

# 大学生の食育に関する意識の変化

## — 南三陸スタディツアーを通じた若い世代の食育 —

Changes in Students' Attitude toward Dietary Education :  
Through the Study Tour in Minamisanriku

今井 景子  
IMAI, Keiko

キーワード：食育、スタディツアー、ワークショップ、東北再生「私大ネット36」

### I. はじめに

東北再生「私大ネット36（さんりく）」は、東日本大震災後の復興にあたり、10年間にわたって、教育的視点から支援活動を行っていくため2012年に発足した。加盟校がゆるやかに連携しながら、自由で独自性のある活動を実施できる環境を創出していくことを目的としている<sup>(1)</sup>。その活動には会員校のゆるやかな連携（教育研究におけるフィールドワークの実施、大学間連携の促進、産業・雇用の創出など）がある。フィールドワークは当初は瓦礫の撤去などのボランティア活動が中心であったが、復興状況の変化とともに直接的なボランティア活動は落ち着き、仕事・自然・教育といった視点で被災体験から学び、これからの町や自分自身について考えるという活動が多くなっている<sup>(2)</sup>。

フィールドワークを行う宮城県本吉郡南三陸町は、町境が分水嶺と重なっているため、降った雨が町内の森里を潤し志津川湾に注ぎ込むという独特の地形をしており、海・山・里の土地のめぐみが豊かにある。また、東日本大震災時には津波が襲来し、ライフラインの寸断された中で共助しながらの食事の調達など、特殊な「食」の経験がある。今回、大学生を対象に、「食」について掘り下げて学び見識を深めることで、よりよく生きる助けになることを目的としてスタディツアー（以下、ツアーとする）を企画し引率した。

2005年に食育基本法が定められて14年が経ち<sup>(3)</sup>、食育活動も多彩な展開をされるようになってきた<sup>(4)</sup>。第3次食育推進基本計画では2016年度から2020年度までの5年間に特に取り組むべき基本的な方針や目標値が掲げられた。その中に重点課題として、「特に、20歳代及び30歳

代の若い世代は、食に関する知識や意識、実践状況等の面で他の世代より課題が多い。このため、こうした若い世代を中心として、食に関する知識を深め、意識を高め、心身の健康を増進する健全な食生活を実践することができるように食育を推進する。また、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食育を推進する」という『若い世代を中心とした食育の推進』が新たに示された<sup>(5)</sup>。大学生はここでいう若い世代に含まれ、健康な食生活を送るために食育を受けることが望ましい立場であると同時に、国民運動としての食育を行う立場でもある。

今回のツアーには、東日本大震災の語り部の話や食にかかわる現場を見ることによる「食に関する知識」を得ることや、食品について掘り下げて学び得た知識で、児童に対するワークショップを実施することが含まれている。これらは、どちらも「食育」の要素を含んでおり、食育の対象者と実施者の双方向の体験を同時にすることになる。そこから、食育に関する意識や食育実施者としての意欲が芽生えることが期待される。

そこで今回、ツアーにより双方向の食育を体験した大学生の「食育」に関する意識が、体験の前後でどのように変化したかを明らかにする。そこからツアーによる食育実践の意義を確認し、今後の若い世代に向けた食育の在り方を検討することを目的として調査を行った。

### II. 調査方法

#### 1. 調査対象者

対象は私大ネット36「2019年夏南三陸スタディツアー Act.1:「食」の楽しさでつながる旅」の参加者12名（男性2名、女性10名）である。私大ネット加盟校27校を対象

に募集し、ツアーへの参加を希望した大学生である。

## 2. ツアーの内容

ツアーは、事前研修1日、現地ツアー3泊4日、事後研修1日であり、以下の目標をもってツアーを構成した。

①「食」をツールとしてコミュニケーションを持つ②「食」を知る(東日本大震災時の糧、日常生活における糧・食生活、食べ物を得るといふこと、南三陸の食材、食品化学、調理の意義)③「食育」とは何かを知る④児童対象のワークショップを行う⑤作成した料理を食べる事により、共食の喜びを知る⑥自分の中の「食」を振り返る⑦南三陸の食材を知り、それを利用したおすすめ料理を考案する。

引率は教員1名職員1名で行い、現地の研修は、宮城県本吉郡南三陸町「南三陸まなびの里 いりやど」を利用して行った。

実施した内容は以下の通りである。活動の様子として写真1～6を文末に示す。

8月7日(水) 事前研修

- ・アイスブレイク
- ・引率教員によるツアーの内容や食育の概念等の講義。
- ・調理実習で昼食を作り、食を仲立ちとしてコミュニケーションをとった。また、各人がお勧めの食材を持ち寄り、紹介することで嗜好の多様性を学んだ。(写真1)
- ・演習：ワークショップのための技術指導。全員が全種類の実験を実施できるようにデモンストレーションを見た後、実際に行った。(写真2)

8月19日(月) ツアー1日目

- ・新幹線および貸し切りバスを用いて研修・宿泊所まで移動した。
- ・町内視察：東日本大震災の語り部の案内により、津波の被害状況と、復旧復興に向けた取り組みを視察し、南三陸の現状を学んだ。
- ・講話：海藻の養殖業者を講師として招き、南三陸町の海の豊かさや震災時の避難所の様子や食事の提供などについて話を聞いた。

8月20日(火) ツアー2日目

- ・せりの見学：南三陸地方卸売市場にてせりの様子を見学した。(写真3)
- ・漁業体験：地元の漁船に乗って志津川湾の養殖漁業の見学をした。その後、海産物(帆立貝)の収穫体験とクリーニングを行った。(写真4)
- ・地場産品の食事体験：南三陸町の歴史遺産「ひころの里」にて地場産品で作った食事を銘々膳で食事体験した。

- ・ワークショップの準備：実験準備、配布資料作成、実施方法の確認をした。

8月21日(水) ツアー3日目

- ・ワークショップのリハーサル。
- ・児童クラブでワークショップを実施した。(写真5)
- ・ワークショップ振り返りの発表用資料を作成した。

8月22日(木) ツアー4日目

- ・ワークショップ振り返りの発表をした。
- ・新幹線および貸し切りバスを用いて移動。

9月10日(水) 事後研修

- ・ツアー全体の振り返りを行った。
- ・名物料理の考案：各自考えた名物料理を試作して持ち寄り、内容を検討した。(写真6)

## 3. ワークショップ

食品を使った3種類の実験を児童が体験するワークショップを行った。大学生を4人ずつのグループに分け、それぞれ1つの実験を担当することとし、準備、配布資料作り、ファシリテーションを行った。

日 時：2019年8月21日(水) 14時～16時

場 所：南三陸町放課後児童クラブ

対 象 者：児童クラブ参加の小学校1年生から6年生までの20人

実施内容：夏休み自由研究応援プロジェクト「たべもの大実験!!」とする3つの実験

- ・きゃべつの分解 食べられる植物の観察を目的として行った。きゃべつの芯をくりぬき電子レンジで加熱してやわらかくしたものを使用し、葉をはがして何枚あるか並べて数え、1番中心はどうなっているか観察した。
- ・にぼしの解剖 生き物の体のつくりを知る事を目的として行った。市販のにぼしを手あるいはピンセットを用いて分解し、ワークシートに粘着テープで貼り付けて標本作製した<sup>(6),(7)</sup>。
- ・色が変わる飲み物の実験 酸性・アルカリ性という食品の化学的性質の一端に触れることを目的として行った。タイ産バタフライピーの青色の浸出液にレモン汁を加え赤くなる色の変化を観察した。また、リトマス試験紙を用いて、レモン汁が青から赤、こんにゃくが赤から青に試験紙の色を変化させる実験を用いて酸性・アルカリ性について解説した。

## 4. 調査

1) 調査方法および実施日

2019年8月から9月にかけて、①事前研修、②ツアー終了後、③事後研修の3回質問票調査を実施した。

①事前研修：8月7日こども教育宝仙大学322教室に

て実施し、参加者10名。欠席者2名は8月17日に追加研修を行った際に実施した。②8月22日 南三陸町研修施設にてツアー最終日に参加者12名に実施した。③9月10日 ども教育宝仙大学322教室にて事後研修時に8名実施し、欠席した4名は、9月16日に追加研修を行った際に実施した。自記式質問票調査で無記名式として行ったが、3回の調査で連続して調査するため、回答者に無作為に割り振った番号を識別番号として与え、3回とも同じ番号で回答してもらった。

事前・事後研修およびツアーで行った食育の内容を図1に示す。

## 2) 調査項目

調査は、「食育実施者としての意識に関する調査」として行った。調査票の内容は①基本的属性②食と食育に関する意識③食育の内容への意識④食文化・郷土料理に関して⑤本ツアーは自分または将来の食育のために役に立ったか、である。

①基本的属性：性別、年代、学年、学部系統、居住環境、健康状態②食と食育に関する意識：食に関する興味、食生活の満足度、食育の認知度、食育への関心、食生活の状況③食育の内容への意識：普段の食生活の中で力を入れたいこと、食育主体の重要性、食育で重要だと思うこと④食文化・郷土料理に関して：郷土料理の認知度、郷土料理継承の有無とその意欲⑤本ツアーは自分または将来の食育のために役に立ったか、である。

来の食育のために役に立ったか、である。

## 3) 解析方法

食育主体の重要性、食育の知識の重要度、本ツアーは自分または将来の食育のために役に立ったか、については、「非常にそう思う」5点、「そう思う」4点、「どちらとも言えない」3点、「あまり思わない」2点、「全くそう思わない」1点として集計した。郷土料理の認知については「知っている、行いたい」2点、「知らない・行いたくない」0点として集計した。

調査結果は、集計に基づき解析を行った。データをMicrosoft Excelに入力し、項目により未記入や無効回答がある場合は欠損値として分析ごとに処理した。解析にはIBM社SPSS Statistics ver.23を使用し、単純集計、クロス集計を行った。2グループ間の平均値の差の検定には $t$ 検定、独立性の検定には $\chi^2$ 検定を行い、危険率5%未満を有意とした。

## 4) 研究倫理

本研究は、ども教育宝仙大学研究倫理規定に基づき、倫理委員会の承認を受けて実施した。倫理面を考慮し解答により不利益がないことおよび個人情報への遵守に関する説明を調査票配布時に行い、調査票の回収をもって研究への同意とみなした。

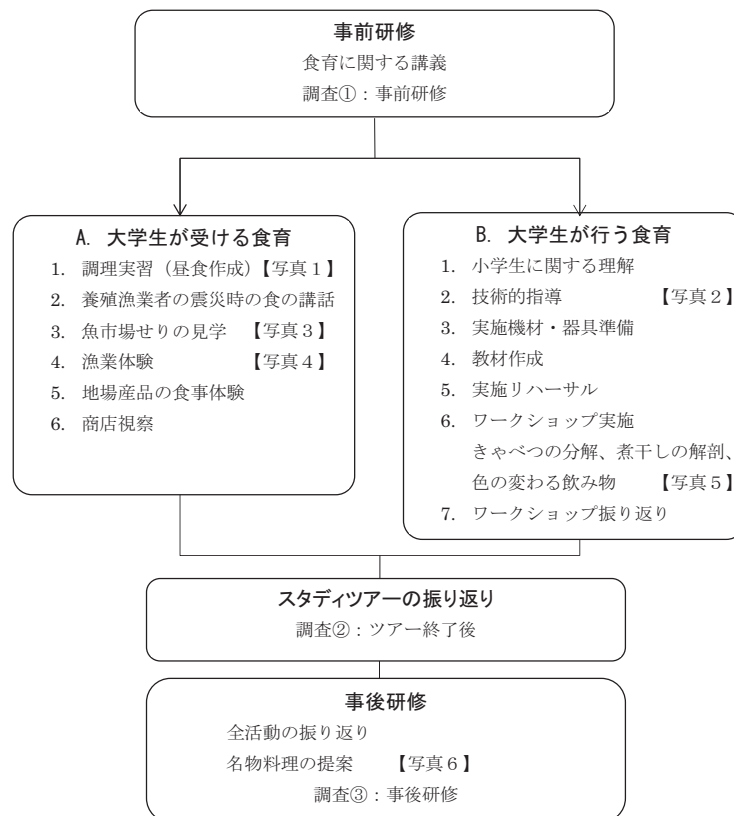


図1 食育実践活動と参加者への食育フロー

### Ⅲ. 結果および考察

#### 1. 参加者の状況

調査票は12名に配布し100%の回答を得た。参加者の概要を表1に示す。女性が多く(10名83.3%)で、年代は10歳代(4名33.3%)より20歳代(8名66.7%)の方が多かった。学年は1年生(6名50%)と2、3、4年生の合計が(6名50%)と同じ比率であった。参加者の学部系統は、教育学系統が(8名66.7%)、法学と人文系の文系が合計4名(33.3%)で、理系の学生はいなかった。居住環境では自宅が多く(10名83.3%)、独居(2名16.7%)が少なかった。健康状態は、良い(とても良い4名33.3%、まあまあ良い6名50.0%)が多かったが、

表1 参加者の概要

		n=12		人数 (%)	
性別	男性	女性			
	2 (16.7)	10 (83.3)			
年代	10歳代	20歳代			
	4 (33.3)	8 (66.7)			
学年	1年生	2年生	3年生	4年生	
	6 (50.0)	1 (8.3)	3 (25.0)	2 (16.7)	
学部系統	文系(法・経・人文など)		教育学系統		
	4 (33.3)		8 (66.7)		
居住環境	自宅	独居(自炊)			
	10 (83.3)	2 (16.7)			
健康状態	とても良い	まあまあ良い	どちらとも言えない	悪い	
	4 (33.3)	6 (50.0)	1 (8.3)	1 (8.3)	

どちらとも言えない、悪いがそれぞれ1名(8.3%)であった。

#### 2. 食と食育に関する意識

参加者の食に関する状態や意識を確認するために、①食に関する興味、②食生活の満足度、③食育への認知度、④食育への関心、⑤食生活の状況、について尋ねた。事前研修・ツアー終了後・事後研修の結果を表2に示す。

##### 1) 「食、食品、食べること等」への関心

あなたは「食、食品、食べること等」に関心がありますかと尋ねたところ、「関心がある」、「どちらかと言えば関心がある」を合わせて「関心がある」とすると、事前研修・ツアー終了時・事後研修のすべての調査で全員が関心があると答えた。このツアーは、「食」に重点を置いて企画したので、もともと関心が高い学生が集まっていたと考えられる。

##### 2) 食生活の満足度

あなたは今の食生活(栄養、質、量等)に満足していますかと尋ねたところ、事前研修・ツアー終了時・事後研修を通して2人から3人がやや不満だ・不満だと答えた。参加者の概要で健康状態に関しての間にも、どちらとも言えない・悪いと答えたものが2名いた。悪いと回答した者は、3回の調査とも食生活に不満だと答えており、食生活の満足度と健康状態は関係することが推測さ

表2 食と食育に関する意識

	n=12			人数 (%)
	事前研修	ツアー終了時	事後研修	
「食・食品・食べる事等」に関心がありますか				
関心がある	6 (50.0)	9 (75.0)	8 (66.7)	
どちらかといえば関心がある	6 (50.0)	3 (25.0)	4 (33.3)	
今の食生活(栄養、質、量等)に満足していますか。				
満足している	6 (50.0)	8 (66.7)	3 (25.0)	
やや満足している	4 (33.3)	1 (8.3)	5 (41.7)	
やや不満だ		1 (8.3)	2 (16.7)	
不満だ	2 (16.7)	2 (16.7)	1 (8.3)	
「食育」という言葉や意味を知っていましたか				
言葉も意味も知っていた	4 (33.3)	4 (33.3)	10 (83.3)	
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	7 (58.3)	7 (58.3)	2 (16.7)	
言葉も意味も知らなかった	1 (8.3)	1 (8.3)		
「食育」に関心がありますか				
関心がある	6 (50.0)	5 (41.7)	8 (66.7)	
どちらかといえば関心がある	6 (50.0)	6 (50.0)	3 (25.0)	
どちらかといえば関心がない		1 (8.3)	1 (8.3)	
関心がない				
食生活の状況				
現在、食生活で気をつけていることはないし、今後も気をつけるつもりはない	2 (16.7)	1 (8.3)	1 (8.3)	
現在、食生活で気をつけていることはないが、今後、6ヶ月以内には何か気をつけようと思う	3 (25.0)	5 (41.7)	5 (41.7)	
時々、食生活で気をつけることがあるが、特に継続的にしていることはない	6 (50.0)	5 (41.7)	4 (33.3)	
現在、食生活で気をつけていることがあり、すでに6ヶ月以上継続している	1 (8.3)	1 (8.3)	2 (16.7)	

れた。

### 3) 食育の認知度

「食育」と言う言葉や意味を知っていましたかという問に対しては、事前研修・ツアー終了時には言葉の意味も知らなかったと言うものが1名ずつおり、言葉は知っていたが意味を知らないと言うものは半数以上いたが、事後研修では80%以上のものが言葉も意味も知っていたと答え、ツアーにより食育と言う言葉や意味が認知されたものと考えられる。

### 4) 食育への関心

「食育」に関心がありますかと尋ねたところ、関心がある・どちらかと言えば関心があると言う「関心がある」ものが事前研修・ツアー終了時・事後研修を通して90%を超えていた。ツアー終了から事後研修にかけて、どちらかと言えば関心がない参加者が1名いたが、実際にツアーを通して体験して自分は関心がないという認識に至ったものと推測される。

### 5) 食生活の状況

行動変容ステージモデルでは、人が行動を変える場合には「無関心期」→「関心期」→「準備期」→「実行期」→「維持期」の5つのステージを通る<sup>8)</sup>。学生が自分の食生活に関心を持って行動を変えようと考えているかを調査した。すなわち、「現在、食生活で気をつけている事はないし、今後も気をつけるつもりはない」は無関心期、「気を付けていないが6か月以内に気をつけたい」「気をつけているが何もしていない」は関心期、「気を付けていることがあり、6か月以上継続している」は実行期である。

実行期であるものは、事前研修とツアー終了時に8.3%であったが事後研修に16.7%になった。無関心期であるものは、事前研修に16.7%であったが、ツアー終了時と事後研修で8.3%になった。表には記載していないが、健康状態と併せて見ると、実行期のものは1名であるが、健康状態は「とても良い」であり、健康状態が「悪い」ものは、1名であるが、「気を付けているが、何もしていない」の関心期であった。

大学生ともなれば、自分の体調や食生活を振り返って、行動変容につなげることが重要である。平成28年度に行われた大学生を対象とした同様の調査では、「現在食生活で気をつけていることがある」と回答した人は21.9%<sup>9)</sup>で、今回の調査の方が高い結果となった。

## 3. 食育主体の重要性

どこが行う食育が重要と認識されているかを調べるために、食育主体の重要度を尋ねた結果を図2に示す。全体の平均は事前研修4.13点、ツアー終了時4.33点、事後研修4.41点と食育の主体の重要度は高くなった。重要な

主体は園（幼稚園・保育園）、家庭、学校だと認識されており、食育は子どもや児童・生徒を対象としてとらえられているのではないかと推測された。連携した食育、地域の食育、ボランティアによる食育が続いて重要とされており、今回ツアー中にワークショップを行ったことを連携した食育と考え、実施して「こういった食育も重要なのではないか」という認識に至ったのではないかと推測される。事前研修・ツアー終了時、事後研修を通して重要性の認識が変わったのは行政で ( $t=-2.803$   $df=11$ ,  $p<.017$ )、重要性についての認識が高くなっていた。

食育は子どもだけを対象とするものではなく、ライフステージや環境に合わせたものを切れ目無く受けることが望ましい。自らが食育を受けるべき者であるという自覚があれば、大人を対象とした地域、ボランティア、行政、連携した食育なども重要視されるのではないだろうか。病気になってから食事指導を受けることよりも、元気な若いうちから身近なところで行われている食育フェアや健康教室などに参加して、食についての話を聞こうという意識を持つことが望ましいと考える。

## 4. 食育の知識技術の重要度

食育の知識技術の重要度の変化を図3に示す。

全体の平均で事前研修4.41点、ツアー終了時4.50点、事後研修4.56点と重要度は上がっていった。最も重要と考えられていたのが、作る人に感謝すること4.78点、食べ物を大事にすること4.6点、栄養のバランス4.61点であった。これは参加者が、教育学系統の学生が多かったため、幼児や児童に対する食育の概念とつながっていたためと考えられる。そのため難しい内容の食育よりも、幼児や児童に理解できるような内容が重要だと考えたと推測することができる。食育の体系的な整理では、a. 食を通じたコミュニケーション、b. 食に対する基本所作、c. 自然の恩恵などへの感謝、d. 食文化、e. 食糧事情、f. 食品の安全性、g. 栄養のバランス、h. 食生活リズム、と分類されている<sup>10)</sup>。その中で、c. 自然の恩恵などへの感謝の気持ちや食べ物を大事にすること、g. 栄養バランスが重要なことと認識されており、それは食育実践の前後でも違いは見られなかった。

縦断的に見ると、知識は事前研修とツアー終了時 ( $t=-2.345$ ,  $df=11$ ,  $p<.039$ )、郷土食は事前研修と事後研修 ( $t=-3.924$ ,  $df=11$ ,  $p<.002$ ) およびツアー終了時と事後研修 ( $t=-3.317$ ,  $df=11$ ,  $p<.007$ ) 間に有意な差が見られた。今回のワークショップは、きゃべつや煮干しといった具体的な食品を用いて行い、実施までの過程でそれらについて自主的に学んでおり、そこから知識を持つことが重要だと考えられたと推測される。しかしながら、実践活動が終わってからはその意識も遠のいており、1度短時

間経験することだけでは重要なものとして認識は定着には至らないのではないかと考えられる。郷土食に関しては、事前研修時にはほかの項目より重要度は低かったが、ツアー中にいろいろな料理や食材に触れ、自分たちで地域の食材を使った料理を考えるという目標を持っていたので、事前研修から事後研修を通して意識が高くなっていったのではないかと考えられる。

### 5. 食文化に対する意識

食育推進基本計画の中の重点課題では、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ている若い世代の割合を2020年度までに60%以上にすることが

目標値として掲げられている<sup>15</sup>。伝統的料理や作法を継承しているかや、郷土料理に対する意識等について尋ねた。

郷土料理に対する意識では、事前研修時には、自分の地域の郷土料理を知っていたものは6人(50%)であった。また他地域の郷土料理は5人(41.7%)が知っているとした。自分の地域で受け継がれてきた風習は5人(41.7%)が受け継いでいるとした。自分の地域の郷土料理を受け継ぎたいかという質問には、全員(受け継いでいきたい5人41.7%、機会があれば受け継いでいきたい7人58.3%)が受け継いでいきたいと答えた。自分の地域の郷土料理を作りたいかという質問には全員(作りたいと思う4人33.3%、機会があれば作りたいと思う8人66.7%)が作りたいと答えており、意欲の高さがうかがえた。

重点課題の中では「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法などを継承している若い世代の割合」を現状値49.3%から60%を目標値に設定している。本調査では、41.7%が受け継いでいると答えていた。受け継ぐ内容に関する調査では郷土料理や伝統料理、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどをひとまとめにしている。地域や家庭で受け継いできた味は日常の食であり、郷土料理や伝統料理であることは説明がないと認識できない。今回の調査にある、受け継がれてきた料理や風習を特別なものととらえてしまい、自分は受け継いでいないと回答したものもいたと推測される。

事前研修・ツアー終了時・事後研修での郷土料理に関

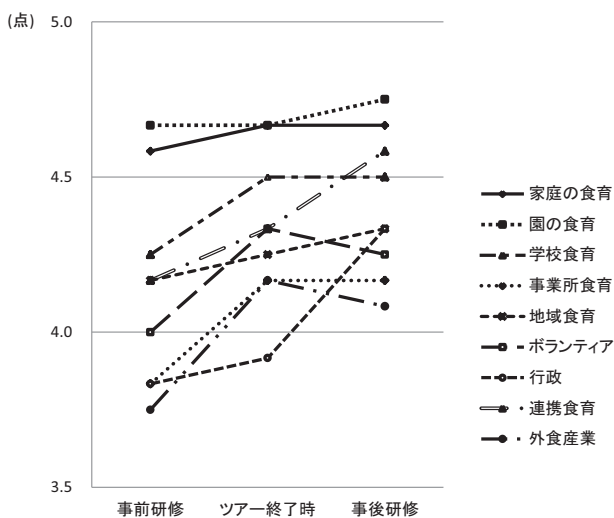


図2 食育主体の重要度

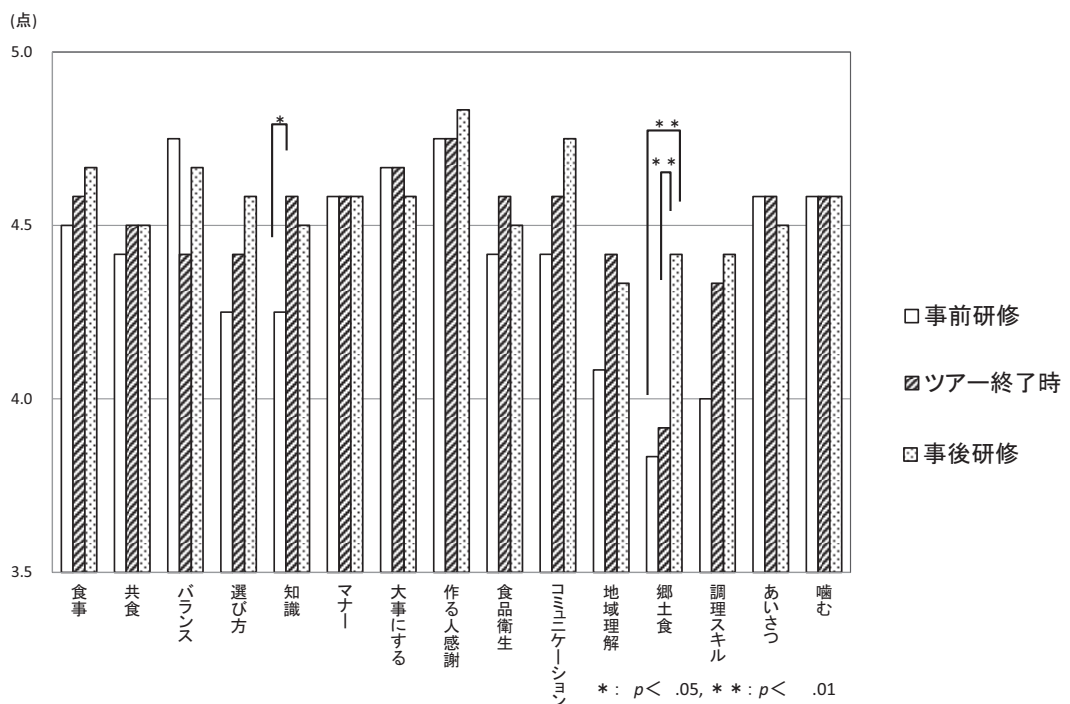


図3 食育の知識技術の重要度

する意識の変化を図4に示す。

自分の地域の郷土料理に関する認知では、事前研修1.5点、ツアー終了時1.58点、事後研修1.8点、と認知される割合が高くなっていった。

他地域の郷土料理に関する認知では、事前研修1.6点、ツアー終了時1.5点、とツアー終了時には減少していたが、事後研修1.9点となり、ツアー終了時と比べて有意 ( $t=-2.449$   $df=9$ ,  $p<.037$ ) に上昇していた。

自分の地域で受け継がれてきた風習を受け継いでいるかに関しては、事前研修1.08点、ツアー終了時では0.83点、事後研修では0.90点と半数以上のものが自分の地域で受け次がれてきた風習を受け継いでいないと考えていることがわかった。これは、ツアーに参加して、地域の風習が色濃く残っている南三陸と自分の食生活を比較して、自分の食生活は地域に根ざしている部分が少ないと考えたからではないかと推測される。

自分の地域の郷土料理を作りたいかでは、事前研修1.36点、ツアー終了時1.57点、事後研修1.5点となっていた。事前研修からツアー終了時に意欲は増したものの、南三陸の食材を活かした名物を考案するという事後研修の課題に向き合い、地域の産品を生かすことの難しさに触れたため、事後研修でやや意欲が落ちたのではないかと考えられる。

今回のツアーを実施するにあたって、現地の食に関して意識的に解説をし、名物を考える土台として、いろいろな地域の郷土料理を例として提示した。もともと郷土料理をあまり意識せずにいた者でも、解説を聞いたりす

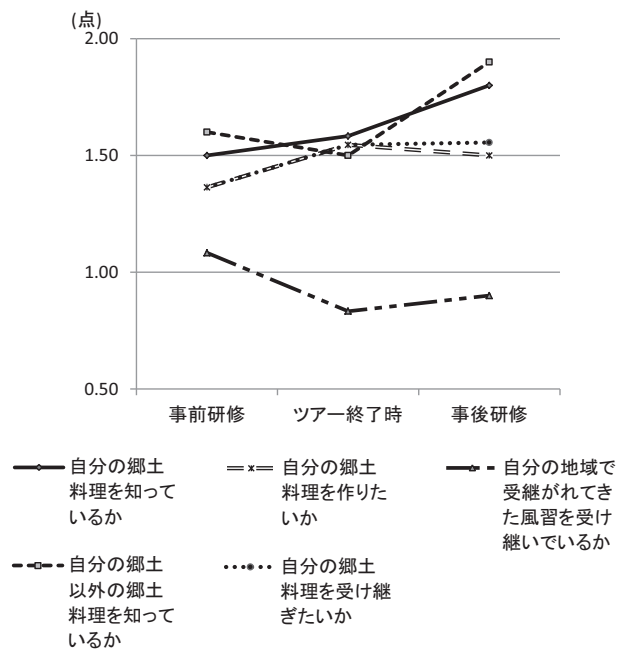


図4 郷土料理に関する意識の変化

るうちに郷土食の知識が広がったと考えられる。

## 6. 自分または将来の食育のために役に立ったか

体験した内容が、自分のために役立ったか、および将来の仕事や子育てに行う食育に役に立つと思うかを尋ねた結果を図5に示す。

自分のために役に立ったと答えられたのは町内視察、震災時の話を聞くこと、児童に対するインタビューで共に4.83点だった。また、点数が低かったのは、きゃべつの分解3.73点、煮干しの解剖4.08点、色の変わる飲み物の実験3.82点であった。将来の食育のために役立つと考えられていたのが、食育のための講義4.82点、児童へのインタビュー4.75点、名物料理の考案4.73点であった。

自分のために役に立った事と食育のために役立つと考えることでは、きゃべつの分解 ( $t=-3.068$ ,  $df=10$ ,  $p<.012$ )、煮干しの解剖 ( $t=-3.023$ ,  $df=10$ ,  $p<.012$ )、色の変わる飲み物の実験 ( $t=-3.614$ ,  $df=10$ ,  $p<.005$ )、町内視察 ( $t=2.569$ ,  $df=11$ ,  $p<.026$ ) で有意に違いが見られた。

被災地に赴いて現地を視察したり、震災時の話を聞いたりするフィールドワークは、私大ネット36が目的としている重要な活動の1つであり、それが自分のために役立ったと考えられたのは喜ばしいことであった。また、児童へのインタビューが、自分のためになる貴重な経験になったと考えられたのは、自分達の予想や考えがおよばないような話を実際に聞いたからだと推察される。きゃべつの分解、煮干しの解剖については、改めて植物や魚の体を観察して食べ物と基本的な構造を知ることが

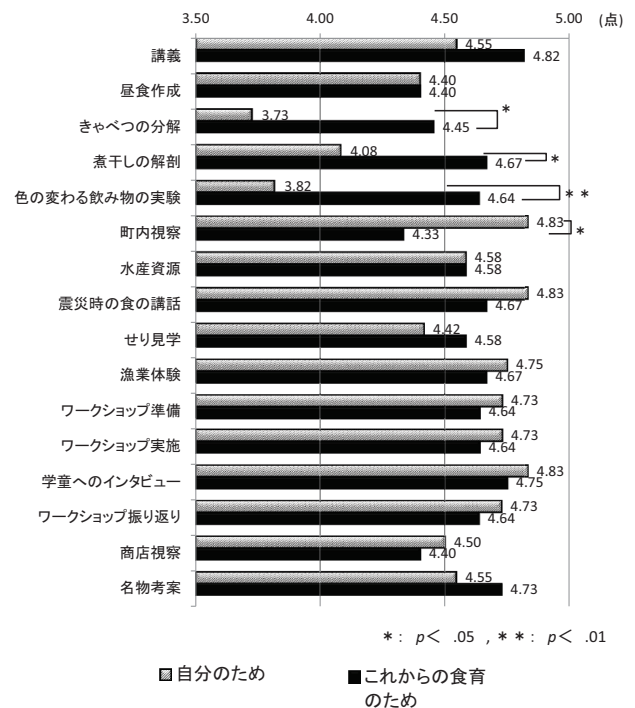


図5 体験は役立ったか

できるので、大学生にとっても興味深いはずだが、そういう認識には至らなかったようである。色が変わる飲み物についてもあまり興味を持たれず、児童に実験してみせる技術の習得としてみなされたのは、食品自体への関心が低いのではないかと推測される。

## 7. 食育実践の意義

食育は幅広い概念のものである<sup>10)</sup>。実施者の中でも、栄養士等が食育を栄養教育と位置づけて行うものや、教育関係者が行う文化の継承に重点を置くものなどがあり、食育というものの漠然とした感じは否めない。

今回調査の結果、いろいろな食育主体を重要と認識する割合が高くなった。食育主体には、家庭や学校、幼稚園等以外にも地域やボランティア、行政等があり、自分も参加できるのではないかと考えたり、自分の周りで行われる色々な団体の食育を身近に考えたりすることができるようになったのではないかと推測される。

食育の知識技術を重要と認識する割合も上がっている。一口に食育と言ってもいろいろな内容があり、講義や演習などを通してその重要さに気がついたものと考えられる。

ワークショップでは、何かを人に伝えるには自分が知ることだけでなく、相手に伝わるように掘り下げていく必要があると感じた学生も多かった。「この実験は何のために行うのか、児童のために何になるのか」を熟考している学生もいた。きゃべつの分解実験で、「きゃべつが嫌いな子でも、今回実験して、好きになってもらえたらいいな」と伝える者もいたが、それこそが食育であろう。児童が真剣な表情で熱心に取り組んでいる様子や、お礼のネットワークに「来年もやりたいです」と書かれていたのを見て、ワークショップが児童にとっても意義深いものであったことに気づけたのではないだろうか。それを食育活動の成果と気づき、自分たちが行った活動には成果があったのだと理解してもらえればありがたい。そこから派生して、学生の食育に対する興味関心が向上したならこの食に関するツアーは双方向の食育として意義があったといえよう。

## 8. 若い世代に向けた食育の在り方

第三次食育推進基本計画の重点課題には、①朝食摂取、②栄養バランスに配慮した食生活、③食文化の継承が掲げられている。

ツアー中には三食の食事が準備されており、朝食を摂取しない学生はいなかった。準備された食事でも地場の食材を使用しており、生産者を表示したプレートを読んでいる学生の姿があった。食べるあるいは見る機会があれば、活用していく学生は多いと考えられる。それを動機

として朝食摂取の意義や栄養バランスへの配慮を伝えていくことは可能であろう。

食文化の継承については、食育の中での重要度は調査期間中では上昇したが、ほかの項目より低い認識であった。郷土料理や伝統料理などは、家庭や地域、学校給食などで知る機会があるが、給食のない世代に伝えることは難しくなっている。そのためにも、地域や大学あるいは外食産業などが連携して、食べたり見たりする機会を作ることが必要である。若い世代の者たちは、それらに参加し、自分の周りにある食、例えば郷土料理や地場産品を食べたり体験したりすることで、理解を深める事により次世代へ伝えつなげることも取り組み易くなるであろう。

## IV. まとめ

今回のツアーは東日本大震災の津波による被災地という特別な場所で行った。食育の概念以前の「食べ物を得るには何をしなければならぬか」という事から始まり、新しい名物の考案することまでを体験した。また、食べ物をツールとして用いるワークショップも行った。それらから大学生は、日常では得られないような多くの学びを得た。様々な体験は有用であると考えられており、食育主体の重要度に関する認識や郷土料理に関する意識も上昇した。ワークショップを実施することにより、自分たちが食について学んで伝えることは、児童にとっても意義のあることであるという実感を持つことにもつながった。

将来の食育実施者として大学生は、地域や大学、あるいは外食の機会などを活用し、自分の周りにある食に関して意識して知識を広げる必要がある。そのためには、各種団体が行っている食に触れる機会などの支援を積極的に利用していくべきである。また、画像や本を頼って知識を得るのではなく、実際に現地に行ってみることは自分の見分を広めるのみならず、他者への支援にも結びついていくことを理解させ、足を運ばせる意欲を持たせるような教育が必要である。

本研究に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。



### 参考文献

- 1) 東北再生「私大ネット36」：私大ネット36とは、<http://shidai-net36.jp/net36.html> (2019年8月21日アクセス)
- 2) 戸口綾子：東北再生「私大ネット36 (さんりく)」による学習支援の成果報告、大正大学教育開発推進センター年報、3号、28-30頁 (2019)
- 3) 内閣府：食育基本法 (法律第63号)、官報号外第134号 (2005)
- 4) 農林水産省：平成30年度食育白書 (令和元年6月4日公表)、[http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/attach/pdf/h30\\_index-3.pdf](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/attach/pdf/h30_index-3.pdf) (2019年8月30日アクセス)
- 5) 農林水産省：第3次食育推進基本計画における目標値と現状値、<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/0000129496.pdf> (2019年10月14日アクセス)
- 6) 小林真理子：煮干しの解剖教室、(仮説社)、2010
- 7) 仮説実験授業研究会会員：にぼしの解剖資料室、<https://www.niboshinokaibou.com/daishia.pdf> (2019年7月1日アクセス)
- 8) 日本保健医療行動科学会：講義と演習で学ぶ保健医療行動科学、<http://www.jahbs.info/TB2017/TB2017%201-2-3.pdf> (2019年10月15日アクセス)
- 9) 農林水産省北陸農政局：平成28年度大学生を対象とした食育に関わるアンケート調査報告、[http://www.maff.go.jp/hokuriku/food/shokuiku/attach/pdf/student\\_enquete-5.pdf](http://www.maff.go.jp/hokuriku/food/shokuiku/attach/pdf/student_enquete-5.pdf) (2019年8月20日アクセス)
- 10) 農林水産省編：食育の考え方の体系的な整理、平成30年版食育白書 (日経印刷)、211頁 (2018)



写真1



写真2



写真3



写真4



写真5



写真6