小学６年生の食生活に関する実態と課題

小島　千明・菊地るみ子

『高知大学教育学部研究報告』第72号抜刷　2012年３月

論　文

小学６年生の食生活に関する実態と課題

The current condition and the classroom subject about foodlife
of the sixth graders in elementary school

小島　千明（高知大学大学院総合人間自然科学研究科）
菊地るみ子（高知大学教育学部）

Chiaki Ojima[*1]・Rumiko Kikuchi[*2]

Graduate School of Integrated Arts and Sciences, Kochi University[*1]
Faculty of Education, Kochi University[*2]

Abstract

The purpose of this paper is to identify elementary school children's current condition and classroom subjects. We looked into the food lifestyles of 130 sixth graders at two schools.

The results are as follows;

1. 22.3% of the children always look at the quality of the food listed on the label, when they buy confectionaries and foodstuffs.
2. The children with a high practice cooking frequency in their homes like cooking or are proud of their cooking skills.
3. The children who "like" cooking are "proud" of their cooking skills.
4. 41.5% of the children do not use a kitchen knife during summer vacation.
5. Most children hope to get better at cooking, and 28.5% of them hope to cook a one serving meal.

From now on, it will be necessary to identify what class work will encourage children to enjoy cooking.

Ⅰ．研究目的

2005年に食育基本法が成立し、2008年に改訂された小学校学習指導要領[1]においても、学校における食育の推進を、教育活動全体を通じて適切に行うものとしている。文部科学省は「早寝早起き朝ごはん」運動を進めているが、全国の小学５・６年生が朝食を「いつも食べる」割合は90.0％[2]であり、全員が朝食を食べて登校できているわけではない。小学生が朝食を欠食する主な要因は、生活習慣の乱れによるものが大きいと考えられる。また、2005年度の「児童生徒の食生活等実態調査報告書」[3]によると、男子小学生の約１割が「朝食が用意されていない」ため欠食をしていることから、家庭環境による影響も少なくないといえる。本来、家庭や地域の役割である食習慣に関するしつけが、うまく機能していない状況がうかがえる。その背景には、ライフスタイルの多様化や、外食・中食産業の発達に伴い、食事のあり方に関する考え方の変化がある。調理をしなくても、コンビニに行けば手軽に飲み物や食べ物が手に入る社会環境の中、「手作りのおにぎりを食べたことがない子や、お茶を沸かせない親」[4]がいると報じられているが、現時点では想像し得る事態であろう。

小学校学習指導要領の家庭科の中で、食に関する内容は「食事の役割」「栄養を考えた食事」「調理の基礎」の３項目で構成されている。「食事の役割」は、「ア　食事の役割を知り、日常の食事の大切さに気付くこと。イ　楽しく食事をするための工夫をすること。」、「栄養を考えた食事」では、「ア　体に必要な栄養素の種類と働きについて知ること。イ　食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせてとる必要があることが分かること。ウ　１食分の献立を考えること。」を指導する。「調理の基礎」は、アからオまで５項目あり、調理計画、材料の洗い方、切り方、味の付け方、盛り付け、配膳、後片付けが適切にできること、ゆでたりいためたりする調理、米飯及びみそ汁の調理ができること、調理用具や食器の安全かつ

衛生的な取り扱いの指導が求められている。つまり、小学校教育を終えた段階では、１食分の献立を立て、基礎的な調理ができることになっている。しかし、小学６年生が、家庭科を学習して「栄養のバランスを考えて食事をする」ができるようになったと答えた割合は、2011年２月に実施された全国調査の結果で46.5％であり、半数に満たない[5]。この結果からも分かるように、家庭科の授業時間だけでは、実際の生活に活かせるだけの力は身につかないのが現状である。また、筆者らがこれまでに行ってきた調理実習の授業観察でも、日頃から家庭などで調理の経験を積んでいるとは感じられない児童がクラスの中に幾人も見受けられた。

現在は、我々のライフスタイルは変化し続けており、自分で調理をしなくても食事ができる環境が、児童の身近にある。近藤らが2003年に実施した、小学５・６年生を対象とした調査によると、74.7％の児童が、「これまでに菓子を自分ひとりで買ったことがある」と回答している[6]。そのため、その時々の状況によって何を、どのようにして手に入れて食べるか、という食を選択する力も必要とされる。

これらの現状を受け、小学校卒業までに、１食分の食事を自分で用意できる力を身につけることを目指す授業実践の一環として、現在の児童の実態を把握するため、食生活に関する調査を行った。この調査結果から得られる児童の実態や課題を明らかにし、今後の実践に活かすことを本研究の目的とする。

Ⅱ．調査方法

１．調査対象

高知県内の公立Ａ小学校６年生16名と、国立Ｆ小学校６年生114名、計130名を対象に食事に関する調査を行った。それぞれの学校の児童数は、2011年度Ａ小学校が84名、Ｆ小学校が736名である。Ａ小学校では家庭科教育研究会の全国大会が行われることもあり、日頃から食育に関する取り組みが積極的に行われている。また、Ｆ小学校には、少人数でクラス編成を行っている複式学級が含まれている。

２．調査時期

2011年９月上旬の授業時間内に、自記式質問紙を配布し、調査を行った。

３．調査内容

選択式質問８項目により、食品の栄養的な特徴の理解・おにぎりの入手先と好み・夏休み中の家庭における実践頻度・料理に関する意識・品質表示に関する意識を調査した。また、記述式質問２項目により、６年生になってから自分ひとりで作った料理・食べものや料理に関して中学生になるまでにできるようになりたいことを調査した。

Ⅲ．調査の結果と考察

１．体内での主な働きによる３群分けの理解

表１　「３群分け」の正答率

	A 小(n=16)		F 小(n=114)	
	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)
ハム	14	87.5	95	83.3
りんご	13	81.3	83	72.8
のり	7	43.8	25	21.9
じゃがいも	11	68.8	53	46.5
白米	14	87.5	82	71.9
トマト	15	93.8	101	88.6

表１は、食品ごとに「３群分け」の正答率を示したものである。この調査を行った後にお弁当を題材とした授業実践を行う予定であったため、お弁当に使われる頻度が高いと思われる食材を選び、調査項目に挙げた。どの食品においても、Ａ小学校のほうが高い正答率であることが分かる。しかし、Ｆ小学校複式学級の児童（８名）は、「のり」以外の食品の正答率が100％であった。これらの結果を見ると、少人数で学習している児童の方が、より正確に「３群分け」ができる傾向にあるといえる。それぞれの授業方法や指導形態の違いを明らかにし、それらが与える影響について、分析する必要があると考えられる。

また、両校とも「のり」と「じゃがいも」の正答率が他の食品に比べて低い。「３群分け」では、「赤の食品」は肉や魚、「緑の食品」は野菜や果物、「黄の食品」はご飯やパン、というイメージで理解している児童が多くいるのではないかと考えられる。そのため、「のり」はどれに当てはまるのかが判別しづらく、「赤・黄・緑」のいずれにも回答が分かれており、「じゃがいも」は「緑」と回答している児童が多くみられた。

２．おにぎりの好みとその理由

表２　どんなおにぎりが好きか

	家で作ったもの		コンビニで買ったもの		無回答	
	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)
全体(N=130)	70	54.0	28	22.0	32	25.0

表２は、「あなたは、家で作った梅入りおにぎりとコンビニで買った梅入りおにぎりでは、どちらが好きですか。」という質問に対する回答である。ここでは、おにぎりの中身による好みの差をなくすため、おにぎりの中身を限定した。また、家とコンビニとで、中身自体の差が比較的少ないであろう梅を選び、質問項目とした。２校間での差異はほとんどみられなかった。「家でつくったもの」のほうが好きと回答した児童は54.0％であり、

「コンビニで買ったもの」のほうが好きと回答した児童より多いことが分かる。無回答の割合が多いのは、児童の記述から、梅が嫌いな児童がいたためであると考えられる。

表３　おにぎりの好みとその理由（複数回答）

	家で作ったものが好き(n=70)		コンビニで買ったものが好き(n=28)	
	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)
おいしい	53	76.0	21	75.0
安い	6	9.0	12	43.0
体に良い	19	27.0	1	4.0
見た目が良い	6	9.0	9	32.0
食べやすい	21	30.0	12	43.0
愛情がこもっている	30	43.0	1	4.0
いつも食べている味	40	57.0	9	32.0
すぐ手に入る	8	11.0	8	29.0
その他	16	23.0	3	11.0

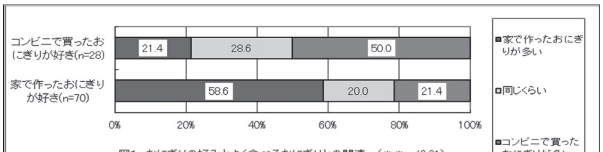

図1　おにぎりの好みとよく食べるおにぎりとの関連　（＊＊ p<0.01）

表３は、好みのおにぎりを選んだ理由を、その入手先別に表したものである。「家で作ったものが好き」と回答した児童も、「コンビニで買ったものが好き」と回答した児童も、「おいしい」からという理由が約75.0％を占め、最も多い。「家で作ったものが好き」と答えた理由としては「いつも食べている味」が57.0％、「愛情がこもっている」が43.0％と続いている。「コンビニで買ったものが好き」と答えた理由としては「安い」「食べやすい」が43.0％、と続いている。「家で作ったものが好き」と回答した児童は、「愛情がこもっている」ことを理由として選び、「コンビニで買ったものが好き」と回答した児童は、「安い」「食べやすい」ということを重視して選んでいることが分かる。

２校を比較すると、Ａ小学校の児童は、「愛情がこもっている」を理由に挙げた児童の割合が高く、約44.0％であった。これは、日頃の授業の中で、Ａ小学校のほうが「家族のために作る」ということをより強く意識した授業展開をしていること、Ａ小学校の児童の方が、家庭で調理をする機会が多く、手作りの食事には愛情がこもっている、ということを体験の中から感じ取っているのではないかと考えられる。

また図１から、児童のおにぎりの好みは、日頃よく食べているおにぎりの影響を大きく受けていることが分かる。児童の食事に関する好みや価値観の形成には、どのような味に慣れ親しんでいるかということや、家庭においてどのような価値観で食事を選択しているかということが影響していると考えることができる。

３．家庭における調理の実践頻度

図２は、夏休み中に家庭で実践した調理の頻度を、項目ごとに表している。両校とも「お茶を入れる」を「毎日」実践した割合が、他の項目に比べて高い。小学校家庭科の教科書では、やかんでお湯を沸かし、急須を使って注ぎ分けることを「お茶を入れる」としているが、季節が夏であったことも影響し、冷やしてあるお茶をグラスなどに注いだことを「お茶を入れる」として回答している児童も多いのではないかと考えられる。最も実践度が低い項目は「みそしるをつくる」であった。また、夏休み中に１度も包丁を使っていない児童が41.5％いることからも、夏休み中に児童の調理技能が高まっているとは考えにくい。また、「野菜などをあらう」以外の全ての項目において、Ａ小学校の方が、Ｆ小学校よりも実践者の割合が高い傾向にあった。夏休み中の実践に関する調査であるので、家庭環境にも大きく左右されるであろうが、日頃から、家庭での実践を働きかけているＡ小学校の児童のほうが、夏休み中の調査においても実践度が高まったのではないかと考えられる。また、夏休み期間に児童の調理実践回数を増やし、調理技能を高めるため

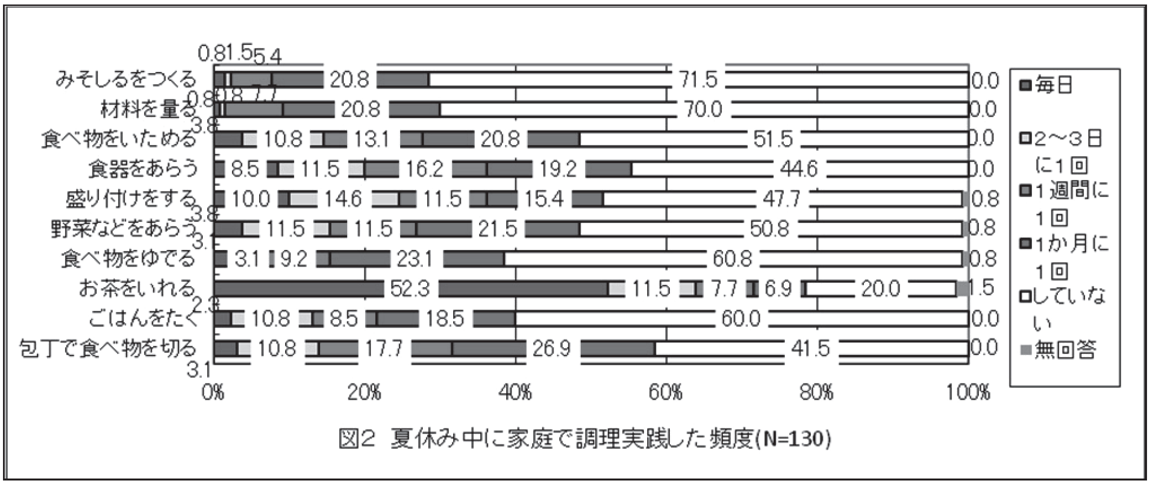

図2　夏休み中に家庭で調理実践した頻度(N=130)

には、家庭に任せるだけでなく、教師からも積極的な働きかけを行う必要があることが明らかになったといえる。

4．料理に関する意識

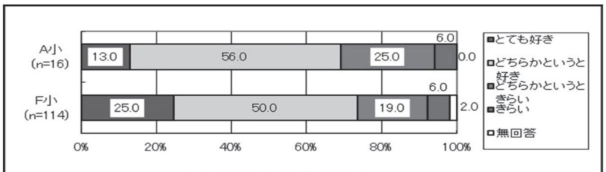

図3 料理をすることが好きか

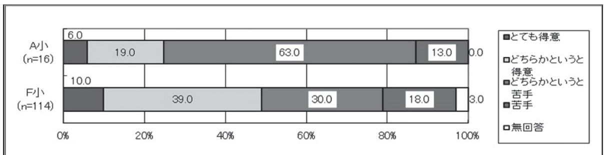

図4 料理をすることが得意か

図３は「あなたは、料理をすることが好きですか。」という質問に対する回答である。両校とも「どちらかというと好き」が約半数を占めている。２番目に多い項目は、Ａ小学校が「どちらかというときらい」で25.0％、Ｆ小学校が「とても好き」で25.0％である。

図４は「あなたは料理をすることが得意ですか。」という質問に関する回答である。Ａ小学校は「どちらかというと苦手」が最も多く63.0％、「どちらかというと得意」が19.0％であった。Ｆ小学校は「どちらかというと得意」が最も多く39.0％、「どちらかというと苦手」が30.0％であった。Ａ小学校では、調理の授業などでヘルスメイトの方と継続的に関わり、調理に関する指導や助言をしていただいている。また、家庭でも保護者と一緒に調理をする機会が多いように思われる。これらの結果、Ａ小学校の児童は、Ｆ小学校の児童に比べて調理に熟練した人の技術を間近で見る機会が多い。そのため、ヘルスメイトの方などと自分達を比較し、自分自身の調理技術の評価が低くなっているのではないかと考えられる。

5．料理に関する意識と家庭における調理の実践頻度との関連

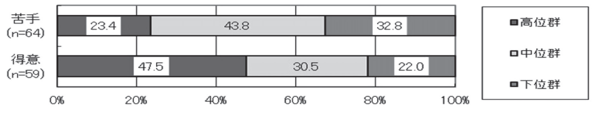

図5 料理の得意意識と実践得点との関連 （＊p<0.05）

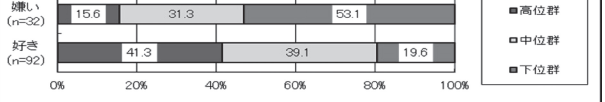

図6 料理の好き嫌いと実践得点との関連 （＊＊ p<0.01）

図２で挙げた、夏休み中に家庭で実践した調理の各項目の実践頻度を得点化し、得点に応じて上位群・中位群・下位群に分類した。その手順は、まず「毎日」実践した場合を５点、「２～３日に１回ぐらい」の場合を４点、「１週間に１回ぐらい」の場合を３点、「１か月に１回ぐらい」の場合を２点、「していない」場合を１点とする。無回答の項目が１つでもある回答は無効とし、10～50点を各個人の実践得点とする。さらに人数分布を考慮して、23～50点を上位群（44名）、15～22点を中位群（47名）、10～14点を下位群（35名）として分類した。図５・図６は、このようにして求めた実践得点と、料理に関する意識との関連を表したものである。図５では、料理をすることが得意か、という質問に対して「とても得意」「どちらかというと得意」と回答した児童を「得意」群、「どちらかというと苦手」「苦手」と回答した児童を「苦手」群としている。また、図６では、料理をすることが好きか、という質問に対して「とても好き」「どちらかというと好き」と回答した児童を「好き」群、「どちらかというときらい」「きらい」と回答した児童を「嫌い」群としている。

図５をみると、「得意」群の児童は、実践得点が上位群に位置する割合が高く、47.5％を占めている。次いで多いのは中位群で30.5％である。「苦手」群の児童の場合、最も多いのは中位群で43.8％、次いで多いのは下位群で32.8％である。χ^2検定の結果から、これらには有意に差があり、料理が「得意」だと捉えている児童のほうが、家庭での実践頻度が高い傾向にあるといえる。

図６をみると、料理をすることが「好き」群は、実践得点が上位層にある割合が高く、41.3％を占めている。一方、料理をすることが「嫌い」群は、実践得点が下位層にある割合が高く、53.1％を占めている。χ^2検定の結果から、これらには有意に差があり、料理が「好き」な児童のほうが、家庭での実践頻度が高い傾向にあるといえる。

6．品質表示に関する意識

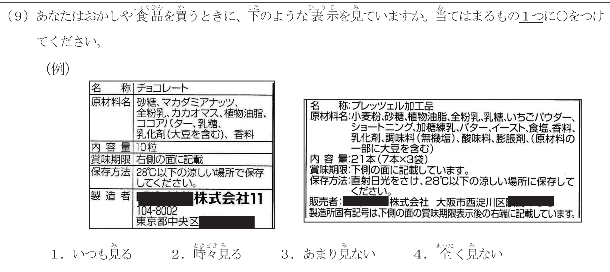

図７ 品質表示に関する調査項目

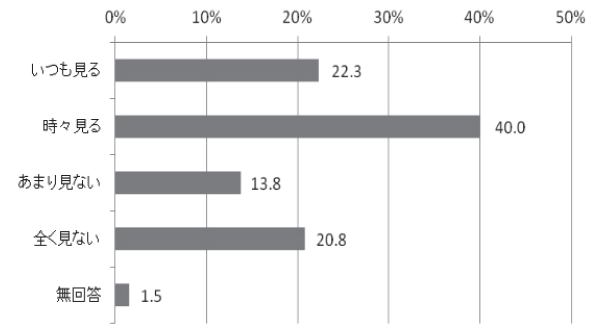

図8　品質表示を見るか（N=130）

品質表示に関する意識の調査項目を図７に示した。これに対する回答を表したのが図８である。２校間での差異は、ほぼみられなかった。両校とも家庭科の授業の中で、品質表示についてはまだ学習していないが、「時々見る」が最も多く40.0%、「いつも見る」が22.3%である。今回の調査では、品質表示のどこに着目しているか、という質問はしていないため、児童が何の情報を見ているのかは明らかになっていない。品質表示に記されている情報の正しい読み取り方を学習すれば、さらに品質表示についての関心が高まるのではないかと考えられる。

７．児童がもっている食に関する目標

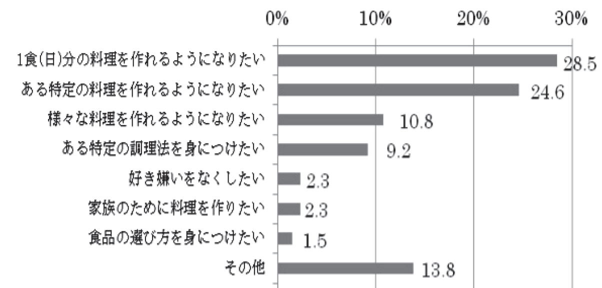

図９　中学生になるまでにできるようになりたいこと（N=130）

図９は「食べ物や料理について、あなたは、中学生になるまでにどんなことができるようになりたいですか。」という質問に対する回答を分類したものである。２校間での差異は、ほぼみられなかった。食に関する記述ではないものと無回答を除くと、117名（90.0%）の回答が得られた。次に、児童の回答を抜粋して紹介する。

① 朝、昼、晩のどれか一食すべて自分で作れるようになりたい。（Ａ小　男）
② 一日分を自分で作る。（Ｆ小　男）
③ カレーをつくれるようになりたい。（Ａ小　女）
④ ポトフがつくれるようになりたい。（Ｆ小　男）
⑤ どんな料理でも作れるようになりたい。（Ｆ小　男）
⑥ 魚をさばきたい。（Ｆ小　女）

①②のように「１日分または１食分の食事を作れるようになりたい」という内容の回答が28.5%、③④のように「ある特定の料理を作れるようになりたい」という内容の回答が24.6%であった。そのほかにも、⑤のように「様々な料理を作れるようになりたい」という内容の回答が10.8%、⑥のように「ある特定の調理法を身につけたい」という内容の回答が9.2%あった。調査対象であった児童は、調査後に１食分の献立を考える学習を行う予定であり、多くの児童が目標としていることと、学習内容との間に共通点がみられる。児童の思いと学習内容を関連させることで、児童がより意欲的に、学習に取り組むことができるのではないかと考えられる。

Ⅳ．まとめ

小学校卒業までに１食分の食事を自分で用意できる力を身につける、という研究目的のもと、それを可能にする授業実践のための実態把握として、この調査を行った。「自分で用意できる」という目標には、食を選択する力を育てたいという思いと、１食分の調理ができる技能を身につけさせたいという思いがある。児童は品質表示に対する関心をある程度持っており、品質表示について学習する以前の段階で、22.3%の児童が「おかしや食品を買うときにいつも品質表示を見ている」と回答している。食の選択は、様々な場面、様々な視点からの捉え方が考えられる。そのため、発達段階や児童の生活実態にふさわしい学習内容を精選することが必要となる。

調理技能については、家庭での実践がとても重要であると考えられる。家庭科の授業時間内だけで技能を習得するには限界があるのと同時に、家庭科の目標としても、「家族の一員として生活をよりよくする実践的な態度を育てる」[7]ことを目指しているからである。家庭での実践頻度が高い児童の傾向として、料理をすることが好き、あるいは料理が得意だと考えていることが明らかになった。また、料理が「得意」である児童は、料理が「好き」な傾向がみられた。これらの結果から、家庭での実践頻度を高めるためには、「料理をすることが好き」な児童、「料理をすることが得意」な児童を増やす手立てが必要である。２校間で結果に差異があった調査項目として、「料理をすることが得意か」が挙げられるが、日頃の実践頻度が高いＡ小学校のほうが「得意」と答えた児童の割合が少なかった。要因の１つとして、調理実習の際、学習形態に違いがあることが挙げられる。河村が2009年に行った調査において、児童が調理技能の向上を認知するためには、児童同士が調理の様子を観察して学び合

い、自分の調理体験を振り返るという活動が必要である、ということが明らかにされている[8)]。調理技能に関する一人ひとりの学びを保障するとともに、友達が調理している様子を意識的に観察する活動を取り入れた授業のあり方について、考察を深める必要がある。各校での実践について分析し、児童が調理を好きになる授業づくりとともに、調理技能の習得に対する認知を高める授業づくりを考えることを、今後の課題とする。

引用文献

1）文部科学省『小学校学習指導要領』東京書籍　2008年　P.14

2）全国小学校家庭科教育研究会『平成23年度　全国調査のまとめ　No.48』2011年　P.25

3）独立行政法人　日本スポーツ振興センター「H17年度児童生徒の食生活等実態調査報告書」P.49（http://naash.go.jp/anzen/Portals/0/anzen/kenko/siryou/chosa/syoku_life_h17/pdfs/045-057.pdf 2011.9.18採取）

4）竹下和男「子どもが作る「弁当の日」」　高知新聞　2011年７月24日

5）全国小学校家庭科教育研究会『平成23年度　全国調査のまとめ　No.48』2011年　P.33

6）近藤精洋・滝山桂子「小学生の価値認識の形成をめざす消費者教育（第１報）―菓子に関する購買行動と価値認識の実態―」『日本家庭科教育学会誌』第52巻第４号　2010年　P.240-249

7）文部科学省『小学校学習指導要領』東京書籍　2008年　P.88

8）河村美穂「「調理ができそう」という自信をもつ要因についての研究―小学５年生におけるはじめての調理実習の観察調査から―」『日本家庭科教育学会誌』第53巻第３号　2010年　P.163-173

The current condition and the classroom subject about foodlife of the sixth graders in elementary school

Chiaki Ojima・Rumiko Kikuchi

BULLETIN OF THE

FACULTY OF EDUCATION, KOCHI UNIVERSITY No.72 2012

KOCHI, JAPAN