

第2章 取組概要および調査概要

第1節 取組概要

第1項 高校生対象

1. 目的

東京近郊の高校生を対象とした農林中央金庫「現代高校生の食生活」(平成24年4月公表)によると、「朝ごはんを毎日家で食べる人」が72.5%で、食べないという人もまだ見られます。朝ごはんを家で食べない日があるという理由は、「起きるのが遅い」「食欲がない」などです。平成25年度「国民健康・栄養調査」より、朝食欠食率の移動平均値をみると、男女ともに15～19歳から増え始め、20～29歳がピークになっています。また、ひとりでごはんを食べる人は、「朝ごはん」44.7%、「夕ごはん」20.3%になっています。塾や部活動などで帰宅が遅くなっていることもありますが、家族で一緒に食べる習慣が薄れていることも見られます。料理や食べ物、食べ方については、「学校からの授業から学んできた」が40.0%（「現代高校生の食生活」）となり、学校でのアプローチも有効だと思われます。

そのため、食生活が乱れる時期に入っていく高校生を対象に、生活習慣の改善、食への意識の変化による朝食摂取や共食の回数等の改善につながる取組みを学校現場で行いました。特に、今後の波及効果を考え、高校生でも日本の農業の未来を担っていく農業高校の生徒を対象としました。

2. 取組概要

(1) 対象

東京都立園芸高等学校3学年食品科調理コース生徒（女子5名、男子6名 計11名）

(2) 実施授業

総合実習 火曜日2～4時間目9時50分～12時40分（1時限50分授業）4回実施
その他、昼休み、放課後等も活動

(3) 授業概要

食品科主幹教諭の田川さやか氏と大津理恵氏、そして外部講師として日本女子大学家政学部教授高増雅子氏の指導のもと、総合実習の時間に、弁当をテーマに高校生の食生活を考えるプロジェクトに取り組みました。

講座は、自らの食生活をふり返り、問題点に気がついてもらう。そして、これから独り立ちする高校生の食生活のために大事なことが分かるものとししました。また、調理科の生徒でもあることから食に関しての知識は他の高校生よりもあるため、機能性表示食品制度やスマイルケア食等に関する新たな食環境への知識が得られるようにしました。

(4) 事業成果の活用および普及

取組みは、健全な食生活につながる記事も入れ、全国の農業高校生が読む機関誌「リーダーシップ」冬号12月発行92,000部発行に掲載しました。

第2項 大学生対象

1. 目的

内閣府の「大学生の食に関する実態・意識調査」（平成21年9月）によると朝食の摂取状況は「ほとんど毎日食べる」が61.6%で、「週2～3日食べない」「週4～5日食べない」「ほとんど食べない」人も、まだまだ多い状況です。いちばんの理由は「もっと寝ていたい」からで60.5%です。居住形態別にみると自宅生より下宿生の方が、朝食の欠食頻度が高くなっています。

身体面の健康状況（自己評価としての健康状況）については、朝食を食べる頻度が低い人や、栄養バランスへの意識が低い人ほど、「身体面で健康でない」と答える割合が高くなっています。

夕食を囲む相手については、「ひとり」が41.4%で、下宿生で見ると80.2%となっています。昼食や夕食をひとりで食べると回答した人は、大学の友人や家族といっしょに食べる人よりも、「精神面で健康でない」と答えている割合が多いようです。

以上の調査結果から、大学生を対象に、大学生が楽しみながら参加できる食育の講座を実施しました。講座では、心身の健康のための朝食摂取や共食の回数の改善、生産現場への理解、食文化の継承につながる取組みを行いました。また、自分たちが食関係の仕事に就いたときに、どんな食育を推進できるかについても考えてもらいました。

対象は、大学生のなかでも今後の波及効果を考え、栄養士や家庭科の教員になり食教育を担っていく学部がある大学の学生などとししました。

2. 取組概要

(1) 対象

栄養士や家庭科の教員になり食教育を担っていく学部がある大学の学生や、食や農に興味や関心がある学生（自宅生よりも食の問題を抱えている下宿生に参加を促す）

(2) 募集方法

大学の研究室や学内での掲示板等にて、案内文の配布や掲示

(3) 実施日時および場所

3回の連続講座とししました。

実施日	実施場所	住所	実施時間
7月30日	・加藤農園 ・JA 横浜クッキングサロン ハマツ子	神奈川県横浜市 都筑区	10時00分 ～15時00分
9月1日			
11月27日			

(4) 講座概要

生産現場で農業体験や援農をし、生産者との意見交換をしました。また、欠食をなくするため材料や手間が簡単な料理や、食文化理解のため伝統的な食品の加工をしました。さらに、自分たちが食関係の仕事に就いたときに、どんな食育を推進できるかについても考え

てもらいました。食事を共にしたり、ワークショップなどで交流を図ったりしながら、講座を進めました。

(5) 事業成果の活用および普及

講座の実施内容や大学生の食の問題を解決するポイントが掲載されたリーフレットを作成し、講座に参加して下さった学生の大学ならびに関係各所に送り、学生に配布していただきました。

第3項 子育て世代対象

1. 目的

子育てがスタートしたばかりの母親は、自分の食生活がおざなりになりがちです。これから、健全な食生活や食文化を次世代に伝えつなげていく役割を担います。しかしながら、子どもが小さいうちは預ける場所が見つからなかったり、時間を作ることができなかったりして、食に興味や関心をもっていても、なかなか関係する講座などに参加できません。また、「平成27年度版子ども・若者白書」にもあるように、身近な地域に相談できる相手がいないことも多く、子育ての負担感が増大しています。とりわけ、3歳未満の子どもを持つ女性の約8割は家庭で育児をしており、社会からの孤立感や疎外感を持つてしまうことも少なくありません。

そのような現状から、産婦人科医院や歯科医院、子育て支援センターなど、子育て中の親子が足を運びやすい場所で、交流をしながら気軽に参加できる食育の講座を実施しました。講座では、生産現場への理解、健全な食生活、子どもの行事食など食文化の継承につながる取組みを行いました。

2. 取組概要

(1) 対象

子育てをしている保護者と子ども

(2) 実施日時および場所

実施日	実施場所	会場	住所	実施時間
7月2日	島田産婦人科医院	ホール	静岡県駿東郡清水町	14時00分～15時00分
9月15日	池川クリニック	待合室	神奈川県横浜市金沢区	14時00分～15時00分
9月17日	島田産婦人科医院	ホール	静岡県駿東郡清水町	15時00分～16時00分
10月19日	うめこども歯科	待合室、キッズルーム	神奈川県藤沢市	15時00分～16時00分
11月3日	株式会社イトーヨーカ堂 幕張店	センターコート	千葉県千葉市花見川区	1回目： 13時00分～14時00分 2回目： 15時00分～16時00分
11月5日	島田産婦人科医院	ホール	静岡県駿東郡清水町	15時00分～16時00分
11月22日	浦安市立美浜北認定こども園	ホール	千葉県浦安市	9時50分～11時00分 プラス園児お弁当時間

12月13日	つくば市子育て総合支援センター	多目的室、創作室	茨城県つくば市	10時30分～11時30分
1月8日	社会福祉法人清見福祉協会草壁保育園	ホール	香川県小豆郡小豆島町	9時00分～11時00分
1月19日	さいたま市美園コミュニティセンター	集会室、調理室	埼玉県さいたま市緑区	15時00分～16時30分
2月8日	社会福祉法人清見福祉協会草壁保育園	ホール	香川県小豆郡小豆島町	10時30分～11時30分

(3) 講座概要

参加者は、子どもに関する行事食や伝統食品の作り方を学ぶことで、食品の加工、伝統的な食文化、食の安全・安心等を理解していただきました。また、生産者から農の現場や工夫などを話し、参加者に農にも目を向けてもらいました。学んだものを家庭で作ってもらうなど、講座が終わった後も実践につながるようにしました。そして、孤立しがちな子育てでもつながりができるよう、交流も図りながら、講座を進めました。

(4) 事業成果の活用および普及

講座の実施内容、子どもの食生活のポイントや行事食をまとめたパンフレットを、講座を実施した会場である産婦人科医院や保育園など関係各所に送り、子育て世代の方に配布していただきました。

第2節 調査概要

本取組では、上述のとおり高校生、大学生、子育て世代の3つの対象を設定し、食育の推進を行いました。それぞれの対象者により関心事が異なることから、事業成果を測る調査票の項目については、共通項目と単独項目を設けました。

なお、項目内容については、農林水産省および内閣府、厚生労働省が実施しました調査項目を参考に調査票設計をし、検討委員会にて決定しました。設問数についても対象者の実情を鑑み、調整を行いました。調査票については参考資料を参照ください。

今回、各対象に事前事後と調査を行いました。その回答者数および事後の回収率は下記のとおりとなりました。事前は取組に参加された際に記入いただきましたが、事後は一部を除き、参加後の評価となるため、講座実施1か月後に郵送またはWebでの回答としました。下記をみてわかるように、全体の事後の回収率が87%となっており、非常に高い回収率となりました。これは参加者の食育に対する意識と事業内容に対する関心度が高かったのではないかと推測されます。

表 事前事後調査数と回収率について

対象	実施日	実施場所	事前	事後	回収率(事後)
高校生	6月7日	東京都立園芸高等学校	11	11	100%
	6月28日				
	9月27日				
	10月11日				
大学生	7月30日	加藤ファーム JA横浜クッキングサロン ハマッツ子	20	17	85%
	9月1日				
	11月27日				
子育て 中の保 護者	7月2日	島田産婦人科医院	13	12	92%
	9月15日	池川クリニック	14	11	79%
	9月17日	島田産婦人科医院	15	13	87%
	10月19日	うめこども歯科	13	9	69%
	11月3日	株式会社イトーヨーカ堂 幕張店	-	20	100%
	11月5日	島田産婦人科医院	10	9	90%
	11月22日	浦安市立美浜北認定こども園	22	22	100%
	12月13日	つくば市子育て総合支援センター	24	14	58%
	1月7日	草壁保育園	79	58	73%
	1月19日	さいたま市美園コミュニティセンター	17	15	88%
	2月8日	草壁保育園	26	18	69%
合計			264	229	87%

なお、各対象者における調査結果概要は意識や行動に変化があったものについて、次章にて述べるとともに、同じ実施場所で複数回開催しました場合は、その平均値を採用しています。