

2013年度名古屋学芸大学健康・栄養研究所 研究・実践報告

■研究・実践の課題（テーマ）

共食・孤食の食生態に関する国際比較研究：愛知県内小学校の事例

■主任研究者 足立 己幸

■共同研究者 安達 内美子

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

研究の経過と目的：本研究はオーストラリア、アメリカ、英国等で実施してきた「小学生についての共食の食生態に関する国際比較調査」（主任研究者足立己幸。Kumi Eto, Miyuki Adachi, et al. Variable of the Theory of Planned Behavior are Associated with Family Meal Frequency among Adolescents. *J Nutr. Educ.* 43:525-530(2011) 等で一部を報告）の一環として、課題提起の出発であった日本での調査を行い、国際比較に供することを目的としてきた。

2012年10月、日進市立N中学校2年生全員、及びその学区内の3小学校5年生全員に対し、自記式質問調査を実施した。小学生について、1981年と1999年にほぼ同じ調査方法で実施した全国7地域の調査結果に比較して、朝食をひとりで食べる児童の比率が高くなっていること、ひとりで食べることが他の食行動の問題点と連鎖する傾向があることが明らかになった（研究所年報第6号特別号、足立己幸報告）。夕食についても、夕食共食頻度と共食に対する認知の相関関係が強い等同じ傾向を示した。この経過で、食べる人にとっての食事の質の評価指標として使用してきた“食事が楽しい”について妥当性の検討が必要になった。調査実施時、調査協力者の小学生から「食事が楽しいという意味がわからない。食事をそのように考えたことがない」と質問を受けたことが、その必要性を強くした。

そこで2013年度の研究目的は、児童・生徒にとって“食事が楽しい”と回答する意味とその背景、家族や友人との共食の関連について、家庭での食事と給食を対比させることにより明らかにすることとした。

方法：①中学生（242名）について、直近の朝食と夕食、普段の学校給食別に“楽しい”、“つまらない”と回答した者、または一日中で一番楽しい食事の回答で群分けし、食事、健康、共食に対する認知等との関連を分析した。②小学生（252名）についても同様の解析を行い、③両者の比較、検討を行った。

結果：①小学生は中学生に比べ、家庭での食事を“楽しい”と回答する者が多かった。小学生では、朝食が楽しかった者は75%（中学生は56%）、給食は82%（81%）、夕食は90%（79%）だった。②中学生について、給食を一日の食事では一番楽しいと回答した群は、選択しなかった群に比べ、朝夕食とも“一番楽しい共食者は家族全員”と回答した者が少なく、家庭での食事での会話、発話が少ない者が多かった。小学生も、朝夕食とも“一番楽しい共食者は家族全員”と回答した者が少なく、かつ“ひとりが一番楽しい”と回答した者が多かった。加えて、夕食について、楽しい、毎日食べると回答した者が少なかった。③小学生では、給食を一日の食事では一番楽しいと回答しなかった群は、選択した群に比べ、給食を残す、給食の挨拶（いただきますや、ごちそうさま）をしないと回答した者が多かったが、家で食事の手伝いをする者が多かった。④ 共食に対する認知について、中学生では、特に家族と一緒に食事に対する重要性が低く、家族と一緒に食事を楽しむにしておらず、家族に対する主観的規範が低かった。一方、小学生では、共食に対する認知について、両群に有意な差は認められなかった。

考察：中学生には、家庭と連携し共に食べる楽しさを通じた食育の推進が重要であると考えられた。小学生には、給食が一番楽しいと回答した者に、家庭での食事について、1人が一番楽しいと思っている者が多いことから、多様な食事づくりの機会を共にする楽しさを通じた食育の推進が重要であると考察された。