

女子短大生の食意識の構造 —食に関する知識レベルに着目して—

中 島 千 恵 坂 本 裕 子
浅 野 美 登 里 落 合 利 佳

本研究は短大生の食に関する意識の構造と知識との関係を明らかにすることを目指した。アンケートの対象は保育士養成課程（幼児教育専攻、子ども未来専攻）及び栄養士の養成課程に学ぶ女子短大生（1回生）378人で、アンケートは2007年5月に実施した。分析にあたって、意識を4つの領域に分け、知識に関する質問の正答数によって3つのランクに分けた。分析の結果、食物栄養の学生の意識は一般的に高いものの、専攻間に大きな差はなかった。しかし、知識レベルでは、知識が高い方が意識も高いことがわかった。

キーワード：食育、食意識、保育士、栄養士、知識

はじめに

食育基本法が導入され、将来、保育士や栄養士を目指す学生達が現場で適切な食育ができるか、彼ら自身の食に関する意識と実態が気になるところである。我々は先に女子短大生の食の実態を報告した（浅野他、2007）。今回は意識を検討する。既に指摘されている問題は、保育現場において保育士と栄養士や調理師の間に意識のズレがあることである。たとえば、駒田は、現場の調理員から保育士に対する厳しい批判を紹介している（駒田、2005）。「食に対して積極的でない」「興味がない方が多い」、「食育という意識がない」、「保育士自身にマナーが身につけてない、食育以前の問題がある」など、手厳しい。このような批判が生じてくる背景には、本質的に保育士の食に関する意識の低さや食に関する知識の乏しさがあるのだろうか。

食に関する知識の獲得が食に関する意識に影

響することを示唆した先行研究としては、島田と木村の研究がある（2003）。島田と木村らは、食の外部化の進行による食意識の低下を懸念し、栄養士養成課程の学生183名を対象とした調査を行い、平成12年の国民栄養調査結果と比較しながら、栄養士教育の効果について検討している。その結果、調査対象の学生たちが食に関する情報を得ているのは当然ながら「学校」であり、栄養士課程に学ぶ学生は全国平均に比べて栄養や食事について高い関心を持ち、健康に注意を払っていた。またその傾向は1回生より2回生のほうが強かった。獲得した知識が意識の高さにつながっていることが推測できる。しかしながら、島田らは食生活の実際には、栄養士養成課程で学んだ知識が十分生かされていないことを明らかにしている。

また、小田ら（2000）は、食生活の多様化による食に関する意識や知識の格差に着目し、女子短大生の食生活の実態と食意識との関わりについて食物栄養2年生152名、生活科学科1年生

141名（合計 293名）を対象に調査し、栄養士専攻の学生のほうが、「1日の摂取食品数」「昼食の欠食状況」「食生活改善の意思」において生活科学科1年生の学生より良い結果が出ており、有意な差が認められたことを報告している。

いずれの研究も、少なくとも学校入学段階から食に関する意識があり、学校在学中に学校で日々、食に関する知識を獲得している栄養士養成課程の学生が意識の面で優位にあることを確認する調査結果である。しかしながら、一方で、副司山と木戸は、2006年に栄養士を目指す女子学生の食行動について、食物栄養専攻の女子短大生188名を対象に、居住形態別によるアンケート調査を行い、副司山らが5年前に行った調査結果との比較検討を行っている。その結果、栄養士を目指す学生であっても5年前（副司山他、1999）に比べると、朝食欠食者が16.3%増加し、油脂の多い食品の摂取が増加している点は全国的傾向と同じであること。さらに、自炊をする学生の意識向上や適切な自己管理の指導の必要性を感じさせる実態を報告するとともに、食意識の低い学生の多さを嘆いている。副司山らの研究は、食に対する意識と行動が知識以外の要因に影響されていること、または知識獲得に影響する学校外の要因の強さを示唆しているともとれる。

一方、保育士養成課程の学生については、大坂ら（大坂、2005）の調査がある。大坂らは、保育所での食生活指導を担当している者の88.3%が保育士であり、栄養士の55.8%を上回るという大森ら（2000）の調査結果を踏まえ、好ましい食教育を行うには栄養士と保育士との連携が大切であるという認識に立ち、保育士養成課程に学ぶ女子学生を対象に食意識調査をしている。対象は東京近郊の大学・短大生333名である。大坂らの調査結果では、食意識は全体的

に高く、食事時の雰囲気重視する傾向がうかがえ、食事に関する教育は家庭でも保育所でも行われるべきと考えている学生の割合は多いものの、子どもの調理体験や買い物の経験を重視する割合は少ないことが指摘された。

このような先行研究から、栄養士や調理師は学生時代から食に興味があり、知識面で保育士に優るものの、食意識に関しては必ずしも大きな差があるとは限らない。

そこで本報告では、保育士養成コースと栄養士養成コースの学生の意識を調査し、知識の有無が食に関する意識にどのような違いをもたらしているのか分析した。

I. 調査方法

1. 調査対象、実施時期、方法： 京都文教短期大学児童教育学科の幼児教育専攻（「幼教」と略）、子ども未来専攻（「子ども未来」と略）、家政学科食物栄養専攻（「食物」と略）の1回生から得たアンケート結果を分析した。有効回答数はそれぞれ、209人、60人、109人で合計378人である。年齢は19歳から23歳が376名（99.5%）、24歳から29歳が2名で、81.5%は自宅から通学している。全員、女子である。

アンケートは2007年5月中旬から下旬にかけて2回に分けて質問紙により、記名式でいずれも授業時に行いその場で回収した。調査結果はSPSSを用い集計、分析を行い、 χ^2 検定を行い、危険率5%未満を有意とした。

2. 調査項目： アンケートの質問内容は、大きく①身体状況や生活習慣、②日常の食生活や食習慣、③食に対する意識、④食や健康に関する知識で構成されている。本分析ではこれらの質問項目の中から、食意識と関わる質問項目に

ついて分析した。また、食に関する知識を問う質問としては、表1に示した10項目（質問数45）を設定した。

表1 食と健康に関する10項目の問い（質問数）

Q16	主食・主菜・副菜 (13)
Q17	主食・主菜・副菜の割合 (1)
Q18	緑黄食野菜と淡色野菜の区別 (7)
Q19	1日に摂取すべき野菜の量 (1)
Q20	行事食 (4)
Q21	食材の旬 (6)
Q22	日本の大豆自給率 (1)
Q23	特定保健用食品を許可している省庁 (1)
Q24	健康と栄養（骨の形成、高血圧、便秘、肥満、アレルギー 健康づくり）(9)
Q25	生活習慣病 (3)

II. 分析方法

1. 4領域の意識： 分析にあたって、意識を以下の4領域に分類した。(1)食に関する判断力や選択力に関わる意識（判断・選択）、(2)食生活における人間関係に関わる意識（人間関係）、(3)食に対する興味に関わる意識（興味）、(4)調理に関わる意識（調理）。これらの4領域の意識は、食育基本法の導入に先立って平成16年3月に厚生労働省から出た『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』と食育基本法から保育士に期待される資質を考察した上で分類したものである。『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』には、5つの子ども像の実現が掲げられた。それらは、①おなががすくりズムがもてる、②食べたいもの、好きなものが増える、③一緒に食べたい人がいる、④食事づくり、準備に関わる、⑤食べ物を話題にする子どもである。この

ような子どもの育成に効果的に携われる保育士に求められる資質を考えると、②、⑤は食に対する幅広い興味、③、⑤は食を媒介とする人との豊かな関わり、④は調理に対する興味や経験とまとめることができる。また、食育基本法では、食に関する適切な判断力、食を通した豊かな人間形成、食に対する感謝の念などが述べられている。これらの内容から、保育に携わる者に期待される能力や資質を考えた結果、意識を上記の4領域とした。

2. 知識の3ランク： 意識と知識との関係を分析する際に、知識を問う質問項目に対する回答が正しかった場合、すべて1点として点数化した。すべて正しく回答できた場合、46点になる。図1は、知識合計点の専攻別分布状況である。図1から幼児教育と子ども未来は2つの山があり、食物栄養は大きくほぼ1つのベル曲線になっていると言っても良いであろう。そこで、分析のために回答が30点を下位、31点から34点までを中位、35点以上を上位として3つのランクに分けた。3つのグループの構成割合は、下位（30以下）31.7%、中位（31-34）32.6%、上位（35以上）35.7%である。

分析はまず、意識の各領域別に学生の意識を専攻別に比較し、問題点を把握した。その後、意識を知識ランク（アンケートで得られた範囲内の知識量）で比較してみた。

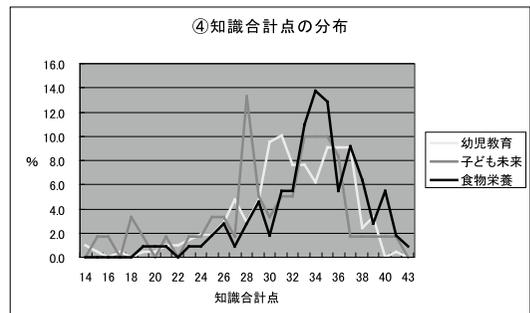


図1 知識合計点の分布

下位 (0 - 30) 31.7% 中位 (31 - 34) 32.6%
 上位 (35 - 43) 35.7%

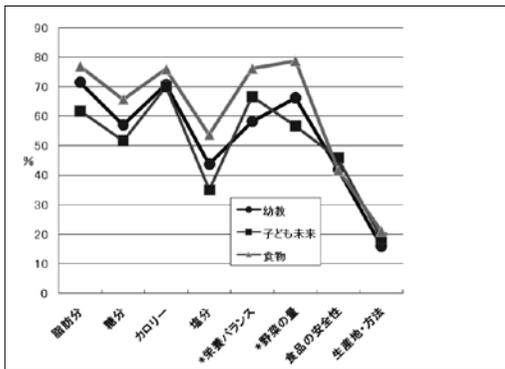
Ⅲ. 結果と考察

1. 食に関する判断力や選択力に関する意識

食に関する判断力や選択力に関わる質問項目から食意識を次の3つに分け、専攻別に折れ線グラフで示した。1つは栄養摂取に関わる意識、2つめは、食品の安全性、生産地、生産方法に関わる意識、3つ目は食品の選択基準に関わる意識である。これらは、「バランス良く栄養摂取できるか」「安全な食材を選択できるか」「食品を選ぶ基準は適切か」という問いにもつながる。

(1) バランス良く栄養摂取できるか：摂取栄養素への注意 (図2)

塩分、糖分、脂肪分、カロリー、野菜の摂取など病気予防のために摂取に注意しなければならないものについて、日頃注意している学生の割合は、食物栄養が児童教育学科よりも高い。



*は5%水準で有意差有り。

図2 食に関する事柄でふだん特に注意していること

食物栄養は他専攻に比べ、脂肪分、カロリー、栄養バランス、野菜のすべてについて注意し

ている学生の割合が75%を越えている。上位を占めるのは、専攻により微妙な差が見られ、幼教で脂肪分 (71.7%)、子ども未来ではカロリー (70%)、食物栄養では、野菜の量 (78.7%) であった。問題であると思われるのは、3専攻共通して塩分に対する注意度がかなり低いことである。

(2) 安全な食材を選択できるか：食品の安全性、生産地、生産方法 (図2、図3-1~3)

多くの子どもの生命を預かる保育施設において、食に関わる者の食の安全性に対する意識は高くなければならない。しかし、ダイエットでとかく話題になるカロリーや脂肪分に対する意識と比べ、食の安全性、食材の生産地、生産方法を注意している割合は高くない (図2)。食の安全性は極めて重要であるにもかかわらず、どの専攻も40%台である。食材を選ぶ調理師や栄養士にとっては意識が高くなければならない項目である食材の生産地、生産方法について、食物栄養はわずか21.1%で、児童教育学科の2専攻は更に低く10%台である。

お菓子の表示ラベルを見るかという質問に対しては、どの専攻の学生も半数近くが時々見ているものの専攻で有意差が出た (図3-1)。

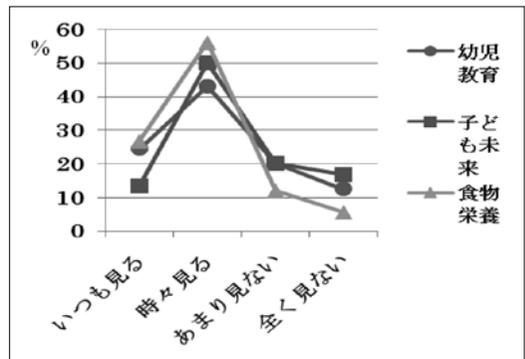


図3-1 お菓子の表示ラベルを見ますか

表示ラベルで見える部分では、6つの選択項目から2つを選択する形式になっている。2つの図(図3-2, 図3-3)からどの専攻も賞味期限とカロリーが多いが、全体ではカロリーの方が若干多い。しかし、このデータでは、どちらが優先されているのかは定かではない。

成分表示では専攻による有意差があった。

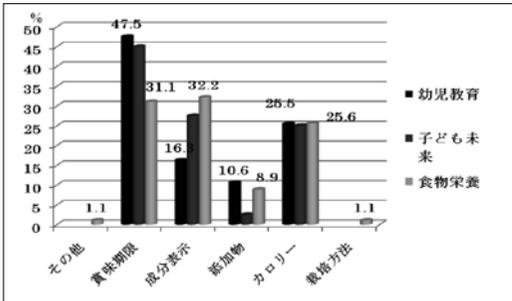


図3-2 どこを見ますか (2選択の1)

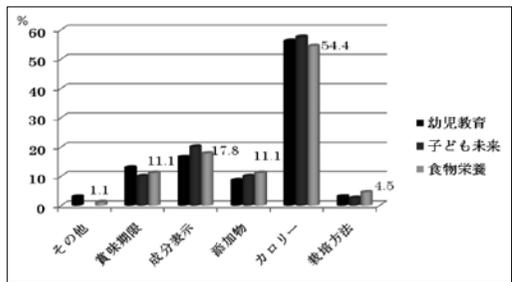


図3-3 どこを見ますか (2選択の2)

表示ラベルの中でも、食の安全性と深く関わるのは食品添加物の有無とその内容である。しかし、食品添加物に対する意識はすべての専攻で極めて低く、最も多い食物栄養でさえ合計16.5%、最も低い子ども未来では8.3%であった。

食品添加物や成分に関しては、それらについて一定の知識がない限り表示ラベルを見てもそれを自分にとって意味あるものとして理解することはできない。添加物を見ている学生の割合が低いのは、現在の添加物表示が一定の知識がなければ読み取れないという現実を反映してい

る可能性があることを認識しておく必要がある。

野菜の農薬を気にするかどうかという質問に対して、どの専攻も半数前後の学生が「気になるが安ければ買う」と答えている事実は大いに気になる(図4)。安ければ買うと答えた割合は子ども未来では70%以上になった。納豆や豆腐を買う時に、遺伝子組み換え大豆を使用しているか気になるかという問いに対しては、「気になるので遺伝子組み換えでない大豆を買う」という割合と「気にせず買う」という割合が、幼児教育と食物栄養ではすべて30%台で伯仲しているが、子ども未来については、気にせず買うという割合が他専攻より若干高い(46.7%)。遺伝子組み換えについては、まだ人体への影響が検証されていないだけに情報量が少なく、良いとも悪いとも判断が付きにくい実態が数値に反映されているとも取れる。

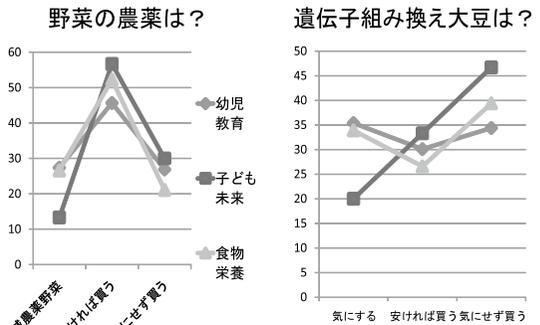


図4 農薬や遺伝子組み換えは気になるか

(3) 食品を選ぶ基準は適切か (図5)

調査対象となった女子学生達の食品選択の価値基準は適切であろうか。食事では一番重視されているのは、全体では好み(40.5%)、栄養面(25.1%)の順に高かったが、この傾向はすべての専攻で同じであった(図5)。栄養面を選んだ学生の割合は決して多くはないが、高順位にきている点において、健全である。また、「値

段」の割合もどの専攻も10%前後で多くの学生が安ければ良いという基準で選んでいないことがわかった。ところが、食品購入時に最も重視する項目に目を向けると、3専攻共通して「価格」が選ばれている(幼児教育:35.6%、子ども未来:46.7%、食物栄養:42.2%、全体:39.3%)。栄養面(全体5.6%)、安全性(全体9.0%)については、極めて低い。食物栄養は他専攻に比べて高いがそれでも、栄養面10.1%、安全性8.3%である。食事の時と食品購入時とで選択基準がこのように大きく異なるのを矛盾ととらえるべきか、選択基準が本質的に曖昧なものにとらえるべきか、判断がむずかしい。

レトルト食品などが出回る今日、「手軽さ」を基準にする学生も多いのではないかと予想していたが、食事をする時も、食品を購入する時も手軽さを一番にあげた学生の割合は全体で4%に過ぎず、どの専攻でも低かった。レトルト食品があふれる現代社会であるが、手軽さを重視している学生は極めて少数であることがわかった。

食事で一番重視すること 食品購入時に一番重視すること

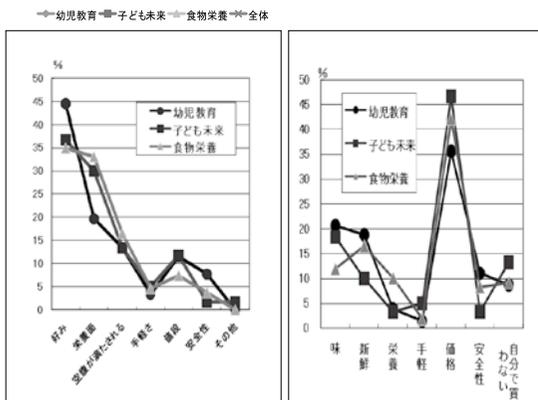


図5 食の選択基準

ただ、別の質問項目において「ファーストフードなどは食べない」に「いいえ」と答えた学

生は65.9%で、矛盾とまでは言えないが、意識と現実とのギャップが予想できる(表6)。

2. 食生活における人間関係に関する意識

(1) 家族と一緒に夕食に対する価値意識と現実:

表2は、人間関係に関する問いに対する回答の割合を表にしたものである。食に関する人間関係に関する意識はすべての専攻で高かった。「誰かと一緒に食事をしたい」という気持ちは86.8%が持ち、とりわけ食物栄養が3専攻で最も多かった(90.8%)。最も低かったのは子ども未来であるが、それでも75%であった。家族そろっての夕食の価値についても3専攻とも高い意識を示している。家族揃っての食事は「楽しい」「絆が強まってよい」「いろんな会話ができる」と評価する割合は高い。

「誰かと一緒に食事をしたい」とともに、「家族揃っての食事は色んな会話ができる良い」も有意差があった。興味深いのは、前者では食物栄養が90.8%、子ども未来が75.0%であったが、後者では、子ども未来が91.7%、食物栄養が78.0%で、数値上の逆転が見られることである。「誰かと一緒に食事をしたい」という回答には、複数の思いがこめられていようが、普通の解釈では、食事をしながら「人と触れ合いたい」という思いと解することができよう。このように解釈すると、食事を通じた人との触れ合いを求

表2 食生活における人間関係に関する意識 (%)

	幼児教育	子ども未来	食物栄養	全体
* 誰かと一緒に食事したい	87.1	75.0	90.8	86.2
家族揃っての夕食は楽しい	86.1	85.0	85.3	85.7
* 家族揃っての食事は色んな会話ができる良い	86.6	91.7	78.0	84.9
家族揃っての食事は絆が強まって良い	70.3	78.3	71.6	72.0
一人で食べた方が気楽	22.5	28.3	27.5	24.9
無理して家族で食事しなくてよい	48.8	41.7	50.5	48.1
家族と一緒に食事するよう注意している	69.2	58.3	68.8	67.4

* 5%水準で有意差有り

める思いを持つ学生は、食物栄養の方に若干、多いのかもしれない。

食生活における人間関係に関する意識は一般的に高いものの、「一人で食べた方が気楽」(24.9%)とか、「無理して家族で食事しなくて良い」(48.1%)という意見も無視できない。家族による拘束や葛藤による複雑な心理的状态もうかがわれる。また、57.5%の学生がアルバイトによって「夕食時間が不規則になった」と答えており(表6)、家族一緒に食事の価値は認めるものの、やむを得ぬことではあるが、家族一緒に食事より収入を得るための経済活動が優先されている実態が浮かび上がる。

(2) 個食少なく、皆で食べる学校給食(表6)

アンケート結果から得られた食における人間関係の実態に目を向けると、家族と一緒に暮らしている学生の74.5%が夕食は家族と同じメニューを食べており、家族と別なものを食べる個食の割合は少ない(全体9.3%)。個食の割合を専攻別に見ると、食物栄養が12.0%、子ども未来が10.0%、幼児教育が7.7%である。

家族以外の人間関係では、学校給食が好きだった理由を聞く質問の回答結果を見ると、学校給食が好きだった学生は、皆で楽しく食べる(41.5%)、おいしかった(44.0%)と記憶していることがわかった。専攻別に見ると、「皆で楽しく食べられた」を理由に選んだ学生の割合は、幼児教育が48.1%で一番高く、「おいしかった」は食物栄養が50.6%で最も高かった。学校給食が好きだった学生は、食事中的人間関係も楽しんでいたことがうかがえる。

3. 食への興味に関わる意識(図6)

「食べることは自分の楽しみのひとつだ」と答えた学生は97.9%で、食物栄養は実に100%

あった。実に健全である。では、幅広い興味を持っているだろうか。「名産品、限定品に興味がある」のは65.3%、「伝統的料理を大切にしたい」は55.3%、「外国料理を食べてみたい」と思っているのは65.3%であった。「名産品、限定品」と「外国料理」において専攻別で有意差があった。これら3項目で「はい」と答えている割合は食物栄養で最も高く、食物栄養専攻の学生はやはり食に対する興味も他の専攻の学生より高いことがわかった。

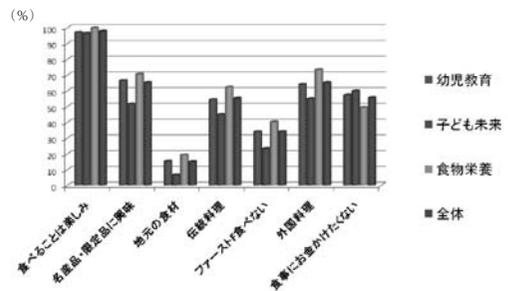


図6 食への興味に関わる意識

気になるのは、食べることは楽しみとしながらも、「食事にお金をかけたくない」とする割合が全体で55.6%あることである。専攻では、子ども未来が最も多く60.0%、幼児教育57.4%、食物栄養49.5%である。食に興味はあるもの、お金はかけられないというのが現実であろうか。

4. 調理に関わる実態と意識

調理に関する意識については、実態とのギャップが大きいことがアンケート結果から現れているので、実態と平行して見ていくことにする。

(1) 調理経験の実態(表6)

まず、学生の調理経験を専攻別に見ると、自分で料理をするかどうかについては有意差があり、「よくする」と「時々する」を合計する

と幼児教育47.1%、子ども未来53.3%、食物栄養70.6%と、食物栄養の学生が常日頃、良く調理していることがわかる。「あまりしない」で最も多い幼児教育(40.4%)と他2つの専攻(20%台)との間にかなりの差がある。料理を全くしない学生も全体で13.3%いる。全く料理をしない学生の割合が多いのは子ども未来である。

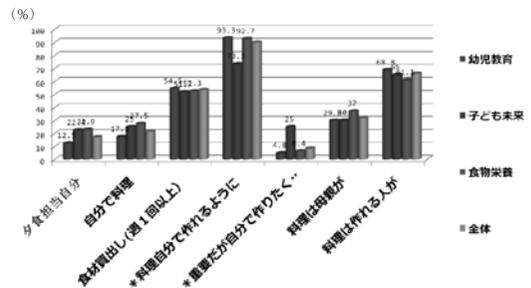
夕食担当は自分だと答えた学生の割合は、全体で17.1%、専攻別では幼児教育12.5%、子ども未来22.4%、食物栄養22.9%である(図7)。旬の食材に触れる機会である「食材の買出しの頻度」(表6)では、ほぼ毎日という学生は極めて少ない(全体1.1%)。短大生は忙しいためこれは無理からぬことである。そこで、週に1回以上買出しに行っている学生の割合を見ると、どの専攻も51%から54%である。逆に「ほとんど行かない」割合が45%から49%に上ることは、気になる点である。幼児教育と子ども未来では、日常的にあまり調理していない実態を推測できる。

「食育基本計画」では、「消費段階でしか食に触れず」食材の本来の姿を知らない子ども達の存在を懸念しているが、先に触れた質問項目の「食品購入時に一番重視すること」で、「自分では買わない」と答えている学生の割合が全体で9.5%いた。この9.5%という数字は、「ほとんど食材の買出しに行かない」45%と一見、矛盾する数値である。45%の方が正直な回答による数値であるとする、日常的にほとんど食材に触れていない学生の数は意外に多いのかもしれない。

(2) 調理に関する意識 (図7)

「自分で調理できるようになりたい」と思っている学生の割合は高い。しかし、わずかであるが、「重要だが自分では作りたくない」と答

えている学生もいる。子ども未来では25%を占め、幼児教育(4.8%)、食物栄養(6.4%)との差が著しい。料理の役割意識では、料理は「作れる状況の人が作れば良い」と考える割合が66.0%と「母親」が作るとする割合(31.9%)をはるかに凌いでいる。食物栄養では母親と答えた割合が37.0%であるのに対して、父親と答えた学生は一人もいない。男女共同参画の時代において、作れる状況にある人が作れば良いという考え方は、家族生活の民主化を推進する方向へと意識が動いているともとれるが、重要だが自分で料理をしたくないという回答をした学生が居ることを考慮に入れると、子どもの食に対する母親の役割に対する責任感や自覚の希薄化、逃避につながることも懸念される。



* 5%水準で有意差あり

図7 調理に関わる実態と意識

5. 専攻別意識構造

以上に示した4領域の意識を専攻別にレーダーチャートに示したのが図8である。食物栄養がやはり全体的に意識が高いが、人間関係に関する意識については、子ども未来や幼児教育が食物栄養より意識の高い学生の割合が多い。食の安全、生産地・生産方法、地元の食材への興味などが低く、全体としていびつな構造に見える。しかし、全体的に専攻による差は大きくない。詳細な数値がわかるようにデータの表も添付する(表3)。

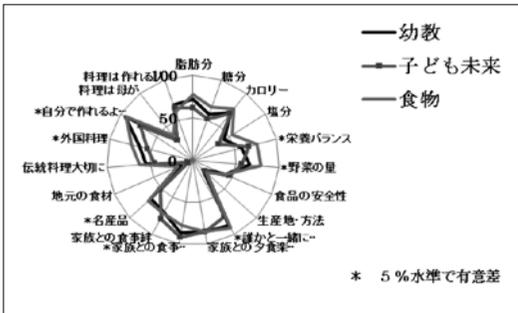


図8 専攻別意識構造

6. 知識ランク別の食意識の構造

知識を問う質問項目に対する専攻別正答率は、食物栄養がすべての質問についてわずかに高いが、専攻別に大きな差はない。

知識の正答率で上位、中位、下位グループに分けて意識の差を見ると、意識のどの領域をとっても上位ランクの学生の意識がほぼ高いことがわかった(表4)。

食に関する意識を知識の3ランクでクロス集計し、レーダーチャートで表すと、図9になった。知識レベルの高い方が、意識も高いことが

表3 図8データ

(各項目について肯定的に答えた回答者の専攻別割合 %)

	幼教	子ども未来	食物	全体
脂肪分に注意	71.5	61.7	76.9	71.5
糖分に注意	57.0	51.7	65.7	58.7
カロリーに注意	70.7	70.0	75.9	72.1
塩分に注意	43.7	35.0	53.7	45.2
*栄養バランスに注意	58.2	66.7	76.1	64.7
*野菜の量に注意	66.2	56.7	78.7	68.3
食品の安全性に注意	42.0	45.8	41.7	42.5
生産地・方法に注意	15.9	18.6	21.1	17.9
*誰かと一緒に食事したい	87.1	75.0	90.8	86.2
家族との夕食楽しい	86.1	85.0	85.3	85.7
*家族との夕食会話ができてよい	86.6	91.7	78.0	84.9
家族との夕食絆が強まる	70.3	78.3	71.6	72.0
*名産品・限定品に興味あり	66.5	51.7	70.6	65.3
地元の食材を食べるようにしている	15.3	6.7	19.3	15.1
伝統料理大切にしたい	54.5	45.0	62.4	55.3
*外国料理食べてみたい	64.1	55.0	73.4	65.3
*自分で作れるようにしたい	93.9	73.3	92.7	89.9
料理は母が作ればよい	29.8	30.0	37.0	31.9
料理は作れる人が作ればよい	68.8	65.0	61.1	66.0

* 5%水準で有意差有り

表4 知識ランク別、専攻ごとの意識

項目	知識上位			知識中位			知識下位		
	幼教	子未	食栄	幼教	子未	食栄	幼教	子未	食栄
選択、判断	7.06	7.44	7.10	6.62	5.78	6.97	6.03	5.73	6.48
食事	5.96	5.00	6.33	5.47	4.61	5.95	5.30	4.85	5.57
人間関係	3.79	4.00	3.55	3.82	3.89	3.64	3.56	3.73	3.48

ハイライトの部分は5%水準で有意差あり

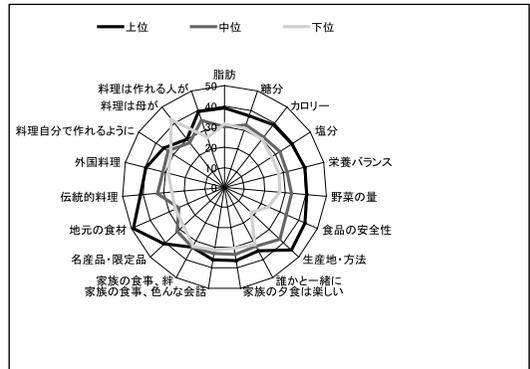


図9 知識ランク別意識構造

わかる。また、その構造は専攻別ほどいびつではない。

7. 意識と実態のズレ

意識と実態のズレはよく指摘されることであるが、本アンケートでも意識を見ていく過程で意識と実態の著しいズレが見出された。たとえば、日常的に調理に関わり、買物などで食材に触れている学生の割合は少ない。しかし、意識としては自分で料理ができるようになりたいと思っている。また、栄養のバランスには注意しているという学生が全体で64.7%ではあるが、知識に関する質問項目で、食品を主食、主菜、副菜に区別する質問の回答率は全体の78.2%であるにもかかわらず、それらをどのようなバランスで食べると良いかについて、正答率は極めて低い(全体3.4%)。つまり、気持ちはあっても、

バランス良く食べられているかどうかかわからない。

表5 図9のデータ
(4領域の意識と知識ランクのクロス集計結果 %)

	上位	中位	下位	P
脂肪分	39.2	29.9	31.0	0.049
糖分	37.3	32.3	30.5	0.640
カロリー	39.1	31.0	29.9	0.050
塩分	39.6	32.5	27.8	0.220
栄養バランス	41.0	31.6	27.5	0.009
野菜の量	40.2	32.8	27.0	0.003
食品の安全性	43.4	32.7	23.9	0.004
生産地・方法	44.8	37.3	17.9	0.022
誰かと一緒に	35.3	32.8	31.9	0.900
家族との夕食楽しい	36.4	33.3	30.2	0.307
家族との食事会話	35.8	33	31.2	0.820
家族との食事絆	33.5	33.5	33.1	0.335
名産品・限定品	40.9	31.6	27.5	0.008
地元の食材	49.1	24.6	26.3	0.070
伝統料理	41.1	33.0	25.8	0.010
外国料理	40.1	31.2	28.7	0.040
料理自分で作れるように	35.7	33.0	31.3	0.550
料理は母が	30.0	27.5	42.5	0.037
料理は作れる人が	39.5	34.7	25.8	0.037

8. 選択基準の曖昧さに見える食意識のローカル性

先に示したように、食事の時と食品を購入する時とで重要視する内容が異なっていた。今回の調査結果は、東京の女子大学を対象にした大坂ら（2005）が行った調査結果とも異なっている。大坂らの調査では、食事の内容で注意することは、第1が「食材の安全性」であり、第2が「栄養」、そして第3が「食材の価格」であった（大阪、2005、p.28、図3）。今回の調査では食事の時に一番大事にしていることで、「食の安全性」は低く、高いのは「好み」であったが、大坂らの調査では、「好み」は1.1%に過ぎない。今回の調査結果を普遍化することはできない。選択基準に見られるこのような大きな差異がどこから生まれてくるのか、より深い分析が必要であるが、食意識は、本人の個人的経験

や体のニーズによって獲得される知識（たとえば病気の人など）に影響され、基本的にローカルなものであるという認識も必要である。ローカルなものだけに、一般化、普遍化を追求する知を提供する難しさも生じる。

9. 保育士養成課程における食教育の可能性

(1) 食教育の質

以上の結果から、知識レベルの高い方が、意識も高くなることが予想され、大学教育の重要性を確認できる。意識は必ずしも実際の行動につながるとは限らないが、意識は行動の第一歩である。今後、2年間の学習を通して意識の改善が図れることを期待し、またそのような意識改善につながる質の高い教育の工夫をしなければならぬのであるが、過大に期待することもできない。知識獲得には様々な要因が絡むからだ。本アンケートの中では、小学校時代の食教育の経験を聞いている。その結果、全体の40.7%が受けたと答えているが、46.9%は覚えてはいず（表6）、幼少期の食教育が意識に与える影響を明確な形で確認するにはデータが足りない。また、高校までの食教育に関するデータがないため、今回の調査結果では、調査対象者の大学入学までの食教育の質とその影響を吟味することはできない。また、知識獲得の背景には家庭環境やマスコミの影響があり、学校教育より大きな力をもっているかもしれない。しかし、どのような背景であろうと、大学教育の使命と知識獲得における大学教育の重要性が薄らいでいくわけではない。職業に結びつき、一定の科学的知識に基づく2年間の教育が実を結ぶよう、質の高い食教育に向けてさまざまな試みが必要であろう。

表6 食意識に関するアンケート結果の一部（専攻別各質問項目内の割合 %）

質問番号 質問	回答（下線：5%水準で有意差）	幼児教育	子ども未来	食物栄養	全体
1-Q10D-I アルバイトが食事の仕方 にどのように影響したか	特に変化なし	14.1	11.9	13.8	13.6
	夕食時間が不規則になった	58.7	54.2	56.9	57.5
	間食が増えた	6.8	11.9	4.6	7.0
	朝食を食べなくなった	0.5	1.7	0.0	0.5
	外食が増えた	4.9	6.8	2.8	4.5
	夕食が楽しくなった	0.5	0.0	0.9	0.5
	該当項目なし	14.6	13.6	21.1	16.3
1-Q16 健康維持増進のために心が かけていること（複数回 答可）	バランス良い食事	43.5	38.3	52.3	45.2
	運動	36.8	40.0	37.6	37.6
	十分な睡眠	40.7	33.3	39.4	39.2
	体重を一定に	24.4	10.0	18.3	20.4
	規則正しい生活	29.2	35.0	26.6	29.4
	ストレスをためない	17.7	28.3	18.3	19.6
	健康づくりの目標を持つ	1.9	3.3	6.4	3.4
	栄養・食事の知識、情報を増やす	8.6	8.3	22.0	12.4
	栄養・健康について家族友人と話し合う	3.3	5.0	3.7	3.7
	食事の場を楽しむ	23.4	21.7	15.6	20.9
	栄養成分表示を見る	16.3	16.7	13.8	15.6
特になし	17.7	25.0	16.5	18.5	
1-Q26 家族と同じ夕食メニューか	同じものが多い	78.9	66.7	70.4	74.5
	別々のものが多い	7.7	10.0	12.0	9.3
	一人暮らし	13.4	23.3	17.6	16.2
1-Q28 夕食担当は誰か	自分	12.5	22.4	22.9	17.1
	父	1.9	1.7	1.8	1.9
	母	77.4	70.7	67.0	73.3
	祖母	5.8	3.4	4.6	5.1
	兄弟	1.0	0.0	0.9	0.8
	その他	1.4	1.7	2.8	1.9
1-Q31 自分で料理する	よくする	17.3	25.0	27.5	21.5
	どきどきする	29.8	28.3	43.1	33.4
	あまりしない	40.4	21.7	20.2	31.6
	全くしない	12.5	25.0	9.2	13.5
1-Q33 食材買出し頻度	ほぼ毎日	0.5	0.0	2.8	1.1
	週3～4回	12.0	13.3	11.0	11.9
	週1～2回	42.1	38.3	38.5	40.5
	ほとんど行かない	45.5	48.3	47.7	46.6
1-Q3e 栄養バランス	注意している	58.2	66.7	76.1	64.7
	注意してない	41.8	33.3	23.9	35.3
2-Q6g ファーストフード などは食べない	はい	34.0	23.3	40.4	34.1
	いいえ	66.0	76.7	59.6	65.9
2-Q30 学校給食は好きだったか	好き	76.6	68.3	76.1	75.1
	嫌い	6.2	11.7	9.2	7.9
	どちらでもない	17.2	20.0	14.7	16.9
2-Q30-1 学校給食が好きだった理由	皆で楽しく食べられた	48.1	39.0	30.1	41.5
	家で食べたことのないメニューがあった	10.0	12.2	18.1	12.7
	おいしかった	40.0	46.3	50.6	44.0
	何でも食べられるようになった	1.3	2.4	1.2	1.4
	その他	0.6	0.0	0.0	0.4
2-Q31 小学校の時 食教育を受けた	はい	42.0	37.9	39.6	40.7
	いいえ	11.1	10.3	16.0	12.4
	覚えていない	46.9	51.7	44.3	46.9

(2) 保育士、栄養士、そして生活者として高めることが望まれる意識

学生の実態を把握した上で、養成機関は具体的にどのような意識の向上に取り組めば良いのだろうか。今回の調査結果から対象となった学生に関して、以下の意識を高めることが望まれる。

①栄養素に関するバランスのとれた知識

食に関する判断力や選択力に関わる意識では、栄養素、とりわけ塩分に対する注意度が低かった。しかし、女性の場合、将来、妊娠した時に塩分の取りすぎは重大な問題を引き起こす。常日頃から薄味に慣れていることが望まれる。ダイエットに向きがち意識をよりバランスのとれた栄養素の理解へと誘う必要がある。

また、栄養素に対する適切な理解は、特定のものばかり食べる「個食」の問題を理解することにもつながり、保育士や栄養士が子どもの食の問題を洞察する力としても大事である。

②添加物の理解と限界

食の安全では、添加物に対する意識が極めて低かった。近年、輸入食品の食品添加物が原因の様々な社会問題が発生しているが、今回のアンケートはそれらの事件が発生する前に取っている。事件発生後の添加物に対する意識は、かなり高くなっている可能性がある。しかし、問題は、添加物は数多くあり、しかも表示は多くがカタカナによる名称表示である。それらの添加物が人体にどのような影響を及ぼすものなのか、また、どの添加物は無害で、どの添加物が有害なのか、意識して学ばねば、表示を見てもその意味を理解することはできないという問題がある。一般の人がどの程度の知識を持つべき

なのか、少なくとも保育士養成機関におけるカリキュラムを考えると限界がある。

③安全の対価

「農薬は気になっても安ければ買う」、「食事にお金をかけたくない」など、経済的に豊かではない学生時代であるためにやむをえないことではあるが、安全な食を得るためには一定の対価を支払わなければならないことを学生に考えさせることも必要である。

④一緒に食べることの成長・発達への影響

食生活における人間関係に関わる意識は、全体的に高かったが、一人で食べたほうが気楽だとか、無理に家族と食べる必要はないという意識もわずかにあった。家族から独立したいという欲求が生じる年齢でもあり、一概に問題視する必要もないが、かといって、問題なしと楽観的に受け止めるのも躊躇される。大人と一緒にの食事が子どもの食意識・食態度・食知識にどのような影響を及ぼすかを調査した佐々らの研究によれば、子どもだけより大人と一緒に食事をする子どもの方が、食意識・食態度・食知識に良い影響を及ぼしていることが報告されている(2003)。一緒に食べることの大切さを「楽しいから」という情緒的レベルだけでなく、一緒に食べることが子どもの食意識、そして成長・発達にどのような影響を及ぼすのか科学的レベルでも理解していることが重要である。

⑤郷土愛を育む地域の食材への興味

食に対する興味に関わる意識では、地産地消が叫ばれる中、本アンケート結果では、地域の食材や伝統食に対する関心は低かった。保育所は地域の子育てセンターとして、地域と関わり、地域の食材や伝統食の価値を見出し、それを園

の子どもに伝え、郷土愛を育て得る大事な場所である。現場に就職してからでも意識は育てられるものではあるが、学生時代から地方の食材や伝統食に興味を持つ姿勢を養っておく必要はあろう。

⑥手作り料理の価値

調理に関わる意識では、極めて少数であったが、「調理は重要だけどしたくない」という意識が気になった。主婦でもなく、生活が他の刺激ややりたいことであふれている時期であれば、調理したくないというのは正直な思いであろう。女性は時期がきたら自然と調理せざるをえないようになるのかもしれない。しかし、保育現場では、子ども達に調理の楽しさを経験させなければならない立場である。自分で調理をしていない学生の割合を考えると、大学時代にいかに調理の楽しさを経験させ、手作り料理の価値を伝えるかが課題である。

(3) 知のネットワーク

以上の課題の達成には、「知のネットワーク」が必要である。児童教育学科が提供する「保育原理」や「実習総論」などの授業では、栄養に関する知識や調理経験を提供するには限界がある。しかしながら、カリキュラムの再編成は容易ではない。学内の家政学科との効果的な連携の道を切り開いていくには、何よりも教員間の柔軟な連携を可能にする制度的柔軟性と教員の意識の向上が必要ではなかろうか。

今後、食物栄養の学生は意識的にまた必要に迫られ、食に関する知識を増やすことになる。健康の維持増進のために心がけていることとして、「栄養・食事の知識情報を増やす」を選択している割合は、児童教育学科の2専攻が8%台であるにも関わらず、食物栄養は22.0%

と、知識獲得への意識差が顕著である(表6)。この知識欲の差が今後2年間に専攻間にどのような差をつけるのか、またつけないのか、興味深い。また、大学教育における知識獲得を通して知識下位グループにどのような変化が生じるか、検証してゆきたい。

謝 辞

本調査にご協力いただいた学生諸氏、アンケート処理に関わる諸々の仕事を根気よくお手伝いいただいた京都文教大学大学院生の秋山実絵さん、そして市川理絵さん、アンケートの分析にご協力いただいた貫田優子さん(京都大学大学院研修員)に心より感謝申し上げます。

なお、本研究は日本学術振興会交付の科学研究費補助金(萌芽研究「教育・食物栄養・医療の連携による食育実践能力を高める保育士養成プログラムの構築」、平成19 - 21年、課題番号: 19653096、研究代表者: 中島千恵)および京都文教短期大学の特別研究費助成(学内補助)を受けて実施したものである。

参考文献

1. 浅野美登里、坂本裕子、落合利佳、中島千恵、「栄養士、保育士養成課程に学ぶ学生の食に関する実態」『京都文教短期大学研究紀要』第46集、2007年、20 - 30頁。
2. 大坂裕子、小田嶋裕子、八倉巻和子 「保育士をめざす学生の食意識調査」『大妻女子大学 家政系研究紀要』第41号、2005年、27 - 31頁。
3. 大森世都子、八倉巻和子、高石昌弘、「幼児の食生活に関する研究—保護者および保育園長の食意識の比較—」『小児保健研究』vol.59、No1、2000年、p.72-81.
4. 小田良子、内田初代、谷田部直美、「女子短大生の食意識と食生活に関する一考察」『名古屋文理短期

- 大学紀要』第25号、2000年、59 - 109頁。
5. 駒田聡子、「[食育] 実践能力を身につけた保育士を育てる」『高田短期大学紀要』、23号、2005年、107 - 120頁。
 6. 佐々尚美、加藤佐千子、田中宏子、貴田康乃、「大人と一緒に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(3):2003年、226 - 233頁。
 7. 島田玲子、木村靖子、「女子短大生の食意識—栄養士養成課程1・2年生の比較による教育効果の検討—」『山脇学園短期大学紀要』41号、2003年、9 - 19頁。
 8. 福司山エツ子、木戸めぐみ、「栄養士を目指す女子学生の食行動について—居住形態別による比較—」『鹿児島女子短期大学紀要』第41号、2006年、29 - 47頁。
 9. 米田泰子「女子大生の食環境、食意識の中に偏食をみる」『京都ノートルダム女子大学研究紀要』第35号、2005年、131 - 144頁。