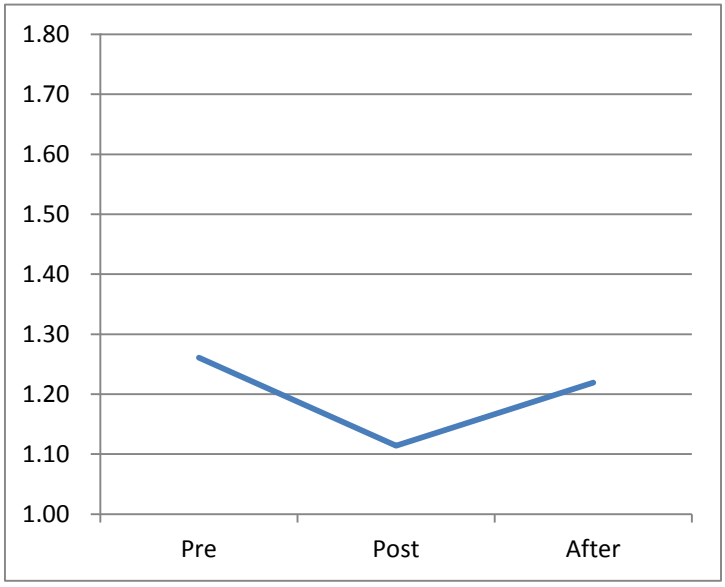


図 11 「食とマナー」因子得点の変化

5.3 幼稚園別による食育意識尺度得点の変化

A 幼稚園の参加者は 23 名(57.5%), B 幼稚園の参加者は 17 名(42.5%)であった。幼稚園とプログラムとの 2 要因の分散分析(混合計画)による分析を行った結果, 幼稚園とプログラムの交互作用は認められなかった F(2,76)=0.09,n.s.。幼稚園の主効果は F(1,38)＝0.49,.n.s.で有意な差は認められず, プログラムの主効果は F(2,76)=24.34,P<0.001 で有意な差が認められた(図 12)。

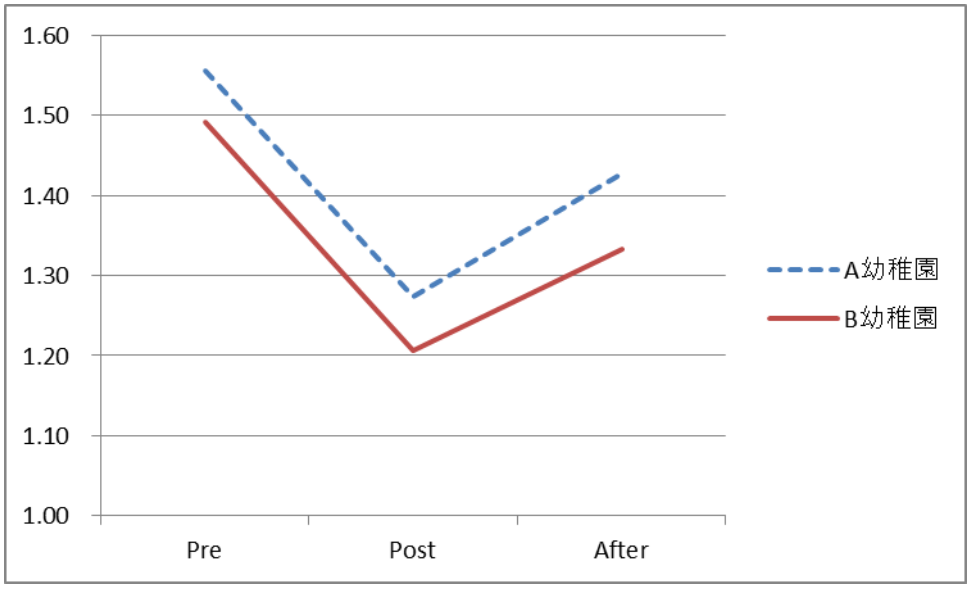


図 12 各園による食育意識尺度得点の変化

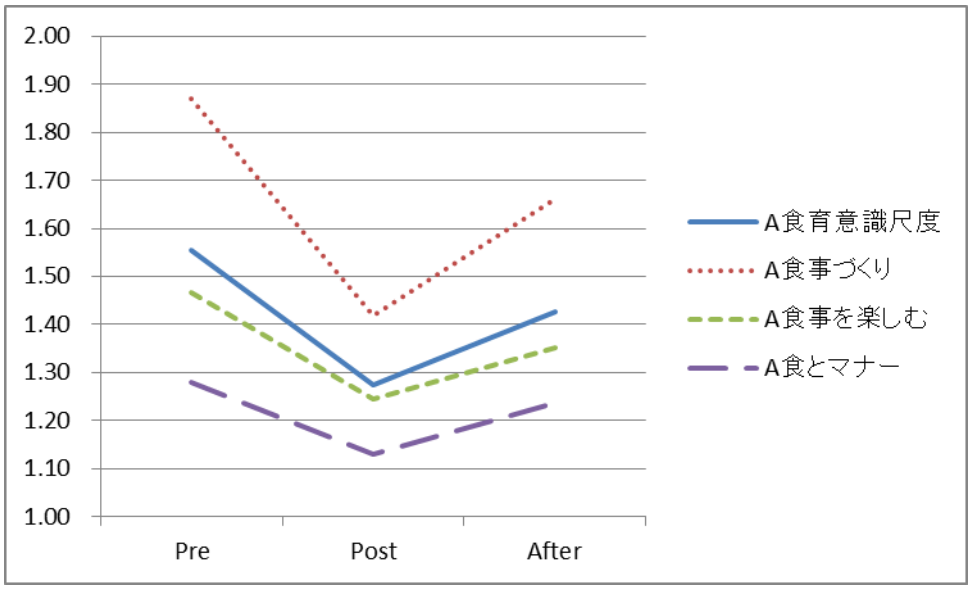


図 13　A 園の食育意識尺度，各因子得点の変化

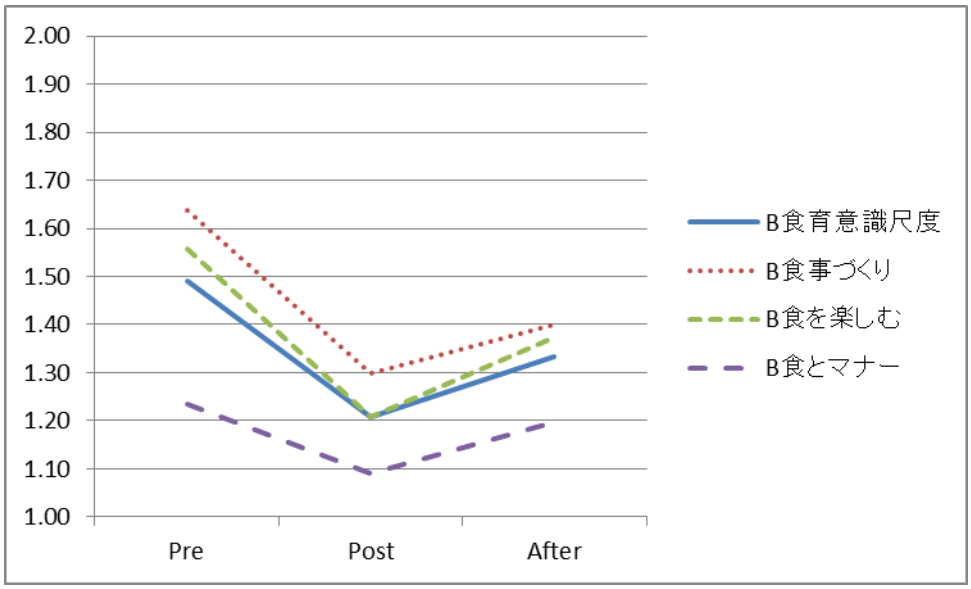


図 14　B 園の食育意識尺度，各因子得点の変化

各幼稚園で，因子別に見たところ，両幼稚園とも 1 番意識の高いのが「食とマナー」，次いで「食と楽しむ」，「食事づくり」であった。

5.4 食育関心別による食育意識尺得点の変化

Pretest のフェイスシートで食育への関心はありますかの問いに，関心があると答えた参加者は 27 名（67.5%），まあ関心があると答えた参加者が 13 名（32.5%）で，あまり関心がない，関心がなはともに 0 名であった。プログラムと食育関心との 2 要因の分散分析（混合計画）による分析を行った結果，プログラムと食育関心の交互作用に有意な差は認められなかった F(2,76)=1.27,n.s.。食育関心の主効果は F(1,38)=0.01,.n.s.で有意な差は認められなかったはが，プログラムの主効果は F(2,76)=23.55,P<0.001 で 0.1%水準で有意な差が認められた（図 15）。

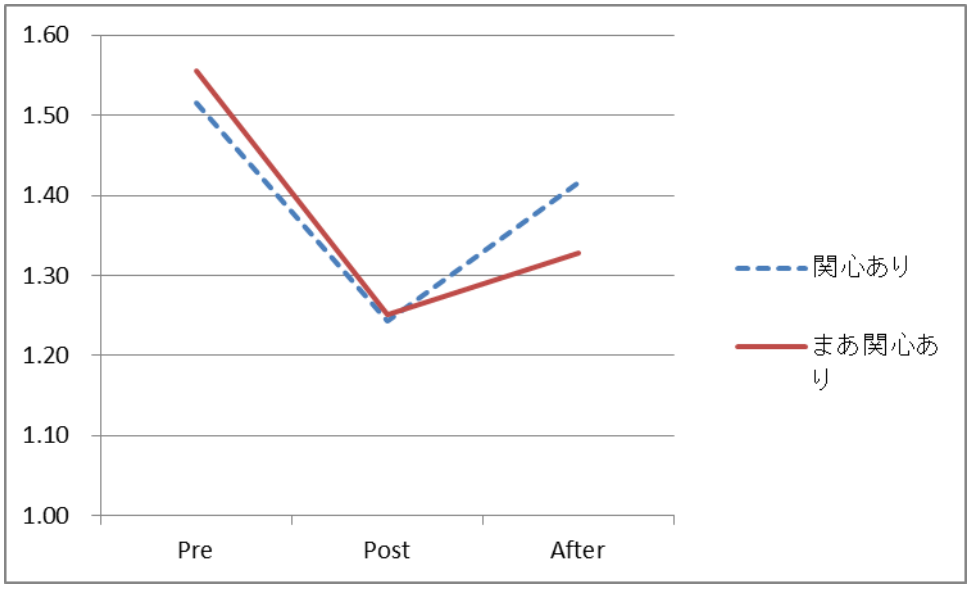


図 15 食育関心の有無による食育意識尺度得点の変化

5.5 グループ編成による食育意識尺度得点の変化

参加者は 3～4 名でグループ編成を行い，食育プロラムを実施した。グループ編成時に食育関心の状態を把握できなかったことから，プログラム実施後に Pretest のフェイスシートの食育関心の状態を確認した。各グループの組み合わせを確認した結果，全員が食育に関心があるグループ X と，食育に関心がある人と，まあ関心があるの混合グループ Y の 2 種類に分類することができた。X グループは 5 グループ計 16 名（40.0%），Y グループは 9 グループ計 24 名（60.0%）であった。

グループとプログラムとの 2 要因の分散分析（混合計画）による分析を行った結果，グループとプログラムの交互作用は認められなかった F(2,76)=0.32,n.s.。グループの主効果は F(1,38)＝1.26,n.s.で有意な差は認められず，プログラムの主効

果は F(2,76)=24.09,P<0.001 で有意な差が認められた。(図 16)

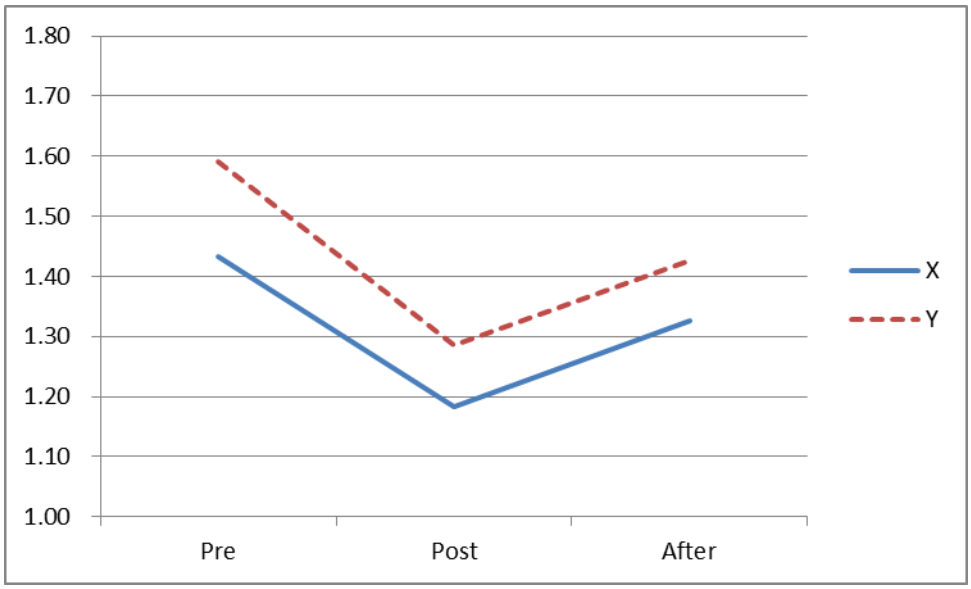


図 16 グループ編成による食育意識尺度得点の変化

5.6 参加者の自由記述による分析

(1)Posttest での感想の自由記述の KJ 法による分類

プログラム終了後の Posttest にて①参加しての感想を自由記述で得た回答のセンテンスを文意毎に分け，1 文意毎に付箋紙 1 枚として KJ 法によって分類したところ，「気づき」「実践への意識」「わかちあい」「食育知識」「子ども時代の自分」の 5 つに分類された。

「気づき」に分類されるものが 17 文意あり，「実践への意識」が 26 文意あった。「わかちあい」が 15 文意あり，「食育意識」が 14 文意あった。「子ども時代の自分」に分類されるものが 4 文意あった。「気づき」は，日常の具体的なことから自己の在り方にまで及ぶものなど多様性に富んだものであった。「実践への意識」は，気づきと連動したものやこどもとの在り方に及ぶものなど，具体的であり，すぐに実践されるであろう事が予見されるものであった。「わかちあい」は，同じ悩みを抱える参加者同士で話し，わかちあえたことを良かった，新鮮だったと記すものが最も多かった。「食育知識」では，「好き嫌い」についてが最も多かった。また，もっと知りたくなったという前向きな感想が見られた。「子ども時代の自分」は，過去の自分との対峙によって新たな気づきや行動のヒントを見いだすものとなっていた。

表 21　Posttestにおける食育プログラムに参加しての感想

カテゴリー	内容例	回答数
気づき	意外と自分は食生活がきちんとしていることがわかった	1
	子ども目線で考えていなかった	1
	栄養だけでなく環境を整えて食事をすることの大切さがわかった	1
	食べることは栄養だけではなく、味わいや時間の共有なのだと思った	1
	食事はコミュニケーションの時間という要素が多くを占めることに気づいた	1
	今まで食事に重きをおいていないことに気づいた	1
	もっと子供を褒めてあげないといけないと気づいた	1
	自分でもまだできることがありそうだと気づいた	1
	旬の食について意識していないことに気づいた	1
	文化も含めて食だということに気づけて良かった	1
	食について子どもたちともう一度ゆっくり見つめなおす必要があると思った	1
	子どもと一緒に食べる子との大切さに気づいてないことがわかった	1
	そんなに難しく考えずに日々やっていることも食育になっていると気づいた	1
	子育て経験と共に食生活も進化させていかばいいと思った	1
	食べないことをしかるだけでだったが、もっと穏やかに接しなければならないことに気づいた	1
	私は「子どもが食べる」ことのみに集中していることに気づいた	1
	食事に関して余裕がなさ過ぎることに気づいた	1
食育への意識	毎日の食事がもっと楽しく改善できるようにしようと思った	5
	もっと色々な食材や調理方法で子どもたちと楽しく食事をしていきたいと思った	1
	子どもの好き嫌いを少しでも減らしたくなった	1
	子育てやご飯を大切にしたいと思った	1
	子どもとキッチンにたって野菜を洗ったりする時間を作りたいと思った	1
	食べ方なども気を付けて接しようと思えてありがたかった	1
	旬の食材を食べながら会話することも大切にしようと思った	1
	「楽しく食べる」ことを考えていなかったので実践したいと思った	1
	嫌いな食べ物も細かく刻んで食べさせようと思った	1
	子育てには食事がとても大切だと再確認した	1
	子どもたちに愛を注ぐためにも食育頑張ってみようと思った	1
	子どもともっと食事を楽しもうと思った	1
	楽しく食卓を囲みながら子育てをしていこうと思った	1
	子どもに一緒に食べる喜びを伝えたくなった	1
	食が生きる基本だった	1
	食を通じて子どもの成長や人格形成とともに心を満たしていくものととらえて積極的に取り組んでいこうと思った	1
	食べ物を分かち合うことは愛を分かち合うことを実践したい	1
	参加したおかげでやってみたいと思えることが見つかってよかった	1
	おいしい食事を楽しくつくり、喜んで食べてもらえるように心がけたい	1
	だんだんとできるようにゆっくりやっていけばよいと思った	1
	食について改善させるのではなく、良いところを伸ばすように心がけたいと思った	1
	子どもと一緒に料理を作ることを週末にやってみたい	1

カテゴリー	内容例	回答数
わあちあい	他のお母さんと語り合えてよかった	10
	食事に関する悩みを分かち合うことができたが解決までには至らなかった	1
	分かち合うことの楽しさ大切さが経験できて良かった	1
	とても楽しく話せて良かった	1
	「わかちあう」ことが心を育てるということがわかった	1
食育知識	好き嫌いも個性なんだと広い心で子どもと接したいと思った	4
	えぐみや苦味も大切な味覚であるとわかった	2
	食事バランスガイドや子どもでも作れる料理などについてアカデミックな知識を得られた	1
	「食事をとることは生きること」言われた言葉が心に残った	1
	食育についてもっと知りたくなった	1
	もっと食育の家庭での実践の仕方を知りたくなった	1
	好き嫌いについてもっと聞きたくなった	1
	楽しい雰囲気づくりも食育につながるということがわかった	1
	嫌いなものを食べてもらうための知識を手に入れたい	1
	次回があれば良いと思った	1
	管理栄養士として働いていたが、母となったら料理する時間すら取れないのが現状で改善できる知識が欲しい	1
	自分の子どもの頃の食卓を思い出すことができた	1
	自分の親にして欲しかったことに気づけた	1
子ども時代の自分	自分は子ども時代に一人で食事をしていたことを思い出した	1
	親にしてもらったことを自分の子どもにしてあげたいと思った	1

(2)Aftertest での食生活での関心・考え方の変化の自由記述の KJ 法による分類

Aftertest で，食育プログラムに参加して，食生活に関して関心を持った考え方で変わったことを自由記述で記入してもらった。センテンスを文意毎に分け，1 文意毎に付箋紙 1 枚として KJ 法によって分類したところ，最終的に，「団らん」，「食材・調理」，「心の変容」，「子どもの変化」の 4 項目に分類された。

「団らん」に分類されるものが 8 文意あった。「食材・調理」に分類されるものが 15 文意あった。「心の変容」に分類されるものが 15 文意あった。「子どもの変化」に分類されるものが 2 文意あった。「団らん」は，食事を楽しむことに変化したものが最も多かった。「食材・調理」は，子どもと一緒に調理するようになったり，子どもと一緒に食材の買い物に行くようになっていた。「心の変容」は，多様な変化が示された。本プログラムのねらいと呼応するものとなっていた。「子どもの変化」は，こどもがお手伝いするようになった家庭があった。

表 22　Aftertest の関心・考え方の変化の自由記述のＫＪ法による分類

カテゴリー	内容例	回答数
団らん	子どもと家族と食事を楽しむことを心がけるようになった	6
	栄養バランスの取れた食事の提供だけでなく、楽しい雰囲気づくりを意識するようになった	1
	食事をするときの食卓の上にあるものの配置を考えるようになった	1
食材・調理	子どもを連れて食材を買いに行くようになった	4
	子どもと一緒に調理するようになった	3
	食材を教えたり、切った部分を見せたりするようになった	3
	旬の食材を積極的に取り入れるようになった	2
	バランス良く料理を作るようになった	1
	子どもの年齢の変化に応じた関わりを意識するようになった	1
	子どもの好みを与えるだけでなく苦みや渋みも大切にするようになった	1
	なるべく多くの食材を使うようになった	1
心の変化	自分の子どものころを思い出して母が作ってくれたように行事食を取り入れた	3
	食育・食生活の重要性を改めて考えるようになった	3
	食事を押しつけるより、母が手本になって子どもが感じ取ってくれれば良いと思うようになった	2
	自分の育った家の感覚で躾けをしていたが違っていいと気づいた	1
	気長に待つようになった	1
	自分の親が作ってくれた環境との違いを意識するようになった	1
	先生の話をもっと聞きたかった	1
	体の健康だけでなく心の栄養をあげることを意識するようになった	1
	食と体と心を大事にしていきたいと思った	1
	食べられるものを増やすことに頑張りすぎないで、子どもの食への興味を引き出すように、子どもに挑戦させるようになった	1
子どもの変化	子どもも食事をとることの大切さを考えるようになった	1
	いろいろお手伝いをするようになった	1

(3)Aftertestでの食生活での新たな実践，変化の自由記述の KJ 法による分類

Aftertest で，食育プログラムに参加して，食生活に関して新たに実践したことや，食生活での変化を自由記述で記入してもらった。センテンスを文意毎に分け，1 文意毎に付箋紙 1 枚として KJ 法によって分類したところ，最終的に，「団らん」，「食材・調理」，「心の変容」，「子どもの変化」の 4 項目に分類された。

「団らん」に分類されるものが 10 文意あった。「食材・調理」に分類されるものが 23 文意あった。「心の変容」に分類されるものが 7 文意あった。「子どもの変化」に分類されるものが 2 文意あった。「団らん」は，明るい雰囲気に心掛けたり，一緒に食事をするようになったことが最も多かった。「食材・調理」は，旬のものを意識したり，子どもと一緒に調理や食材の買い物に行くようになっていた。冷凍食品

を使わなくなったり，野菜栽培を始めた方もいた。「心の変容」は，食生活のリズムを整えたり，マナーを根気強く教える方がいた。「子どもの変化」は，こどもが食にチャレンジしたり，嬉しそうに食べるようになっていた。

表 23 Aftertestでの食生活での新たな実践，変化の自由記述の KJ 法による分類

カテゴリー	内容例	回答数
団らん	子どもと家族と一緒に食事をするように心がけるようになった	4
	食事をするときの食卓の上に食べ物以外を置かないようになった	5
	ごちそうさまの挨拶を意識してするようになった	1
食材・調理	子どもと家族と一緒に調理するようになった	6
	高くても旬のものや初物などを取り入れるようになった	5
	子どもと季節の食材や産地について話し合ったり、一緒に考えたりするようになった	4
	大皿でおかずを出して、子どもが自分で食べる量を考えて取れるようにした	1
	子どもが手伝ってくれるときは、任せて見守り、口出ししないようにした	1
	野菜を育て始めた	1
	食べ物の種類を増やした	1
	食材、調味料、味付け、栄養などについてなるべく話すようになった	1
	冷凍食品を使わないようになった	1
	子どもと一緒に本を読むようになった	1
	子どもと一緒に買い物に行く機会が増えた	1
心の変化	規則正しい食生活のリズムを意識するようになった	2
	食事中のマナーを根気強く繰り返し教えるようになった	2
	食事に関して今のままでいいと自信が持てた	1
	子どもと食卓で話すとき、大きく反応したり、会話を広げるように心掛けるようになった	1
	食事だけでなく、子どもと過ごす時間を作るようになった	1
子どもの変化	楽しく食べたり親が食べる姿を見せるようにしたらちょっと食べてみたいとチャレンジするようになった	1
	愛情をふりかけたよと話すと、嬉しそうに食べるようになった	1

6.考察

予備調査により SGE の食育への導入による有効性が認められたことから，他園での再現性，プログラムの信頼性と，グループ編成の効果を確認することを目的に食育プログラムを実施した。Pretest 食育への関心については，関心があるが 27 名（67.5％），まあ関心があるが 13 名（32.5％）であり，関心があるが予備調査の 50.0％に比べ 17.5％多い対象者であった。

食育プログラムの効果を食育意識尺度で見たところ，食育意識尺度全体では，0.1％水準で有意な差がみられ，ペアごとでは，Pre と Post では 0.1％水準，Pre と After では 1％水準，Post と After で 1％水準で有意な差が認められた。因子別においても，「食事づくり」因子では 0.1％水準，「食を楽しむ」因子でも 0.1％水準で，「食とマナー」でも 0.1％水準で有意な差を認めることができた。予備調査では 2日間のプログラムを実施し，今回の本調査では 1 日間のプログラムを実施したが，1 日間のプログラムでも SGE の導入やプログラムの構成，保護者のニーズとの合致などのから効果を認めることができた。また，予備調査同様に，Pre での因子得点を見ると，「食事づくり」が 1.78，「食を楽しむ」が 1.50，「食とマナー」が 1.26 と「食とマナー」の意識が高かったことから，幼児の食育として普段の生活に取り込みやすいことが見受けられる。

2 園での比較分析を行った結果，プログラムの主効果は確認できたが，幼稚園とプログラムの交互作用，幼稚園の主効果は認められなかった。予備調査でも同様の結果が得られたことからも，プログラムの有用性が確認できた。しかし，2 園ともに参加人数が 20 名前後とデータが少なかったことや，園の中でも意識の高い保護者が参加したことも考えられる。このことからも，より多くの保護者に参加してもらえるような工夫をすることの必要性が考えられる。

次に参加者の食育への関心による比較分析を行ったところ，プログラムと食育関心の交互作用，食育関心の主効果による差は認められず，プログラムの主効果はのみが 0.1％水準で有意な差が認められた。今回の参加者は食育に関心がある人が 67.5％を多く，人数の差があるものも，両グループに効果を認めることができた。

本研究でのグループは，子どもの年齢が異なる様に編成し，他学年の保護者との交流を促進すること，子どもの年齢が異なる保護者同士でエクササイズを通して

わかちあうことで，よりエクササイズの内容を深め，気づきを促すことを目的とした。グループ編成のもう1つの効果の検討を行うために，Pretest の食育関心の状態からグループを分析し，全員が食育に関心があるグループ X と，食育に関心がある人と，まあ関心があるの混合グループ Y の 2 種類のグループ間での比較を分析したが，グループの主効果に有意な差は認められなかった。SGE の効果的援助としてメンバーのグルーピングの仕方が挙げられているが[65]，グループ編成の効果を実証できる研究結果は得られていない。今回のグループ編成は子どもの年齢の違う保護者を組み合わせた。今後グループ編成による SGE の効果の研究において，グループ編成 1 つの方法として挙げられることが示唆された。

プログラム終了後 Posttest での自由記述による感想を KJ 法により分類した結果，「気づき」「実践への意識」「わかちあい」「食育知識」「子ども時代の自分」に分類された。ＳＧＥの特徴として「わかちあい」があげられる。「わかちあい」の目的として，個人差を確認することや，認知の拡大や認知の修正が起き，自己発見のきっかけとなることが挙げられる[58]。自由記述を見ると，参加者同士が「わかちあう」事ができたことを記述するものが多かった。この「わかちあい」が参加者にとって新鮮でありかつ，自分が受容されたという居心地の良さを実感することとなっていたと考えられる。この結果を踏まえ，食育活動に積極的にＳＧＥを導入し，「わかちあい」をすることを提言したい。次に，食を「文化」として捉えることに，改めて気づかされている参加者がいた。食行動が「日本文化」の伝統の中にあるとの気づきは，子ども達の日本人としてのアイデンテイティを助長する事に繋がる。食育に携わる管理栄養士，栄養士は，「食は文化」の側面でもあることをもっとアピールしてもよいのではないだろうか。このことが，食行動の変容に更に貢献すると考えられる。本研究のプログラムは，各テーマで子どもの時の自分と現在の子どもとを比較しながら進めた。この「子ども時代の自分」との対峙が，新たな気づきを生み，現実の食行動への意識づけとなることが予見できるものとなった。現代の母親達は，時間の流れが速く，自身が管理栄養士資格を持っていても，食事の在り方に手を抜かざるを得ない状況となっていることを記した参加者がいた。こうしたことを乗り越える手立てとして，「子ども時代の自分」との対峙が有効に作用すると考えられる。また，

「子どもの好き嫌いにどう対応するか」と具体的に求めている回答があった。このことは，食育は「今，ここで」の参加者の現実の問題にどう応えていくかなど，テーマの選定が重要であることを示唆している。会退ら[52]は保護者と子どもの両方を対象に幼児の偏食をテーマとする，社会的認知理論に基づくパネルシアターによる食育実践報告をしているが，対象者のニーズアセスメントの不足があげられている。保護者にとって，子ども食事に関する問題で身近なものの解決が重要であることから，食育活動を広げるうえでは，まず保護者の 1 番身近に困っているテーマから取り上げることが重要である。

Aftertest の関心・考え方の変化の自由記述のＫＪ法による分類を行った結果，「団らん」,「食材･調理」,「心の変容」,「子どもの変化」の 4 項目に分類された。本研究での食育プログラムでは，講義などによる知識の伝達や，事例紹介よりも，参加者同士が各テーマで話し合しあうエクササイズと「わかちあう」を中心に構成した。これは，参加者の意識性の高さが大きな要因となるが，効果を促進するために，参加者同士のリレーションをいかに作り，参加者同士がどう「わかちあう」かが大切であり，エクササイズ組み立ての効果を示唆するものとなった。食育知識の伝達だけでなく，日常の慌ただしさの中で子育てに勤しんでいる親たちが，食育という視点に立って，自己を見つめ直し，子育てを再点検する結果となっていたことから，SGE の導入による食育プログラムの有用性を提言したい。片野ら[91]によると SGE のプログラム展開は①リレーションづくり，②感受性，自己主張，自己理解の学習段階，③受容性，他者理解の段階，④相互的な信頼性の学習段階のように順序を踏んでエクササイズを構成することが挙げられている。本研究のプログラム構成は，この①～④の流れを踏まえエクササイズの構成を行ったことからも，参加者の意識変容を促すことになったことが示唆される。

今後は，地域性や参加人数を踏まえた，食育プログラム全体の構成，エクササイズの選定，わかちあいの回数や時間の再検討をしていくことが求められる[92]。さらに，グループ編成を年長の保護者と年中の保護者と年少の保護者としたことも効果的であったことが考えられることからも，グループ編成の中に初めての子育ての保護者と複数の子どもを持つ保護者の組み合わせによる効果も検討

していきたい。また，今回は自由意志で参加者を募った結果，各園 25 名程度の参加人数であったことから，食育意識の高い保護者の参加が多かったことが考えられる。今後は，食育意識の低い保護者の参加を促すための，テーマの選定や，日常における食育だよりなどを通しての食育に関する情報提供などで，いかに食育への興味を促し，参加意欲を高めるための工夫の必要性が考えられる。特に，幼稚園においては，給食を提供していない施設が多く，直営給食で栄養士が在籍している園が少ない。金田ら[93]によると，食育実施にあたり幼稚園教諭の抱える課題として，「何をすればよいかわからない」が上位に挙げられたことからも， まず幼稚園教諭の食育意識や知識を高めることから着手し，園児への食育，保護者への食育へ繋げていくことの必要性も考えらえる。

第 5 章　総括

第 1 節　各章におけるまとめと今後の展望

本研究は，幼児の食育を担う，保護者への食育方法としてグループ体験学習（SGE）の導入を検討することを目的とした。食育基本法において，「食はあらゆる世代の国民に必要なものである」と記述される一方で，「子どもたちに対する食育は，心身の成長および人格の形成に大きな影響を及ぼし，生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となるものである」と述べられているように，幼児期は食事を含めた基本的生活習慣の基盤が築かれる時期である。幼児は幼稚園などで同世代や他者との関わりが増えていくが，依然として家族との関係が重要な時期であり，先行研究からも，保護者の食生活が子どもの食生活に影響を与えることを考慮にいれ，子どもだけでなく，保護者を含めた支援が重要視されている。

第 2 次食育推進基本計画の 3 つの重点課題の 1 つに家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進が定められているように，国や地方自治体をはじめとした啓発活動が行われている。これまでの研究報告においても，幼児を対象とした保育の一環としての食育活動や，食育便りや給食参観，調理実習やパネルシアターなどを活用した保護者や保護者と幼児に対する食育活動が報告されているが，教育方法の確立までは至らず，また評価方法としては事前事後のアンケートの比較によるものが多く，評価尺度（アンケート）自体の妥当性の検討がされたものはない。

そこで，研究 1 では，幼児の食生活を担う保護者を対象に食育の実態調査を行い，保護者の食育意識の現状を把握するとともに，保護者の幼児期の食生活と現在の子どもの食生活との関連を検証し，幼児期の食育の必要性を確認した。また，行動変容においては，Prochaska と DiClemente [72] によって開発された変化のステージモデルでいわれているとおり，無関心期（precontemplation），関心期（contemplation），準備期（preparation），実行期（action），維持期（maintenance）を経て進んでいく。そこで，食育への関心と実践の関連を検証することで，食行動変容へ導くためのプロセスとして意識の変容をはかることの重要性を再確認することを目的とした。その結果，予備調査においては，幼児の保護者の食育に関心があるの割合は 2015 年度の食育に関する意識

調査の結果[75]に比べると，関心がある割合が高く，第 3 次食育基本計画の目標値 91％以上と比べても，幼児を持つ保護者への食育への関心は，これまでの国や園での食育推進事業の効果が表れていることが窺えた。

保護者の食育の関心と実践の関係では，関心を持ったものが実践へ繋がり，行動変容へ導くためのプロセスとして意識の変容をはかることの重要性を再確認できた。また，特に実践されている項目，食育の中でも，実践へ結びやすい項目と，関心はあっても優先順位が低く，実践へ結びにくい項目が明らかとなり，保護者へ食育を行ううえで，取り組みやすい項目から進めることにより，実践への移行が望め，実践へ結びついた達成感を得ることで，新たな項目へ取り組む意欲を高めることが期待できる。このことからも，食育プログラム構成を行ううえで，目標設定の目標値や優先順位を決めるうえで一つの参考資料となった。また，保護者の子供時代の食習慣と現在の子供の食生活に関連性が見られたことで，幼児期の食育は現在および今後のライフステージにおける本人の望ましい食生活の維持にとどまらず，次世代の子供の食生活へも影響することが考えられ，今回の調査の結果からも保護者への食育の必要性が示唆された。研究 1-2 の結果から，子どもの食生活での心配事を，KJ 法で分類した結果，「好き嫌い」，「食事バランス」，「マナー」，「間食」，「食への興味」の 5 つのカテゴリーに分類された。先行研究の結果においても，好き嫌いが 1 番多く，そのことからも，幼児の食育に関する文献で好き嫌いに関する調査や，研究報告が多いことが示唆された。保護者の食育テーマを KJ 法で分類した結果，「好き嫌い」，「レシピ」，「食育の方法」，「健康づくり」，「食事バランス」，「食と安全」，「地産地消」，「その他」にの 8 つに分類された。1 番多い，好き嫌いは幼児の心配事で最も多く挙げられた項目で，保護者の幼児への食育テーマとして望まれていることが確認され，子どもの好き嫌い対策としてのレシピも多く挙げられた。また，食育の方法も多く挙げられ，食育の言葉や意味も知っていた保護者が 55.6％と回答されたが，食育の意味を良く理解し，実践へ結びつけるまでには至っていないことが認識された。これらのことから，幼児を持つ保護者への食育が，現在の幼児に必要な食習慣の形成及び，将来の食習慣や生活習慣病予防などの健康づくりのためにも，子どもだけでなく，保護者を含めた支援の必要性が確認された。

次に研究 2 では，幼児の食生活を担う保護者を対象に食育を行うにあたり，食育意識を測定する尺度項目を抽出し，信頼性と妥当性の検討を行った。研究 2-1

では，「楽しく食べる子どもに～保育所における食育の提供ガイドライン～」[84] において，食育のねらいを食と子どもの発達の観点から挙げられている 5 項目「食と健康」「食と人間関係」「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」から具体的な尺度項目を抽出して調査を行い，因子分析を行った結果，3 因子構造からなる食育意識尺度が得られた。尺度の内的整合性を検討するためのα係数を算出した結果，今後，本調査において信頼性が検討された尺度作成を行うための予備調査として，十分な信頼性と妥当性を確認することができた。

研究 2-2 では，研究 2-1 で得られた尺度を用いて調査を行い，因子分析を行った結果，因子 1「食事づくり」，因子 2「食とマナー」，因子 3「食を楽しむ」の 3 因子構造の 31 項目の尺度が得られた。各因子のα係数は十分に高い信頼性を示した。内容妥当性および基準関連妥当性についても，ともに妥当であるとの結果が得られた。尺度項目の構成概念妥当性においては，因子 1 の「食事づくり」は「保育所における食育の提供ガイドライン」の食育のねらいの 5 項目のうち「食と文化」「いのちの育ちと食」「料理と食」に関連する項目が多く含まれていた。因子 2 の「食とマナー」は主に「食と健康」に関連する項目が多く含まれ，食を通じての健康や生活リズムを形成するために必要な意識を測定できることが示唆された。第 3 因子の「食を楽しむ」は「食と人間関係」に関連する項目が多く含まれ，特に共食に関しては心の健康への良好な影響や [20]，家族の共食が，自尊感情の高さや親子の心理社会的関係の形成に関連しているとの報告からも重要であること [54] から，尺度項目は妥当であると考える。

併存的妥当性の検討結果からは，荒木の家庭の食育尺度と中程度の相関であったが，家庭の食育尺度の食育意識は，料理に特化した項目が多く，因子間相関が中程度であったことから，高い相関ではなく中程度の相関を示したことは妥当な結果と言える。確認的因子分析の結果，ほぼ適合度指標を満たしており，因子の妥当性は確認された。これらの結果から，食育意識尺度は，「食事づくり」，「食とマナー」，「食を楽しむ」の 3 因子で構成されており，1 つの食育に関する活動に特化するのではなく，保育所と家庭が共に子どもの食育を推進するために，保育所における食育に関する指針で示されている子ど

もが身に付けることが望まれる食育のねらいを達成するために保護者に必要とされる食育意識を評価する指標として活用可能であると考えられた。

続いて，研究 3 では，SGE を導入した，幼児をもつ保護者への食育プログラムを体験することによる，食育意識と行動変容への影響，プログラムの実施可能性を検証した。研究 3-1 では，2 日間の食育プログラムで SGE を導入したプログラムを作成した。1 日目は食育への関心を高めてもらうことと，保護者同士の交流を深めることを目的とし，保護者同士のリレーション（関係）づくりと，食育の意味の理解，食事を楽しむことを中心に組み立てを行った。2 日目は研究 1 で行った実態調査の子どもの食生活で困っていることで 1 番に挙げられた，好き嫌いをテーマとした構成を行った。その結果，尺度による評価は全 4 回行い，食育意識尺度全体 0.1%水準で有意な差が認められ，因子別で見ても，「食事づくり」，「食事を楽しむ」，「食とマナー」全ての因子で有意な差が認められた。参加者の食育への関心の度合いによる効果を検討した結果，関心のあった参加者，まあ関心のあった参加者両方にプログラムの効果が認められたことが確認された。また，幼稚園による差はなく，今後再現性を確認するうえでもよい結果が得られた。Posttest1 の感想をKJ法で分類したところ，「気づき」「実践への意識」「わかちあい」「食育知識」「子ども時代の自分」に分類された。どの分類の意見も，肯定的にとらえる内容が多く，「気づき」は，日常の生活に追われて見失っている事への気づきが多く，「わかちあい」は，参加者同士でわかちあうことの楽しさを記すものが多かった。Posttest2 の自由記述は評価尺度では見られない，行動変容をうかがえる記述があげられ，本調査においても期待の持てる結果となった。しかし，2 日間のプログラムは，保護者にとっては負担が大きく，参加人数を増やすためにも，本調査では 1 日目のプログラムを使用し，1 日間での食育プログラムを実施することとした。

研究 3-2 の本調査では，予備調査により SGE の食育への導入による有効性が認められたことから，他園での再現性，プログラムの信頼性と，グループ編成の効果を確認することを目的に食育プログラムを実施した。食育プログラムの効果を尺度で見たところ，食育意識尺度全体及び，因子別においても，「食事づくり」，「食を楽しむ」，「食とマナー」全ての因子で有意な差を認めることができた。2 園の幼稚園による効果の違いを分析した結果，予備調査同様に幼稚園の主効果は認められなかった。しかし，2 園ともに参加人数が 20 名前後とデータが少なかったこと

や，園の中でも意識の高い保護者が参加したことも考えられる。このことからも，より多くの保護者に参加してもらえるよう工夫することの必要性が考えられる。グループ編成での検討では，全員が食育に関心があるグループＸと，食育に関心がある人と，まあ関心があるの混合グループＹの 2 種類のグループ間での比較を分析したが，グループの主効果に有意な差は認められなかった。プログラム終了後 Posttest での自由記述による感想を KJ 法により分類した結果，「気づき」「実践への意識」「わかちあい」「食育知識」「子ども時代の自分」に分類された。ＳＧＥの特徴として「わかちあい」があげられる。「わかちあい」の目的として，個人差を確認することや，認知の拡大や認知の修正が起き，自己発見のきっかけとなることが挙げられる[58]。自由記述を見ると，参加者同士が「わかちあう」事ができたことを肯定的に記述するものが多く，「わかちあい」が参加者にとって新鮮でありかつ，自分が受容されたという居心地の良さを実感することとなっていたと考えられることから，食育活動に積極的にＳＧＥを導入し，「わかちあい」をすることの有用性が見出せた。本研究のプログラムは，各テーマで子どもの時の自分と現在の子どもとを比較しながら進めた。この「子ども時代の自分」との対峙が，新たな気づきを生み，現実の食行動への意識づけとなることが予見できるものとなった。Aftertest の関心・考え方の変化の自由記述のＫＪ法による分類を行った結果，「団らん」，「食材・調理」，「心の変容」，「子どもの変化」の 4 項目に分類された。本研究での食育プログラムでは，講義などによる知識の伝達や，事例紹介よりも，参加者同士が各テーマで話し合しあうエクササイズと「わかちあう」を中心に構成した。これは，参加者の意識性の高さが大きな要因となるが，効果を促進するために，参加者同士のリレーションをいかに作り，参加者同士がどう「わかちあう」かが大切であり，エクササイズ組み立ての効果を示唆するものとなった。

本研究の結果から，幼児期の食育において，幼児にとって身近な保育施設での食育はもちろんのこと，保護者への食育の重要性が確認された。また，保護者への食育を行うにあたり，その評価の指標としての食育意識尺度の開発は，今後の保育施設においての食育計画をたてるうえでも，保護者の食育意識の実態把握や食育の効果測定への活用が考えられる。最後に，ＳＧＥを導入した食育プログラムにおいては，参加者の食育意識向上と同時に，自由

記述から行動変容への結びつきも認められた。このことから，保護者への食育方法として，グループ体験学習（ＳＧＥ）の導入による新しい食育プログラムの提案は，今後の食育研究を促進するために，貢献できるものと考えられる。

第 2 節　研究の限界と課題

本研究の限界と展望として，以下のことが挙げられる。まず，食育意識尺度においては，信頼性と妥当性に関して，内的整合性，基準関連妥当性，適合度の検証を行ったが，再検査法などを用いるなど信頼性と妥当性を更に高めていくことが望まれる。また，31 項目と項目数が多いことから，保育施設での活用を考えると，さらなる項目数の精査が望まれる。

ＳＧＥを導入した食育プログラムに関しては，プログラムの効果は本研究にて確認することができた。しかし，対象人数や対象園の数を考えると，信頼性や再現性においては，保証できるものではない。また，今回の研究においては，対照群がなく，介入群のみでの調査であったため，ＳＧＥの効果を確証するには限界がある。今後は，地域性や参加人数を踏まえた，食育プムグラム全体の構成，エクササイズの選定，わかちあいの回数や時間の再検討をしていくことが求められる。さらに，グループ編成や，効果の継続を考えると，食育プログラムに目標設定や，継続を促す食育だよりの配布などを組み合わるなど，実用性へ向けての検討課題は多々挙げられる。このことからも，今後も引き続き研究を重ね，本研究の内容が，今後の食育推進に向けての一助となることが望まれる。

謝辞

本研究の遂行にあたり，終始御指導，御鞭撻を賜りました，大妻女子大学家政学部食物学科岩瀬靖彦教授に深く感謝申し上げます。

また，本研究の遂行に際し，御指導頂きました，大妻女子大学家政学部食学科青江誠一郎教授，堀江正一教授，人間関係学部本田講師，東京成徳大学応用心理学部西村明徳准教授に厚く御礼申し上げます。

本研究に際し，ご協力いただきました，東京聖栄大学付属わたなべ幼稚園萩原和代園長，みどり幼稚園一色園長，市原マリア・インマクラダ幼稚園高城園長，聖フランソア幼稚園坂元園長，厚徳幼稚園淤見園長，普門院幼稚園副園長，大宮幼稚園宮澤園長，浦和若竹幼稚園高野園長，聖愛幼稚園五十嵐園長ならびに保護者の方々に深く感謝申し上げます。

本研究に御協力頂きました，大妻女子大学家政学部彦坂令子教授をはじめとする教職員の皆様ならびに学生の皆様，東京聖栄大学健康栄養学部管理栄養学科の学生の皆様に深く感謝申し上げます。

最後に，社会人でありながら，大学院に通わせていただきました東京聖栄大学福澤美喜男理事長，松本信二学長，田所忠弘学部長，橋場弘子学科長，多くの迷惑をかけた私を支えて下さいました東京聖栄大学教職員の皆様に感謝申し上げます。

引用文献

（1）内閣府：食育基本法，http://law.e-gov.go.jp/htmldata/H17/H17HO063.html（2016 年 4 月）
（2）由田克士：教育現場における「食育」の必要性とその実践．Medical Practice，24，228-232（2007）
（3）内閣府：食育推進基本計画，
http://www8.cao.go.jp/syokuiku/suisin/kihonkeikaku.html（2016 年 4 月）
（4）辻雅善，角田正史，鈴木礼子，池内竜太郎，福島哲仁：医学中央雑誌を基本データベースとした日本における食育の現状の文献的検討．福島医学雑誌，61-2，79-87（2011）
（5）足立己幸，衛藤久美：食育に期待されること．栄養学雑誌，63，201-212（2005）
（6）Erikson .E.H : The lifeciycle completed : A revew W.W.Norton＆Company Inc,,New York（1989）
（7）厚生労働省：平成 17 年度乳幼児栄養調査結果の概要，
http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/06/h0629-1.html（2016 年 4 月）
（8）厚生労働省告示第 141 号：保育所保育指針
http://www.eqg.org/oyanokai/shishinzenbun.pdf（2016 年 4 月）
（9）文部科学省：幼稚園教育要領
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/you/index.htm （2016 年 4 月）
（10）内閣府：第 2 次食育推進基本計画
http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/2kihonkeikaku.pdf（2016 年 4 月）
（11）特別社団法人日本小児保健協会：乳児健康度に関する継続的比較研究平成 22 年度総括・分担研究報告書，http://www.jschild.or.jp/book/pdf/2010_kenkochousa.pdf（2016 年 4 月）
日本子ども家庭総合研究所：日本子ども資料年間 2012,28-31（2012）
（12）厚生労働省：平成 27 年度乳幼児栄養調査結果の概要，
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000134208.html（2016 年 4 月）
（13）泉秀生、前橋明：幼児の生活実態に関する考察-保育園児の朝食欠食と生活要因との関連-、運動・健康教育研究、18,17-27（2010）
（14）徳村光昭、篠田邦彦、関根道和、鏡森定信：朝食欠食と小児肥満の関係、日本小児科学会雑誌、108、1487-1494,2004、森脇弘子、加島浩子、上村芳枝、前大道教子、幼児の主審時刻と生活習慣食生活との関連、日本健康体力栄養学会誌、17（1）、39-44（2012）

（15）足立己幸、衛藤久美：食育に期待されること、栄養学雑誌、63,201-212（2005）
（16）宮下孝広：子どもと遊び、発達心理学への招待、ミネルヴァ書房、81-88（1996）
（17）Havighurst,Robert James:Human development and education New York Longmans,Green(1953)
（18）今村光明章：給食時における幼稚園教諭の発話分析-幼稚園児における「既存型」の食育の枠組みの解明を目指して-岐阜大学教育学研究報告、10,25-134（2008）
（19）足立己幸，NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト：知っていますか子どもたちの食卓，日本放送出版協会、東京（2000）
（20）川崎末美：食事の質、共食頻度、および食卓の雰囲気が中学生の心の健康に及ぼす影響、日本家政学会誌、52,923-935（2001）
（21）平井滋野、岡本裕子：家族における過去の食事場面と大学生の父親及び母親との心理的結合性の関連、日本家政学会誌、57,71-79（2006）
（22）小林敬子：過去の食に関する環境および体験が現在およい未来の食生活に及ぼす影響、学校保健研究、45,3、200-217（2003）
（23）厚生労働省：平成 18 年全国母子世帯等調査報告書
http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-setai06/（2016 年 4 月）
（24）岸康彦：食環境の変貌と食政策の課題　食育教論、昭和堂、26-43（2005）
（25）橋本政憲、丸山博：食医　石塚左玄の食べものの健康法-自然食用の原点「食物養生法」現代語訳、農文協（1982）
（26）村井弦斎：食道楽（下）、岩波文庫（2005）
（27）横山真貴子・池田有紀：幼稚園における「食育」の可能性を探る-母親の意識調査からの考察-、奈良教育大学紀要、53,63-72（2004）
（28）内閣府：平成 25 年版食育白書、勝美印刷株式会社（2012）
（29）厚生労働省：第 3 次食育推進基本計画
http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/shokuiku1.pdf
（30）厚生労働省：楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針（概要）
http://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/06/dl/s0604-2k.pdf　（2016 年 4 月）
（31）工藤隆子：保育所における食育に関する実態調査：大分県の保育従事者の食育意識について、別府大学短期大学部紀要、23,71-81（2004）
（32）文部科学省：幼稚園教育要領，
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/you/（2016 年 4 月）

（33）鈴木隆：幼稚園教育における食育について、立教女学院短期大学紀要、41,61-76.（2009）
（34）文部科学省：学校基本調査,
http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001039009&（2016 年４月）
（35）室谷敦子：幼稚園における給食を楽しむための食育実践、幼年時児童教育研究、22,123-138（2010）
（36）足立恵子、中山玲子：幼児の食育推進に関する一考察-幼稚園と保育園の給食の観点から、京都女子大学食物学会、61,21-27（2006）
（37）多々納道子・山田千尋：幼稚園における食育の実態と課題、島根大学教育学部紀要、46,15-27（2012）
（38）岡智代・福元芳子・久野一恵・久野建夫：幼稚園における食育推進計画とその評価、佐賀大学文化教育学部研究論文集、15,1-10（2010）
（39）古郡曜子、山口宗兼：幼稚園における食育カリキュラム作成に関わる基礎的研究―幼稚園教諭へのインタビュー調査を通して―北海道文教大学研究紀要 36：23-34（2012）
（40）小口将典：3-4 歳児の保育所における食育-家庭への支援を見通した実践に向けて-、医療福祉研究、5、33-43（2009）
（41）鈴木秀子：子どもから家庭へつなぐ食育～保護者の「学び」からの検討、会津大学短期大学部研究年報、67,1-19（2010）
（42）菅原千鶴子・森谷潔・木田春代：就学前の子どもを育てる保護者に効果的な継続食育教室と札幌市の幼稚園ならびに保育園の現状、天使大学紀要、13,79-93（2012）
（43）社会福祉法人日本保育協会保育科学研究所：保育科学研究第 6 巻 2015 年度 P102～111,（2016）
（44）江田節子：幼児の朝食の共食状況と生活習慣、健康様態との関連について小児保健研究、65,55-61（2006）
（45）会退友美、市川三紗、赤松利恵：幼児の朝食共食頻度と生活習慣および家族の育児参加との関連、栄養学雑誌、69,304-31（2011）
（46）Fulkerson,J.A.,Kubik,M,Y.,et al.:Are there nutritional and other benefits associated with family meals amon at-risk yoth?,J.Adolesc.Health,45,389-395(2009)
（47）佐々尚美、加藤佐千個、田中宏子、他：大人と一緒の食事が子どもの食意識・食態度・食知識に及ぼす影響、日本家庭科教育学会誌、46,226-233（2003）
（48）曽我部夏子、宮本雄基、大槻優紀、篠原能子、井上浩一：幼児の野菜摂取増加を目指した食育教室および食育ツール開発についての検討、日本食育学会誌、4、289-296（2016）

（49）堀田千津子、高田晴子、木村友子、内藤通孝：幼稚園児と母親に対する食育プログラム実施の効果、日本食育学会誌、2,141-148（2008）
（50）砂見綾香、多田由紀、梶忍、二階堂他：幼稚園児および保護者に対する食育プログラムが両者の食生活に及ぼす影響、日本食育学会誌、6,265-272（2012）
（51）佐藤ななえ，林芙美，吉池信男：幼児の咀嚼行動にかかわる教育プログラムの開発とプロセス評価．栄養学雑誌，71，No5，264-274（2013）
（52）会退友美，赤松利恵：社会的認知理論を活用した幼児の偏食に関するプログラムの実践．栄養学雑誌，70，No.6，337-345，（2012）
（53）長谷川智子，今田純雄：幼児の食行動の問題と母子関係についての因果関係モデルの検討，日本小児保健協会，63，626-634（2004）
（54）伊東暁子，竹内美香，鈴木晶夫：青年期の食行動と親子関係に関する志向的研究，ヒューマンサイエンスリサーチ，3，167-184（2004）
（55）荒木みさこ：家庭における食の健康教育に関する研究，桜美林大学大学院博士学位論文（2014）
（56）國分康孝，國分久子：構成的グループエンカウンター事典，図書文化，14-21（2004）
（57）松尾加奈子：構成的グループエンカウンター実践による自己表現力の向上について，山口大学人文学部　平成 22 年度山口大学人間学部研究プロジェクト成果報告書（2011）
（58）田上恭子，冨澤登志子，北島麻衣子，工藤うみ：グループワークを組み合わせた運動プログラムの心理的効果　糖尿病患者に対する効果的なプログラムの開発に向けて，Asian J Human Services，2，67-80（2012）
（59）冨澤登志子：糖尿病患者の運動習慣化を目的とした集団力学的アプローチの効果に関する研究，科学研究費補助金研究成果報告書（2010）
（60）文部科学省：小学校学習指導要領解説・特別活動編，138（2008）
（61）野島一彦：日本におけるエンカウンター・グループの実践と研究の展開：1970-1999，九州大学心理学研究，1，11-19（2000）
（62）小野寺正巳，河村茂雄：中学生の学級内におえる自己開示が学級への適応に及ぼす効果に関する研究，カウンセリング研究，35（1），47-56（2002）
（63）武蔵由佳，河村茂雄：構成的グループ・エンカウンターのプログラム展開に関する一考察，カウンセリング研究，37，115-123（2004）
（64）水野邦夫：大学の授業への構成的グループエンカウンター導入の試みー自己概念および適応への影響についてー，教育カウンセリング研究，3（1），1-10（2010）

（65）曽山和彦：構成的グループ・エンカウンターを取り入れた参加型授業に対する学生の意識と評価，京都大学高等教育研究，14，37-43（2008）
（66）大脇百合子：看護職者の職場内エンカウンター・グループにおける体験－グループ参加者の気持の変化に着目してー，日本看護管理学会誌，11（1），20-29（2007）
（67）岩崎朗子，原田慶子，吉田聡子，大脇百合子：エンカウンター・グループが看護学生のコミュニケーションの認識に与える影響，長野県看護大学紀要，8，61-69（2006）
（68）坂本陽子，藤野ユリ子，大塚邦子，石橋通江，森本淳子：「人間関係論演習」における構成的グループ･エンカウンターの有用性の検討, 日本赤十字九州国際看護大学IRR, 5，1-9（2006）
（69）加瀬田暢子，前田ひとみ，山田美幸，大川百合子，長友みゆき，津田紀子：新入看護学生に対する「仲間作り演習」の評価－エンカウンターとリフレクションの概念を取り入れて，南九州看護研究誌，15（1）1-10（2007）
（70）斉藤義浩：大学生・看護学生に対する構成的グループ・エンカウンターの効果とその効果を予測する要因について，東京成徳大学研究紀要，6，155-164（1999）
（71）吉田真知子：SGE による体験学習が管理栄養士として必要とされるコミュニケーション能力の向上に与える影響、大妻女子大学大学院修士論文（2013）
（72）Prochaska JO,DiClemente CC,Stages and processesof self-chane of smoking:toward an integrative model of change.J Consult Clin Psychol,51,390-395(1983)
（73）内閣府：平成 24 年（2012 年）度食育に関する意識調査 http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h24/pdf/g.pdf（2016 年 4 月）
（74）小塩真司：研究事例で学ぶ SPSS と Amos による心理・調査データ解析，東京図書，p．102-139（2012）
（75）内閣府：平成 27 年（2015 年）度食育に関する意識調査 http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h24/pdf/g.pdf（2016 年 4 月）
(76) 富岡文枝：幼児の食教育と両親の食意識及び食行動との関わり、栄養学雑誌、57,25-36（1999）
（77）後藤美代子、鈴木道子、佐藤玲子：幼稚園児の食事の担い手の実態、栄養学雑誌、64,325-329（2006）

(78)伊東奈那、会退友美、赤松利恵:「子どもが食事を楽しむ様子」尺度開発、栄養学雑誌、71,5、September、195(2013)
(79)川喜田二郎:KJ 法一渾沌おして語らしめる, 中央公論社(1986)
(80)愛育研究所編:日本子ども資料年鑑, KTC 中央出版, 167(2016))
(81)岩部万衣子、岩岡未佳、吉池信男:日本人小児の野菜摂取を促す教育プログラムに関する研究の系統的レビュー、栄養学雑誌、72.1,2-11(2014)
(82)岩部万衣子、岩岡未佳、吉池信男:日本人小児の野菜摂取を促す教育プログラムに関わる研究論文における報告の質の検討、栄養学雑誌、72.3,166-179(2014)
(83)阿部範子:母親のライフスタイルおよび充実感と、育児不安の関係、日本赤十字秋田短期大学紀要、12,1-6(2007)
(84) (86)厚生労働省 :“保育所における食事の提供ガイドライン”
http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/pdf/shokujiguide.pdf（2016 年 4 月）
(85)田中敏:実践心理データ解析, 新曜社, 219(2002)
(86) 小塩真司 : SPSS と Amos による心理・調査データ解析　心理・調査データ解析，東京図書（2012）
(87) 小塩真司 : はじめての共分散構造分析 Amos によるパス解析，東京図書（2014）
(88) Anderson, S.E.and Whitaker,R.C:Household routines and obesity in US preschool-aged children,J.Am.Diet.Assoc.107,53-61（2007）
(89) 春木敏, 川端徹朗:小学生の朝食摂取行動の関連要因, 日本公衆衛生雑誌, 52,235-245,（2005）
(90) 伊東暁子，竹内美香，鈴木晶夫 : 幼少期の食事経験が青年期の食習慣および親子関係に及ぼす影響，健康心理学研究，20，1，21-31（2007）
(91) 片野智治、吉田隆江 : 大学生の構成的グループエンカウンターグループにおける人間関係プロセスに関する一研究、カウンセリング研究、21,50-160（1989）
(92) 鈴木潤也 : エンカウンター・グループの日本における導入の歴史と今後の発展においての研究、青山心理学研究、9、47-59（2009）
(93) 金田直子、子安愛、春木敏:幼稚園教諭の年代別にみた食生活実態と食育実施の関連、栄養学雑誌、71. 3. 69-79（2016）

アンケートを記入していただく保護者の方

（主にお子様の食事のお世話をして下さる方）への質問です

1. 性別 ： 男 ・ 女
2. お子さんからみてあなたは ： 父親， 母親， 祖父， 祖母， 叔父， 叔母， その他（　　）
3. 年齢 ： 10 歳代， 20 歳代， 30 歳代， 40 歳代， 50 歳代， 60 歳代， 70 歳代以上
4. 職業 ： 自営業， 会社員， 教員， パート又はアルバイト， 専業主婦， 学生， その他（　　）
5. 幼稚園に通っているお子さんの年齢、性別、第何子ですか

   年齢 ： （　　）歳児、 性別 ： 男・女、 出生順 ： 第（　　）子
6. 同居家族構成： （　　）人家族

   ＊お子さんからみて、一緒に生活しているご家族全てに〇をして下さい＊

   父親， 母親， 兄弟（兄， 弟， 姉， 妹）， 祖父， 祖母， その他（　　）

「食育」とは、「心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健康な食生活を実践することができる人間を育てること」と食育基本法に記されています

食育に関しておたずねします

あてはまる記号一つに〇を付けて下さい。

1. 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

ア. 言葉も意味も知っていた　イ. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった　ウ. 言葉も意味も知らなかった

2. 「食育」への関心はありますか。

ア. 関心がある　イ. まあ関心がある　ウ. あまり関心がない　エ. 関心がない

あなたの食生活への関心と実践状況についておたずねします

1. 下記の質問 1)～9)に対し、①あなたの関心、②実践状況について それぞれあてはまるものに〇を付けて下さい。

関心	ア. 関心がある
	イ. まあ関心がある
	ウ. あまり関心がない
	エ. 関心がない
実践	a. 心がけている
	b. まあ心がけている
	c. あまり心がけてない
	d. 心がけていない

1）食事を楽しむことについて	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
2）毎日朝食を食べることについて（飲み物やサプリメントのみは朝食とは考えません）	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
3）3食（朝・昼・夕食）を決まった時間に食べることについて	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
4）栄養バランスのよい食事（赤・黄・緑の3色食品をとる）について	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
5）野菜を食べることについて	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
6）地域の郷土料理を食べたり、地場産物を活用することについて	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
7）食べ残しや食品廃棄に関することについて	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
8）食品の安全性に関することについて	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d
9）食事の時のあいさつやマナーについて	ア	イ	ウ	エ
	a	b	c	d

2. 今後の食生活で力を入れたいと思う項目すべてに〇を付けて下さい。

ア. 家族や友人と食卓を囲む機会の増加
イ. 食事の正しいマナーや作法の習慣
ウ. 地域性や季節感のある食事の実践
エ. 地場産物の購入
オ. 食べ残しや食品の廃棄の削減
カ. 生産から消費までのプロセスの理解
キ. 食品の安全性への理解
ク. 栄養バランスのとれた食事の実践
ケ. 家族と調理する機会の増加
コ. 規則正しい食生活リズムの実践
サ. 食文化の伝承

あなたが子どものときの食生活と、現在幼稚園に通われているお子さんの食生活について教えて下さい

1. あなたが幼稚園・保育園、小学校低学年だったころにあてはまるものに○を付けて下さい。

また、現在お子さんにあてはまるものに○を付けて下さい。

□ あなたにあてはまるもの（していた、させられていた）

□ お子さんにあてはまるもの（している、させている）

1）□ □ 早寝早起きをしていた、させられていた

2）□ □ 毎日朝食を食べていた、食べさせられていた

3）□ □ できるだけ外で遊んだり運動をしていた、させられていた

4）□ □ 好き嫌いなくいろいろの物を食べていた、食べさせられていた

5）□ □ 栄養バランスのよい食事をしていた、させられていた

6）□ □ 栄養のことをいろいろ教えられていた

7）□ □ 朝食は親と一緒に食べていた、食べさせられていた

8）□ □ 夕食は親と一緒に食べていた、食べさせられていた

9）□ □ 食事中のマナーや行事を教えられていた

10）□ □ 食事のための買い物を親と一緒に行っていた、行かされていた

11）□ □ 食事の支度や後片付けを手伝っていた、手伝わされていた

12）□ □ 食べ物の生産者や食事を作る人に対する感謝の心を教えられていた

今後の食育活動に向けて教えてください

以下の質問にあてはまる記号の一つに○を付けて下さい。

1. 幼稚園からの給食だよりは読んでいますか。

ア. 毎回読んでいる　イ. ときどき読んでいる　ウ. ほとんど読んでいない　エ. 読む時間がない

2. お子さんの食生活で気になることはありますか。

ア. ない　イ. ある

（具体的に教えて下さい　　）

3. 子育てに関して、相談できる人は近くにいますか。

ア. いる　イ. ない

それは誰ですか。あてはまるもの全てに○を付けて下さい。

ア. 親　イ. 配偶者　ウ. 祖父母　エ. 友人　オ. ご近所の方　カ. 幼稚園の先生　キ. 子どもの友達の親

ク. インターネットでの相談　ケ. その他（　　）

4. 子育てに関する情報はどこから得ていますか。あてはまるもの全てに○を付けてください。

ア. テレビ　イ. 本　ウ. 雑誌（主な雑誌名　　）　エ. インターネット　オ. 親　カ. 配偶者

キ. 友人　ク. 幼稚園　ケ. ご近所の方　コ. 子どもの友達の親　サ. 保健所などの公的機関

シ. その他（　　）

5. ご自身の食生活・健康で心配なことはありますか。

ア. ない　イ. ある

（具体的に教えてください　　）

6. 保護者への食育・健康教育は必要だと思いますか。

ア. 必要だと思う　イ. まあ必要だと思う　ウ. 必要だと思わない　エ. わからない

7.　保護者への食育・健康教育講座が開かれたら参加したいと思いますか。

ア. 参加したい　イ. できれば参加したい　ウ. 参加したいと思わない　エ. 内容による

8.　保護者への食育・健康教育講座は何時頃なら参加しやすいですか。あてはまるもの全てに○を付けて下さい。

ア. 9 時～10 時　イ. 11 時～12 時　ウ. 12 時～13 時　エ. 13 時～14 時　オ. 降園時～1 時間程度

カ. その他(　　)

9.　保護者への食育・健康教育講座は何曜日に開かれたら参加しやすいですか。あてはまるもの全てに

○を付けて下さい。

ア. 月曜日　イ. 火曜日　ウ. 水曜日　エ. 木曜日　オ. 金曜日　カ. 土曜日　キ. 日曜日　ク. 幼稚園行事のとき

ケ. 長期休暇(夏休みや冬休み)　コ. その他(　　)

10.　保護者への食育・健康教室講座で希望するテーマを教えてください。

(　　)

11.　その他、何かお気づきのこと、ご意見などございましたら、どうぞ教えてください。

この度はお忙しい中、質問にお答えいただきありがとうございました。

資料２　研究 1-2 実施アンケート用紙

食育に関しておたずねします

「食育」とは、「心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健康な食生活を実践することができる人間を育てること」と食育基本法に記されています

あてはまる記号１つに○を付けて下さい。

1. 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

ア. 言葉も意味も知っていた　イ. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった　ウ. 言葉も意味も知らなかった

2. 「食育」への関心はありますか。

ア. 関心がある　イ. まあ関心がある　ウ. あまり関心がない　エ. 関心がない

あなた（保護者の方）の ①食生活への関心と ②実践状況についておたずねします

1．下記の質問1）～13）に対し
①あなたの関心について、
②実践状況について
それぞれあてはまるものに
○を付けて下さい。

関心	実践
ア. 関心がある	a. やっている
イ. まあ関心がある	b. まあやっている
ウ. どちらともいえない	c. どちらともいえない
エ. あまり関心がない	d. あまりやっていない
オ. 関心がない	e. やっていない

	ア	イ	ウ	エ	オ
1）食事中に会話を楽しむことについて	a	b	c	d	e
2）家族と一緒に食事をすることについて	a	b	c	d	e
3）食事の時のあいさつやマナーについて	a	b	c	d	e
4）毎日朝食を食べることについて（飲み物やサプリメントのみは朝食とは考えません）	a	b	c	d	e
5）3食（朝・昼・夕食）を決まった時間に食べることについて	a	b	c	d	e
6）栄養バランスのよい食事（赤・黄・緑の3色食品をとる）について	a	b	c	d	e
7）野菜を食べることについて	a	b	c	d	e
8）地域の郷土料理を食べたり、地場産物を活用することについて	a	b	c	d	e
9）食べ残しや食品廃棄に関することについて	a	b	c	d	e
10）食品の安全性に関することについて	a	b	c	d	e
11）早寝早起きについて	a	b	c	d	e
12）食べ物や食べ物を作ってくれた人への感謝について	a	b	c	d	e
13）子どもと一緒に買い物や食事作りをすることについて	a	b	c	d	e

① あなたが幼稚園・保育園児だったころの食生活と

② 現在幼稚園に通われているお子さんの食生活についておたずねします

1.下記の質問に対して①あなたが子どものとき
②現在のお子さんの食生活それぞれ、
あてはまるものに○を付けて下さい

保護者	お子さん
ア. いつもできていた	a. いつもできている
イ. しばしばできていた	b. しばしばできている
ウ. ときどきできていた	c. ときどきできている
エ. めったにできていない	d. めったにできていない
オ. 全くできていない	e. 全くできていない

	ア	イ	ウ	エ	オ
1）食事の前はお腹がすくリズムができていた、（できている）	a	b	c	d	e
2）できるだけ外で遊んだり運動をしていた（している）	a	b	c	d	e
3）早寝早起きをしていた（している）	a	b	c	d	e
4）毎日朝食を食べていた（食べている）	a	b	c	d	e
5）間食〔おやつ〕の時間は決まっていた（決まっている）	a	b	c	d	e
6）食事〔朝・昼・夕食〕の時間は決まっていた（決まっている）	a	b	c	d	e
7）好き嫌いなく、いろいろなものを食べていた（食べている）	a	b	c	d	e
8）栄養バランスのよい食事〔赤・黄・緑の3食品をとる〕食事をしていた（している）	a	b	c	d	e
9）好きな食べものや料理があった（ある）	a	b	c	d	e
10）行事食〔正月やひな祭りなど〕を食べていた（食べている）	a	b	c	d	e
11）朝食は親と一緒に食べていた（食べている）	a	b	c	d	e
12）夕食は親と一緒に食べていた（食べている）	a	b	c	d	e
13）食事中に会話を楽しんでいた（楽しんでいる）	a	b	c	d	e
14）「食事はみんなで食べるとおいしい」と思っていた（思っている）	a	b	c	d	e
15）食事のための買い物を親と一緒にしていた（している）	a	b	c	d	e
16）食事〔料理〕作りを手伝っていた（手伝っている）	a	b	c	d	e
17）食卓の準備〔はしやお茶碗並べなど〕を手伝っていた（手伝っている）	a	b	c	d	e
18）食べ物を育てていた（育てている）	a	b	c	d	e
19）食事のとき「いただきます、ごちそうさま」を言っていた（言っている）	a	b	c	d	e
20）食べ物の話を自分からしていた（している）	a	b	c	d	e
21）食べたいものを親にリクエストしていた（している）	a	b	c	d	e
22）食べ物や食べ物を作る人に感謝をする心を教えられていた（教えている）	a	b	c	d	e

「お子さんについて」おたずねします

「普段のお子さんの食事中の様子」について、あてはまる記号（ア～オ）1つに○をつけてください お子さんは	いつもある	あるしばしば	あるときどき	めったにない	全くない
1）食事をしながら、「これ好き」などと言う	ア	イ	ウ	エ	オ
2）食事のとき、にこにこしながら食べる	ア	イ	ウ	エ	オ
3）食事をしながら、「おいしい」と言う	ア	イ	ウ	エ	オ
4）食事中、「これ、何？」など、食べ物に関して興味を示す	ア	イ	ウ	エ	オ
5）食事のとき、あまり量を食べない	ア	イ	ウ	エ	オ
6）食事中、嫌いなものは食べない	ア	イ	ウ	エ	オ
7）食事のとき、同じものばかりを食べる	ア	イ	ウ	エ	オ

「食育活動」に向けておたずねします

以下の質問にあてはまる記号の１つに○を付けて下さい。

1. 幼稚園からの給食だよりは読んでいますか。

ア. 毎回読んでいる　イ. ときどき読んでいる　ウ. ほとんど読んでいない　エ. 読む時間がない

2. 「お子さんの食生活」で気になることはありますか。

ア. ない　イ. ある

（ある場合は具体体的に教えて下さい　　）

3. 「お子さんの食生活に関して」、相談できる人は近くにいますか。

ア. いる　イ. ない

いる場合は誰ですか。あてはまるもの全てに○を付けて下さい。

ア. 親　イ. 配偶者　ウ. 祖父母　エ. 友人　オ. ご近所の方　カ. 幼稚園の先生　キ. 栄養士

ク. 子どもの友達の親　ケ. インターネットでの相談　コ. その他（　　）

4. 「お子さんの食生活」に関する情報はどこから得ていますか。あてはまるもの全てに○を付けてください。

ア. テレビ　イ. 本　ウ. 雑誌（主な雑誌名　　）　エ. インターネット　オ. 親　カ. 配偶者　キ. 友人

ク. 幼稚園　ケ. ご近所の方　コ. 子どもの友達の親　サ. 保健所などの公的機関　シ. その他（　　）

5. 「ご自身の食生活」で心配なことはありますか。

ア. ない　イ. ある

（ある場合は具体的に教えてください　　）

6. 「保護者への食育教育」は必要だと思いますか。

ア. 必要だと思う　イ. まあ必要だと思う　ウ. 必要だと思わない　エ. わからない

7. 「保護者への食育教室」が開かれたら参加したいと思いますか。

ア. 参加したい　イ. できれば参加したい　ウ. 参加したいと思わない　エ. 内容による

8. 「保護者への食育教室」は何時頃なら参加しやすいですか。あてはまるもの全てに○を付けて下さい。

ア. 9 時～10 時　イ. 11 時～12 時　ウ. 12 時～13 時　エ. 13 時～14 時　オ. 降園時～1 時間程度

カ. その他（　　）

9. 「保護者への食育教室」は何曜日（又は時期）に開かれたら参加しやすいですか。あてはまるもの全てに○を付けて下さい。

ア. 月曜日　イ. 火曜日　ウ. 水曜日　エ. 木曜日　オ. 金曜日　カ. 土曜日　キ. 日曜日　ク. 幼稚園行事のとき

ケ. 長期休暇中（夏休みや冬休み）　コ. その他（　　）

10. 「保護者への食育教室」で希望するテーマを教えてください。

（　　）

11. その他、何かお気づきのこと、ご意見などございましたら、どうぞ教えてください。

最後におたずねします

「アンケート記入者」（保護者の方）についておたずねします

1. 性別：男・女
2. お子さんからみてあなたは：父親、母親、祖父、祖母、叔父、叔母、その他（　　）
3. 年齢：10 歳代、20 歳代、30 歳代、40 歳代、50 歳代、60 歳代、70 歳代以上
4. 職業：自営業、会社員、教員、パート又はアルバイト、専業主婦、その他（　　）
6. 同居家族構成：（　　）人家族（お子さんを含めて）＊お子さんからみて、一緒に生活しているご家族全てに○をして下さい

父親、母親、兄弟（兄、弟、姉、妹）、祖父、祖母、その他（　　）

「お子さんについて」おたずねします（幼稚園に通っているお子さんについて）

1. 年齢：（　　）歳児　　2. 性別：男・女
3. お子さんの数：　人きょうだい（本人を含めて）　4. 出生順位：　番目

※1 人の場合は、"1 人きょうだい"、"1 番目"と記入してください

アンケートは封筒に入れ封をし、同意書と一緒に大きな封筒に入れてご提出ください。

お忙しい中、質問にお答えいただきありがとうございました。

資料３　研究2-1実施アンケート用紙

最初にお尋ねします

※　アンケートは裏面もございます

「アンケート記入者」（保護者の方）についておたずねします

1.　性別：男　・　女

2.　お子さんからみてあなたは：父親，母親，祖父，祖母，叔父，叔母，その他（　　）

3.　年齢：10歳代，20歳代，30歳代，40歳代，50歳代，60歳代，70歳代以上

4.　職業：自営業，会社員，教員，パート又はアルバイト，専業主婦，その他（　　）

6.　同居家族構成：（　　）人家族（お子さんを含めて）＊お子さんからみて、一緒に生活しているご家族全てに○をして下さい

父親，母親，兄弟（兄，弟，姉，妹），祖父，祖母，その他（　　）

「お子さんについて」おたずねします（幼稚園に通っているお子さんについて）

1.　年齢：（　　）歳児　　2.　性別：男・女

3.　お子さんの数：　人きょうだい（本人を含めて）　4.　出生順位：　番目

※1人の場合は、"1人きょうだい"、"1番目"と記入してください

アンケートは小封筒に入れ封をし、同意書と一緒に大きな封筒に入れてご提出ください。

食育に関しておたずねします

「食育」とは、「心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健康な食生活を実践することができる人間を育てること」と食育基本法に記されています

あてはまる記号１つに○を付けて下さい。

1.　「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

ア．言葉も意味も知っていた　イ．言葉は知っていたが、意味は知らなかった　ウ．言葉も意味も知らなかった

2.　「食育」への関心はありますか。　ア．関心がある　イ．まあ関心がある　ウ．あまり関心がない　エ．関心がない

「食育活動」に向けておたずねします

1.　「お子さんの食生活」で気になることはありますか。　ア．ない　イ．ある

（ある場合は具体体的に教えて下さい　　）

2.　「お子さんの食生活に関して」、相談できる人は近くにいますか。　ア．いる　イ．いない

いる場合は誰ですか。あてはまるもの全てに○を付けて下さい。

ア．親　イ．配偶者　ウ．祖父母　エ．友人　オ．ご近所の方　カ．幼稚園の先生　キ．栄養士　ク．子どもの友達の親　ケ．インターネットでの相談

3.　「お子さんの食生活」に関する情報はどこから得ていますか。あてはまるもの全てに○を付けてください。

ア．テレビ　イ．本　ウ．雑誌（主な雑誌名　　）　エ．インターネット　オ．親　カ．配偶者　キ．友人

ク．幼稚園　ケ．ご近所の方　コ．子どもの友達の親　サ．保健所などの公的機関　シ．その他（　　）

4.　「保護者への食育教育」は必要だと思いますか。

ア．必要だと思う　イ．まあ必要だと思う　ウ．必要だと思わない　エ．わからない

あなたはお子さんのために○○○

下記の項目の関心の度合いについてあてはまるもの１つに○をつけてください

	とても関心がある	やや関心がある	どちらともいえない	あまり関心がない	全く関心がない
1）できるだけ多くの食品を料理に取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
2）「おいしいね」などおいしさを分かち合うことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
3）日本食（和食）を毎日の食事に取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
4）お子さんと一緒に食べ物に感謝の気持ちを持って食事を味わうことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
5）お子さんに料理をしているところを見せることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
6）できるだけ色々な種類の料理を作ることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
7）「皆と食べるとおいしいね」など共に食べることの喜びを伝えることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
8）日本食（和食）以外の食事を取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
9）お子さんに動物に触れ合わせることで、命の美しさを伝えることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
10）お子さんと一緒に食材を買いに行くことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
11）ご自分が好きな食べ物を食べるとき、美味しそうな顔で食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
12）お子さんが食事をするとき、お子さんが自分で食べることを尊重することについて	ア	イ	ウ	エ	オ
13）日本の行事食（正月やひな祭りなど）を取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
14）お子さんと一緒に野菜を育てることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
15）お子さんと一緒に料理をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
16）自分の嫌いな食べものも食卓に並べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
17）同居家族以外の人とも食事をする機会をつくることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
18）郷土料理を家庭の食卓に取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
19）食べものの命に感謝し、残さず食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
20）お子さんに食卓の準備（箸やお茶碗並べなど）を手伝ってもらうことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
21）3色（赤・黄・緑）を意識して食事を作ることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
22）食事を通してお子さんに愛情を表現することについて	ア	イ	ウ	エ	オ
23）旬の食材を取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
24）食べものを作ってくれる人に感謝の気持ちをもつことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
25）お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
26）1回の食事に主食・主菜・副菜をそろえることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
27）食事のとき、皆で分け合って食べることに喜びを感じることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
28）食卓に季節を感じるような演出をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
29）お子さんと育てた食べもの（野菜など）を使って料理をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ

※　裏面も忘れずご記入お願い致しますます

あなたはお子さんのために〇〇〇 下記の項目の関心の度合いについてあてはまるもの1つに〇をつけてください	とても関心がある	やや関心がある	どちらともいえない	あまり関心がない	全く関心がない
30）お子さんに食材の色や形、香りなどに感じさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
31）食事の前にお腹が空くリズムをつけさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
32）食事のときは、テレビを見たりやゲームなどをしないようにさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
33）地元（同県）で作られた食べものを買うことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
34）お子さんと、畑や農場など食べものを育てている場所に行くことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
35）お子さんが料理を手伝うとき衛生面に気をつける（手洗いなど）ことを教えることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
36）なるべく外で遊ばせたり、運動をさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
37）食事を楽しむために、きちんと座って食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
38）食材を買うとき食品表示などを確認することについて	ア	イ	ウ	エ	オ
39）お子さんに食べものの旬について話をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
40）お子さんが料理を手伝うときに安全面（包丁の使い方など）を教えることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
41）ご自分も早寝早起きをすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
42）朝食をお子さんと一緒に食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
43）日本の食品加工（みそやしょう油など）について	ア	イ	ウ	エ	オ
44）行事（誕生日など）のときは普段と違う料理や盛り付け方をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
45）朝食を食べさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
46）夕食を家族そろって食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
47）スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
48）食卓にマットや花を飾るなど、楽しい雰囲気作りをすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
49）決まった時間に決まった量のおやつを食べさることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
50）食事のとき、お子さんと一緒に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
51）食器を置く位置［茶碗（左）や汁椀（右）］などについて	ア	イ	ウ	エ	オ
52）ご飯が出来たとき、明るい声で呼びかけることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
53）食事の前に手洗いをさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
54）食事がお子さんの心の発達に影響があることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
55）食事のときにひじをついたりさせない	ア	イ	ウ	エ	オ
56）食卓に食事に必要のないものは置かないことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
57）食事（朝・昼・夕）の時間を守ることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
58）食事のときに「くちゃくちゃ」音をたてて食べないようにさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ

① あなたが幼稚園・保育園児だったころの食生活と

② 現在幼稚園に通われているお子さんの食生活についておたずねします

1.下記の質問に対して①あなたが子どものとき
②現在のお子さんの食生活それぞれ、
あてはまるものに〇を付けて下さい

保護者	お子さん
ア. いつもできていた	a. いつもできている
イ. しばしばできていた	b. しばしばできている
ウ. ときどきできていた	c. ときどきできている
エ. めったにできていない	d. めったにできていない
オ. 全くできていない	e. 全くできていない

1）食事の前はお腹がすくリズムができていた、（できている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
2）できるだけ外で遊んだり運動をしていた（している）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
3）早寝早起きをしていた（している）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
4）毎日朝食を食べていた（食べている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
5）間食［おやつ］の時間は決まっていた（決まっている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
6）食事［朝・昼・夕食］の時間は決まっていた（決まっている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
7）好き嫌いなく、いろいろなものを食べていた（食べている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
8）栄養バランスのよい食事［赤・黄・緑の3食品をとる］食事をしていた（している）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
9）好きな食べものや料理があった（ある）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
10）行事食［正月やひな祭りなど］を食べていた（食べている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
11）朝食は親と一緒に食べていた（食べている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
12）夕食は親と一緒に食べていた（食べている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
13）食事中に会話を楽しんでいた（楽しんでいる）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
14）「食事はみんなで食べるとおいしい」と思っていた（思っている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
15）食事のための買い物を親と一緒にしていた（している）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
16）食事［料理］作りを手伝っていた（手伝っている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
17）食卓の準備［はしやお茶碗並べなど］を手伝っていた（手伝っている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
18）食べ物を育てていた（育てている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
19）食事のとき「いただきます、ごちそうさま」を言っていた（言っている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
20）食べ物の話を自分からしていた（している）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
21）食べたいものを親にリクエストしていた（している）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e
22）食べ物や食べ物を作る人に感謝をする心を教えられていた（教えている）	ア	イ	ウ	エ	オ
	a	b	c	d	e

お忙しい中ご協力いただきありがとうございました

資料４　研究2-2実施アンケート用紙

最初にお尋ねします

※　アンケートは裏面もございます

「アンケート記入者」(保護者の方)についておたずねします

1. 性別 ： 男 ・ 女
2. お子さんからみてあなたは ： 父親，　母親，　祖父，　祖母，　叔父，　叔母，　その他(　　)
3. 年齢 ： 10 歳代，　20 歳代，　30 歳代，　40 歳代，　50 歳代，　60 歳代，　70 歳代以上
4. 職業 ： 自営業，　会社員，　教員，　パート又はアルバイト，　専業主婦，　その他(　　)
5. 同居家族構成：（　　）人家族（お子さんを含めて）＊お子さんからみて、一緒に生活しているご家族全てに〇をして下さい

   父親，　母親，　兄弟（兄，　弟，　姉，　妹），　祖父，　祖母，　その他(　　)

「お子さんについて」おたずねします（幼稚園に通っているお子さんについて）

1. 年齢 ：（　　）歳児
2. 性別 ： 男 ・ 女
3. お子さんの数 ：　　人きょうだい（本人を含めて）
4. 出生順位 ：　　番目

※1 人の場合は、“1 人きょうだい”、“1 番目”と記入してください

食育に関しておたずねします

「食育」とは、「心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健康な食生活を実践することができる人間を育てること」と食育基本法に記されています

あてはまる記号１つに〇を付けて下さい。

1. 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

   ア. 言葉も意味も知っていた　イ. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった　ウ. 言葉も意味も知らなかった

2. 「食育」への関心はありますか。

   ア. 関心がある　イ. まあ関心がある　ウ. あまり関心がない　エ. 関心がない

下記の項目を読んで、最も当てはまると思うところに〇をつけてください。

	ア たいへんよくあてはまる	イ よくあてはまる	ウ どちらかといえばあてはまる	エ どちらかといえばあてはまらない	オ あまりあてはまらない	カ まったくあてはまらない
1）子どもが「いただきます」「ごちそうさま」といった食事時の挨拶をしている	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
2）食育は大切だと思うが、実践できない	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
3）子どもに身体と食べ物の関連性を伝える	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
4）手作り料理を心がけている	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
5）子どもが食事中に立ち歩く	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
6）子どもが食べる事に集中して食べる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
7）子どもが食後に歯磨きをしている	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
8）食育の理想はあるが、現実とは差がある	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
9）子供に食べ物の旬を伝える	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
10）食の安全性が気になる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
11）保護者が調理をしていると、子どもが興味を示す事がある	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
12）食育を家庭で熱心にしていると感じる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
13）子どもに食材を触らせる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
14）ネットやテレビで食に関する情報を得ている	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
15）食事中、子どもが姿勢を正して座るように気をつけている	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
16）主食が米ではなく、小麦粉から作られる麺や小麦粉中心である	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
17）食前に子どもが手洗い・うがいをする	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
18）食は子どもの心の発達に影響を与えると思う	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
19）子どもと買い物に一緒に行って食品を選ぶ	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
20）友人・家族と食に関する話をする	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
21）同じメニューの繰り返しで変化が乏しいと思う	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
22）子どもがお菓子ばかり食べて、食事をあまり食べない	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
23）子どもの食について学ぶ機会がある	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
24）主食・主菜・副菜をそろえる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
25）朝食は決まった時間に食べる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
26）夕食は決まった時間に食べる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
27）料理を作るのに、手を抜いていると感じる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
28）献立を考えるのが大変	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
29）自分が作ったものがおいしいと感じない	ア	イ	ウ	エ	オ	カ
30）料理が嫌だと感じる	ア	イ	ウ	エ	オ	カ

※裏面も忘れずご記入お願い致します

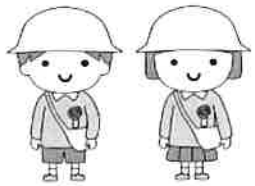
あなたはお子さんのために〇〇〇
下記の項目の関心の度合いについてあてはまるもの1つに〇をつけてください

	とても関心がある	やや関心がある	どちらともいえない	あまり関心がない	全く関心がない
1）できるだけ多くの食品を料理に取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
2）「おいしいね」などおいしさを分かち合うことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
3）お子さんに料理をしているところを見せることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
4）「皆と食べるとおいしいね」など共に食べることの喜びを伝えることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
5）お子さんと一緒に食材を買いに行くことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
6）ご自分が好きな食べ物を食べるとき、美味しそうな顔で食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
7）お子さんが食事をするとき、お子さんが自分で食べることを尊重することについて	ア	イ	ウ	エ	オ
8）日本の行事食（正月やひな祭りなど）を取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
9）お子さんと一緒に野菜を育てることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
10）お子さんと一緒に料理をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
11）郷土料理を家庭の食卓に取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
12）お子さんに食卓の準備（箸やお茶碗並べなど）を手伝ってもらうことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
13）3色（赤・黄・緑）を意識して食事を作ることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
14）食事を通してお子さんに愛情を表現することについて	ア	イ	ウ	エ	オ
15）旬の食材を取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
16）食べものを作ってくれる人に感謝の気持ちをもつことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
17）お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
18）1回の食事に主食・主菜・副菜をそろえることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
19）お子さんと育てた食べもの（野菜など）を使って料理をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
20）お子さんに食材の色や形、香りなどに感じさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
21）食事の前にお腹が空くリズムをつけさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
22）食事のときは、テレビを見たりやゲームなどをしないようにさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
23）地元（同県）で作られた食べものを買うことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
24）お子さんと、畑や農場など食べものを育てている場所に行くことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
25）お子さんが料理を手伝うとき衛生面に気をつける（手洗いなど）ことを教えることについて	ア	イ	ウ	エ	オ

あなたはお子さんのために〇〇〇
下記の項目の関心の度合いについてあてはまるもの1つに〇をつけてください

	とても関心がある	やや関心がある	どちらともいえない	あまり関心がない	全く関心がない
26）食事を楽しむために、きちんと座って食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
27）お子さんに食べものの旬について話をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
28）朝食を食べさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
29）スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
30）食卓にマットや花を飾るなど、楽しい雰囲気作りをすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
31）決まった時間に決まった量のおやつを食べさることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
32）食事のとき、お子さんと一緒に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
33）食器を置く位置［茶碗（左）や汁椀（右）］などについて	ア	イ	ウ	エ	オ
34）ご飯が出来たとき、明るい声で呼びかけることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
35）食事の前に手洗いをさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
36）食事のときにひじをついたりさせない	ア	イ	ウ	エ	オ
37）食事（朝・昼・夕）の時間を守ることについて	ア	イ	ウ	エ	オ

✎ アンケートは小封筒に入れ
封をし、同意書と一緒に
大きな封筒に入れて
ご提出ください。



お忙しい中ご協力いただきありがとうございました

資料5　研究3　食育意識尺度（Pretest）

食育ワークショップ アンケート

参加者番号 _____

本日はお忙しい中、ご参加いただきありがとうございます。

食育ワークショップの前に、教えて下さい。

最初にお尋ねします

「本日参加していただいている方について」おたずねします

1. 性別 ： 男 ・ 女
2. お子さんからみてあなたは ： 父親, 母親, 祖父, 祖母, 叔父, 叔母, その他(　　)
3. 年齢 ： 10 歳代, 20 歳代, 30 歳代, 40 歳代, 50 歳代, 60 歳代, 70 歳代以上
4. 職業 ： 自営業, 会社員, 教員, パート又はアルバイト, 専業主婦, その他(　　)
5. 同居家族構成: (　　)人家族（お子さんを含めて）＊お子さんからみて、一緒に生活しているご家族全てに○をして下さい
   父親, 母親, 兄弟（兄, 弟, 姉, 妹）, 祖父, 祖母, その他(　　)

「お子さんについて」おたずねします（幼稚園に通っているお子さんについて）

1. 年齢 ： (　　)歳児
2. 性別 ： 男 ・ 女

食育に関しておたずねします

「食育」とは、「心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健康な食生活を実践することができる人間を育てること」と食育基本法に記されています

あてはまる記号１つに○を付けて下さい。

1. 「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。

   ア. 言葉も意味も知っていた　イ. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった　ウ. 言葉も意味も知らなかった

2. 「食育」への関心はありますか。

   ア. 関心がある　イ. まあ関心がある　ウ. あまり関心がない　エ. 関心がない

裏面の項目を読んで、今現在の関心の度合いについてお答えください。
あなたを評価するものではありませんので、お気軽にお答えください。

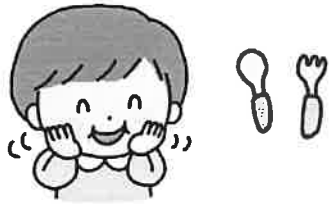
あなたはお子さんのために〇〇〇
下記の項目の関心の度合いについてあてはまるもの1つに〇をつけてください

	とても関心がある	やや関心がある	どちらともいえない	あまり関心がない	全く関心がない
1)「おいしいね」などおいしさを分かち合うことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
2) お子さんに料理をしているところを見せることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
3)「皆と食べるとおいしいね」など共に食べることの喜びを伝えることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
4) お子さんと一緒に食材を買いに行くことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
5) ご自分が好きな食べ物を食べるとき、美味しそうな顔で食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
6) お子さんが食事をするとき、お子さんが自分で食べることを尊重することについて	ア	イ	ウ	エ	オ
7) お子さんと一緒に野菜を育てることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
8) お子さんと一緒に料理をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
9) 郷土料理を家庭の食卓に取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
10) 食事を通してお子さんに愛情を表現することについて	ア	イ	ウ	エ	オ
11) 旬の食材を取り入れることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
12) 食べものを作ってくれる人に感謝の気持ちをもつことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
13) お子さんに料理を盛り付けしてもらうことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
14) 1回の食事に主食・主菜・副菜をそろえることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
15) お子さんと育てた食べもの（野菜など）を使って料理をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
16) お子さんに食材の色や形、香りなどに感じさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
17) 食事の前にお腹が空くリズムをつけさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
18) 地元（同県）で作られた食べものを買うことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
19) お子さんと、畑や農場など食べものを育てている場所に行くことについて	ア	イ	ウ	エ	オ
20) 食事を楽しむために、きちんと座って食べることについて	ア	イ	ウ	エ	オ

あなたはお子さんのために〇〇〇
下記の項目の関心の度合いについてあてはまるもの1つに〇をつけてください

	とても関心がある	やや関心がある	どちらともいえない	あまり関心がない	全く関心がない
21) お子さんに食べものの旬について話をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
22) 朝食を食べさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
23) スプーンや箸の使い方を身につけさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
24) 食卓にマットや花を飾るなど、楽しい雰囲気作りをすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
25) 決まった時間に決まった量のおやつを食べさることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
26) 食事のとき、お子さんと一緒に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をすることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
27) 食器を置く位置［茶碗（左）や汁椀（右）］などについて	ア	イ	ウ	エ	オ
28) ご飯が出来たとき、明るい声で呼びかけることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
29) 食事の前に手洗いをさせることについて	ア	イ	ウ	エ	オ
30) 食事のときにひじをついたりさせない	ア	イ	ウ	エ	オ
31) 食事（朝・昼・夕）の時間を守ることについて	ア	イ	ウ	エ	オ

ご協力いただきありがとうございました。

本日は、少しでもご参加いただいた皆さんに来てよかったと思っていただけるよう頑張らせていただきます。

ご協力よろしくお願いします。