

幼児期からの食育体験の重要性と食文化の継承に関する一考察

A Study on the Importance of Food Educational Experiences as Early Childhood and the Inheritance of Food Culture

田中弘美

要旨

幼児期からの食育体験は、身近な食材や地域の食文化への関心の向上につながるものである。中でも栽培体験や調理体験は、五感を育てる食育活動として大切である。次世代の子どもたちやその子どもたちを育てる若い世代が、郷土料理や食文化を楽しんで学ぶ機会として食育体験を活用することが必要である。

キーワード：食育体験 (food educational experiences)／郷土料理 (local style food)／
食文化の継承 (the inheritance of food culture)

I はじめに

食育基本法¹⁾ 制定の背景には、「近年における国民の食生活をめぐる環境の変化」があり、特に幼児期においては、朝食欠食、孤食や個食の増加などの食習慣の乱れが問題であること、社会情勢の変化に伴う若い世代のライフスタイルの多様化、食の外部化、家族形態の変化などにより、保護者が子どもの食生活を把握し管理していくことが困難になっていること、家庭において食材に関する知識、調理技術、食文化、食に関するマナーなどを継承することが難しくなりつつあることなどがあげられている。²⁾ また、食育基本法の第24条には、「国及び地方公共団体は、伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識の普及その他の必要な施策を講ずるものとする。」と明記されている。¹⁾ 食育基本法の施行から15年経過し、様々な食育が実施されてきた中で、国民の食育に関する意識は高まってはいるものの、食文化の継承については希薄になっていることも数多く報告されている。^{3) 4)} さらに、第3次食育推進計

画の重点課題として「成長期の子どもを対象とした食育の重要性」が強調されている。それらを踏まえ、学生とその母親を対象に食育体験に関するアンケート調査を実施した。そして、子育て世代の母親の食育に関する調査結果を参考にして、幼児期からの食育体験と食文化の継承について検討し考察したことを報告する。

II 研究方法

1、調査対象と調査時期及び方法

A大学食物栄養学科在学生及びその母親を対象に2017年4月にアンケート調査を行った。調査対象者に対して内容と母親への協力依頼及び研究目的以外にデータを使用しないことを説明し、無記名自記式のアンケートを実施した。回収率は1年生96% (72名)、2年生100% (87名)、母親58.5% (93名)であった。また、地域での食育推進事業としてA大学食物栄養学科が実施したクッキング教室の事後アンケートを参考資料とした。対象者は、B市C児童館対象の親子クッキング教室に参加した3～6年生の児童28名、保護者10名である。(2018年12月実施)

2、調査内容

A大学食物栄養学科在学生及びその母親を対象

TANAKA, Hiromi

北陸学院大学短期大学部 食物栄養学科
給食実務論 (含計画)

に実施した質問紙による調査項目は、「食育についての関心」や「食育体験」、「食材の購入」、「郷土料理や食文化の継承」についての内容である。母親には出身地と年齢を記入してもらった。

また、クッキング教室の事後アンケートでは、「地域の食材利用と郷土料理に関すること」や「食文化の継承」について回答してもらった。集計結果については単純集計及び χ^2 検定を行い比較検討した。

Ⅲ 結果と考察

1、A大学食物栄養学科在学生及びその母親対象のアンケート結果

(1) 食育への関心や食育体験に関して

まず、アンケート項目の「食育に関心がありますか」の問いについて、「関心がある」または「どちらかといえば関心がある」と答えたものは図1のとおり、1年生97.2% (70名)、2年生97.7%名 (83名)、母親93.7% (89名) といずれも大半を占めたが、中でも1年生で「関心がある」とする割合が2年生や母親に比べて有意に高かった。(p<0.05)

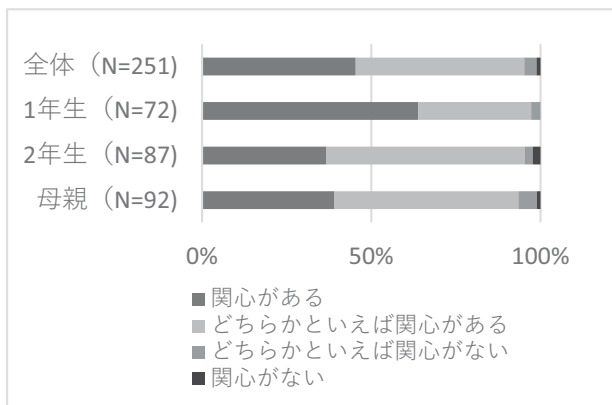


図1 食育について関心の有無

食育体験については、「食育体験はありますか」の問いのほかに就学前、小学校低学年、小学校高学年、中学校、高校に区分して比較した結果を示した。(図2-1~5a、図2-1~5b参照)

これらより、食育体験は小学校での体験が一番多いことがわかった。それぞれの時期における食育体験の内容については就学前では「芋ほり」の体験が一番多く、小学校の低学年では野菜の収穫が多くみられた。小学校の高学年になると収穫体

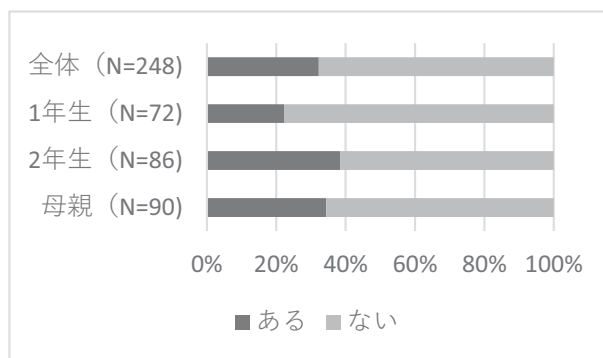


図2-1a 食育体験(就学前)

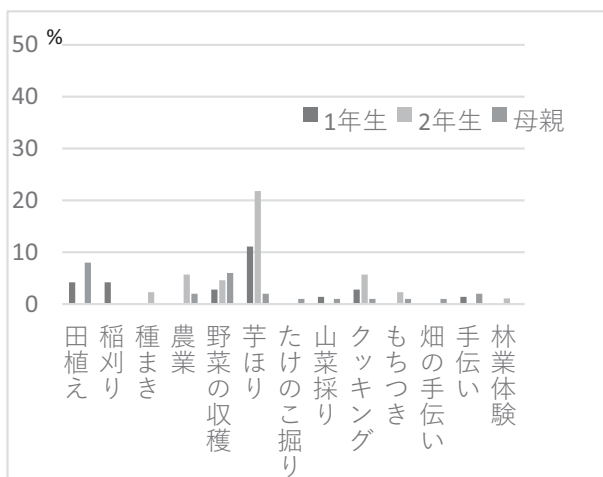


図2-1b 食育体験の内容(就学前)

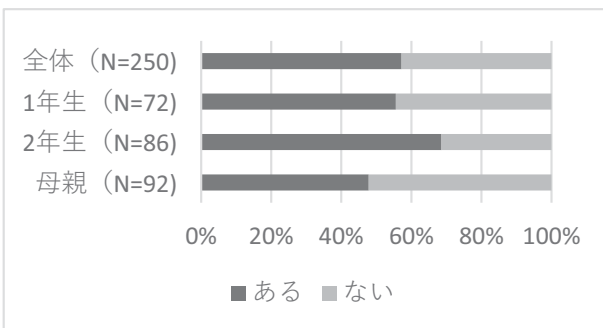


図2-2a 食育体験(小学校低学年)

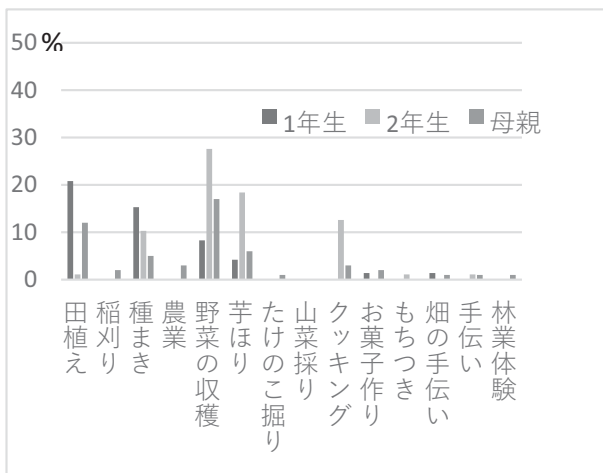


図2-2b 食育体験の内容(小学校低学年)

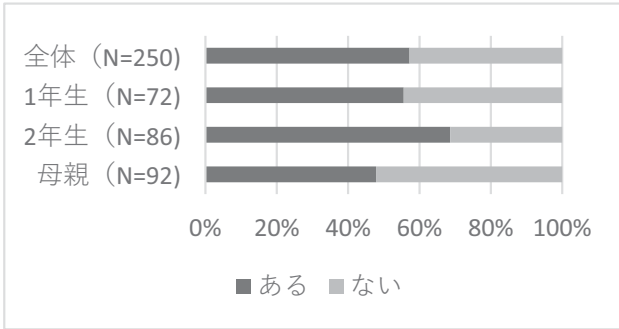


図 2-3 a 食育体験（小学校高学年）

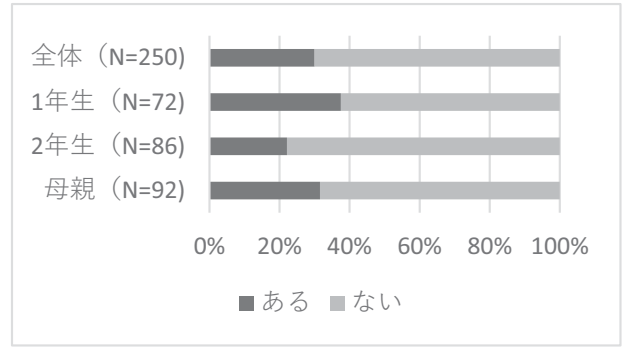


図 2-5 a 食育体験（高校）

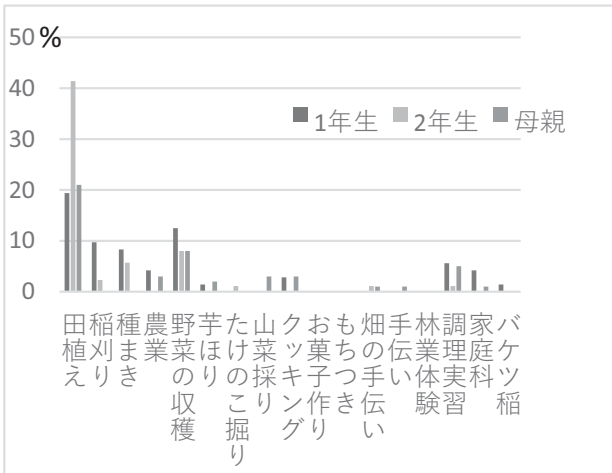


図 2-3 b 食育体験の内容（小学校高学年）



図 2-5 b 食育体験の内容（高校）

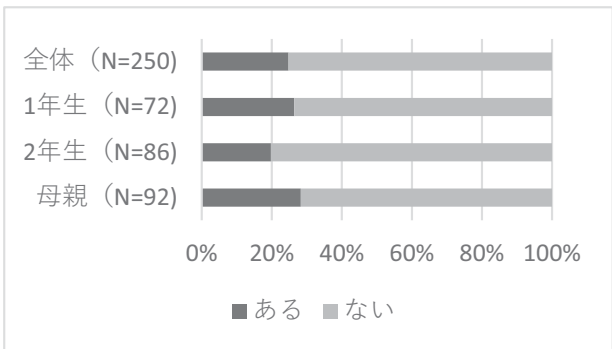


図 2-4 a 食育体験（中学校）

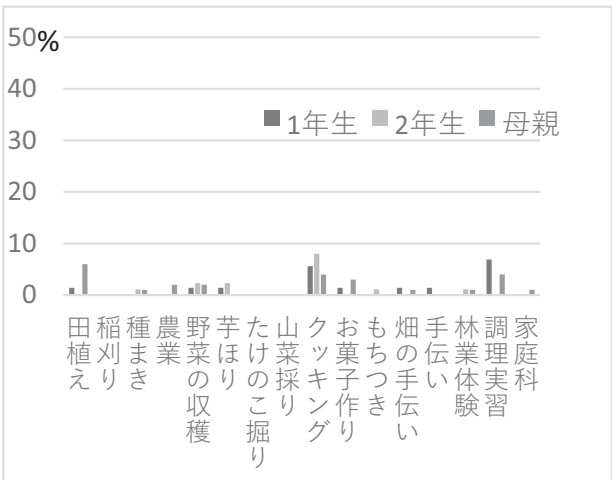


図 2-4 b 食育体験の内容（中学校）

験などより家庭科の授業の中での調理実習が増える傾向にあり、中学校や高校ではさらに収穫体験などは減り、調理実習が増えていることが推察された。母親の食育体験の内容としては就学前から中学生の時期を通して田植えや畑仕事の手伝いがみられた。調理体験としては祖母との料理、友達とのお菓子作り、お弁当作りをあげていた。

また、学生の方が母親より全体を通してクッキングなどの体験が多くみうけられた。親子料理教室などのクッキング教室への参加が近年増えてきていることが影響するのか、今後検討していきたいと考える。

A大学学生対象に実施した「食育体験」や「郷土料理や食文化の継承」に関する調査でも就学前の栽培体験が多いほど料理をよくしていることや料理が楽しかったという学生は、好き嫌いが少なく、子どもの頃に親と一緒に食事をしており、料理をすることも多いことが報告されている。⁵⁾ 親とのコミュニケーションが現在の「料理をするか」「好き嫌いはないか」などに関与しているこ

とや子どもの頃の栽培体験や調理体験が成長後の食に関する興味や関心につながる事が考えられる。そのほか幼児期からの食育体験は成長してからの食生活に与える影響が大きく、子どもの頃の調理体験が多いほど大人になって望ましい食生活を送ることが数多く報告されている。^{6) 7)}したがって栽培体験や調理体験は、就学前から継続して行うことで身近な食材や地域の食文化への関心の向上につながるものであると言える。

(2) 食材の購入に関して

食材の購入については、図3に示したとおり「国産や地域の食材を選びますか」の問いで「いつも選んでいる」、「時々選んでいる」とする割合が母親で95.6%（88名）と一番高く、2年生83.9%（73名）、1年生75.0%（54名）の順であった。しかしながら図4に示したように地元の食材かどうかかわからず食べているものも1年生で14%（10名）、2年生で12%（10名）占めており、地産地消の意識が低いことが推察される。郷土料理は、地元でとれる魚や野菜を使う料理が多いこと

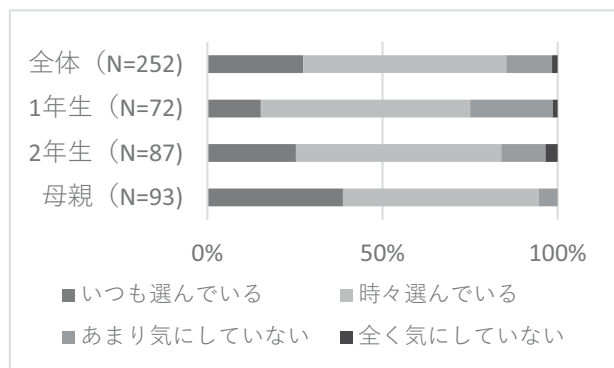


図3 国産や地域の食材の購入頻度

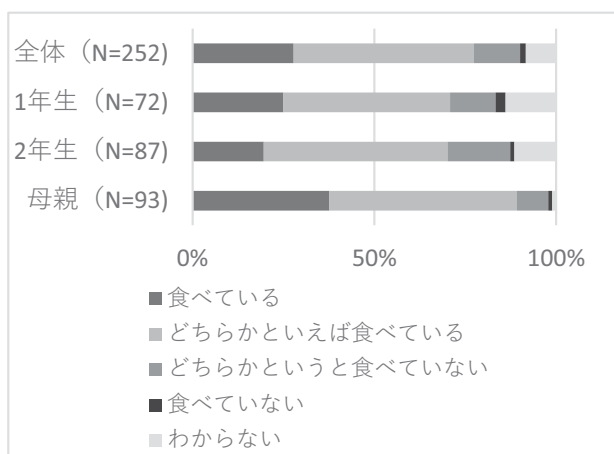


図4 地元食材を喫食状況

から、子どもの頃から栽培体験や調理体験などを通して地域の食材に触れたり見たりして五感を養うことも重要である。

(3) 郷土料理や食文化の継承に関して

図5に示したとおり母親の出身地は、金沢が約4割で最も多く、次に能登地区、加賀地区の順であった。年齢は、図6に示したように40歳代が61人で最も多く、40～50歳代で全体の9割近くを占めていた。

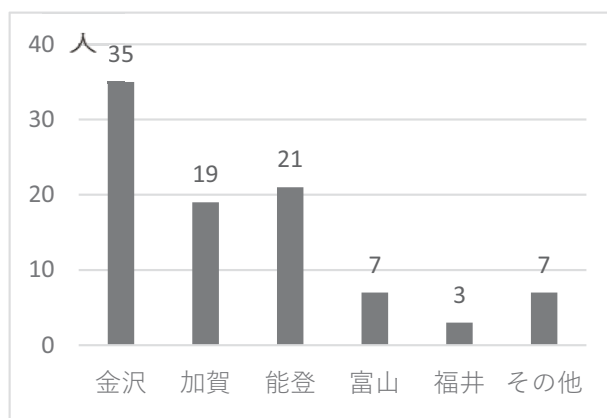


図5 母親の出身地

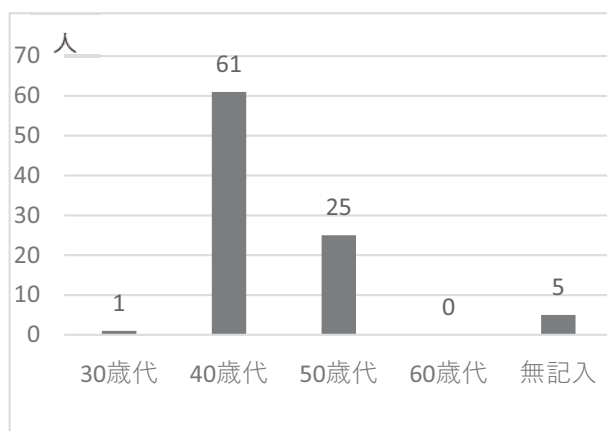


図6 母親の年代

「知っている郷土料理はありますか」の問いでは図7に示したように2年生の割合が一番高く、一方で1年生では6割近くが知っている郷土料理がないと答えていた。比較的認知度が高かった郷土料理は図8に示したとおりである。石川県の代表的な郷土料理の「治部煮」は、2年生の認知度が高く、全体的に1年生の知っている割合は低かった。

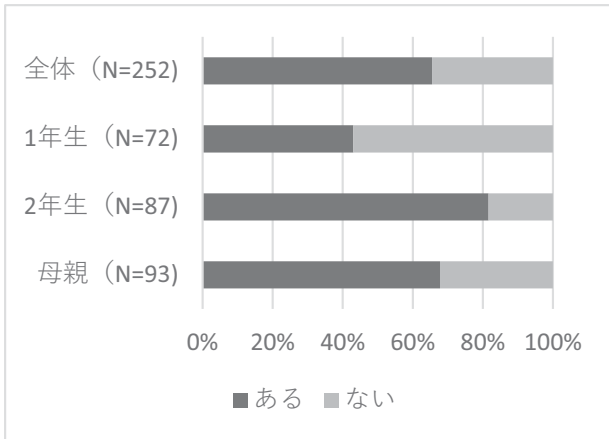


図7 知っている郷土料理の有無

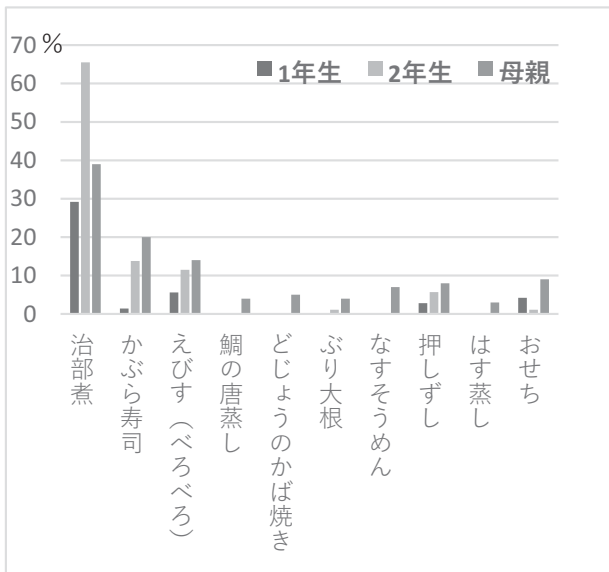


図8 知っている郷土料理

また、「家庭で郷土料理を食べていますか」の問いについては、図9のとおり「食べている」「どちらかといえば食べている」と答えた割合は1年生で50%を下回っていた。2年生や母親においても「食べていない」とする割合が40%近くを占めており、近年、郷土料理を家庭で作ったり食べたりすることが少なくなっていることが推察された。

しかしながら、「郷土料理を受け継いでいますか」、「郷土料理を伝えたいですか」の問いについては、「伝えたいと思う」とするものが全体で9割以上占めていたが、「受け継いでいる」とするものは全体の6割程度に過ぎなかった。(図10、図11)

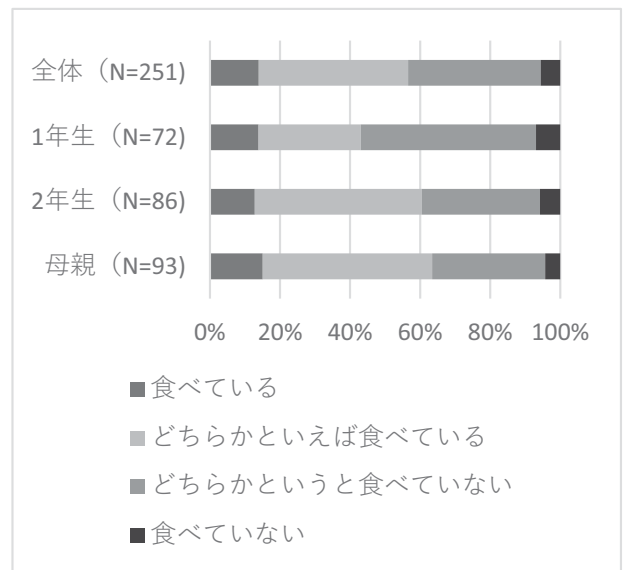


図9 郷土料理の喫食状況

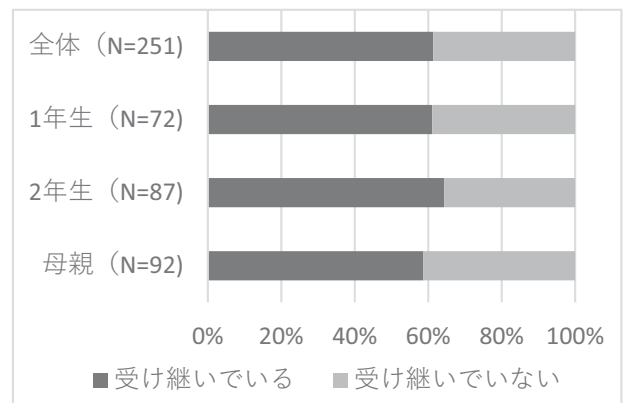


図10 郷土料理を受け継いでいる割合

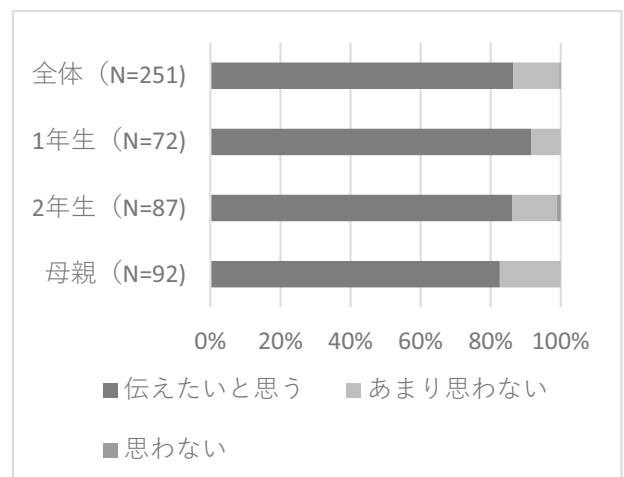


図11 郷土料理を伝えたいと思う割合

2、C児童館対象の親子クッキング教室の事後アンケート結果

(1) 郷土料理や伝統料理や箸づかいなどのマナーに関して

「地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を教えてもらっていますか」の問いで、「教えてもらっている」と答えた児童は78.8%（28名中22名）であった。また、「家の味がわかりますか」の問いで、「食べているからわかる」が67.8%（19名）、「一緒に作るからわかる」が21.4%（6名）で「わからない」が1.1%（3名）であった。（図12、図13）

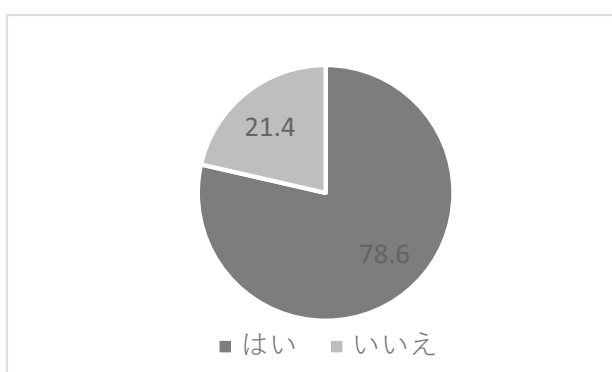


図12 食べ方や作法を教えてもらっている割合

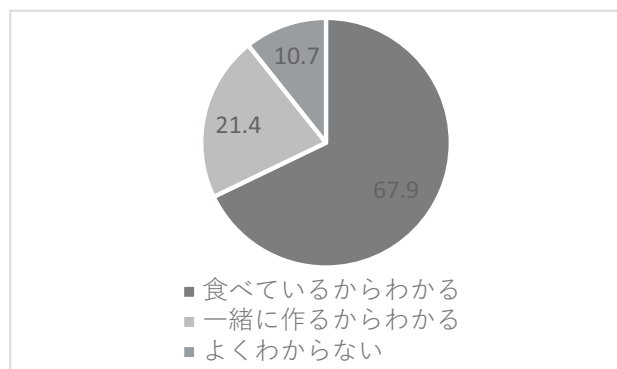


図13 家の味がわかる割合

母親の回答では「地域や家庭で受け継がれてきた料理や箸づかいなどの食べ方の作法やマナーを大切だと思いませんか」の問いに対して「思う」と答えた母親は100%（10名）であった。親子クッキングで取り上げてほしいものとして、10人中8人の母親が「魚料理」や旬の食材を使った「郷土料理」をあげていた。親子クッキング教室では、保護者のニーズにも応えて魚料理や郷土料理を取り入れると同時に、基本的な食事のマナーについても食育ゲームなどを利用して確認することで、郷土料理に関心を持ち食文化継承の意義を理解し

てもらふことにつながると考えられる。

(2) 国産や地域の食材の利用について

「ふだん、地元の野菜を食べていますか」の問いで、「食べている」と答えた母親の割合は70.0%であり、よく食べる地元の特産物として加賀野菜の金時草や五郎島金時や蓮根のほか米、ブロッコリー、ほうれん草、南瓜などをあげていた。また、「地元の野菜を選んで食べたいと思いましたか」の問いに対して、児童は「思った」が75.0%（21名）、「少し思った」が24.1%（6名）、「思わなかった」が3.6%（1名）であり、親子クッキング教室で地元の野菜を取り入れることで、子どもの頃から野菜に興味を持たせることができることが示唆された。（図14）

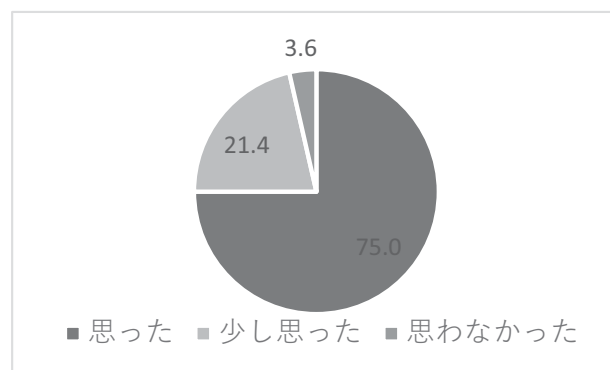


図14 地元の野菜を食べたいと思う割合

IV おわりに

食文化が多様化する中で、地域の郷土料理などの食文化を大切にし、次世代への継承を図る取り組みが重要とされている。³⁾ 幼児期からの食育体験は、身近な食材や地域の食文化への関心の向上につながるものであり、栽培体験や調理体験は、五感を育てる食育活動として大切である。地元の特産物を身近に感じることができたり、母親や祖母や友だちと一緒に調理することで、コミュニケーションをとってお互いを思いやるなど社会性を学ぶ機会にもなるので、子どものすこやかな成長に欠かせない体験である。また、郷土料理は地産地消の旬の食材が多く利用され、自然の恵みに感謝しその土地に適した料理として受け継がれているものなので、親子クッキング教室などにおいて、保護者からのニーズの高い「魚料理」や「野菜料理」を取り上げることは、郷土料理が家庭料

理として母から子へ自然に受け継がれていく流れをつくるためにも重要であると考え。今後、次世代の子どもたちやその子どもたちを育てる若い世代が、郷土料理や食文化を楽しんで学ぶ機会として食育体験を活用することが必要であろう。

付記

本研究の一部は2017年9月に開催された第64回日本栄養改善学会で発表した。

〈参考文献・引用文献〉

- 1) 内閣府：「食育基本法」法律第63号2005年6月
- 2) 田中弘美、宮丸慶子、新澤祥恵、中村喜代美、坂井良輔2010：保育園児の食生活に実態とその課題 北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要 第2号 第1分冊 p103～111
- 3) 農林水産省編：「平成30年版食育白書」
- 4) 農林水産省：「平成29年度食育に関する意識調査報告書」
- 5) 田中弘美 2015：「短大生の食育に関する調査について」第62回日本栄養改善学会示説発表
- 6) 磯部由香ほか2015：「幼児とその親を対象とした料理教室による食育」三重大学教育学部附属教育実践総合センター紀要2015第35号27-32
- 7) 三輪聖子ほか2007：「岐阜県における幼児の食育実態調査と食育推進活動の実践例」岐阜女子大学紀要第36号105-114

