ISSN 1348−0995

研　究　紀　要

第 13 号

目　次

報文：

食育実践活動の取り組み
— 短期大学生の朝食摂取状況と生活習慣 —　……　篠原　壽子・二五田　公俊　…　1

スクールカウンセラー配置事業における評価と考察　……　松田　順子　…　13

研究ノート：

加工食品のデンプン表示について　……　室屋　かおり・堀　康二　…　27

減災・共助のボランティア論
～地域継続計画の提言（Community Continuity Plan）～　……　木ノ下　勝矢　…　33

資料・報告：

食育実践活動の取り組み（第２報）
— 短期大学と高等学校の連携教育交流による伝承料理調理実習の試み —　……　篠原　壽子　…　47

子ども料理教室における食育実践報告　……　錦　萬代・木下　美千代・楳寿　佐貴子・中村　香菜子　…　57

東九州短期大学学生の「食」に関する意識調査　……　木下　美千代・望月　聡　…　67

2010

東九州短期大学

食育実践活動の取り組み
― 短期大学生の朝食摂取状況と生活習慣 ―

Dietary Education for College Students : Questionnaire Survey on the Breakfast Intake, Dietary Habits and Life Style in Our College Students.

篠原　壽子　　二五田　公俊
Hisako SHINOHARA　　Kimitoshi NIGOTA

A questionnaire survey was conducted among 33 male and 131 female students in Higashikyusyu Junior College, to investigate their attitude toward breakfast intake, eating habits and life styles. The group of students who ate breakfast every day was about 63.4% of the total, while about 7.9% of students had the eating habit of skipping breakfast. The students of skipping breakfast usually woke up after 8 a.m., therefore they didn't have enough time for breakfast and no appetite. Then they can't concentrate on study. The respective rates of less than 10 minutes, from 10 to 30 minutes and more than 30 minutes at breakfast time were about 6.0% , 75.5% and 18.5% of the total. Comparatively higher food intake rate of students was observed in their own houses, the kind of the staple food was used the rice more about two times than the bread. As for the main dish of breakfast, the eggs were frequently used. These results suggested that the dietary education in students is important for promoting the awareness of a healthy life style and changing to their eating habits, especially breakfast intake.

緒　　言

近年、若年者の不規則な生活習慣による朝食欠食や外食の増加などの食生活の乱れが問題となっている。平成17年に食育基本法が公布・施行され、平成18年３月に食育推進基本計画が策定されてから、幼稚園・保育園や小学校などにおいては食育推進の基盤整備が進み、さまざまな実践が試みられている[1)]。山田らの報告によると、中学生において朝食の摂取者は健康的な生活習慣の実践者が多く、健康意識や知識の習得率も高く自覚症状の訴え数は少なかった[2)]。また、黒川らの報告によると、朝食を毎日食べるという中学生の行動は早寝早起きなどの生活リズムよりむしろ食事環境や朝食摂取に対する動機づけが影響している可能性が示唆されている[3)]。

大学生の場合は家庭で家族とともに生活してきた高校時代までと異なり、家族と離れて生活するか家族と同居していても学習やアルバイトなどで忙しい生活の大部分を自分で管理するようになってくる。これらの大学生における食生活、特に朝食摂取の実態調査や健康に関する研究については、これまで多くの報告がみられる[4)～12)]。この食の自立期という機会を捉えて、望ましい食習慣を自ら実践できる効果的な食育を推進するために、本学短大生の朝食摂取状況とそれに関連する生活習慣についての実態調査を実施することにより課題を明らかにし、栄養教育・指導の基礎資料を得ることを目的とした。

方　　法

１．調査対象および調査時期

調査対象者は、東九州短期大学食物栄養学科の学生71人と幼児教育学科の学生98人の計169人とし、有効回答者数は164人であった。

調査時期は、平成19年2月から４月にかけて実施した。

２．調査内容

調査内容は、被調査者の属性、朝食摂取状況、朝食に対する意識および生活習慣などについての12項目からなる質問で構成されている。

３．調査方法

調査対象者に、本研究の目的と具体的な調査内容を理解してもらうため、学科・学年別に事前説明を行ってから無記名自記式アンケート調査法による質問用紙を配布し、その場で回収した。回収率は、食物栄養学科100%、幼児教育学科94.9%で、全体の平均は97.0%であった。

４．統計処理

アンケートの集計および統計処理は、エクセル2003分析ツールを用い、性別・学年別・学科別に単純集計およびクロス集計を行い、各質問項目についてPearsonのχ^2検定により検討した。有意水準は５％未満とした。

結果および考察

1．調査対象者の属性

調査対象者の属性は、表１に示すとおりである。性別では、男性が33人（20.1%）、女性が131人（79.9%）で約8割が女性であった。学年は、1年生が85人で、2年生が79人とやや少ないがほぼ同数であり、年齢構成については18歳、19歳の順に多く、全体の97.0%を占めていた。居住形態は、家族と同居が142人（86.6%）と最も多く、学生寮14人（8.5%）、アパート等の一人暮らし8人（4.9%）であった。

表１　　調査対象者の属性

項　目	食物栄養学科			幼児教育学科			全　体		
	1年	2年	計	1年	2年	計	1年	2年	合計
	n　(%)	n　(%)	n　(%)	n　(%)	n　(%)	n　(%)	n　(%)	n　(%)	n　(%)
性別									
男性	11 (28.2)	9 (28.1)	20 (28.2)	5 (10.9)	8 (17.0)	13 (14.0)	16 (18.8)	17 (21.5)	33 (20.1)
女性	28 (71.8)	23 (71.9)	51 (71.8)	41 (89.1)	39 (83.0)	80 (86.0)	69 (81.2)	62 (78.5)	131 (79.9)
計	39 (100.0)	32 (100.0)	71 (100.0)	46 (100.0)	47 (100.0)	93 (100.0)	85 (100.0)	79 (100.0)	164 (100.0)
年齢									
18歳	37 (94.9)	2 (6.3)	39 (54.9)	42 (91.3)	7 (14.9)	49 (52.6)	79 (92.9)	9 (11.4)	88 (53.7)
19歳	2 (5.1)	29 (90.6)	31 (43.7)	2 (4.35)	38 (80.8)	40 (43.0)	4 (4.7)	67 (84.8)	71 (43.3)
20歳代	0 (0.0)	1 (3.1)	1 (1.4)	2 (4.35)	2 (4.3)	4 (4.4)	2 (2.4)	3 (3.8)	5 (3.0)
居住形態									
家族と同居	36 (92.3)	26 (81.3)	62 (87.3)	39 (84.8)	41 (87.2)	80 (86.0)	75 (88.2)	67 (84.8)	142 (86.6)
学生寮	1 (2.6)	5 (15.6)	6 (8.5)	5 (10.9)	3 (6.4)	8 (8.6)	6 (7.1)	8 (10.1)	14 (8.5)
一人暮らし	2 (5.1)	1 (3.1)	3 (4.2)	2 (4.3)	3 (6.4)	5 (5.4)	4 (4.7)	4 (5.1)	8 (4.9)

2．朝食摂取状況

学年別・学科別朝食摂取状況については、図１に示すとおりである。朝食を「毎日」食べる者は、全体では63.4%であった。学年別では、2年生がやや低い割合を示しているが、学科および学年間において有意な差は認められなかった。一方、朝食を「全く食べない」いわゆる「欠食」者は、全体で7.9%であり、学科間に大きな差はないが学年間において2年生が1年生に比べ1.6倍高い割合であった。平成19年国民健康・栄養調査結果の概要[16]によると、朝食欠食状況は15 ～ 19歳の男性では13.4%、女性は11.5%であり、20 ～ 29歳の男性では28.6%、女性は24.9%となっている。但し、この調査における欠食とは、「何も食べない（食事をしなかった場合）」、「菓子・果物・乳製品・嗜好飲料などの食品のみを食べた場合」および「錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンク剤のみの場合」の合計であり、本調査におけるそれらの該当者を含めた場合、全体では9.8%となる。いずれの年齢層においても、国民健康・栄養調査の結果と比較して、本学学生の欠食率は低い値を示した。また、朝食を「ときどき食べない」および「ほとんど食べない」者の割合を含めた朝食摂取頻度が週2 ～ 3日以下の割合は全体で23.2%を占めている。他大学の学生の朝食摂取実態調査報告[4) ～ 15)]と比較しても大きな差は見られないが、朝食欠食の習慣化の時期が思春期以降から始まり20歳代になってピークに達するパターンに類似している。本学の学生においては約４人に1人の割合で、朝食欠食が習慣的に存在していると考えられる。

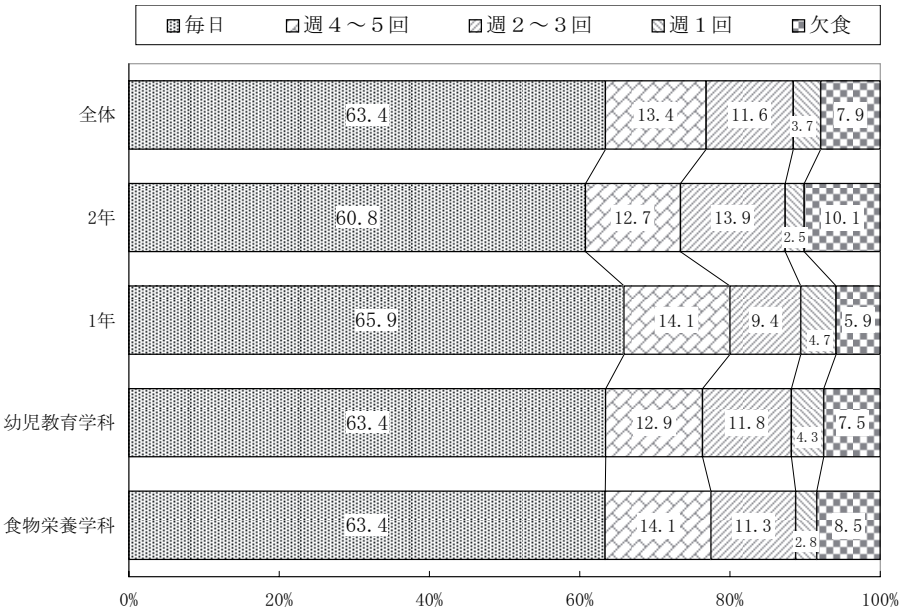


図１　学年別・学科別朝食摂取頻度

３．平日の起床時刻

学年別・学科別の平日の起床時刻は、図２に示すとおりである。全体では7時台に起床する学生の割合は54.3%、６時台は25.6%、8時台は18.3%、5時台は1.8%の順であった。学年間および学科間に有意な差は認められなかった。生活習慣特に平日の起床時刻は、朝食の摂取頻度、摂取時間および調理時間などに関連があるとの報告[7] がある。本調査においても、朝食欠食者13人の内9人が8時台の起床であり、通学時間を考えると起床から家を出るまでの時間つまり身支度や朝食にかける時間が朝食欠食者は極めて短いことがわかった。

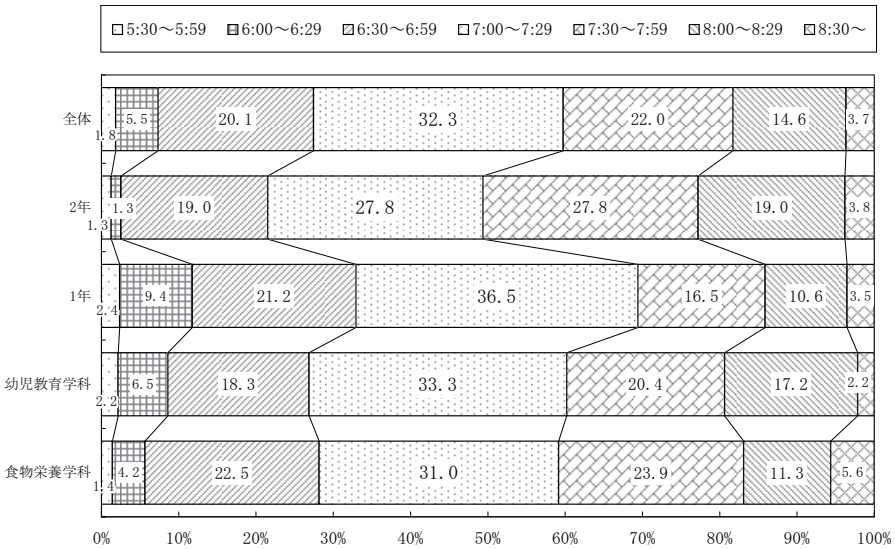


図２　学年別・学科別平日の起床時刻

４．朝食摂取時間

学年別・学科別の朝食摂取に要する時間については、図３に示すとおりである。全体では、「10 ～ 20分未満」が47.7%と最も多く、次いで「20 ～ 30分未満」が27.8%、「30 ～ 40分未満」が15.9%の順であった。短大生においては、半数以上の学生が「10分未満」と合わせ朝食摂取にかける時間は20分未満であり、30分以上かける学生は2割にも満たず、時間をかけていないか、もしくはかけられない状況であることがわかった。学年間および学科間に有意な差は認められなかった。

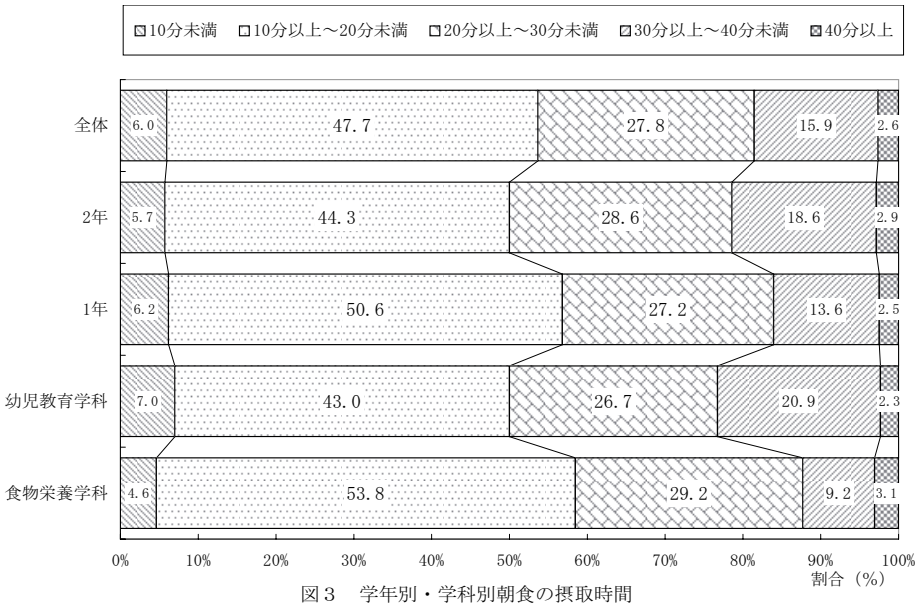


図３　学年別・学科別朝食の摂取時間

５．朝食の食事状況

学年別・学科別朝食の食事内容については、表2に示すとおりである。主食としては、ご飯（1杯）、パン（1枚）、菓子パン、おにぎりの順で食べていた。汁物は、みそ汁（1杯）、主菜としては、卵（1個）が最も多く、その他に魚の切り身、納豆、ウインナーやそれ以外のおかずが食べられていた。副菜としては、付け合せ野菜やサラダなどを、牛乳、ヨーグルトやリンゴ・バナナ・みかんなどの果物を回答した学生も少数であるが、みられた。さらに、朝食内容を食事バランスガイドに基づき検討した結果を表3に示した。朝食1食分に主食、汁物を含む副菜および主菜の3種類がそろっている場合をバランス度は「良好」とし、その3種類のいずれかが不足又は過多の場合は「やや良い」とし、1種類のみ摂取の場合は「悪い」と区分した。バランス度が「良い」および「やや良い」の学生の割合は、食物栄養学科2年53.1%、幼児教育学科1年43.4%、同学科2年40.5%、食物栄養学科1年35.9%の順であり、全体では42.7%であった。朝食の食事バランス度については、半数以上の学生に問題があることがわかった。

表２　　学年別・学科別の朝食内容　　（複数回答あり，人数）

料理区分	料理名	概量	食物栄養学科			幼児教育学科			全　体		
			1年	2年	計	1年	2年	計	1年	2年	合計
主食	ご飯	１杯	18	19	37	28	27	55	46	46	92
		１/２杯	0	0	0	3	2	5	3	2	5
		２杯以上	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	おにぎり	1個	2	2	4	3	1	4	5	3	8
	パン	１枚	13	4	17	8	8	16	21	12	33
		１/２枚	1	0	1	1	1	2	2	1	3
		２枚	0	1	1	1	0	1	1	1	2
	菓子パン	１個	1	1	2	5	4	9	6	5	11
	コーンフレーク	１杯	0	0	0	0	1	1	0	1	1
	計		36	27	63	49	44	93	85	71	156
汁物	みそ汁	１杯	14	16	30	15	17	32	29	33	62
		１/２杯	0	0	0	1	1	2	1	1	2
		２杯以上	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	汁物	１杯	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	計		16	16	32	16	18	34	32	34	66
主菜	卵	１個	4	5	9	6	1	7	10	6	16
		１/２個	0	0	0	0	1	1	0	1	1
	おかず	１品	0	0	0	2	2	4	2	2	4
		２～３品	0	0	0	3	0	3	3	0	3
	納豆	１パック	2	1	3	0	0	0	2	1	3
	魚切り身	１切れ	2	1	3	1	0	1	3	1	4
	魚・肉	１皿	0	0	0	0	2	2	0	2	2
	ベーコン	２枚	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	ウインナー	２本	0	1	1	0	1	1	0	2	2
		４本以上	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	計		10	8	18	12	7	19	22	15	37
副菜	付け合せ野菜	適量（１皿）	0	0	0	2	0	2	2	0	2
	サラダ	１皿	0	0	0	1	0	1	1	0	1
	キャベツ	１皿	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	炒め物	１皿	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	漬物	適量（１皿）	1	2	3	0	0	0	1	2	3
	計		3	2	5	3	0	3	6	2	8
牛乳・乳製品	牛乳	１杯	2	0	2	2	0	2	4	0	4
		２杯	0	0	0	1	0	1	1	0	1
	ヨーグルト	１杯(個)	4	0	4	0	0	0	4	0	4
	計		6	0	6	3	0	3	9	0	9
果物	りんご	１/２個	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	バナナ	１本	1	1	2	0	0	0	1	1	2
	みかん	１個	0	0	0	1	1	2	1	1	2
		２個	0	0	0	0	1	1	0	1	1
	オレンジジュース	１杯	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	計		3	1	4	1	2	3	4	3	7
飲み物	コーヒー	１パック(杯)	0	2	2	0	0	0	0	2	2
	茶	１杯	0	0	0	1	1	2	1	1	2
		１/３杯	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	ジュース	１杯	0	1	1	0	0	0	0	1	1
	豆乳	１杯	1	0	1	0	0	0	1	0	1
	ココア	１杯	0	0	0	1	0	1	1	0	1
	計		2	3	5	2	1	3	4	4	8
その他	のり	１枚	2	0	2	0	0	0	2	0	2
		２枚	0	0	0	0	0	0	0	0	0

表３　　朝食の食事バランス度　　（学生割合，％）

食事バランス度		良好	やや良い			悪い					欠食	無記入
料理区分	SV		主菜過多	主菜不足	副菜不足	主食のみ	主食過多	主食不足	副菜のみ	果物のみ		
主食	１～２	○	○	○	○	○	◎	△			×	－
副菜	１～２	○	○	○	△				○		×	－
主菜	１～1.5	○	◎	△	○						×	－
牛乳・乳製品	(0～2)	(○)									×	－
果物	(0～2)	(○)								○	×	－
食物栄養学科 １年		7.7	2.6	23.1	2.6	43.6		2.6	2.6		7.7	7.7
				28.2				48.7				
食物栄養学科 ２年		25.0		28.1		28.1					9.4	9.4
				28.1				28.1				
幼児教育学科 １年		21.7		17.4	4.3	37.0	2.2	8.7		2.2	4.3	2.2
				21.7				50.1				
幼児教育学科 ２年		10.7		27.7	2.1	40.4	2.1	2.1		2.1	10.7	2.1
				29.8				46.7				
全　体		15.9	0.6	23.8	2.4	37.8	1.2	3.7	0.6	1.2	7.9	4.9
				26.8				44.5				

６．授業の集中度と午前中の間食状況

学年別・学科別の授業の集中度および午前中の間食摂取状況は表４に示すとおりである。授業に対する集中度については、学年間・学科間に有意な差は認められなかったが、全体で約3割の学生が授業に集中できないと回答している。授業の集中度別起床時刻を図4に示した。授業の集中度ありと回答した学生で起床時刻が7時半以降の割合が35.6%に対し、集中度なしと回答した学生の割合は51.1%と半数以上を占めていた。起床時刻が８時以降の学生では、集中度ありの学生が15.4%で、集中度なしの学生が29.8%と2倍近い割合であった。起床時刻の遅さが、朝食や身支度等の準備にかける時間を短縮させ、脳の活性化を遅らせ授業の集中度が上がらない原因と考えられる。

また、午前中の休憩時間に何か食べているかとの項目では、約4割弱の学生が間食を摂取していることがわかった。午前中の間食の有無については、学年間で有意差が認められた（$p<0.01$）。間食の内容として、スナック菓子が最も多く次いでチョコレートやあめ、ジュース、ガム、おにぎりの順に出現していた。10分間の休み時間のため、手軽に食べられるものを多く利用していた。

７．朝食に対する意識度

学年別・学科別の朝食摂取に対する意識度は表５に示すとおりである。朝食摂取の重要性に対する認識は、幼児教育学科に比較し食物栄養学科が、2年生に比較し1年生が高い傾向を示していた。全体では約9.1%の学生が、朝食を食べなくても問題はないと認識しており、「食欲がない」、「食べなくても元気だから」などを主な理由としてあげている。食の自立期にあたる大学生に対しては、食に対する知識や実践のための意識や技術を身につけることが必要とされる。朝食は「健康性」が意識されやすい食事であり、実際にきちんと朝食をとることで自分の食事管理や規則的な生活習慣の確立に結びつきやすく、充実した学生生活を送るために重要である。

表４　学年別・学科別授業の集中度と午前中の間食摂取状況

項　目	食物栄養学科 1年 n (%)	食物栄養学科 2年 n (%)	食物栄養学科 計 n (%)	幼児教育学科 1年 n (%)	幼児教育学科 2年 n (%)	幼児教育学科 計 n (%)	全　体 1年 n (%)	全　体 2年 n (%)	全　体 合計 n (%)
授業の集中度									
集中できる	28 (71.8)	21 (65.6)	49 (69.0)	30 (65.2)	27 (57.5)	57 (61.3)	58 (68.2)	48 (60.7)	106 (64.6)
集中できない	11 (28.2)	9 (28.1)	20 (28.2)	14 (30.4)	15 (31.9)	29 (31.2)	25 (29.4)	24 (30.4)	49 (29.9)
無回答	0 (0.0)	2 (6.3)	2 (2.8)	2 (4.3)	5 (10.6)	7 (7.5)	2 (2.4)	7 (8.9)	9 (5.5)
午前中の間食									
あり	17 (43.6)	10 (31.2)	27 (38.0)	8 (17.4)	27 (57.5)	35 (37.6)	25 (29.4)	37 (46.8)	62 (37.8)
なし	22 (56.4)	15 (46.9)	37 (52.1)	35 (76.1)	15 (31.9)	50 (53.8)	57 (67.1)	30 (38.0)	87 (53.1)
無回答	0 (0.0)	7 (21.9)	7 (9.9)	3 (6.5)	5 (10.6)	8 (8.6)	3 (3.5)	12 (15.2)	15 (9.1)
間食内容(複数回答)									
主食 おにぎり	3	0	3	2	5	7	5	5	10
主食 パン	0	0	0	0	1	1	1	1	2
お菓子 スナック菓子	4	6	10	9	13	22	13	19	32
お菓子 チョコレート	4	3	7	1	10	11	5	13	18
お菓子 あめ	5	1	6	6	6	12	11	7	18
お菓子 ガム	3	1	4	4	4	8	7	5	12
お菓子 アイスクリーム	0	0	0	0	1	1	1	1	2
飲み物 ジュース	4	1	5	2	9	11	6	10	16
飲み物 茶	2	2	4	0	0	0	2	2	4
飲み物 スポーツドリンク	1	0	1	0	0	0	1	1	2
その他 ウィダーインゼリー	1	0	1	0	0	0	1	1	2

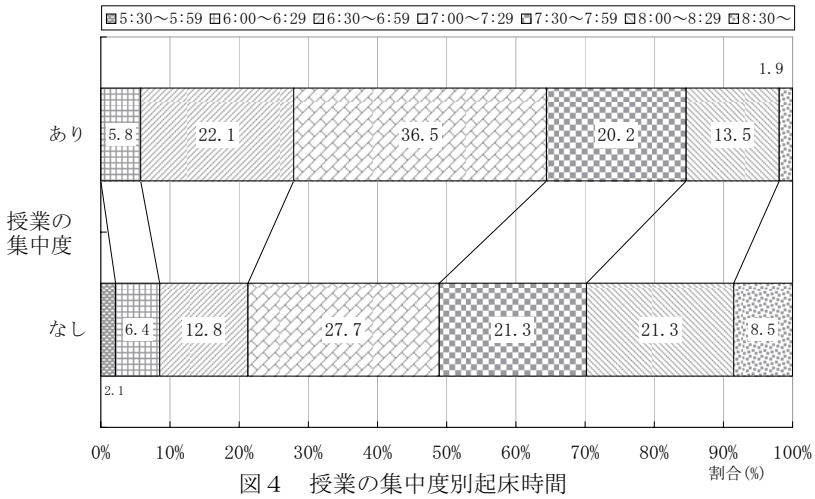


図４　授業の集中度別起床時間

表５　学年別・学科別朝食摂取に対する意識度

項　目	食物栄養学科 1年 n (%)	食物栄養学科 2年 n (%)	食物栄養学科 計 n (%)	幼児教育学科 1年 n (%)	幼児教育学科 2年 n (%)	幼児教育学科 計 n (%)	全　体 1年 n (%)	全　体 2年 n (%)	全　体 合計 n (%)
朝食摂取の重要性に対する意識度の有無									
あり	37 (94.8)	27 (84.4)	64 (90.2)	39 (84.8)	36 (76.6)	75 (80.6)	76 (89.4)	63 (79.7)	139 (84.8)
なし	1 (2.6)	2 (6.2)	3 (4.2)	5 (10.9)	7 (14.9)	12 (12.9)	6 (7.1)	9 (11.4)	15 (9.1)
無回答	1 (2.6)	3 (9.4)	4 (5.6)	2 (4.3)	4 (8.5)	6 (6.5)	3 (3.5)	7 (8.9)	10 (6.1)
朝食軽視の理由									
食欲がない	0	1	1	1	2	3	1	3	4
食べなくても元気	0	0	0	1	1	2	1	1	2
時間がない	0	0	0	1	0	1	1	0	1
空腹でも我慢できる	0	1	1	0	0	0	0	1	1
考えは各々違う	0	0	0	0	1	1	0	1	1
特別な理由はない	0	0	0	1	0	1	1	0	1
無回答	1	0	1	1	3	4	4	3	7

８．朝食欠食者の生活習慣と意識度

学年別・学科別の朝食欠食者の生活習慣および意識度などは表６に示すとおりである。朝食欠食者は13名で全体の約８％を占めており、１年生より２年生に多くみられた。学科間および性別では母集団に対する出現率にほとんど差はみられない。平成19年度国民健康栄養調査結果の概要との比較については前述のとおりである。

欠食者の起床時刻は、８：00～８：29が6名、８：30以降が3名、７：30～７：59が２名と約85%の学生が７時半以降となっている。欠食理由として、「時間がない」や起きてすぐのため「食欲がない」をあげている。授業の集中度や朝食欠食に対する意識度については、「肯定的」と「否定的」な学生の割合はほぼ同程度であった。これらのことから、朝食欠食者に対する食の指導は今後も継続的に必要であると思われる。

表６　学年別・学科別の朝食欠食状況　（人）

項　目	食物栄養学科			幼児教育学科			全　体		
	1年	2年	計	1年	2年	計	1年	2年	合計
性別									
男性	1	2	3	0	0	0	1	2	3
女性	2	1	3	2	5	7	4	6	10
計	3	3	6	2	5	7	5	8	13
年齢									
１０代	3	3	6	2	4	6	5	7	12
２０代	0	0	0	0	1	1	0	1	1
起床時刻									
6：30～6：59	1	0	1	0	0	0	1	0	1
7：00～7：29	0	0	0	1	0	1	1	0	1
7：30～7：59	0	1	1	0	1	1	0	2	2
8:00～8:29	1	2	3	0	3	3	1	5	6
8:30～	1	0	1	1	1	2	2	1	3
欠食理由（複数回答）									
時間がない	2	1	3	1	3	4	3	4	7
食欲がない	0	3	3	1	3	4	1	6	7
親が作らない	1	0	1	0	0	0	1	0	1
作る人がいない	0	0	0	0	1	1	0	1	1
朝食欠食に対する意識									
肯定的	1	2	3	1	2	3	2	4	6
否定的	2	1	3	1	3	4	3	4	7

要　　約

本学学生の朝食摂取状況とそれに関連する生活習慣の実態を把握し、食育活動に携わる学生に対する栄養教育・指導の基礎資料を得ることを目的とし、アンケート調査を実施し検討した。

①朝食について「毎日食べる」と回答した者は63.4%、「週に1回以上欠食する」と回答した者は28.7%および「全く食べない」と回答した者は全体の7.9%であった。

②朝食の食事時間は10 ～ 20分未満と回答した者が47.7%で、30分以上かける者は18.5%であった。一方、10分未満は全体の6.0%であった。

③朝食内容について、主食として「ご飯」の出現頻度は「パン」の2倍以上であり、主菜としては卵料理が最も多かった。学科および学年間で朝食の重要性についての認識度にバラツキがみられた。

④朝食欠食の理由として、「時間がない」と「食欲がない」がそれぞれ7人で、「作らない」と「作る人がいない」がそれぞれ1人であった。

⑤朝食欠食者の起床時間は、8時以降が69.2％を占めていた。登校時間ギリギリまで寝ているため、朝食が摂れないことがわかった。また、授業への集中度についても朝食欠食者は困難な傾向を示した。

本稿の要旨は、第55回日本栄養改善学会（鎌倉，2008年９月）において発表した。

謝　　辞

本調査にご協力いただきました本学学生および食物栄養学科の先生方に心より感謝の意を表します。

引用文献

1） 河野美穂：「食育で健康づくり」，栄養学雑誌，**67**，93-98（2009）

2） 山田英明，河田哲典，門田新一郎：「中学生の朝食摂取と生活習慣に関する健康意識・知識・態度，健康状況との関連」，栄養学雑誌，**67**，270-278（2009）

3） 黒川通典，伯井明子，秦野昌美，宮崎純子，佐藤眞一，水野明美，川内祥恵：「中学生の朝食と関連要因」，日本栄養改善学会学術総会講演集，156（2008）

4） 中村恵子：「大学生に必要な食育について」，福島大学人間発達文化学類論集，**7**，15-23（2008）

5） 花戸愛子，上地加容子，木村恵子，佐藤泉，杉原麻起，山下まゆ美：「短期大学生の食生活の実態と食育への取り組み」，奈良佐保短期大学研究紀要，**15**，57-63（2008）

6） 八杉倫，西山緑，大石賢二：「医療系大学生における朝食欠食とライフスタイルとの検討」，Dokkyo Journal of Medical Sciences，**35**（2），101-107（2008）

7） 五島淑子，中村佳美：「大学生の朝食欠食に関する調査」，山口大学研究論叢．人文科学・社会科学，**58**，65-74（2008）

8） 磯部由香，重松良祐：「大学生の食生活の実態について」，三重大学教育学部研究紀要，**58**，63-76（2007）
9） 東川剋美，古崎和代，菊地和美，前田雅子，平井和子：「居住形態からみた女子大生の健康と食生活との意識調査」，日本食生活学会誌，**15**，12-21（2004）
10） 五島淑子，大石奈津美，竹中りえこ，古川和樹：「朝食からみた大学生の行動」，山口大学研究論叢．人文科学・社会科学，**53**，31-50（2003）
11） 植田志摩子：「食生活と健康に関する研究第２報―女子短大生の食生活状況および健康状態について―」，帯広大谷短期大学紀要，**33**，87-100（2000）
12） 關戸啓子，内海滉：「大学生の食習慣と食に対する意識に関する研究」，川崎医療福祉学会誌，**7**，317-326（1997）
13） 相川りゑ子，塚越惠久子，澤井里子，大川和子：「女子大生の朝食欠食に関する一考察第２報」，大妻女子大学家政系研究紀要－　**45**，1-9（2009）
14） 大滝まり子：「短大生の睡眠時間と食生活について」，北海道文教大学研究紀要，**33**，19-26（2009）
15） 橋本正和，四元博晃，西岡征子，武富和美，溝田今日子，池田美穂，末次恵美，乗富香奈恵，児島百合子，久富守，古賀喜久子，桑原雅臣，成清ヨシエ：「食育実践への取り組み（第１報）」，永原学園佐賀短期大学紀要，**38**，53-68（2008）
16） 厚生労働省：「平成19年国民健康・栄養調査結果の概要」

スクールカウンセラー配置事業における評価と考察

The study and evaluation of school counceling project

松田　順子
Junko MATSUDA

１．はじめに

いじめ、暴力行為、不登校等の児童、生徒の問題は、今なお大きな社会問題となっています。問題行動の対応に当たっては、学校におけるカウンセリング等の機能の充実を図っていますが、児童、生徒に対する課題も増して、無理、難題を投げかけてくる保護者の一方通行的な主張に翻弄されている状況は歪めません。学校におけるカウンセリングは、「児童生徒が学校生活を送る中で出会うであろう諸問題の解決を援助するかかわり」であると言えましょう。諸問題とは、友人関係、学業不振、親子関係、部活動、異性問題、進路、不登校などとなります。

筆者は、平成11年から10年余り、主に大分県北地区高等学校のスクールカウンセラーを経験しました。「言うは易し、行うは難し」、経験をされた方ならおわかりいただけると思いますが、学校という独自の教育システムの中で、教育相談は、下位概念になっているようで、思うように学内スクラム（連携）を組むことは容易なことではありません。

また、文科省の図いで、学校カウンセラーを配置することになって10年余りが経過しているにもかかわらず、その存在について、世間にはそれほど浸透していないのが現状ではないでしょうか。

「学校にカウンセラーは必要なのか？」「毎日カウンセラーは何をしているのか！」など耳にします。結果については、学力検査のように点数では出てこない「心の指数」は、人それぞれの見解の相違があり、科学的に「良し、悪し」を評価しにくいところにあると思えます。カウンセラーは皆それぞれに孤軍奮闘している状態です。それ故、何か指標があることである一つの方向性が見えてくるのではないかと思い、ここに今まで経験してきた、若干の様相を説明し、社会が求めるスクールカウンセラーとしての役割を再確認した上で、今後の方向を展望・提示したいと思います。

２．スクールカウンセリングの基本

⑴　導入の背景

1950年代より、学校が荒れ始め、校内暴力の嵐が吹き荒れるようになりました。その結果、学校は厳しい管理体制を敷かざるを得なくなり、教師と生徒間の厳しい対立が逆に陰湿な方向へと向いていったのです。いじめ、非行の潜在化、「キレる少年」の多発と、思春期前期の中学校は最悪の状態を迎え、教師の精神的重圧が心や体を病む状況へとすすんでいきました。

その後、少年犯罪は低年齢化し、小学校にも学級崩壊の現象が現れてきました。そのような学校の状況に対し、学校に教師以外の専門家が必要ではないかという観点から平成7年度より試行配置され、平成17年度より公立中学校全校配置という形で制度化されました。

大分県では、平成10年8月に大分県立野津高等学校１年生（不登校生）男子による一家６人殺傷事件が起き、大分県はもとより、日本中を震撼とさせました。少年事件は、都会的住宅で近隣とも孤立した核家族で起きると思っていた半ば常識は、「緑豊かな山間ののどかで３世代の住む田舎」での事件で、もうどこにでも起こりうるという考え方へと変える結果となりました。それ故神戸市に続き、大分県教委は独自の見解で高等学校にも部分的にスクールカウンセラーが配置されたのです。

⑵　スクールカウンセラー活動の内容

○＜児童・生徒へのカウンセリング＞

個人、集団両方の形をとる場合があります。

通常クラス担任や教育相談担当者に勧められ、来談します。

㊟思春期は、教師に知られることを嫌うこともあり、時々自主来談があります。

ポイント

・まず信頼関係を築くことが重要です。
　児童心理学、青年心理学の知見が必要となります。
・話題合わせのため、この時期の興味ある本、音楽、ドラマ、遊びなどを知ることです。
・集団臨床の資質が求められます。
　友達、先輩、後輩との関係、教師との関係など

○＜保護者を対象とした面談＞

特に不登校生徒の保護者との面談が多い。

※　忙しさや自分のプライベートな事を理由に来校しない保護者もいます。

ポイント

・親が心理的不安に陥り、疲れ果てている場合が多いので、まず、心の内面をよく聴くことから始め、カウンセリングマインドの基礎である「傾聴」を十分に行うことが大切です。
・親の不安が子どものより一層の不安をあおる場合がありますので、保護者のみの面接が意外と効果があります。

○＜教師へのコンサルテーション＞

教師（特にクラス担任、養護教諭）は、生徒個人について多くの情報を持っています。家庭の状況、成績、友人関係など、週１日の勤務では知り得ない貴重な情報の提供を促すためにも信頼関係、意志疎通は欠かせません。

ポイント

「守秘義務」か「情報開示」か、悩むけれども連携や協力体制を取る必要上、情報共有は不可欠です。

○＜講義、研修会実施＞

ポイント

「カウンセリングの基本」「思春期の心と身体の特性」などのレクチャーを行います。

・気になる生徒への現状について、家族背景、友人関係などを詳しく検討し、「生徒理解」を進め、今後の対応のあり方についてケース事例検討会を持つことが有効です。
・親には対応法を一緒に考え、個別に適切なアドバイスを行います。
・子育て家庭の現状、最近の親の心理、法律などの知識は必要でしょう。

○＜他機関との連携＞

学内では問題解決が難しいケースが増えています。

引きこもり型、不登校、うつ病、アスペルガー、ＬＤ、ＡＤＨＤ、根深いいじめ（恐喝など）、精神統一障がい、虐待、非行、暴力等、学校がふみ込めない状況の時

ポイント

教育センター、児童相談所、病院、警察など、必要に応じて対応することがあります。学校への復帰のタイミングを担任教師とも情報共有しながら連携していきましょう。

⑶　学校教育の特性とカウンセリング マインド

①　関係法令など

学校には、固有の仕組みがあります。校務分掌の在り方、校則の意味、教育委員会との関係、地域P．T．Aとのつながりなど、社会とは異なった仕組みが存在します。日本国憲法、学校教育法、教育基本法、児童憲章、教育要領、学習指導要領など学校教育にかかわる法令もしっかり頭に入れておく姿勢が求められます。

②　小学校、中学校、高等学校の仕組みと特性

㋐　小学校におけるカウンセリング

不登校やいじめが出た場合、担任と生徒の人間関係、学級内での交友関係が主な原因と考えられていますが、家庭環境の問題、非行傾向、心理的不適応など学校生活に起因する以外のものも考えていく必要があります。

小学校の相談部組織は弱く、担任教師との連携にたよる場合が主となっていますが、担任の負担が大きく精神的過重が多いようにあります。カウンセラーは、日常生活の中で子どもとの遊びなどを通し、情報的コミュニケーションを大切に取り合いながら、担任が第三者機関にも相談していける度量を身に付けていけるよう援助できればと思います。

㋑　中学校におけるカウンセリング

思春期にさしかかる中学校時代は、親や教師からの自立にあせり情緒不安定の中、自分ではどうしようもない感情との闘いに明け暮れています。私達大人も皆この時期を過ごしてきたにもかかわらず、対応に四苦八苦する有様ですが、常に冷静を装って生徒の話をじっくり聞き、良い関係を作ることが大切です。

中学校は、生徒指導部が教育相談も担当している場合が多くカウンセラーとしては、連携が取りにくい感がありますが、教頭、校長先生方の対応はよく、勤めやすさはあるように見受けられます。

ただ、この時期にしっかり学校での集団生活を経験し、社会性を身に付けていかなければ、次のステップにつなげにくい面がありますので、不登校にしろ、非行にしろ、カウンセラーは学校や他機関と十分に連携を図り、「学校は案外良いところである」という感を植え付けてほしいものです。

㋒　高等学校におけるカウンセリング

思春期にある高校生は、自己のアイデンティティを確立しつつ、さまざまな悩みを抱えています。日常の相談の中味は、人間関係、家族や性の問題、親との進路のずれ、成績不振、異性交際や交友のこと、進学、就職と現代社会の縮図そのものです。

表面的には交友関係をうまく保とうと見せてはいますが、ほとんどが孤独感にさいなまれ、コミュニケーション能力の低さが見えます。ここ５年位前から心理学関係学科に興味を示す者が多く、自分自身の心の分析からカウンセラーなどに希望している感がうかがえます。このことは、自分の心はおろか、他人の心の分析に苦悩していることがわかります。しかし、一概に高校生というくくりで判断するのは、避けなければなりません。個人差は非常に大きく、一人ひとりを正しく認識していく必要があります。その上に個々人に合った将来像を引き出し、就職意識や社会の一員としての認識度を高め、進学意欲を高める方向を見い出せるようなカウンセリング技法が望まれます。学校生活でなくても、どこかで規律ある集団生活を送ること、そして、将来へ向けて生きるエネルギーを燃やせるような人間育成が大事だと思えます。

㋓　カウンセリングにおける養護教諭の役割

スクールカウンセラーが学校へ勤務できる日数と時間は限られています。そこで毎日、生徒のヘルスカウンセリングに当たっている養護教諭との連携は欠かせません。相談内容によっては、養護教諭からのアドバイスがとても重要になります。ただ、教員側から「生徒を甘やかしている」などという苦情が聞かれたりします。校内体制、組織をしっかりさせ、養護教諭が日々果たしている役割を認識する必要があるように思えます。スクールカウンセラーよりむしろ養護教諭の指導が良いと思われる場合がある程です。

担任との連携を密にとり、信頼関係や秘密保持をしっかりとりながら、情報交換を行うことは、カウンセリングをうまく行う上でとても大切なことです。

生徒の健康の問題のみならず、教員の健康相談がうまくできるよう学内間の意思疎通をはかることは不可欠です。教職員、生徒の健康は教育活動の基礎を培うものです。

別表Ⅰ（第６条関係）

スクールカウンセラー	スクールカウンセラーは、次の各号のいずれかに該当する者とする。 ⑴　財団法人日本臨床心理士資格認定協会の認定の係る臨床心理士 ⑵　精神科医 ⑶　児童生徒の臨床心理に関して高度に専門的な知識及び経験を有し、学校教育法第1条に規定する大学の学長、副学長、教授、准教授又は講師（常勤勤務をする者に限る）の職にある者又はあった者
スクールカウンセラーに準ずる者	スクールカウンセラーに準ずる者は、次の各号のいずれかに該当する者とする。 ⑴　大学院修士課程を修了した者で、心理臨床業務又は児童生徒を対象とした相談業務について、1年以上の経験を有する者 ⑵　大学若しくは短期大学を卒業した者で、心理臨床業務又は児童生徒を対象とした相談業務について、5年以上の経験を有する者 ⑶　医師で、心理臨床業務又は児童生徒を対象とした相談業務について、1年以上の経験を有する者

⑷　大分県スクールカウンセラー配置事業実施要項（原文のまま）

＜大分県小中学校スクールカウンセラー配置事業実施要項＞

（目的）

暴力行為、いじめ、不登校等の児童生徒の問題行動等の対応に当たっては、学校におけるカウンセリング等の機能の充実を図ることが重要な課題となっている。このため児童生徒の臨床心理に関して高度に専門的な知識及び経験を有するスクールカウンセラー及びスクールカウンセラーに準ずる者（以下スクールカウンセラー等という。）を学校に配置し、それらを活用する際の諸課題に調査研究を行う。

（役割）

第２条　スクールカウンセラー等は、校長の指揮監督の下に、次の職務を行う。

⑴　児童生徒へのカウンセリング

⑵　カウンセリング等に関する教職員及び保護者に対する指導や援助

⑶　児童生徒のカウンセリング等に関する情報収集と提供

⑷　その他、児童生徒のカウンセリング等に関し、各学校において適当と認められる事項

（調査研究課題の設定）

第３条　調査研究課題については、次の各号に揚げる調査研究の課題を参考として、学校等の実状に応じ、スクールカウンセラー等を活用した生徒指導体制の充実及び教員の資質能力の向上等に関する課題を設定するものとする。

⑴　児童生徒の問題行動等の状況に応じた効果的なスクールカウンセラー等の活用方法
⑵　スクールカウンセラー等の効果的な生徒指導体制における位置付け、養護教諭等との役割分担、教職員との連携、教職員に対する助言・援助の在り方
⑶　教員研修におけるスクールカウンセラー等の活用の在り方
⑷　スクールカウンセラー等を活用した家庭、地域社会、関係機関との効果的な連携、保護者等に対する助言・援助の在り方
⑸　スクールカウンセラー等の守秘義務を踏まえた教職員との情報の共有の在り方
⑹　スクールカウンセラー等の職務執行ガイドラインの策定（職務執行マニュアル等の作成）

（配置方式）

第４条　スクールカウンセラー等は、配置された当該校を担当するほかに、地域や学校の実状により、複数の学校において調査研究を行う必要がある場合には、中学校区程度の地域を単位として、その域内にある学校の中の１校を拠点となる学校とし、当該校と域内若しくは近隣地域の他の学校を併せて担当することができる。

（配置形態）

第５条　スクールカウンセラー等の配置形態は、原則として、調査研究校１校当たり年35週とし、週当たりの配置時間は４時間とする。

（秘密の保持）

第６条　スクールカウンセラー等は、その役割を遂行する上で知り得た秘密を漏らしてはならない。

（実施報告）

第７条　スクールカウンセラーを配置された学校は、スクールカウンセラー等報酬仕訳書兼就労調書（別紙様式１）により、配置期間中の受入状況を毎月１日までに、所属する教育事務所に報告しなければならない。

また、大分県小中学校スクールカウンセラー配置事業実績報告書（別紙様式２）を作成し、事業終了後すみやかに、所管する教育委員会を経て、大分県教育委員会に提出するものとする。

＜大分県高等学校スクールカウンセラー配置事業実施要項＞

（目的）

第１条　暴力行為、いじめ、不登校等の生徒の問題行動等の対応に当たっては、学校におけるカウンセリング等の機能の充実を図ることが重要な課題となっている。このため生徒の臨床心理に関して高度に専門的な知識及び経験を有するスクールカウンセラー及びスクールカウンセラーに準ずる者（以下スクールカウンセラー等という。）を学校に配置し、それらを活用する際の諸課題に調査研究を行う。

（役割）

第２条　スクールカウンセラー等は、校長の指揮監督の下に、次の職務を行う。

⑴　生徒へのカウンセリング

⑵　カウンセリング等に関する教職員及び保護者に対する指導や援助
⑶　生徒のカウンセリング等に関する情報収集と提供
⑷　その他、生徒のカウンセリング等に関し、各学校において適当と認められる事項

（調査研究課題の設定）

第３条　調査研究課題については、次の各号に揚げる調査研究の課題を参考として、学校等の実状に応じ、スクールカウンセラー等を活用した生徒指導体制の充実及び教員の資質能力の向上等に関する課題を設定するものとする。

⑴　生徒の問題行動等の状況に応じた効果的なスクールカウンセラー等の活用方法
⑵　スクールカウンセラー等の効果的な生徒指導体制における位置付け、養護教諭等との役割分担、教職員との連携、教職員に対する助言・援助の在り方
⑶　教員研修におけるスクールカウンセラー等の活用の在り方
⑷　スクールカウンセラー等を活用した家庭、地域社会、関係機関との効果的な連携、保護者等に対する助言・援助の在り方
⑸　スクールカウンセラー等の守秘義務を踏まえた教職員との情報の共有の在り方
⑹　スクールカウンセラー等の職務執行ガイドラインの策定（職務執行マニュアル等の作成）

（配置方式）

第４条　スクールカウンセラー等は、配置された当該校を担当するほかに、近隣の公立高等学校からの要請に応じて、勤務時間の範囲内に置いて相談活動を行うものとする。

（配置形態）

第５条　スクールカウンセラー等の配置形態は、原則として、高等学校１校当たり、年35週とし、週当たりの配置時間は４時間とする。

（秘密の保持）

第６条　スクールカウンセラー等は、その役割を遂行する上で知り得た秘密を漏らしてはならない。

（実施報告）

第７条　スクールカウンセラーを派遣された学校は、大分県高等学校スクールカウンセラー等配置事業実績報告書（別紙様式）を作成し、事業終了後すみやかに、大分県教育委員会に提出するものとする。

３．学校カウンセリング事例からの検討と考察

⑴　年間実施計画より

学校全体としての計画と、各学年ごとの取り組みを教育相談担当者や教務主任、生徒指導担当者、教頭先生、学年部代表など行事を企画・実施する代表者と協議検討して４月中に作成していきます。

筆者の実施表（表－１）を基に説明を試みます。

まず担当（勤務）校が３月下旬に決定しますが、学校は分掌担当者等が決定するのが４月中旬位です。学校側のカウンセリングと関連ある担当者と細かい話し合いを持つ

まえに、カウンセラーは、計画表を作成していなければなりません。現場の４月はとても忙しいので、１回の会議で決定していくように、教職員の有効な時間の使い方を考えながら行います。

＜生徒対応＞

○４月～５月中旬までに、カウンセリングを講師とした講話や人間関係づくりゲームを通して、学校での生活方法を身につけていきます。

○７月～８月にかけては、夏休み期間中の生活リズムの乱れや、非行予防を考慮し、休み前に過し方の説明をし、休み中は携帯電話などで相談を続行します。

○９月～１１月は体育や文化的な行事が多く、グループの組織づくりでつまずく傾向にありますので、不登校傾向の生徒については、特にクラス担任や学級委員長などと良く話し合い、行事をきっかけにクラスへ馴染めるような配慮・援助をします。

○２月～３月は欠席時数がはっきり出てくるので「進級か、留年か、休学か、他校への転校か」など、保護者が子どもとの話し合いの中で決定したものを学校が受け入れる方法を取ります。決して、学校側（クラス担任など）から、生徒個人の進路を決定しないようにすることが重要です。後々までのトラブルの原因となる場合が多いからです。

＜保護者対応＞

○４～５月 ― 進学前の学校での様子について、できるだけ詳しく話を聞くようにします。小学校４～５年生期、中学校２年生時での不登校傾向は必ずと言って良い程、高校生時期にその傾向を表すことが多いのが理由です。

○６～８月 ― 学校へなじめない子どもについて、クラス担任と最初に家庭訪問するか、学校側の人間（クラス担任など）を避ける場合は、カウンセラーは保護者と会える時間を打ち合わせ、家庭へ訪問します。その後は、保護者不在時でも、生徒本人が家に居ることを確認し、家庭への訪問を行います。しかし、５回位をめどに登校できるような対策をねって対応することを保護者に話をしておき、保護者との相互の連携なくして登校はあり得ない位の強い姿勢で臨みたいものです。５度以上の話し合いで何らかの方向が見い出せない場合は、適応教室などと連携を取っていく必要があります。

○９～11月 ― 体育祭や文化祭など各種行事へは、親の参加を促します。その際、親子通学を経験してみると良いでしょう。

○12～３月 ― 春までの準備期間として、子どもをどのように生活させるのが適切なのか、十分にクラス担任を交えて話をすすめていきます。
学校側はあくまでも欠席数についてのこだわりの主張をしてもかまわないと思います。スクールカウンセラーの役目としては、親や子どもの気持ちを大切にし、その子に最も合った進路の話し合いをしていくことでしょう。
この際、あくまでも、いろいろな方法があることはヒントとして提供する

のみで、カウンセラーと親が子どもの将来の在り方を決定するものではありません。

年間を通し、スクールカウンセラーは担当学校の相談室及び担当学校内での勤務にこだわらず、家庭訪問をしたり、親と喫茶店、カウンセラーの自宅などで会ったりその時々のケースで、勤務地及び時間を有効に使うことが大切です。

⑵　勤務形態

＜表－1＞

スクールカウンセラー特別対応実施計画表　（高等学校用）

・各月初め．　教育相談だより発刊
・生徒、教員対応について
　校長・教頭への事前の相談、事後の報告

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1年 生徒	←→・家庭指導 合宿（研修）		・学年全体講義（高校生活の過し方）		・休暇中 電話相談	・欠席者と 保護者面談	・文化祭への 取り組み	・文化祭 参加への指導	・冬休みの 過し方		・保護者面談（欠席60日以上者）	
	3時間程度の人間関係講話及び実技			・夏休みの過し方			（不登校生）		（講話、文章）			
教師	・中学校時の実態把握 ・欠席生徒への対応 ・家庭訪問（学年主任、クラス担任、SC） ・新任研修（カウンセリングマインド）		・クラス担任，教育相談 連携ミーティング		・生徒指導部との連携	・ケース検討会議	・新任教論研修（対人関係力アップ） ・クラス担任、養護教論、教育相談部との連携（会談）→			・新任教論研修（生徒との対応法）	・ケース検討会議（進級について）	
2年 生徒	・家庭指導（保護者含） ・保健室利用指導（養護教論との連携）		・学年全体講話（高校生活の過し方）			・家庭指導（保護者含）→ ・保健室利用指導→		・文化祭参加への指導		校長、教頭、教務主任 教育相談担当、生徒指導担当		
教師	・新任教論研修（カウンセリングマインド） ・希望教員研修（家庭訪問のあり方）		・ケース検討会議（校長、教頭、クラス担任 副担任、養護教論 図書館司書、教育相談担当、など）				・新任教論研修（対人関係力アップ）		・修学旅行前研修（教師の心得）	・新任教論研修（生徒との対応法）	・ケース検討会議（進級等について）	
3年 生徒	・家庭指導→ ・保健室指導		・保護者面談 ・学年全体講話	←電話相談→		・保健室指導	・留年生への相談室対応→		←・転校、大学受験資格者への対応→			
教師	・ケース検討会議 ・新任教論研修（カウンセリングマインド）		・教員研修（不登校生への進路指導など）				・新任教論研修（対人関係力アップ）	・クラス担任研修（保護者対応）→		・新任教論研修（生徒との対応法）		

＜表－２＞　　勤務日及び勤務時刻の設定

	（AM） 8：00	10：00	12：00	14：00	（PM） 16：00	18：00	20：00
Ⓐ	Ⓐ						
Ⓑ			Ⓑ				
Ⓒ		Ⓒ					
Ⓓ				Ⓓ			
Ⓔ					Ⓔ		
Ⓕ	Ⓕ					Ⓕ	
その他	4時間以上を超える。　家庭訪問						
			その１		その２		

（理由）

Ⓐ…月曜日に組むことが多い（月曜日の朝こられることが大切）

Ⓑ…昼食を共に食べる（まだクラスに入れない時、共に食べることの中で信頼関係を構築する）

Ⓒ…遅刻生への対応（ほとんどが早くて10時、遅くても14時まで登校）

Ⓓ…放課後、及び保護者（労働なし）対応

Ⓔ…・有職保護者面談対応

・学内教員事例検討会、及び研修会など（教員用）

Ⓕ…（１日２回に分けて勤務）

・早朝から登校しはじめた生徒への対応

・部活のみ登校する生徒への対応

その他…＜その１＞　＜その２＞

・相談人数が多くかつ4時間では終了しない場合

・登校の約束をしていながら、登校できていない生徒の家庭への訪問

⑶　効果的な学校（教育相談担当者など）との連携

○「教育相談だより」により、勤務日及び勤務時間を全教職員及び全校生徒、保護者へ通達していきます。

○前日までＦａｘ連絡

教育相談担当者及び教頭先生からのＦａｘで相談予定日前日までにスケジュールをカウンセラーの自宅へ配信していただきます。（当日の有効的な時間確保のため）

○養護教諭との連携

前週の様子と相談日当日の不明な点について電話や会談をしておきます。

＜表－３＞

FAX 送信状

平成　　年　　月　　日（　）　　○○時　○○分　送信

１.宛名　　松田順子先生（S.C）への定期連絡　　NO－○

【FAX 0978－28－3138】

【携帯 090－8912－2458】

２.件名　　定期連絡について

３.枚数　　送信状を含む（　　）枚

４.連絡文

○月○日について

①生徒／　○年○組　　A－○時～○時

②保護者／○年○組　　B－○時～○時

③担任からの相談　　○時～○時

大分県立○○高等学校

氏名

TEL　：○○○○－○○－○○○○

FAX　：○○○○－○○－○○○○

＜手順＞　（相談日前日まで）

クラス担任、学年主任、養護教諭などが教育相談担当主任へ連絡

↓

・教育相談担当主任は、確認したら、(表-３)の様式でカウンセラーの自宅へＦａｘする。
・カウンセラーは疑問があれば、教育相談担当へ電話するがＦａｘの内容で、相談時間４時間の内容を確認してから、相談日に対応できるタイムスケジュールを組む。

（当日）

↓

相談日、学校での対応様式が取れれば、相談室にて、一人ひとりがカウンセリングにかかる。その際教育相談主任、クラス担任、学年主任他、養護教諭など必要な人は同席し、対応の進め方を共に考えていく。

↓

クラス担任の家庭訪問、電話などの様子、配布資料を連絡の取れるクラスのリーダーや他の生徒へ渡し、学校の様子を話せれば話していく。（学校から見捨てられていないことを知る。）

（終了）

↓

疑問点を共有し、次の対応手順や内容を確認し合う。
- 学校関係者ができること　―　実施
- カウンセラーができること　―　実施

① 学校との対応

各月の教育相談だより発行

・毎月初めに全校向けに発行

・勤務日の確認（クラス担任、教育相談担当者、その他学校関係者を通さず自主的に来室する生徒に有効）

（資料－1）4月のみ4・5月編とし、後はすべて各月初め1枚（A4サイズ）発行

② 教員研修会資料

㋐ 新任教員向け

・スクールカウンセラーの効果的な活用法

・青年心理（今どき高校生事情など）

・生徒対応法（家庭訪問の仕方、クラス運営、ヤル気を起こす対話術など）

㋑ 事例検討会（年間6回）―　（60 ～ 80分）

（資料－２）

・学年別に行う ― 担当学年教員全員、図書司書、養護教諭

㋒ カウンセリングマインド研修（60分）

・全教職員向け

③ カウンセリング日誌（表－4）

確認押印 ― 校長、教頭、事務長、教育相談担当

・情報共有のため氏名はイニシャルにするが、相談内容と対応方法を詳しく書く。（鍵のかかるロッカー及び金庫に日誌は保管しておく）

＜表－４＞

勤務日誌

平成　　年　　月　　日（　　）曜日　　担当（　　）

勤務時間　　時　　分　～　　時　　分

＜備考＞

	記　　事
生徒	
教員	
保護者	
養護教諭	
その他	

		コ　メ　ン　ト
管理職　校長 教頭	印 印	
教育相談主任	印	
事務局長	印	

(A4 サイズ)

④　全校生徒への講義

・生徒総会や総合学習時間などを利用したり、10分短縮授業の中で50分間を捻出する。

＜テーマ＞　校歌、校訓、建学の精神をもとに、いじめや命についての話を中心に将来の夢がえがける内容を心がける。

⑤　自宅や大学での対応など

・登校不可能な生徒や親について、自宅（我が家）での対応を行う。
（主に19時30分～ 21時30分まで）

・東九州短期大学への登学を促し、学校という大きな建物の中に、自分を置くことに馴れることで高等学校への登校を促していく。
（勤務時間数に入れることもあるがほとんどノーカウント）

⑥　ケース検討会議の持ち方

ベストは1年間のうち、３回が望ましいけれども、最低でも夏休み前に1回、１～2月頃に1回持つと一人ひとりの生徒に対応できる対策がたてられます。

各学年ごとに行いますが、中学校、高等学校では、学年長、クラス担任、副担任及びその学年の授業に携わる教諭はもちろん、図書館司書、養護教諭の方々への出席を依頼します。会の内容は、すべて管理職が把握できるよう、校長、教頭のいずれかが傍聴します。方法としましては、各クラス担任から、気になる生徒を紹介して

いき、その対応法を全教職員の認識のもとスクールカウンセラーの指導・助言を受けながら学んでいきます。

４．課題と展望

3か月をタイムリミットとし、個々に合わせた対応で徐々に登校時間を増やしていき、クラスへの入室を促してきました。

今までの指導で転校が10％程度で、ほとんど退学０％です。卒業までにこぎつけるまでカウンセラー１人では到底できる話ではありません。非常に協力的な教育相談主任に出会えたことが良い結果へと結びついていきます。今まで経験した6校のうち1校だけが、教育相談主任の熱意がなく生徒からの信頼もない、授業が崩壊状態の教師に出会いました。学内のことは、やはり教員の援助なくしては、入り込めないところがありますので、退職1年前の教員や、どの役職にもつけない者を当ててほしくありません。この場合、私は校長に不適切な人事を行ったことを申し述べ、優秀な養護教諭を窓口としていただきました。1年も待っていたら勤務が無駄となりますから……。

また、相談室が明るく開放的である必要があります。前、印刷室だったり、保健室の用具入れだったり、倉庫みたいな暗くせまい部屋を与えられる場合がありましたが、事務局長を説得し、すべて、明るく居心地の良い整頓された環境に可能な限り変えてもらいました。相談担当者、相談室は、学校側の配慮が必要です。また、スクールカウンセラーは、臨床心理士の方が多いのですが学校教育法、学習指導要領、学校独自の内規は知っておく必要があり、その点に乏しい人がいたりします。

今後、国はカウンセリングという形式から、ソーシャルワーク（福祉援助技術）を望んでいるようですので、家庭教育、学校教育、精神医学に精通した人材育成は欠かせません。それらを備えた人は、これからの養成となりますがスクールカウンセラーも採用試験、面接などを行う必要があるのではないでしょうか、提言します。

前年度の成績・効果及び初年度の取り組みの熱意の感じられない人材は、むしろ必要ではないように思われます。

また、精神的に非常に弱い人材は、自分自身がクライアントの心を引き込んでしまい、うつ症状を引き起こす場合もあります。心の支援者であるスクールカウンセラーは、プラス志向と、ソフトなハートを備え、相手を前向きなエネルギーへと変える力強さと、信頼を得るたくましい人間性を備えていることが、求められているのではないでしょうか。

学校は、教師以外に様々な職種の方々と連携を取る方向へと、進まなければならない時に来ているように思えてなりません。そこには、仕事に対する情熱と生徒への愛をおしみなく捧げられる豊かな人材が必須です。

＜参考文献＞　○不登校を乗り越える　磯部　潮　PHP研究所　2004年
○発達75　ミネルヴァ書房　1998年
○臨床心理士のスクールカウンセリング.1.2.3　河合隼雄.他監修　誠信書房　1998年

○学校カウンセリング　　國分　康孝　　日本評論社　1999年
＜引用＞　　大分県教育委員会　スクールカウンセラー配置事業実施要項（平成20年度）
＜資料＞　　大分県立Ｎ高等学校、大分県立Ｕ高等学校（平成20年度分）

加工食品のデンプン表示について

Starch on the Labels of Processed Foods

室屋　かおり　　堀　康二
Kaori MUROYA　　Kohji HORI

１．緒　言

現在私たちの食生活には多くの加工食品が利用されている。その加工食品は多種類の原材料が使われ、製造されている。加工食品のラベルの原材料名欄には食品添加物のように、物質名を見たり、聞いたりしても、その物質が何であるかを理解することが難しい場合もある。また馴染みがあり日常使用している物であれば、一応理解できるものも記載されている。しかし知っている言葉や食品名は理解できるが、その物質がどんなものか、どんな食品に由来するものかわからない場合があったり、理解できなかったりすることも多々あると言っても過言ではない。

例えば食用の油脂を例に挙げると、食用植物油脂と表示されていたり、あるいは食用精製加工油脂と記載されていたりする場合があるが、食用植物油脂や食用精製加工油脂という言葉は一応理解できるけれども、食用植物油脂と食用精製加工油脂にはどのような違いがあり、また食用植物油脂にはどんな種類の植物が原材料に使用されているのかは不明である。さらに食用精製加工油脂というのは動物油脂なのか植物油脂なのか、またどんな種類の植物や動物の油脂が原料になっているのかは全くわからない。

さらにゼラチンの場合では、ゼラチンとのみ記載されている時は魚のゼラチンなのか、他の動物のゼラチンか不明である。ゼラチンのみの表示では豚由来のゼラチンは混入していないのか判別がつかない。宗教上、豚ゼラチンが食物タブーになっていることもあるからである。

コメや小麦をはじめ身近にある各種の植物性食品はデンプンを含んでいるので、デンプンという言葉は日本人にとって馴染みがある。デンプンは日本人の食生活上重要なエネルギー源で、重要な栄養素である。同時にデンプンは独特の機能・性質を持ち、デンプンの種類によりその機能・性質は異なることから、多くの加工食品の製造でデンプンが原材料の一つとして使用されている。馴染みのあるデンプンであるが、加工食品には聞き慣れないデンプンが使われており、デンプンと表記されていても天然デンプンか加工デンプンかの区別はつかない場合もある。[1)] でんぷんの加工食品における表示は「でん粉」、「でんぷん」、「デンプン」とも表記できるけれどもデンプンの種類を知りたい消費者は多いと思われる。

市販加工食品は無数にあるが、本研究はデンプンを主体とする片栗粉とウドン、およびデンプンの性質をうまく利用している加工食品として練り製品を選び、デンプンの表記について調査したものである。

２．調査方法

2009年７月～９月に、大分県中津市と福岡県豊前市のスーパーマーケットで片栗粉、ウドン、練り製品を購入して、原材料として使用されているデンプンについて調査した。

試料として片栗粉は７種類、ウドンは乾麺14種類、ゆで麺13種類、生麺1種類、冷凍麺16種類を、練り製品はハンペン２種類、カマボコ23種類、チクワ11種類を、無作為に選んだ。購入した試料のラベルに記載されている原材料名のデンプンの表示がどのようになっているかについて調べた。

３．結　果

表１に片栗粉の結果を示す。

表１．片栗粉の原材料表示

試料番号	製造元	商品名	原材料表示	デンプンの割合
1	A社	片栗粉	馬鈴薯デンプン	100%
2	B社	片栗粉	馬鈴薯デンプン	100%
3	C社	片栗粉	馬鈴薯デンプン	100%
4	D社	片栗粉	馬鈴薯デンプン	100%
5	E社	片栗粉	馬鈴薯デンプン	100%
6	F社	片栗粉	馬鈴薯デンプン	100%
7	C社	南部太白晒片栗粉	馬鈴薯デンプン	100%

片栗粉の包装に書かれている原材料名の表示は全て馬鈴薯デンプン（ジャガイモデンプン）であった。

表２にウドンについての結果を示す。

表２．ウドン製品のデンプン添加の有無及び原材料表示と種類

試料番号	製造元	製品名	状態	デンプン添加の有無	原材料表示
1	D社	うどん	乾麺	無	
2	G社	包丁切りうどん	乾麺	有	デンプン
3	H社	早煮えうどん	乾麺	無	
4	H社	かまあげうどん	乾麺	無	
5	H社	田舎うどん	乾麺	無	
6	K社	讃岐うどん	乾麺	無	
7	I社	讃岐うどん	乾麺	無	
8	J社	うどん	乾麺	無	
9	K社	うどん	乾麺	有	デンプン
10	K社	カレーうどん	乾麺	有	デンプン
11	K社	いかだうどん	乾麺	無	
12	K社	昼うどん	乾麺	有	デンプン
13	L社	神崎うどん	乾麺	無	
14	M社	稲庭うどん	乾麺	有	デンプン
15	N社	細うどん	生麺	有	デンプン

16	H社	うどん	ゆで麺	無	
17	H社	ゆで天ぷらうどん	ゆで麺	有	デンプン
18	H社	カレーうどん	ゆで麺	有	デンプン
19	H社	ぶっかけうどん	ゆで麺	有	デンプン
20	O社	かまあげうどん	ゆで麺	有	デンプン
21	O社	善通寺うどん	ゆで麺	有	デンプン
22	P社	うどん	ゆで麺	無	
23	P社	やせうま	ゆで麺	無	
24	P社	細麺うどん	ゆで麺	無	
25	Q社	焼きうどん	ゆで麺	有	デンプン
26	R社	玉うどん	ゆで麺	有	デンプン
27	S社	焼きうどん	ゆで麺	有	デンプン
28	S社	カレーうどん	ゆで麺	有	デンプン
29	T社	うどん	冷凍	有	デンプン
30	T社	細うどん	冷凍	有	デンプン
31	T社	うどん	冷凍	有	デンプン
32	D社	細うどん	冷凍	無	
33	D社	讃岐うどん	冷凍	有	デンプン
34	D社	うどん	冷凍	有	タピオカ
35	U社	肉うどん	冷凍	有	デンプン
36	U社	讃岐うどん	冷凍	有	デンプン
37	U社	うどん（２食）	冷凍	有	デンプン
38	U社	うどん（５食）	冷凍	有	デンプン
39	U社	ぶっかけうどん	冷凍	有	デンプン
40	U社	讃岐うどん	冷凍	有	デンプン
41	V社	うどん	冷凍	有	デンプン
42	J社	うどん	冷凍	無	
43	J社	カレーうどん	冷凍	有	デンプン
44	J社	味噌煮込みうどん	冷凍	有	デンプン

調査した44品目のうち29品目（65.9％）のものがデンプンを添加し、製造していた。しかしデンプンの種類を表記していないものが大部分で、29品目中28品目（96.6％）がただ単にデンプンという表記であった。１品目のみタピオカと表記していた。特に冷凍ウドンに関しては16品目のうち14品目（87.5％）がデンプンを添加していた。また同一の製造元でもデンプンを添加してある製品と添加していない製品があった。

表３に練り製品についての結果を示す。

表３．練り製品のデンプン添加の有無及び原材料表示と種類

試料番号	製造元	製品名	デンプン添加の有無	原材料表示	分類
1	D社	はんぺん	有	馬鈴薯デンプン	ハンペン類
2	W社	はんぺん	有	デンプン	ハンペン類
3	W社	カニカマ	有	デンプン	カマボコ類
4	Y社	カニカマ	有	デンプン	カマボコ類
5	Y社	カニカマ（からし入り）	有	デンプン	カマボコ類

6	Z社	カニカマ	有	デンプン	カマボコ類
7	ＡＡ社	カニカマ	有	デンプン	カマボコ類
8	ＡＢ社	サラダカニカマ	有	デンプン	カマボコ類
9	ＡＣ社	おさしみかまぼこ	有	デンプン	カマボコ類
10	Ｙ社	笹蒲	有	デンプン	カマボコ類
11	ＡＤ社	かまぼこ（白）	有	デンプン	カマボコ類
12	ＡＢ社	カニ風かまぼこ	有	デンプン	カマボコ類
13	ＡＢ社	かまぼこ（赤）	有	デンプン	カマボコ類
14	ＡＢ社	かまぼこ（白）	有	デンプン	カマボコ類
15	ＡＢ社	藤蒲（赤）	有	デンプン	カマボコ類
16	ＡＢ社	藤蒲（白）	有	デンプン	カマボコ類
17	ＡＢ社	藤蒲（焼）	有	デンプン	カマボコ類
18	ＡＥ社	かまぼこ（赤）	有	とうもろこしデンプン	カマボコ類
19	ＡＦ社	かまぼこ（赤）	有	デンプン	カマボコ類
20	ＡＦ社	かまぼこ（白）	有	デンプン	カマボコ類
21	ＡＧ社	かまぼこ（赤）	有	馬鈴薯デンプン	カマボコ類
22	ＡＧ社	おさしみ蒲鉾（赤）	有	馬鈴薯デンプン	カマボコ類
23	ＡＧ社	おさしみ蒲鉾（白）	有	馬鈴薯デンプン	カマボコ類
24	Ｙ社	いか天	有	デンプン	カマボコ類
25	ＡＢ社	さつまあげ	有	デンプン	カマボコ類
26	Ｘ社	唐津ちくわ	有	デンプン	チクワ類
27	Ｄ社	ちくわ	有	デンプン	チクワ類
28	Ｄ社	ちくわ	有	タピオカ	チクワ類
29	Ｗ社	はもちくわ	有	デンプン	チクワ類
30	Ｙ社	ちくわ	有	デンプン	チクワ類
31	ＡＡ社	活ちくわ	有	デンプン	チクワ類
32	ＡＡ社	鯛ちくわ	有	デンプン	チクワ類
33	ＡＢ社	仙崎ちくわ	無		チクワ類
34	ＡＥ社	カニカマサラダ風	有	デンプン含有率5％記載有り	チクワ類
35	ＡＧ社	しそちくわ	有	小麦・馬鈴薯	チクワ類
36	ＡＧ社	長焼きちくわ	有	小麦・馬鈴薯	チクワ類

調査した試料36品目中、１品目を除き、35品目（97.2％）全ての製品がデンプンを添加していたことが、原材料名の表記からわかった。

デンプンが添加されていた35品目中27品目（74.3％）は添加したデンプンの種類の表記はなく、ただ単にデンプンという表記であった。

さらに１品目のみ添加デンプンの添加量を記しているものがあった。残りの8品目は添加されているデンプンの種類を明記していた。馬鈴薯デンプンを添加しているものが4品目（11.4％）、小麦と馬鈴薯デンプンを添加しているものが2品目（5.7％）、トウモロコシデンプンを添加しているものが１品目（2.9％）、タピオカデンプンを添加しているものが１品目（2.9％）であった。

練り製品の中にも同一の製造元でありながらデンプンを添加してある製品と添加していない製品があった。

４．考　察

加工食品には多種類の食材が原材料として使用され、多くのものにはデンプンが原材料の一つとして使われている。加工食品の種類によって異なるが使用される、あるいは添加されるデンプンの量は微量ではないと考えられる。

本調査ではデンプンを多く含む食品として片栗粉と練り製品とウドンについて調べた。片栗粉はデンプンそのものであるが市販の片栗粉はカタクリのデンプンであるものはなく、全て馬鈴薯デンプンで、全ての製品がデンプンの種類を馬鈴薯デンプンと明記していた。その理由として本来カタクリという植物から取れたデンプンを片栗粉と呼ぶのだが希少で高価なため代用されていると考えられる。

練り製品の製造に原材料として使用されているデンプンの種類は比較的多種類で、馴染みの馬鈴薯デンプン、小麦デンプン、トウモロコシデンプンのほかに、馴染みが余りないタピオカデンプンであった。一方、ウドンでは原材料の一つにデンプンが使われている表記はあるが、どんな種類のデンプンを使用しているかを表記してあるものは極めて少なく、ただ１品のみ（3.4％）であった。それにはタピオカデンプンと記載されていた。

デンプンとしか書かれていないウドンの製造にはどんな種類のデンプンが使われているのであろうか。おそらくデンプンとしか書いていない製品もタピオカデンプンが使用されているものと推測できる。

キャッサバイモから抽出・精製したデンプンをタピオカあるいはタピオカデンプンと称している。[2] キャッサバイモは南米原産のイモで、痩せた土地でも栽培でき、しかも栽培には特別の労力を要しないので、今では世界中の熱帯地方で主食あるいは主食に準じた役割をしている。生産原価は安いので、キャッサバイモから製造されるタピオカデンプンも安価である。そのため日本を始め世界中でタピオカデンプンの需要が高まっている。

タピオカデンプンは安いだけでなく、独特の性質を持っている。タピオカデンプンの粒状は４～35 μmで糊化したデンプンは透明度が高く、もち米やワキシーコーン（もちトウモロコシ）デンプンに見られるような特有の粘りを有し、老化しにくい性質がある。[3]、[4] さらにタピオカデンプンは不純物が少ない優良デンプンである。このタピオカデンプンの性質を利用・応用した加工食品は多い。その代表としてウドンがある。ウドンにタピオカデンプンを添加することにより、腰が強くなり、歯応えがよくなる。特に冷凍ウドンはタピオカデンプンの添加により、美味しくなったと言われている。ウドンに限らず多くの加工食品で、タピオカデンプンを添加することにより品質が改善され、嗜好性が向上している。

このため我が国をはじめ多くのいわゆる先進工業国では、加工食品の原材料としてのタピオカデンプンの需要が高いが、食品工業やその他の工業製品の原料としてのタピオカデンプンの消費も非常に高い。タピオカデンプンは旨味調味料（化学調味料）の製造原料になり、その調味料は、全ての加工食品にといっていいほど、多くの食品に添加されている。

今回調査したウドンおよび練り製品で、デンプンの種類が明記されているものが非常に少ないのはどのような理由であろうか。

加工食品の表示は原材料および食品添加物を重量の多い順に表記することになっており、必要に応じてアレルギー物質を含む旨、さらに遺伝子組み換えや遺伝子組み換え不分別を表

示すれば、法的にはいいことになっている。そのために、ただ単にデンプンと表記された製品が多いのであろう。

今回調査したウドンの原材料として、デンプンとしか書いていない製品にも、タピオカデンプンが使用されているものと推測できる。何故タピオカデンプンと記載しないで、デンプンとしか記載していないのであろうか。タピオカは最近飲料としての知名度は多少あるものの、おそらくタピオカ（タピオカデンプン）あるいはキャッサバという言葉の知名度が低いことにより、原材料表記がデンプンのみになっていると考えられる。知名度が低くても加工食品の原材料名は、できる限り由来食品名も表記してもらいたい。近年多発している食品表示偽装や食物アレルギーなどの問題を撲滅するために、できるだけ食品の表示は正しく、詳しく表記することが大切だと考える。

５．要　約

デンプンが加工食品に多く使用されている現状から、身近な食品ではどのような表示になっているのか、またどんなデンプンが使用されているのかを知るために片栗粉、練り製品、ウドン製品について調査した。

中津市近隣のスーパーマーケットで商品を無作為に購入して、原材料として使用されているデンプンを調べた。その結果片栗粉の原材料名の表示は全て馬鈴薯デンプンであった。

それに対し、練り製品の製造に原材料として使用されているデンプンの種類は比較的多種類であった。

一方、ウドンではデンプンが使用されている表記はあるが、デンプンの種類を表記しているものは極めて少なく、１品目のみタピオカデンプンと表記されていた。恐らくデンプンとしか書いていない製品もタピオカデンプンが使用されていると推測できた。タピオカは食品としての知名度が低い。そのため原材料表記がデンプンのみになっていると考えられる。

引用文献

1） 小薮浩二郎：「検証『食品』の闇」38-64、100-123、二見書房、2008年
2） 河野友美編：「食品大事典」531-532、真珠書院、1970年
3） 梶田武俊、小田求、他：「調理のための食品学辞典」246-247、朝倉書店、1995年
4） 池田ひろ、木戸祥子：「調理学」97-100、化学同人、2002年

参考文献

1） 石松成子、鎹　吉、外西壽鶴子：「ＮＥＷ基礎調理学」112-115、医歯薬出版、2006年
2） 杉田浩一、堤忠一、森雅央：「新編日本食品事典」37-51、医歯薬出版、1982年

減災・共助のボランティア論

～地域継続計画の提言（Community Continuity Plan）～

木ノ下勝矢*

Calamities Reduction Theory of Volunteer assistance

Katsuya KINOSHITA

Ⅰ　はじめに

災害ボランティア元年と言われた、15年前の「阪神淡路大震災」の被災地での救援活動や炊き出し活動、避難所運営や心のケア支援など多くの人々が自主的な取り組みとして行ったボランティア活動では行政区域を超えて全国から多くのボランティア活動家が参加し、多くの効果を発揮すると共に問題点も提起した。

被災地である阪神淡路地区は地理的に見ると東日本地区と西日本地区が接している場所であることから、民間も含め支援の手は広域的に両方の地域から参加が出来、支援の体制は強固になって行った。

しかし、もし同規模の災害が九州で起きたと想定するとき、このような広域的地域からの支援体制になるだろうかと不安を覚える。

かかる支援が困難な場合は九州内での広域的な支援体制を考える必要があるが、しかし、「九州は一つ」と言われて久しいが現実的には「九州は一つ一つ」中央との結びつきには力を入れるが、それに比べて近隣との関係の改善は進んでいないのが現状である。

我々が住む地域も、明治９年まで福岡県の北九州市までの地域と大分県中津市から宇佐市の地域までは小倉県と呼ばれ同じ行政区であった。その後、山国川を境に大分県・福岡県と行政区域は分かれたのだが、川ひとつ隔てた両地域の交流は途絶えたままであった。

災害に対する管理責任者は首長である。要するに市町村長であり知事であるが、平常時にお互いの町に出かけることはあっても、一緒に何かをしようということは、まずなかった。

隣同士の地域なのに、どんな町づくりを考えどんな暮らしを目指しているか知ろうともしなかった。

豊前の国として繁栄したこの地域も、時が経つにつれ、何をするにしても、それぞれの行政は県都を意識し背中合わせになった。

行政区域が大分・福岡に分離し、その県境となった山国川の中央に目に見えない県境ラインが引かれ、それに伴いあらゆる、テレビ・ラジオの周波数、ステークホルダー、各種団体

＊ＮＰＯ法人豊前の国建設倶楽部　・ＮＰＯ法人レスキュー・サポート九州、代表理事
東九州短期大学非常勤講師

など多くの境界線が引かれていることが、情報が行き交うことの障害になっていることに気付いている人は少ない。

しかし、日々の生活で地図上の県境など行政区が必ずしも生活、経済活動の実態や要請と一致しない面が各所に目立ち始めている。

そこで、災害時など非常時の地域とは何か、その地域力とは何か、行政の役割、住民のなすべきことは何かを考えてみたい。

15年前の阪神淡路大震災の被災地には1995年だけでも延べ130万人以上のボランティアが集まり、炊き出しや物資の運搬、被災者の心のケアなどに大きな役割を果たした。このことが、そうした活動を支援することなどを目的にして「特定非営利活動促進法」が制定されるきっかけのひとつになったと言われ、95年はボランティア元年とも言われている。

私も、仲間50人と神戸市東灘区魚崎の避難所４箇所で、延べ4,000人分の炊き出し活動を行った。この活動の源泉は当時の平松守彦大分県県知事が提唱する大分県の一村一品運動の中で培った「県境を越えて」と言うテーマの実践活動の積み重ねがあったからである。

救援活動には多くの方々の支援があった。マイクロバス２台、トラック２台、そのうちマイクロバスの１台は福岡県豊前市の所有するものであり無条件で提供してくれたし、炊き出しの材料のしし肉、野菜、味噌、風邪薬、焼酎、ＬＰＧ、名水、援助金などは数日で集まった。

新聞・テレビにも大きく取り上げられ、今後の災害時における救援活動に対してのあり方を考える機会にもなった。

明白になったことの一つに同時多発型の災害には、国や県、市町村などの公助は、発災後すぐには市民全てに行き届かないことがある。

そうしたことから自助・共助の必要性と役割の明確化が強く言われ始めた。

自助・共助・公助の概念[1)]と関わり方、特に「共助とは誰のことなのか」、「共助の範囲はどこなのか」、「共助は誰のためか」、「共助はいつからいつまでか」、「共助は誰の指示での活動か」などについて、阪神での救援活動や地域づくり活動を通じた実践活動を通じて考えてみる。

Ⅱ　境界線を越えた共助の役割

1　共助活動の範囲

広域的地域での実践活動を進めようとすると境界線という線がやたらと出てくる。広域になればなるほどその線は複雑な関係になってくる。

境界線[2)]を引くという事は、法や規定、規則、決め事、慣習、前例などという人々のもののあり方に深く関わってくる。法は、管轄内・管轄外や適法・違法や相当・不当など無数の線を引くことになる。

九州各県と中央との結びつきは強いが、県間の横のつながりが悪いのが九州の特色とも言われており、地方試練の今こそ県境など境界線を越えた連携が求められているが、無数に引かれた境界線が作り出すのが行政の谷間であると言える。

そんな行政区域の「境界線」など、平常時には感じることは少なかったが、都市計画の分野においては、1920年代からコミュニティを単位とした計画づくりの動きが現れた。

その際にコミュニティの単位として注目されたのが､「近隣（ネイバーフッド）」である。Ｃ．Ａ．ペリーが提案した「近隣住区」は、①小学校区程度の規模の区域について、②周囲を幹線道路で取り囲み、③内部にはオープンスペースを確保し、④学校その他の公共施設は住区の中心付近に配置し、⑤商店は住区の周辺部に配置し、循環交通を促進し、通過交通を防ぐ、というものであった[3)]。

1971年、当時の自治省が「コミュニティ（近隣社会）に関する対策要綱」において提示したモデル・コミュニティ地区は、「おおむね小学校通学区域程度の規模」としている。

そうしたことに基づいて小学校区を基本にした自治会、町内会、敬老会、子ども会などの組織づくりが行われているが、最近では自治会や町内会などに加入しない人たちが増えており人間関係が気薄になったことにより情報を共有することが出来にくい状況にある。

それは、行政などの情報の伝達方法が、自治委員または町内会長経由システムになっており、そうした自治区などは行政機関と直接のつながりはあるが、近隣自治区など横のつながりは無い。唯一つながりと言えば連合会などと称する代表者が参加する任意組織形態であろう。

当たり前だろうが役員さん達は、与えられた境界線の中での役割になっており、隣の自治区に関心はあっても口出しする術は無い。

２　権利と義務を持つコミュニティ

しかし、新たなガバナンスを進めるには自治区はあくまでも行政からの押し付けではなく、自主的に住民が自分たちのことを自分たちでやると言うことである。

日常の助け合いをするという意味の共助の構成員として認可地縁団体のような、住民主体で民主的に規約や役員選出が行われ法的権限に裏づけされた自治会などの設立が後述する地域継続計画（Community Continuity Plan以後ＣＣＰと称す）作成や自治会の連携や協働を進めるための基本となる範囲が「小学校区」であり、このコミュニティを自助・共助型の底力を向上させる地域とする考え方である。

認可地縁団体とは、1991年４月の地方自治法の改正による、一定の条件を満たせば法人格を持つ認可地縁団体として不動産などを法人として持つ権利で、例えば、避難場所などの権利を独自に所有し運営など行政からの権限委譲や契約に基づく行動規範の地域づくりを唱え、災害規模や種別や新型インフルエンザなど広域的な取り組みが必要としたとき、予め平常時や非常時の関係を事業計画や受援計画、研修、ワークショップなどを通じてネットワーク化し情報の共有化を進め、それを法人として契約することで共助の活動の担保をするもので、コミュニティの見えにくかった境界線を見えるものとする一つの方法であり、この共助の契約は、認可地縁団体に限らず契約主体となりうる法人であれば企業やＮＰＯなどであり、近隣地域だけではなく広域的にどこでも対象となりうるのである。

その一方で県境や行政区域、ステークホルダー、医師会、経済団体など目に見えない「境界線」という線が引かれていて、広域的な活動を展開しようとすると、線が壁のように高くなることに始めて気づいていくことも事実である。

そうした行政区域を越えた仲間たちとリアルな活動をやろうとすると、管轄外・管轄内という問題が表れてくるが、活動の共通項を見つけ出し緩やかに結び合うしかないということ

に気づくのである。

その緩やかさが、共助の分かりにくさになっているのではないか。例えば行政区域を越えるネットワークは民間サイドでは、盛んに交流が進み緩やかではあるが成果が現れているとは言いながら顔見知りになった程度である。

そのことで物事がダイナミックに進んだとか新たなものが創出されたと言うことは、あまり聞かない。それと言うのも完全に境界線が無くなるということではないからである。

そこで行政区とは違う、目的ごとに権利と義務を持つ自主的なコミュニティが必要になってくる。例えば、アメリカ合衆国連邦緊急事態管理庁（Federal Emergency Management Agency of the United States、略称：FEMA）のように、危機管理に関しては全ての権限を有して縦割り行政の弊害をなくし迅速な活動が出来るためのシステムである。

私もこの危機管理に関するシステムを住民に認められたものとするため、広域連合という制度を使い行政区域を越えた広域的地域の住民で選挙を行い災害管理者の専門家を信任するものであるが、詳細については別の機会にするが、日本人の安全はお上に頼る他人事から自分たちに何が出来るかを考える時期に来ているのである。

３　行政間の共助

行政間でも、市町村合併、賛成か反対かと住民の意見を二分する様な激しい境界線の引き直し作業の話が一段落したこともあってか、行政の方も緩やかな行政間の連携話が出始めてきた。要するに行政間の共助とでも言うものであろう。

そんな中、政権交代前の政策であるが「定住自立圏構想」[5)]として、一定条件を満たした中心市が近隣の市町村と共通する政策実現のために協定を結ぶことで国が予算をつけて支援するという、いわゆる、行政間の共助のような政策である。

要するに、市町村合併のような新たな境界線を引くことなしに広域的に共通する問題を解決するために、例えば、大分県中津市（旧中津市、三光村、本耶馬渓町、耶馬溪町、山国町）を中心市とし大分県側は、豊後高田市（旧豊後高田市、真玉町、香々地町）・宇佐市（旧宇佐市、院内町、安心院町）、福岡県側は豊前市・築上町（旧築城町、椎田町）・上毛町（旧大平村、新吉富村）が、この制度を利用して中津市民病院の小児医療など大分・福岡県境を越えた行政区で取り組むことが決定されている例に見ることができる。

特に、気候変動によるゲリラ豪雨や地震の活発化、新型インフルエンザ、テロなどの災害対応や高度化する医療や産科・小児科医療の問題は、単体の行政だけでは解決できない状況になっている。

思うような市町村合併が進まないなか効率的な行政運営をサポートする意味で隣接市町村が協定を結び一定条件を満たすことで共通する政策を進める予算的支援を行うということが始まった制度である。

しかし、この制度にも行政のエゴのようなものが垣間見られ、本音と建前が入り混じり簡単に反故にされる事が起きている。それは、中心市の中津市に隣接する福岡県吉富町が加わっていないことからも新たな境界線の引き方の難しさがわかる。

4　地域力

例えば、自治会や町内会など平常時のルーチンワークなどの、組織運営が上手くいくからと言って非常時の自主防災組織にそのまま当てはめて、組織率の高さが地域防災力の強さと言うことは疑問である。

防災科学技術研究所の報告に、地域防災力の構成要因[6)]として、・地域におけるリスク認知、・顕在的対応力、・潜在的対応力の三要素を含んだ実践力（図１参照）があげられ、これは地域における人々の交流や協働の機会の頻度や程度など「地域のつながりの強化」が結果的に防災につながると言う考えに基づいている。

図１　自然災害時に向けた３つの知識概念図　（作成：木ノ下勝矢）

従来は、そうした地域のつながりの中で災害など地域の問題が完結出来ていた。しかし、現在では少子高齢化や都市圏一極集中による過疎化、国際化による経済活動は国内経済活動の空洞化など社会構造が激変し地域のつながりが、崩壊したと言っても過言ではない。

この定住自立圏構想と言う制度で行政が取り組む過程を見ながら、私たちは民間で取り組んできた境界線を越えた広域的な地域づくりが、災害などを減災するために「自助」・「共助」の考え方と、その共助の実践者が実力がつくように底力を向上し、共助の実践者を「防災ボランティア」として位置づけ認知させ役割を認定する制度を設立し地域に即した地域継続計画（ＣＣＰ）を作成する工程で出てくる問題点などを、フィードバックして地域に提言し共助とは境界線を越えて広域的に実践的活動が出来て、しかも安全に最大限の効果が示せるような、そうした役割を担える人を多く育むことが出来る地域を防災力のある地域と考える。

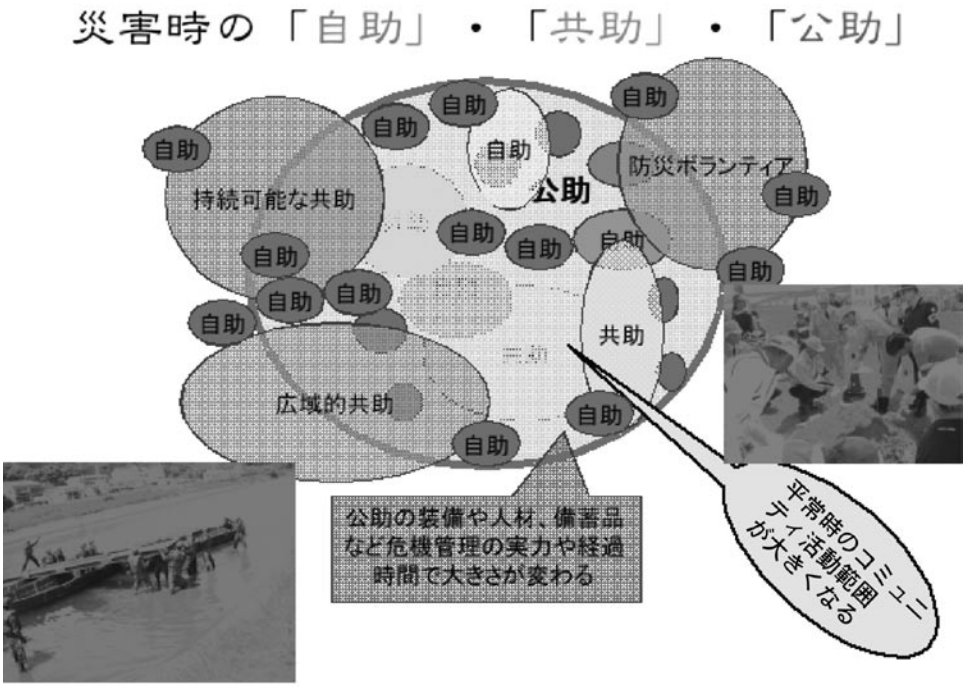
Ⅲ　自助・共助・公助とは

「公共にできることには限界がある」[7] との意識が国民の間にもかなり拡がってきたが、その大きなきっかけになったのは15年前の阪神淡路大震災であろう。

当時を振り返ると、発災直後の大混乱の中では行政の手が地域の隅々までなかなか行き届かず、一刻を争う人命救助活動などの多くは地域の人々の助け合いに頼らざるを得なかった。

また、その後の復旧・復興の過程では、民間ボランティアが被災者の大きな支えとなった現実から近年「公助」「共助」「自助」[8] という言葉が並列で使われることが多くなった。特に共助の役割分担など判り難いが安全は公助だけに頼るのではなく、それぞれの自己責任による自助と、助け合いの共助によって自ら作り出していかなくてはならないということであると理解されるが、こうした意図が実社会に正確に反映されているとは言い難い。

図２　災害時の「自助」・「共助」・「公助」関係図



例えば、公共の側では自助や住民同士の助け合いに多くの役割を期待しているが、公共側の「共助」のイメージは、隣近所であり広く見ても行政区域内の人々同士の助け合いと見ており、その一方の民間の側では、次第に意識が変わってきているとはいえ、災害が広域的被害であっても行政やボランティアの支援に多くを頼ったままである。

このときの住民側が思う共助は、隣近所も同じ被災者になるし、広域的な共助にも頼ると言う意識も強く、「助け合う」関係を平常時に構築する必要を感じており、共助の地域など両者の間には大きな認識ギャップがある。

共助のなすべきことの課題の狭間で、益々「共助」に対する過大な期待が生まれているように思われる。

「公助」「自助」はわりと分かりやすいが「共助」のイメージについて社会的コンセンサスが出来ていない中で誰が、何時、何をすべきか一人ひとりはっきりした意識と責任感を持って行動することは難しい。

阪神淡路大震災以降[9]、比較的大きな災害が発生すると、被災地に災害ボランティアセンターが設置され、災害ボランティア活動の中枢機構として機能してきた。関わり方についても合理的な運営が実施されているように感じるが、その反面「現場に駆けつけたい」との思いが強く、押し付けの善意との混乱も生じている。

2004年は、全国で約60箇所の災害ボランティアセンターが設置され、延べ26万人ものボランティアが被災者支援活動を行っていると言われているが、この中にはいわゆる共助として関わった人数はカウントされていない。

新たな被災者支援システムとして、阪神淡路大震災の教訓だけから物事を動かすのではないと言う雰囲気が醸し出される[10]様になってきている。

従来から、定着してきた災害ボランティアセンターは、「自助」だけでは救いきれない被災者ニーズにも対応[11]してきていることから、例えば、床上浸水被害による災害廃棄物の排出など、「自助」「公助」だけでは対応できない被災者ニーズに対して、防災ボランティアを含めた「共助」との協働により、いかに対応していくのか検討することが重要である。

こうした防災ボランティアと共助の協働の必要性が言われているが、本来、防災ボランティアも共助であり、共助も防災ボランティアであると位置づけると共助の担い手が誰かと言うことが分かり易くなり、災害ボランティアの日常的活躍の場の検討[12]会報告によると大規模災害というものはそう頻繁には起きないことから、災害ボランティアには活躍の場が少ないと思われがちであるが、地域コミュニティの再構築を目指すことで非常時に備えた活動は多岐にわたるものがあると言える。

しかし、災害発生直後の災害救援だけが災害時のボランティア活動ではない。例えば、長期間にわたる復旧・復興期において、人々の生活再建やまちづくりに取り組む地域活動のけん引役となることも災害時のボランティア活動である。

また、平常時においては、将来災害によって予想される被害の発生を抑止し、完全に抑止できなくとも被害を軽減するために、さまざまな活動を実践することが必要である。

さまざまな活動を求められている災害ボランティアは現実的には心意気や無償性だけで活動している。

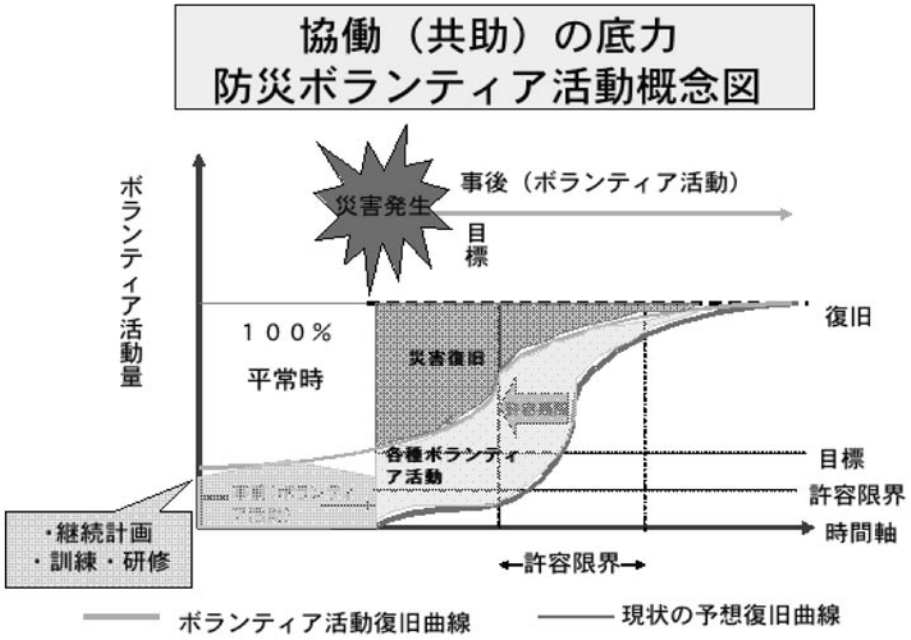
そうした災害ボランティアという人々について、日常的に活躍できる場を行政や企業、地域などが、税制面や権限、経済的支援など何らかのインセンティブを与え防災ボランティアとは言え、研修や訓練など権利と義務を明確にして、責任ある災害ボランティアの育成の必要もあると考える。

ましてや「共助」は行動の主体や責任の所在が曖昧であるから尚更で、事前の心構えや準備がないまま災害が起きた、その場で何か行動を起こそうとしても自分に何ができるのか、また地域で何が求められているのか分からず、ただ右往左往するばかりであるから、非常時に、さあ「共助」と言われても出来ることも限られてしまう。

「共助」（図３参照）を効果的、計画的、組織的に進めるには、平常時の教育・訓練・研修、

事業継続計画（Business Continuity Plan以後ＢＣＰと称す）や地域継続計画（ＣＣＰ）など作成する中で災害コーディネーターの育成やシステムの構築、資機材や安全管理などの装備品の備蓄、役割分担に関する自覚と認識の共有が何よりも重要なのであろう。

図３　防災ボランティア活動概念図



このように考えると、「共助」とは地域コミュニティのシステムそのものであり地域住民だけでなく企業や自治体やＮＰＯなど地域のさまざまな担い手が知恵と力を出し合うことは勿論、災害規模により普段考えている共助のエリア全域が被災地となり、平常時に想定していた共助の関係は、さらに広域的な地域からの支援体制を求め総力を挙げて取り組むべき課題なのであろう。

災害時に自助も共助も当然その役割を果たす責務があり、全て公助による災害時計画は現実的ではない。しかし、災害という特別な機会にお互いの役割を発揮し、機能し合えるシステムであるためには、公的な機関が持つ義務や責任は非常に大きい[13)]。

少なくとも、防災ボランティアや住民や企業など単なる役割分担ではなく、現実的な効果は何であるかを考えた地域継続計画を作成するべきであろう。

国や自治体の災害対策マニュアルには災害弱者対策が明記されるようになったが、最近では要支援者としての取り組みや関わり方に変化が起きている。

そのことは、防災ボランティアの取り組み方法や考え方は具体性のある取り組みに、日々変化を遂げていることに注意すべきである。

特に大規模災害の場合、自助や共助の限界が露呈しやすく、救助・支援が優先されるべき要援護者に手が回らない可能性が高くなっているが、単に物を大量に提供するだけではなく、あらかじめ生活や事業を継続するための地域継続計画を策定し、それを実施する事で地域の

安心感は担保できる。

文部科学省地震調査研究本部の長期評価によると、公助・共助・自助の役割の比率を、例えば１：３：６などと想定しているのに対して、民間の側は全く逆に６：３：１と考えているといわれている。

こうした認識が共助と言われる防災ボランティアなどに負担がかかることになるから、特に平常時に地域継続計画を策定する過程で役割分担などの認識の共有化を図ることが重要である。

Ⅳ　減災するための共助

わが国は災害大国と言われている。東海・東南海・南海地震の発生の可能性が示唆されており、また、ゲリラ豪雨などによる土石流やがけ崩れ、高潮・火山災害などの自然災害、新型インフルエンザなどの伝染病などは一旦発生すると甚大な被害をもたらす状況下にある。

従来、災害対策と言えばハードな施設整備が中心で、災害や事故を発生させないと言うものであった。

これに対して最近では「災害はいつか起きるもの、被害は発生するもの」[14] との考え方から、防災から減災ということが言われ始めた。

その「減災」[15] とは、地震などの大規模な自然災害は発生そのものを防ぐことが出来ないので、いざ災害が発生した時に生じ得る被害を最小限に食い止めるための取り組みである。

これまでの「防災」は、被害を出さないための取り組みであり、そのために災害発生原因の予防、予知、防災体制の整備に、あらゆる土木技術や科学技術の活用と資金を使い事業が実施されてきた。

しかし、日本は、地震、津波、暴風、豪雨、地すべり、洪水、高潮、火山噴火、豪雪など極めて多種の自然災害が発生しやすい自然条件下にあるうえ、一極集中的な人口、高層化した建造物、広範な土地利用、高速道路網発展による車社会や流通の多様化など増加する危険物等一旦災害が起こると被害が大規模化する社会的条件を併せもっており、災害の根絶には限界がある。

そこで、災害時の被害が大きいと考えられる地域や場所に予算や資源や人材を集中させて被害の最小化を図ろうという「減災」という発想が生まれた。

「減災」には、国・公共機関・地方公共団体・事業者・住民等が一体となって最善の対策をとることが重要である。

そのためには、日頃から住民一人ひとりの防災意識を高めるための「防災教育」や地域一体となった「防災まちづくり」など、減災への取り組みを促進する国民運動を展開しなければならない。

大分県は議員提案で大分県減災社会づくりのための県民条例を議決し自助・共助を県民運動として展開する必要性も議決していることから、これからの大分県の活動が注目される。

当然、企業においても「減災」への取り組みが求められており、企業は、災害や事故で被害を受けた場合にも、株主や取引先等の利害関係者からは、重要業務の継続、もしくは中断したとしても早期の再開が当然と思われておる。

一方、企業自らにとっても、事業を継続することは、マーケットシェアの低下や企業評価の低下などを防ぐ観点から経営レベルの戦略的課題と位置づけられる。

従って、企業における「減災」の取り組みは、単に設備等が損壊しなければ良いといった従来の災害対策からさらに進んで、被災後も事業が継続できるよう、人材、設備、材料、資金を確保する方策を事前に計画しておくというものである。

企業の存続対策として事業継続計画（ＢＣＰ）策定は中越地震で成果が明らかである。

企業のＢＣＰの必要性はもちろんだが、減災の取り組みは企業だけではなく地域としても考える必要がある。自分の家族が被災しなくても地域の被災状況が大きいと発災前の生活状況になるためには地域全体で考える必要がある。

そうした地域を今までのように継続した生活が出来る対策として地域継続計画（ＣＣＰ）の導入を提唱し、この計画の中に「共助」の位置づけや役割、関わり方などを計画に取り入れ、住民に情報の共有化を図ることで、地域だけで解決が困難な場合は、予め契約や協定、約束している広域的な共助の活動を発動することを求めたりすることが迅速に確実に行うことが出来ることから減災を実行し、地域の復興、地域生活の継続を速めるものとなる。

Ｖ　防災ボランティアと共助

災害時のボランティア活動は、大別すると次の４種類の人々によって担われるものである。

①　現時点で災害ボランティアとしての自覚を持って行動している人々。

②　現時点で災害以外の分野でボランティア活動を継続的に実施している人々。

③　災害時、被災者を助けたいという気持ちを持って行動する人々。

④　共助として活動していたが、広域的な活動として継続的に行動する人々。

要するに、災害ボランティア活動とは直接的にも間接的にも災害救援活動が主たる業務で報酬や成果を得ている以外の人たちが行う活動であると考える。

災害ボランティア個々の集まりは、それぞれには契約関係がない人達であったり団体の集合体であることから、安全管理や指揮伝達機能を効率的に発揮するためには、ボランティア・コーディネーターが重要な役割を果たすことになる。

又、何らかの形で、契約関係にある下記の防災ボランティア参加者たちはその関係者間においては、指揮命令系統が、明確で協調的な活動が期待できる。

①　学生達が、先生たちと災害ボランティア活動に対して議論したり企画策定など提言し学習として単位取得の条件として行動する。

②　企業が、社会貢献として従業員を防災ボランティアに参加させる。

何れにしても、多種多様なボランティア資源と情報を結び付ける仕事がボランティア・コーディネーターであり災害時のボランティア活動の効果的な運用と成果あるいはボランティア活動の良否は、このボランティア・コーディネーターが担っているといっても過言ではない。

災害時にボランティア活動を担う人々について、多くの人達は、災害時、被災者を助けたいという気持ちを持って行動することになるが、その人々の善意を実際の支援活動として活用するためには、被災地でボランティア・コーディネーターが中心となる。

発災直後は、特に防災ボランティア・コーディネーターは安全管理には配慮する必要がある。又、コーディネーションには災害ボランティアとしての自覚を持って行動している人々や、災害以外の分野でボランティア活動を継続的に実施している人々の活躍が必須である。

長期に渡る災害時のボランティア活動を効果的なものとするためには、それらの人々がボランティア・コーディネーターとして高い技術を持っておくことが不可欠なのは言うまでもない。

それと言うのも普段ボランティア活動に参加している人々の、災害以外の分野でボランティア活動を続けている人々は、志が高く、高いコーディネート能力を持つという意味で、災害時にもボランティア活動の中核となって活躍する潜在力を持っていると言われているからである。

従って、そうした人々の防災に関する知識や関心を高めるための活動が必要になってくるであろう。

実際に、災害時にボランティア活動の中核になって活躍した人々には、環境、福祉、国際化などさまざまな分野で、以前から、ボランティア活動を続けてきた人が多かった。

彼らの多くは、自分たちのそれまでの活動を、災害という非日常的で新しい局面の中でどのように展開すればよいのかという思いから、災害時のボランティア活動の中核となった人々であることは言うまでもない。

災害時のボランティア活動を活性化するためには、平常時からこうした人々と顔の見える関係を維持しつつ、災害時に彼らの活動がどのように活かせるかを一緒になって考えていく活動が必要である。

地域の人間関係を育み地域コーディネーターとして地域の防災力を向上させるためには、企業を含めた広い市民層の参画が重要であり、そういった場に地域のさまざまな人々が集い、住民の命と暮らしに関する真剣でかつ建設的な議論が継続的に行われることが大切であり、そのためにはその場で参加した人々を関係付けるコーディネーションを担当する人材が必要となる。

災害や防災に関する情報発信・啓発・教育の講師として防災教育の目標としては、防災士の資格制度などを取り入れ、平常時ボランティア活動をしていない人々に対しても、できるだけ多くの人が災害時にボランティア活動を志すようにもっていく。

また、防災分野以外で活動している個人や団体に対しては、いざ発災時には民間による災害対応の中核となるという認識を持ってもらう。

かくとして災害時のボランティア・コーディネーション技術の向上を志す人材の育成が急務である。

防災ボランティア・コーディネーター育成の対象者は次の人々の中で実践活動をしている人の中から公募などすることになる。

① 市民
② 企業
③ 大学などの学生
④ 自主防災組織を中心とする地縁組織

⑤　防災分野以外で活動しているＮＰＯ団体

防災ボランティア・コーディネーター育成の内容として

①　地域のハザードの状況

②　地域継続計画作成とそれに基づく研修

③　計画に基づく実践的訓練

④　受援計画の策定

⑤　緊急対応期の被災地のイメージ・トレーニング

⑥　救援期の被災地のイメージング

⑦　復旧・復興期の被災地のイメージング

⑧　自助・互助・公助の関係づくり

⑨　被害抑止の方法

⑩　ボランティア・コーディネーションの実技

などが含まれる。

図１に示すように、今まで、災害に対する会議や研修会に参加すると、専門的な研究成果や提言を発言する学者や研究者の方々が論じ、次に災害を体験した被災者の方々が災害の恐怖や大変さ今後どうあるべきかを延々と述べ、会議の内容は充実しており、正しい内容で会議に参加して良かったと思いながら、自分たちの地域に戻ると、地域には地域のやり方があると話が完結してしまうのである。ＮＰＯなど防災ボランティアは善い事がやれたと感激し自分たちの活動は役に立ったと話し、行政はそれについて頷くところで会議は終了する。

こうした様子は自助・共助・公助の関係のぎこちなさを表すものであるといえよう。

地域の事情があるにしろ、共助の底力を向上させるには、専門的知・経験的知・地域的知の３つの知を地域の事情に適した「知」に練り上げるシステムとヒューマンネットワークが、防災地域力として評価され防災ボランティアの方々を共助であると定義し、平常時から地域継続計画策定などによる研修や訓練などを通じコミュニティの「境界線」を越えることが出来る地域で、それが防災ボランティアの育成に繋がり、共助の関係が分かり易くなる要因である。

ここに私は新たな災害時のコミュニティの構築による安心・安全な地域づくりを提言し、今後実践活動として取り組んで行くものである。

参考文献

1）永松伸吾：減災政策入門　巨大災害リスクガバナンスと市場経済、197p弘文堂（2008）

2）杉田　敦:境界線の政治学、27P岩波書店（2005）

3）C.A.Perry、The Neighborhood Unit 倉田和四生訳：「近隣住区」鹿島出版会（1975）

5）総務省地域創造グループ地域自立応援課：定住自立圏構想推進要綱（2008・12・26）

6）永松伸吾・長坂俊成・臼田裕一朗・池田三郎：地域防災力をどう評価するか －研究展望と課題 －防災科学技術研究所報告、74、４　（2009）

7）日本政策投資銀行資料　共助の「安全安心まちづくり」地域価値を想像する（2006）

8）大分県減災社会づくりのための県民条例　（2009）

9） 新潟・福島豪雨災害報告書 （2004）
10） 渥美公秀：災害ボランティアの動向 －阪神淡路大震災から中越地震を経て－大阪大学大学院研究科紀要 （2007）
11） 第1回防災ボランティア活動検討会（内閣府防災担当）：災害ボランティアセンターに関する調査（2005）
12） 総務省消防庁：災害時のボランティア活動のための環境整備に関する検討報告会
13） 江原勝幸：災害弱者における地域ネットワークの活用　静岡県立短期大学部研究紀要18－W（2004）
14） 仲谷　善：大規模災害に対する減災情報システム　前編　立命館大学情報理工学部情報コミュニケーション学科 （2004）
15） 内閣府　防災担当HP　http://www.bousai.go.jp/

参考資料

・日本予防医学リスクマネージメント学会、災害ボランティアの安全衛生対策マニュアル（2005）
・国連開発計画（UNDP）人間開発報告　人間の安全保障（1999）
・北原糸子：日本災害史、吉川弘文館（2006）
・萩原　勝：最新危機管理研究・リスクマネージメント規定全集　中央経済社（2007）
・大泉光一：危機管理研究　文眞堂（2001）
・永松伸吾：減災政策入門　弘文堂（2008）
・東海地震に備えた災害ボランティアネットワーク、静岡県外の災害ボランティアによる救援活動のための図上訓練オリエンテーション資料
・佐藤主光：災害時の公的支援に対する経済学の視点、論文　一橋大学助教授（1999）
・総務省消防庁　災害ボランティア活動のための環境整備に関する検討報告書
・江藤勝幸：地域福祉と震災 － 災害弱者の視点から －（2004）
・石見利勝：自主防災組織とコミュニティ活動（立命館大学　研究論文：応用社会システム論）（1997）
・浦野正樹：自主防災リーダーマニュアル　東京法規出版（1995）
・菅磨志保・山下祐介・渥美公秀：災害ボランティア論入門　弘文堂（2008）

食育実践活動の取り組み（第２報）
― 短期大学と高等学校の連携教育交流による伝承料理調理実習の試み ―

Experience Learning with Traditional and Local Cooking by
Educational Partnership between High School and Junior College

篠原　壽子
Hisako SHINOHARA

はじめに

近年、生徒一人ひとりの能力を伸ばす多様な学習の機会として様々な取り組みが試みられている。その中で、進学説明会、オープンキャンパスなどを利用した大学訪問、模擬講義や体験学習への参加、大学教員による出前授業などの高大連携による教育交流は、進路指導に寄与し高等学校と大学間の接続の円滑化が期待されている[1)]。平成20年度より、本学においても専門的な学問分野に触れる機会を捉えた双方向の関係を築き、地域の教育力向上を目指す取り組みとして、近隣の高等学校との連携教育交流事業を立ち上げた。初年度は、食物栄養学科の特性を考慮し、郷土料理を中心とした伝承料理の合同調理実習を実施した。同時に、食育実践活動の取り組みとして捉え、調理実習に参加した高校生および本学学生を対象に、実習献立として用いた伝承料理に対する認知度、食経験、調理経験や嗜好度などについてアンケート調査を実施し、食育関連事業を効果的に運営するための基礎資料を得ることを目的とした。

方　　法

１．調理実習の実施

高校生２～３人および短大生１～２人の４～５人で班を編成し、調理実習を実施した。平成20年11月の実習献立は、“黄飯（おうはん）、かやく、にぐい、肉桂餅（にっけいもち）”、12月は“土耳其飯（トルコめし）、くれた煮、出陣汁、ゆで餅”の各４種類であった。

２．アンケート調査

⑴　調査対象および調査時期

調査対象者は、東九州短期大学食物栄養学科２年生23人および近隣の県立高等学校総合学科フードデザインコース選択の２年生12 ～ 13人延25人であった。

調査時期は、平成21年11 ～ 12月の実習後に実施した。

⑵　調査内容

調査内容は、被調査者の属性、実習献立の認知度、食経験、調理経験、調理の難易度および嗜好度についての５項目と郷土料理に対する関心度や認知度などの質問で構成されている。

⑶　調査方法

調理実習実施後に無記名自記式アンケート調査法による質問用紙を配布し、高校および短大の教員がそれぞれ回収した。回収率は、100%であった。

⑷　統計処理

アンケートの集計および統計処理は、エクセル2003分析ツールを用い、学校別項目別に単純集計およびクロス集計を行い、各質問項目についてはフィッシャーの直接確率による有意差検定を行った。有意水準は5％未満とした。

結果および考察

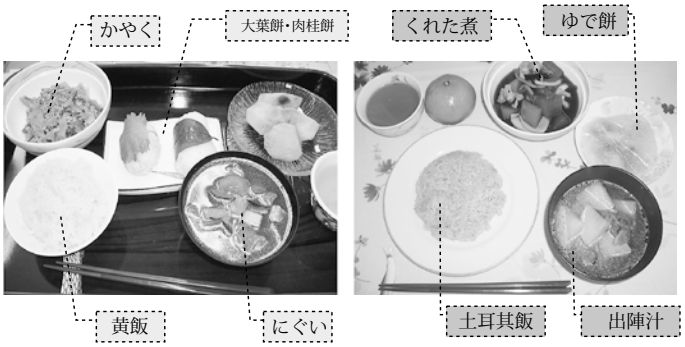
１．調理実習献立の概要

第１回実習献立は図１左のとおりである。

主食の黄飯は、くちなしの実のつけ汁で炊いた黄色いご飯のことを指し、大分県臼杵地方の郷土料理である。江戸末期頃より黄飯にけんちん汁によく似た黄飯汁（“かやく”ともいう）をかけて食べる料理を指すようになった[2)－4)]。この“かやく”は、ごぼう・だいこん・にんじんなどの根菜とえそ・こち・ぐちなどの白身の魚を具にして作られるが、今回の調理実習では若者向きに白身魚の代わりに鶏挽肉を使用した。にぐいは豊前地方の呼び名で、日田地方ではがめ煮で知られている。鶏肉、こんにゃくと根菜類などをしょうゆベースで味付けした煮物を指し、干ししいたけの戻し汁を出し汁として用いる。大量に作り翌日温め直し二度食うことが名前の由来といわれている。肉桂餅は、炊いたもち米の中にあんこを入れニッケイの葉で包んだもので、しその葉で包むと大葉餅またはシソ餅となる[5)]。

第２回実習献立は図１右のとおりである。

主食の土耳其飯は、にんじんとバターを用い“うに飯”に似せた炊き込みご飯である。牛肉・大根汁である出陣汁と土耳其飯は、本学研究紀要第11号に掲載された「福澤諭吉の食のすすめをめぐって－親子料理教室－郷土の偉人の食－より」で紹介された料理である。明治時代の和洋折衷のハイカラな家庭料理である[6)]。くれた煮は、いか大根ともいい、いかのおいしさを大根にくれた煮物という意味の呼称である。同様の煮物に、ぶり大根やあら大根がある。ゆで餅は、豊後大野市および大分県内で小麦粉を用いて作る手づくりおやつである。薄く平らな生地の端から端まで小豆や芋あんを入れ茹でる[4)]。



第1回　調理実習　　第2回　調理実習

図１ 教育交流授業の調理実習献立

２．調査対象者の属性

調査対象者の属性は、表１に示すとおりである。性別については、短大生では男性：女性は約１：３であるが、高校生ではほぼ同じ割合であり、全体では約２：３と女性が多かった。居住形態は、短大生、高校生ともに二世代同居が約75%と最も多かった。次いで、短大生では、三世代、一人暮らしが、高校生ではその他（親類などと同居）が数名あった。居住地域は、短大生では中津市、宇佐市、豊後高田市がそれぞれ11、２、１人の14人（約61％）が大分県北地区に居住している。さらに、中津市近郊の豊前市および築上郡が７人、行橋市が１人であった。高校生は、高校の所在地である福岡県豊前市近郊に全員が居住している。出身地域については、８割以上の短大生・高校生が居住地域と同じ地域の出身者であるが、数人は遠方地域の出身であった。

表１　調査対象者の属性

所属 学科・コース		短期大学 食物栄養学科	高等学校 フードデザインコース	全　体
学年		２年	２年	
人数		23	25	48
性別	男性	6	13	19
	女性	17	12	29
年齢	16歳		7	7
	17歳		18	18
	19歳	9		9
	20歳代	14		14
居住形態	一人暮らし	2		2
	二世代	17	19	36
	三世代	3		3
	その他		4	4
	無回答	1	2	3
居住地域	大分県中津市・宇佐市・豊後高田市	14		14
	福岡県豊前市・築上郡	7	15	22
	福岡県行橋市・京都郡	1	10	11
	無回答	1		1
出身地域	大分県中津市・宇佐市・豊後高田市	10		10
	福岡県豊前市・築上郡	7	13	20
	福岡県行橋市・京都郡・田川市	2	8	10
	大分県大分市	2	1	3
	宮崎県・山口県	1	1	2
	関東地域（神奈川県・千葉県）	0	2	2
	無回答	1		1

３．実習献立の認知度

短大生、高校生別および実習献立別の献立に対する認知度は、図２に示すとおりである。短大生では、黄飯、かやく、にぐい、肉桂餅、ゆで餅の認知度が高く、土耳其飯、くれた煮、出陣汁の認知度が低かった。高校生では、ゆで餅の認知度が３分の１程度あったものの、他の料理に対する認知度は低く、主食の黄飯と土耳其飯はこの実習で初めて知った料理であった。短大生は、食物栄養学科の調理関連授業科目で既修していたことが高い認知度の要因であると推察される。

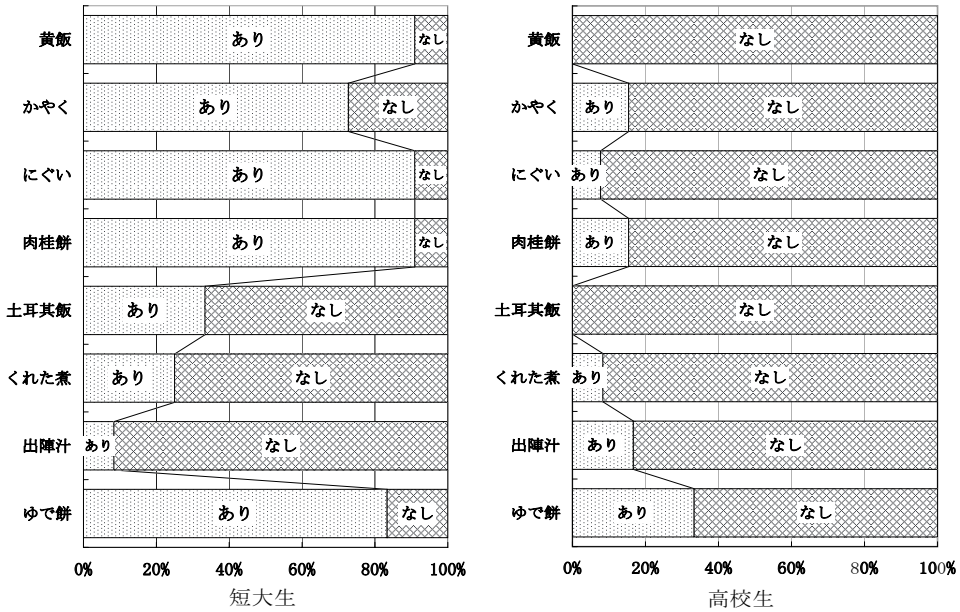


図２　実習献立についての認知度

４．実習献立の食経験

調理実習献立の食経験は、図３に示すとおりである。短大生では、にぐい、肉桂餅およびゆで餅を食べたことがあると回答した者は８割以上を占めていた。黄飯とかやくを除く他の料理については、図２の結果と同じ傾向を示している。黄飯とかやくは、臼杵地方の郷土料理として名前は知っているが、実際に食べたことがある学生は少ないことがわかった。高校生では、肉桂餅および土耳其飯の食経験は全員なかったが、ゆで餅とにぐいは約半数の生徒が食べたことがあると回答している。くれた煮と出陣汁を食べたことがあると回答した高校生は短大生より高い割合を示し、図２の結果と異なる傾向を示した。名前は知らなかったが、実際作ってみると別の名称の同じ料理や似たような料理、市販品または外食での食経験があったのではないかと考えられる。

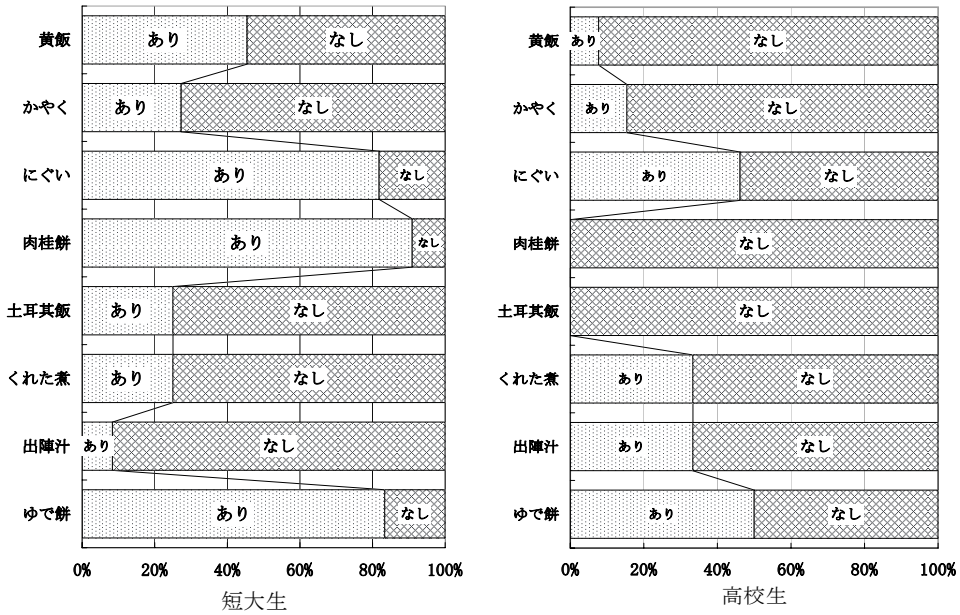


図3　実習献立についての食経験

5．実習献立の調理経験

実習献立の調理経験の有無は、図４に示すとおりである。短大生では、調理したことがある者の割合が50％以上の料理は、にぐい、肉桂餅およびゆで餅であり、認知度および食経験と同じ傾向であった。その他の料理の調理経験は低い割合であった。高校生では、肉桂餅以外の全てに調理経験がなく、この調理実習で初めて作ったことがわかった。

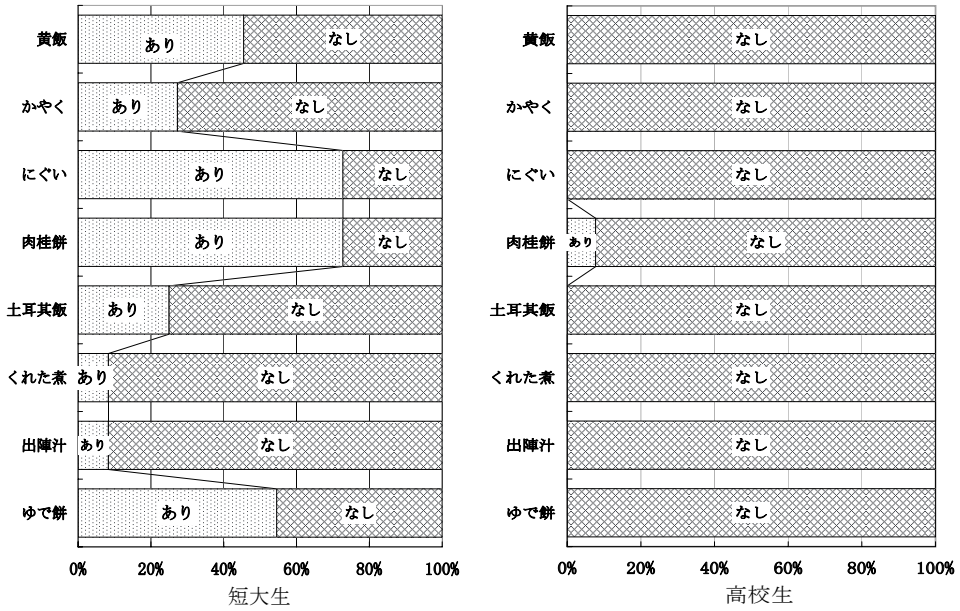


図４　実習献立についての調理経験

６．調理実習の難易度

調理実習を実施後、その難易度についての結果を図５に示した。短大生、高校生ともに、簡単およびやや簡単と回答した割合が高く、初心者向きの取り組み易い料理であることがわかる。これは、講師の金丸先生が初めての取り組みである合同調理実習に配慮したレシピを用意したことが大きな要因である。短大生、高校生ともに比較的難しいと回答があった料理は、ゆで餅である。あんを端から端まで均等に入れて小麦粉の皮を薄く平らに伸ばすことは難しく、皮が薄く均一に伸びず破れてしまったことが原因である。また、高校生は、かやくとにぐいの調理実習で、ごぼうのささがき、根菜類の拍子木切りやさいの目切りなどの切裁が多く、きれいに切り揃える下準備で手間取り、比較的難しいと感じたのではないだろうか。一方、短大生は、調理実習で切裁の経験があり、この差異となったと思われる。

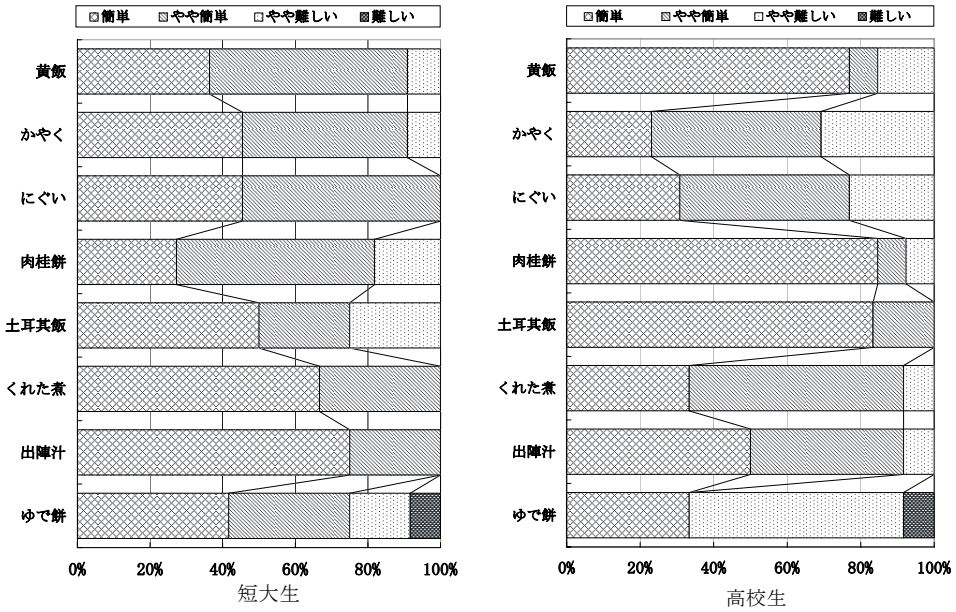


図５　調理実習としての難易度

７．実習献立の嗜好度

調理実習後に試食した結果の嗜好度を図６に示した。短大生、高校生ともに、くれた煮は全員「おいしい」および「ややおいしい」と回答しており好評であった。他の料理についても、同様に嗜好度は高い傾向を示した。図３より、食経験がない料理をこの実習で初めて食べた短大生や高校生が高い嗜好度を示したことは、若い世代に敬遠されがちな郷土料理を含めた伝承料理を、自ら作って食べるという体験が、食育活動の推進に有効な手段であることを示唆している。

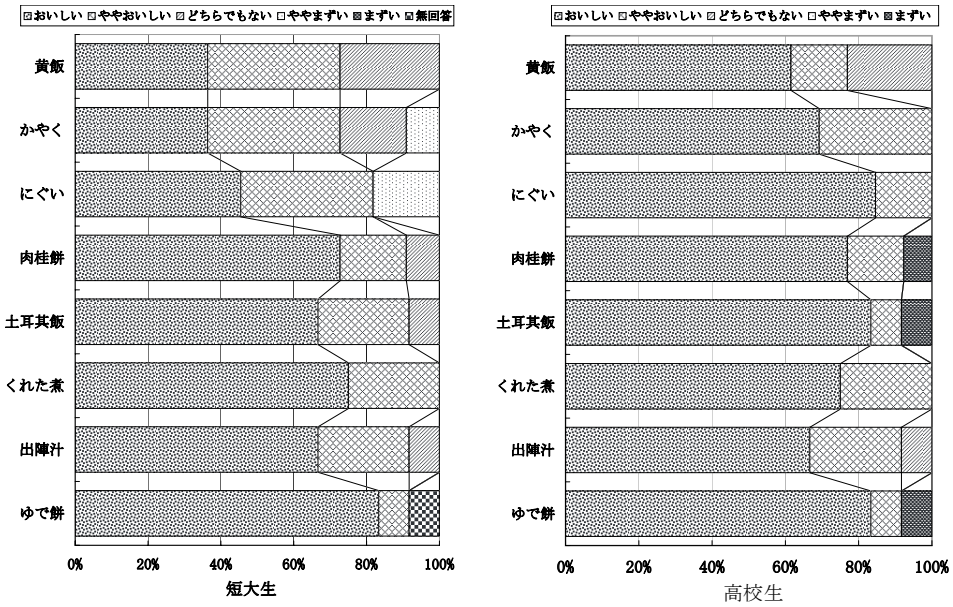


図６　実習献立の嗜好度

８．実習献立別調査項目の比較

短大生と高校生における献立別、項目別の比較検討は、フィッシャーの直接確率を用い有意差検定を行った。その結果は表２に示した。献立別では、黄飯と肉桂餅の認知度、調理経験および調理の難易度で、にぐいとゆで餅の認知度および調理経験で、かやくと土耳其飯の認知度で、高校生に比べ短大生が有意に高いことが認められた。また、項目別では食経験と嗜好度の全ての料理に、料理別ではくれた煮と出陣汁の全ての項目において、短大生と高校生間で有意な差はみられなかった。

表２　短大生と高校生における調理実習の料理別項目別比較

項目	黄飯	かやく	にぐい	肉桂餅	土耳其飯	くれた煮	出陣汁	ゆで餅
認識度	**	*	**	**	*	n. s.	n. s.	*
食経験	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.
調理経験	*	n. s.	**	**	n. s.	n. s.	n. s.	**
調理の難易度	*	n. s.	n. s.	*	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.
嗜好度	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.

有意差なし　：　n. s.　　有意差あり：*p<0. 05 ，　**p<0. 01

９．調理および喫食経験のある郷土料理

認知度の高い順に上位10位までの郷土料理についての調理経験および喫食経験を図７に示した。短大生および高校生における認知度の高い郷土料理は、団子汁、にぐい、やせうま、けんちん、筑前煮、けんちん汁、黄飯、おしぼちょ、丸ボーロおよびかやくの10種類であった。大分県および豊前地方で広く知られている郷土料理と菓子があげられている[7)-8)]。その中で、調理経験および喫食経験があると回答した者が多い郷土料理は団子汁とにぐいであり、他は調理経験が少ないことがわかった。

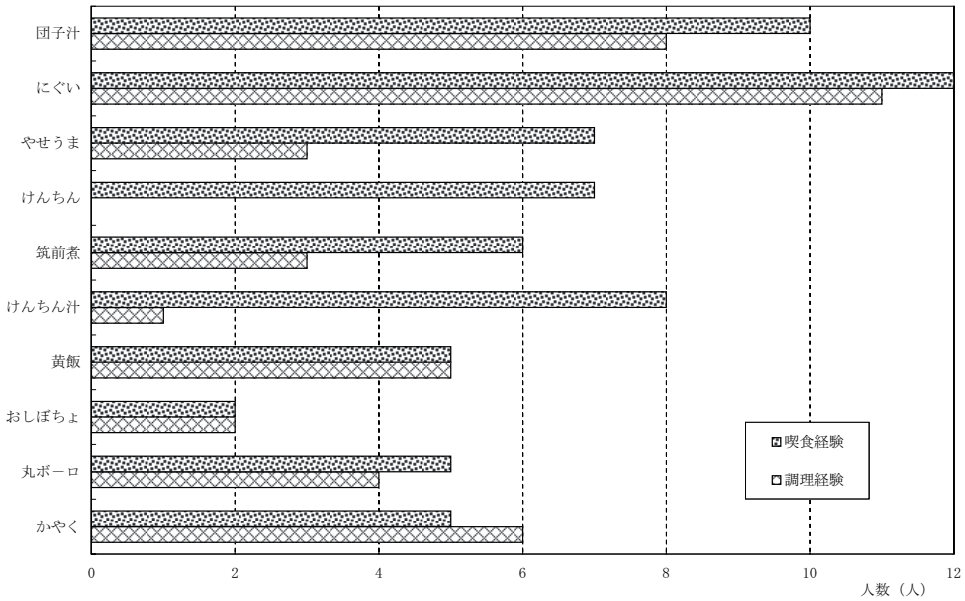


図７　調理および喫食経験のある郷土料理（認知度上位10位）

まとめ

対象者の年齢構成は高校生が16 ～ 17歳、短大生が19 ～ 20歳であり、男女比は男性：女性が約2：3であった。居住形態については、核家族が最も多く高校生では76％、短大生では約74％であった。祖父母と同居は、短大生で13％、高校生にはみられなかった。実習献立については、くれた煮と出陣汁を除く料理は高校生に比較し短大生が有意に高い認知度を示した（$p<0.01$，0.05）。黄飯、にぐい、肉桂餅およびゆで餅の調理経験も同様に短大生が有意に高い結果であった（$p<0.01$，0.05）。しかし、食経験と嗜好度では両者間に有意な差は認められなかった。また、認知度の高い郷土料理として、団子汁、にぐい、やせうま、けんちん、筑前煮、けんちん汁、黄飯、おしぼちょ、丸ボーロおよびかやくが上位10位にあげられていた。喫食経験および調理経験ともにある郷土料理は、団子汁およびにぐいであった。また、けんちん、丸ボーロ、ういろうおよび石垣餅は短大生のみが、がめ煮およびかぼちゃ団子は高校生のみが回答していた。

本稿の要旨は、第56回日本栄養改善学会（札幌，2009年9月）において発表した。

謝　　辞

本調査にご協力いただきました高等学校と短期大学の学生、生徒および先生方に心より感謝の意を表します。

引用文献

1） 中條安芸子：「高大連携で問われる地域の教育力」，文教大学情報学部情報研究，第41号（2009）

2） 波多野道義，染野多喜男，江後迪子，後藤佐代子，香嶋章子編集：「日本の食生活全集（44）聞き書大分の食事」，169，325-326（1992），農山漁村文化協会，東京

3） 大分県環境保健部編集：「大分の郷土料理」，56-57（1981），佐伯印刷，大分

4） 社団法人大分県栄養士会：「大分ふ～どーOITA FOODー」，10-11，28，38（2006），双林社，大分

5） 金丸佐佑子：「おいしさ以上のもの」，25-27（2007），西日本新聞印刷，福岡

6） 松田順子：「福澤諭吉の食のすすめをめぐってー親子料理教室ー郷土の偉人の食ーより」，東九州短期大学研究紀要　第11号，64-65（2006）

7） 立松洋子：「大分県の小学校５年生の郷土料理に関する認知度・意識調査と食生活調査」，別府大学短期大学部研究紀要　第27号，137-157（2008）

8） 西澤千恵子，中村佳織，高橋里枝：「大分県における郷土料理の認知度―家族形態による違い―」，別府大学研究紀要　第49号，157-166（2008）

子ども料理教室における食育実践報告

A practical report on nutrition education in the children's cooking classes

錦　萬代　木下　美千代　楳寿　佐貴子　中村　香菜子
Mayo NISHIKI　Michiyo KINOSHITA　Sakiko UMEZYU　Kanako NAKAMURA

はじめに

近年子どもをとりまく食環境は大きく変化し、母親の就業が増えたことで孤食、外食、インスタント食品や調理済み食品の利用等が多くなり、食生活が多様化してきたことにともない朝食の欠食、偏食、肥満の増加、生活習慣病の低年齢化などが問題になっている。

このような状況のなか平成17年７月に施行された「食育基本法」のなかで子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ生きる力を身につけていくためには何よりも「食」が重要で基礎となるものであるとされ、食教育があらためて見直されている。現在の子どもの食をめぐる問題は単に食事の問題だけでなく、家族や友だちとのかかわりや、食生活の場である家庭、学校、地域社会といった環境も重要な要素になっている。そこで子どものうちから食の自立心を養い、生きる力を蓄えることを目的に、おいしく楽しく食べることを通じて、食事に関心をもち、食の大切さに気付き、望ましい食習慣や食行動育成の一方法として実践した子ども料理教室での取り組みを報告する。

方法

１．調査対象

中津市内の小学校２校の学童保育児Ｔ校区は１年生から３年生27名、Ｙ校区は１年生から６年生15名を対象とした。

２．調査方法と時期

調査時期については、Ｔ校区は2009年５月と８月の２回、Ｙ校区は2009年５月に行った。質問紙調査法による無記名選択式（一部記述）のアンケート調査を留置法で実施した。

３．調査内容

食生活と生活習慣に関する調査で主な質問項目は、①学年②性別③朝ご飯について④朝ご飯は誰と食べましたか⑤朝ご飯でよく食べる主食はなんですか⑥食事を作る手伝いをしていますか⑦排便について⑧いらいらすることがありますか⑨学校の授業がわかりますか⑩１日どれくらいテレビをみますか、であり、これらの調査項目のすべてに選択肢を設けた。

質問項目の⑪朝ご飯を食べてきた人で昨日、今日で食べた料理（主食・主菜・副菜）について⑫朝ご飯で食べたものは何ですか、については記述してもらった。なお質問項目⑥から⑫についてはT校区のみ調査を行った。

結果

調査対象者Ｔ校区27名に対して有効回答者22名（１年生15名、２年生４名、３年生３名、男子12名、女子10名、有効回答率81％）、Ｙ校区15名に対して有効回答者11名（１年生２名、２年生２名、４年生２名、５年生３名、６年生２名、男子3名、女子８名、有効回答率73％）、８月に行ったT校区23名を分析対象とした。

(1) 食生活状況

朝食の摂取状況を図1に示した。全体では毎日朝食を食べる子どもは87.9％、食べない子どもは１名だけで、その理由は食欲がないであった。

朝食を家族と一緒に食べている子どもは51.5％、ひとり33.3％と子どもだけ15.2％を合わせると子どもだけで食べている家庭が48.5％と多いことがわかった。（図２）

朝食でよく食べる主食はご飯とパンでそれぞれ62.2％、37.8％とパンよりご飯を食べている子どもの方が多かった。（図３）

朝ご飯を食べてきた人で昨日、今日２日間で食べた料理を主食、主菜、副菜ごとにあげてもらった。その結果を図６に示した。主食はご飯、おむすび（おにぎり）が71.4％で最も多く、パン類19％でなかにはメロンパンなど菓子パンもみられた。

主菜は肉料理（ウインナー、ハムなど）、卵料理が共に41.4％で合わせると82.8％と多い。その他17.2％は炒物などで魚料理は0％であった。（図７）

副菜は野菜・果物類37.2％（野菜ジュース、トマト、ブロッコリー、いちごなど）、汁物31.4％（みそ汁、シチューなど）、牛乳・乳製品25.7％（牛乳、ヨーグルトなど）であまり大差はみられなかった。（図８）

主食はご飯、主菜では卵焼き、副菜ではみそ汁が最も多かった。一方朝ご飯で食べたい料理は何かに対しての回答はサンドイッチ28.6％、肉料理25.0％、めん料理14.3％、卵・魚料理10.7％などがあげられていた。その他餃子、ペペロンチーノ、焼肉、焼き鳥、ラーメンなど朝食のメニューとしては重たいと思われるような料理が少数であるがみられた。（図９）

(2) 生活習慣

食事を作る手伝いを毎日している 13.1％、ときどきしている 74％、あまりしていない・まったくしていないが 4.3％と、お手伝いをしている子どもが多いことがわかった。（図 10）

起床、就寝時間を図４、５に示した。起床時間は６時台48.5％、7時台51.5％と全員早起きの習慣はついている。就寝時間は９時台が45.5％と最も多く８時台の15.1％と合わせると60％近くは早く寝ていたが10時台が30.3％、11時台9.1％と40％に夜型の傾向がみられた。

排便の回数は毎日でる34.8％、２～３日に１回52.2％であったが、１～２週間に１回という子どもが３名いた。（図11）

日常生活においていらいらすることはあまりないは78.3％であったが、よくあると回答した子どもも２名いた。（図12）

学校の授業がよくわかる47.8％、まあわかる39.2％、あまりわからないは0％であった。このことから殆どの子どもがよく理解できていることがわかった。（図13）

１日あたりのテレビ視聴時間については２～３時間以上みている子どもが65.2％であった

のに対して30分が２名、まったくみないという子どもが１名いた。（図14）

子ども料理教室実施状況

平成21年５月から中津市内の小学校2校区（Ｔ・Ｙ）の子ども達を対象に公民館を使用して月１回の割合で料理教室を実施した。

場所　　Ｔ公民館
対象　　小学校１年生から３年生までの児童

〈日時〉	〈献立名〉
5月　9日	おにぎり３種、実だくさんみそ汁、いちご大福
8月 21日	ぼっかけ（郷土料理）、フルーツポンチ、おにぎり
9月 19日	いなりずし、団子汁（郷土料理）、さつま芋の茶巾しぼり

場所　　Ｙ公民館
対象　　小学校１年生から６年生までの児童

〈日時〉	〈献立名〉
5月 16日	おにぎり３種、実だくさんみそ汁、牛乳もち
6月 27日	散らしずし、そうめん汁、オレンジかん
7月 25日	ぼっかけ（郷土料理）、フルーツポンチ
8月 22日	夏野菜のカレー、野菜サラダ
11月 21日	おにぎり、シチュー、ねったぼ（郷土料理）
12月 19日	スパゲティミートソース、野菜サラダ、ファニーフェースクッキー
2月 13日	お好み焼き、コーンスープ

Ｔ公民館における子ども料理教室実施の観察

平成21年８月21日、９月19日に実施した子ども料理教室での子ども達の調理実習の様子を動画観察で行った。今回はＴ校区で第３、４回を対象として小学校１年生～３年生の観察である。

日時：平成21年８月21日（第３回）
献立：ぼっかけ（郷土料理）、フルーツポンチ、おにぎり

○　経過

前日レシピを配布してもらっておく。（予備知識として）

当日まず服装を整えてもらい、手洗いをしてもらう。

ぼっかけの材料（野菜等）、おにぎりのお米を洗う。フルーツポンチの果物、寒天を切る。白玉団子を作る等の作業に取り組んでもらう。

一番心配な事は怪我をさせないことである。調理台の高さが子どもにあってないので全体的に切るのが大変な様子。

順番に色々なことを経験してもらった。包丁を使う時にいわゆる“猫の手”で統一して切り方の指導を皆さんにして頂くようにした。

３年生のＵちゃんはごぼうを削ぐのが大変上手である。家庭で料理の手伝いをしているとの事。１年生の男子はちょっと苦手の様子である。

同じ３年生のＡちゃんは注意力に欠けているようで、指導員さんに注意を受けている。１年生の男子児童（Ｄくん）は１、２回の時に比べ興味は示しているが中々皆んなの中に入れない。この子どもに女子の児童が手をとって包丁を持たせ、指導している。（お気に入りのお姉さんとの事）包丁の刃が斜めになっているのでケガをしないかと心配である。

フルーツポンチの団子を作る作業では団子の形を作るのが大変楽しい様子。最初はおっかなびっくりで団子を入れている。団子を高い位置から鍋に入れるとお湯が跳ねる事を通し、出来るだけ低い位置より入れるか、玉杓子等を利用して入れることを学習してもらう。

１年生にはリンゴの芯を除くのは難しいようだ。親指で包丁を押さえ進んでいく事ができない。

ぼっかけの汁の味付けはお味見が出来るので大変人気がある。調味料を全部いれず少しずつ味を整えることを学習してもらう。僕も私もと並んで待っている。積極的に意思表示をしめす。

盛り付けは全員協力して行う。配膳も終わり、食事時に本日のメニューを聞くと元気よく答えていた。実物と料理名を聞くことで子どもは覚えていく良い方法だと思う。

指導員さんは材料の中に含まれている栄養の事も説明している。料理を学ぶ事によりお行儀、栄養の勉強にも結びつけている・・・感心した。

実習を通して感じた点は何度も何度も繰り返すことにより理解し実行する事に結びつく事を実感した。

日時：平成21年９月19日（第４回）
献立：いなりずし、団子汁（郷土料理）、さつま芋の茶巾しぼり
対象：小学校１～３年生の児童（今回参加者19名）
○　経過

前回同様レシピを前日に渡し説明しておいていただく。

当日作るレシピを尋ねると元気良く答える。参加意欲満々である。

まず材料を前回同様切ってもらう。今回硬い材料、滑る材料が含まれているので注意をしてもらう。猫の手も大分出来る様になったようだが、ややもすると忘れるようでその都度注意する。野菜切りは前回より積極的に手をだしている。

だし汁の鍋も大きくヤケドが心配、常に注意をしておく。

全員興味は大変強い。又今回はお互いに注意し合う様子も児童に見られる。一つの事が終わると女子はボール等洗っているのは感心である。

前回に比べ、男子児童（２、３年生）はごぼうの皮を取り除き、削るのに大変興味をもっているし、上手である。団子も上手にこねている。

包丁を縦（長く）に入れることはケガのおそれがあるので指導側で切り渡す。大根は比較的切り易いようである。

小さくなると手を添えず、上から押さえるようにして切っていた。

一部の児童は途中で他の事に興味を持つようである。子ども同士で猫の手を教えあっている。Ａちゃんは前回も注意力の事で問題になっていたが、今回手を切ってしまった。後で子ども同士でＡちゃんのケガについて話したそうだが、注意が足りない、猫の手を何度先生に言われてもしないという話が出たそうである。子ども同士ケガをしないよう判断する力が付くと良いと思う。

１年生の男子児童５人には米を洗って炊く事でどのような変化が起こるかを体験してもらった。米を研ぐことにより米がどのように変化するか、又炊く事により米が柔らかなご飯になることに大変興味を持ち、喜んでいた。

茶巾しぼり、油揚げにご飯を詰めることも子ども達で行った。

全員大変楽しい様子で実習していた。どの過程でも子どもは積極的に参加し、興味を示し、まだやりたいと順番を待っていた。試食時、きちんと手を合わせ、正座し、挨拶をして試食をする。又、感想を述べる私たちも勉強になる。２回の動画観察で子どもはどんな事でも興味をしめした。この態度をどう伸ばすかは私たちに掛かっている事を実感した。

考察

食生活状況において朝食欠食率の改善が取り上げられているなかにあって欠食者１名は良好なものと考えられ、家庭での朝食をとる習慣が好ましい状況にあると推測することができた。

子どもの食生活で朝食欠食と並んでとりあげられている孤食の問題について大人が一緒にいない状況が 48.5％と高い。どの親にもなにか理由はあると思うが、改善できるように努力する方向が望ましいと考えられる。一方食べない理由が食欲がないという原因によっては、前日の就寝時間の確認あるいは揚げ物など重たいメニューの摂取を控えるなども考えられる。

２日間の朝食で摂取した食品と料理の種類は定番化している傾向にあるが、朝食で食べたい料理の回答をみると卵料理では卵焼きの他に目玉焼き、ゆで卵など料理の種類が多く、肉類の料理にも同様の傾向がみられた。パン類も少し手を加えたサンドイッチが特に多かった。また２日間の食事調査では０％だった魚料理が食べたい料理としてあげられていたことから食品の種類を増やす、メニューに変化を持たせるなど栄養面の充実を図るうえからも料理にはひと工夫が必要と思われる。一方副菜として摂取されていた野菜・果物が料理以外ではあげられていなかった。このことは牛乳・乳製品も同様であり副菜の役割りの重要性を理解する必要があると思われる。

お手伝いをする子どもの割合が 86.9％と高かった。お手伝いの内容にもよるが食卓の準備から片づけまで参加することにより基本的な生活力が身につき、自立心も育っていく。盛り付けを手伝うことで自分の適量を知り、思いやりの心が育っていく。下準備から手伝うことにより土つきの野菜を洗ったり、皮を剥いたりしたことで、料理に興味を持ち、よりおいしく感じたことだろう。

生活習慣の調査結果で就寝時間が 10 時、11 時頃と回答した子どもが 40％程度みられるなど子どもの生活指導において早寝、早起き、朝ご飯が提唱されているにもかかわらず大人と一緒のテレビ視聴などで生活時間の夜型化の傾向がみられた。そのことによって睡眠時間

が不足し起床時間が遅くなり、朝食を食べる時間がなくなり、またねむけ、だるさ、食欲がないなど身体の不調も増加させることも考えられる。子どもの生活時間や生活リズムを健康的なものにすることが生きる力の基本につながるものと考えられる。

まとめ

料理教室を始めるにあたっては子どもの年令、どの程度の作業ができるかを考えながら楽しみを与えるメニューを考え、なるべく旬の食材や地域産の食材を用い、野菜などは土つきのものを用意して姿を見せるようにした。また、料理を始めるにあたってはあいさつ、身支度、手をきれいに洗う事を守り、包丁でのケガ、火や熱湯によるやけどなど危険の確認が必要である。イヤな思いをしたり、おこられたりすると興味を失う恐れがあるので、最初にそのことについての注意をしっかりと伝える。道具類、施設が大人用であるため充分に対応できない場面もあったが、料理が出来上がった段階では皆、満足そうな顔をしていた。みんなで楽しく料理を作って食べるという体験は食に興味、関心を持ちグループのなかで友だちとのコミュニケーションが生まれるなど、生活力を養うことの基本につながると思われる。改めて子ども達が調理体験で得たすばらしさを私たちも目の当たりで体験できた。この経験を次に生かし、よりよい方法をさぐっていきたいと思う。

引用文献

1） 山田英明、河田哲典、門田新一郎；中学生の朝食摂取と生活習慣に関する健康意識、知識、態度、健康状況との関連、栄養学雑誌67，270-278（2009）
2） 大浦敏博、廣野治子；新編小思栄養P152 ～ 163（2008）医師薬出版、東京
3） 蔭山英男；蔭山英男先生の早寝・早起き・朝ご飯ノート（2006）講談社、東京
4） 青木菊磨、小川雄二編；小児栄養演習P138 ～ 141（2009）建帛社、東京

食生活アンケートの調査結果

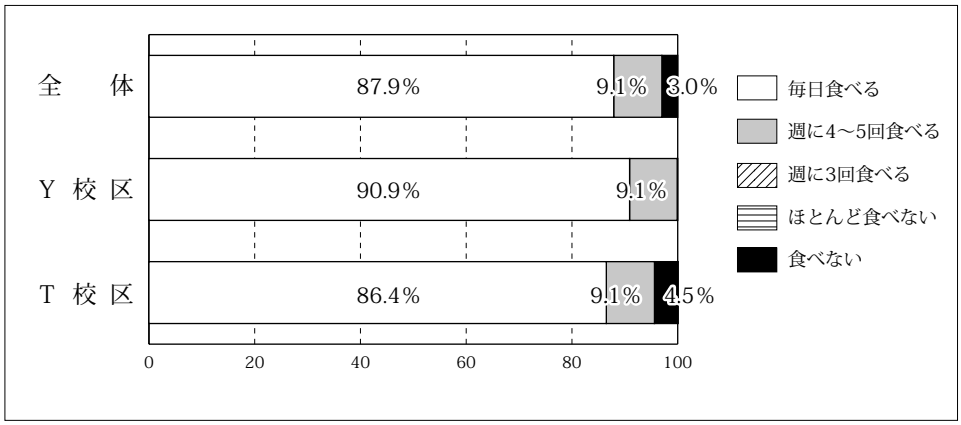


図１　朝食の摂取状況

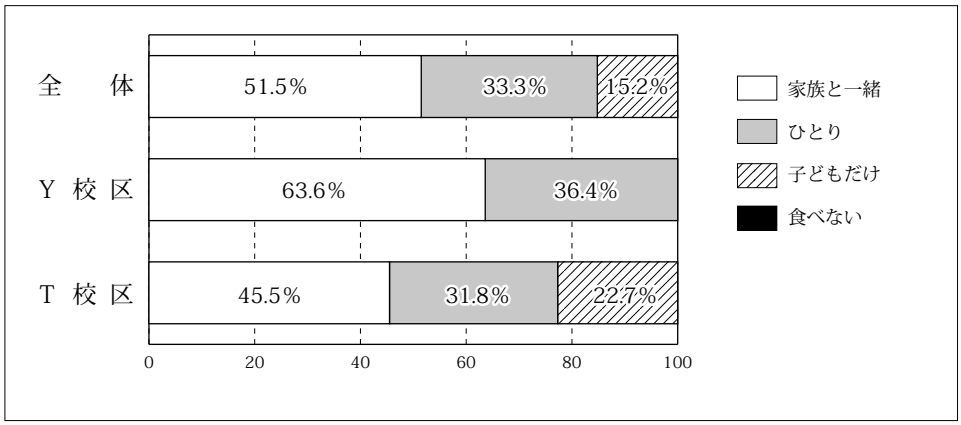


図２　朝食は誰と食べましたか

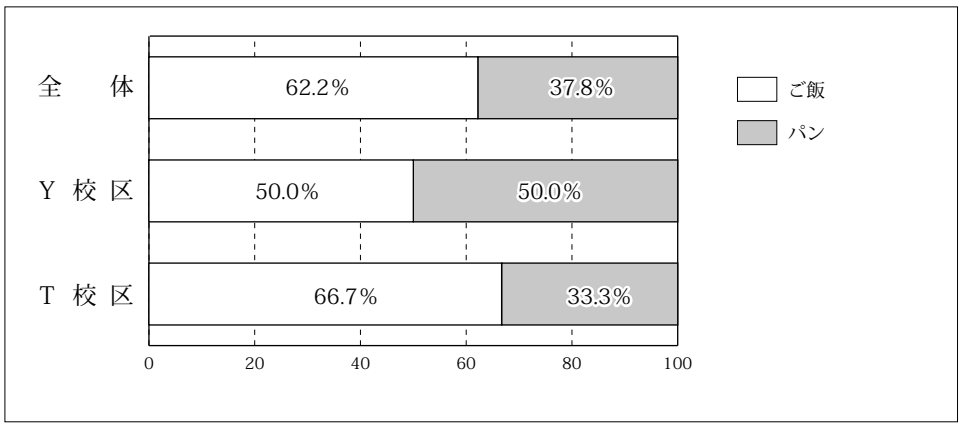


図３　朝食でよく食べる主食は何ですか

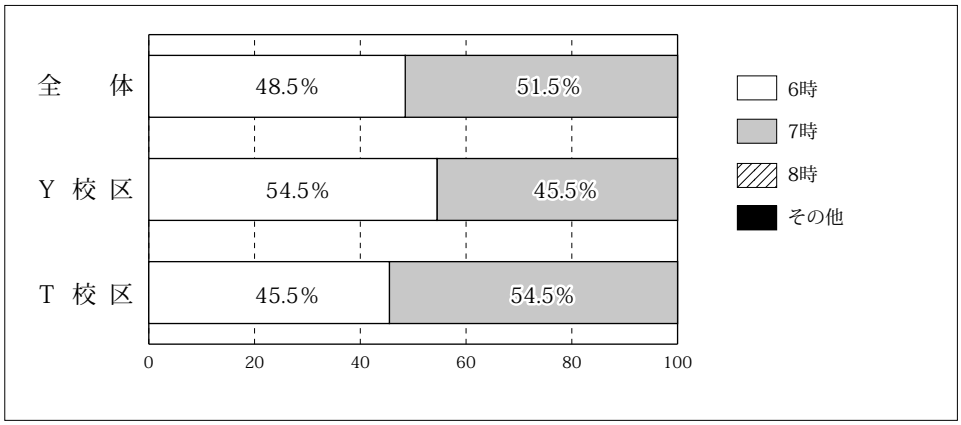


図４　朝起きる時間

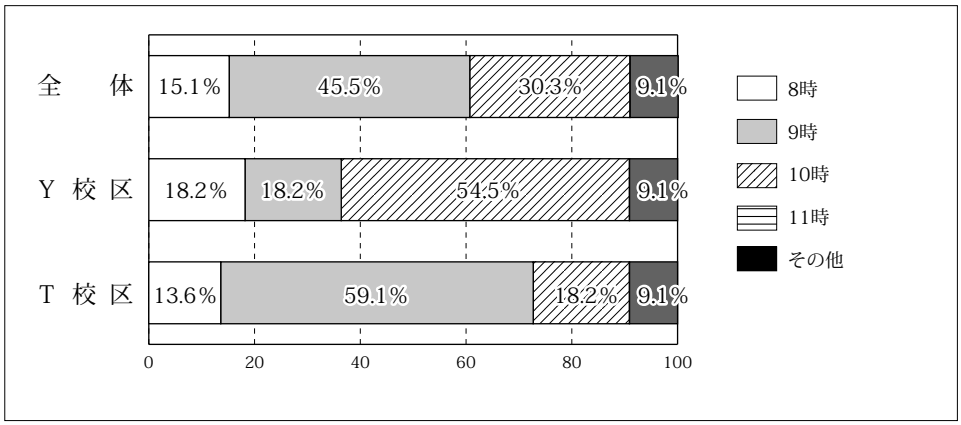


図５　夜寝る時間

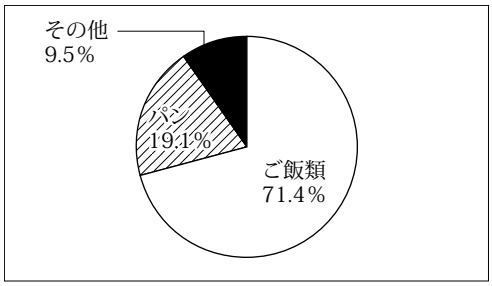


図６　主食の摂取状況（2日間）

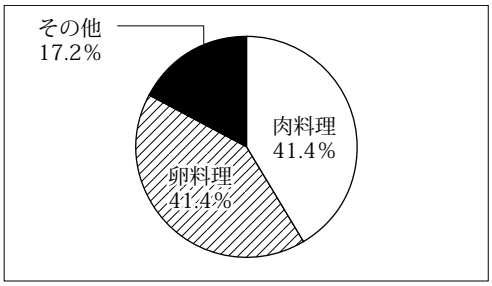


図７　主菜

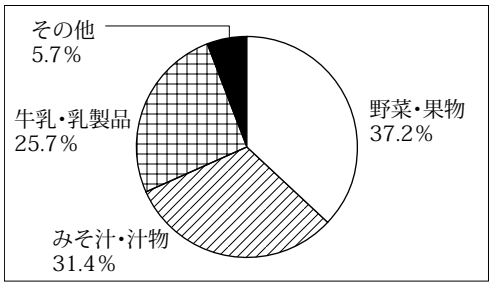


図８　副菜

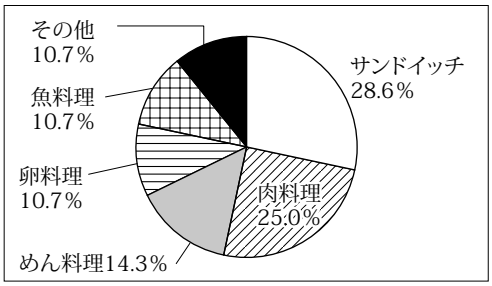


図９　朝食で食べたい料理は何ですか

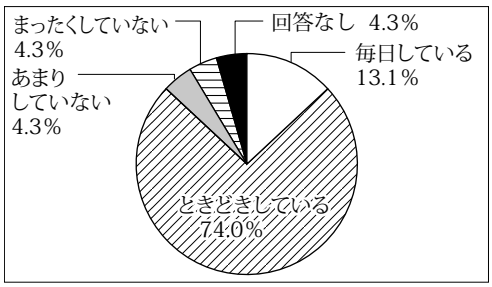


図10　食事を作る手伝いをしていますか

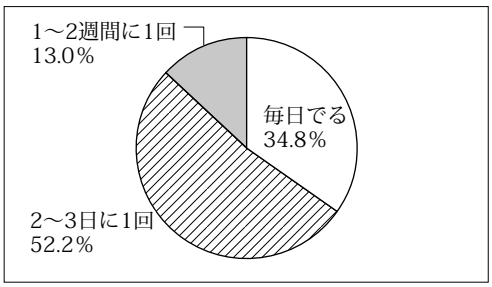


図11　排便について

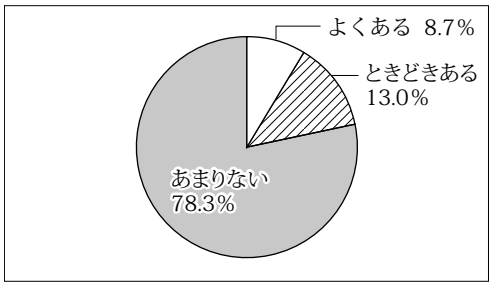


図12　いらいらすることがありますか

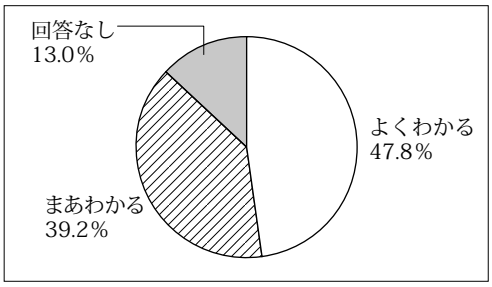


図13　学校の授業がわかりますか

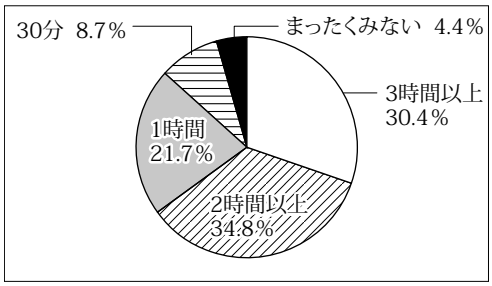


図14　1日どれくらいテレビをみますか

東九州短期大学学生の「食」に関する意識調査

The Research of consciousness concerning eating in
Higashikyusyu Junior College Students

木下　美千代　　望月　聡[1)]
Michiyo KINOSHITA　　Satoshi MOCHIZUKI

１．はじめに

「食育基本法（平成17年）」前文で、すべての国民は、健康で文化的な生活を営む権利を有している事が保障されているなか、生涯にわたって心身ともに生き生きと健康に暮らすことが求められている。

食育基本法は、食育を「生きるうえでの基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきもの」と位置づけている。

子どもたちをはじめとし、豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けるためには「食」がその基本となっている。

近年、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、伝統的食文化の危機、食の安全・安心、食物の残さなど、食生活をめぐる様々な問題が生じている。

東九州短期大学食物栄養学科１年生・２年生の食事記録を見ると両学年とも朝食をとっていない、バランスの悪い食事、ダイエットをしている、食事時間が決まってない、間食により朝食を食べられないと食に関しての問題点が学生に多く見られた。そこで本調査は将来、栄養士をめざしている東九州短期大学食物栄養学科の学生と、子どもたちに食育等を指導する保育士をめざしている幼児教育学科の学生達が日頃「食」に関してどのように考え、どのような食生活をしているのかについて調査し、その特徴を明らかにすることを目的とした。

２．方法

調査時期は平成21年７月初旬、調査対象として東九州短期大学に在学している学生にアンケートを配布し、無記名で記入させ回収した。調査人数は食物栄養学科１年生31名、食物栄養学科２年生24名、幼児教育学科１年生30名、幼児教育学科２年生37名の合計122名であり、回収人数は食物栄養学科１年生29名、食物栄養学科２年生24名、幼児教育学科１年生27名、幼児教育学科２年生33名で、合計113名であり回収率は92.6％であった。集計方法は基本集計し、各設問ごとに単純集計した。

---

1) 大分大学

３．結果

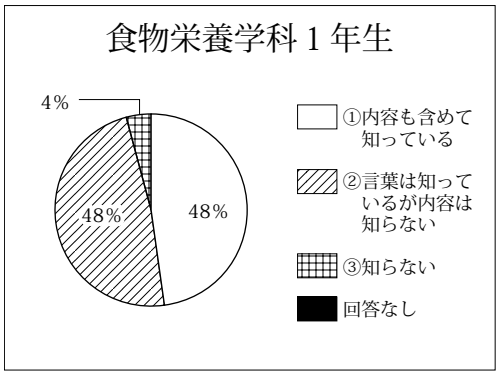
問１　あなたは食育という言葉を知っていますか。

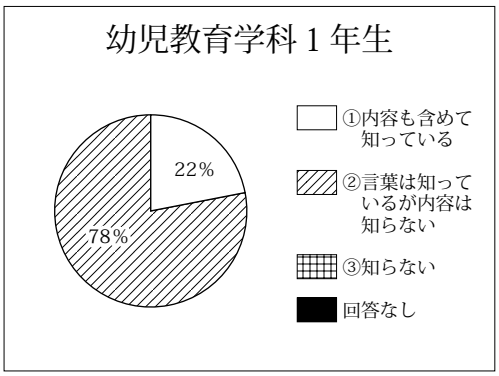
表1に示したように、「内容も含めて知っている」が食物栄養学科の２年生が54％と一番多く、ついで食物栄養学科１年生48％と多かった。

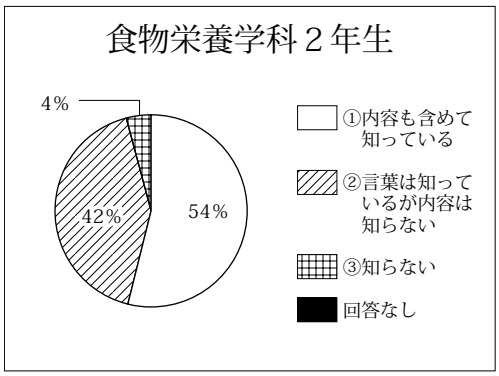
一方、幼児教育学科の１年生は「内容も含めて知っている」が22％と少なかった。「言葉は知っているが内容は知らない」と答えた学生が幼児教育学科１年生のうち、78％を占めていた。幼児教育学科２年生でも52％を占めていた。「知らない」と答えた学生は食物栄養学科１年生、２年生にそれぞれ１名いた。

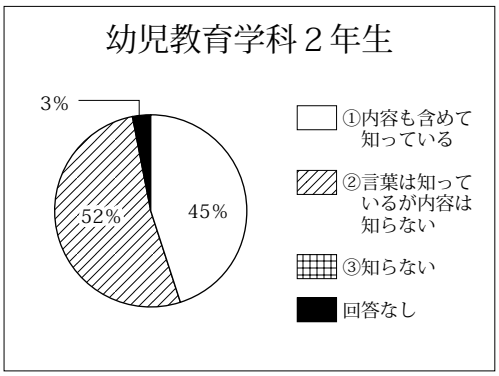
表１　あなたは食育という言葉を知っていますか

	食物栄養学科 １年生	食物栄養学科 ２年生	幼児教育学科 １年生	幼児教育学科 ２年生
①内容も含めて知っている	48%	54%	22%	45%
②言葉は知っているが内容は知らない	48%	42%	78%	52%
③知らない	4%	4%	0%	0%
回答なし	0%	0%	0%	3%









問２　食育について関心がありますか。

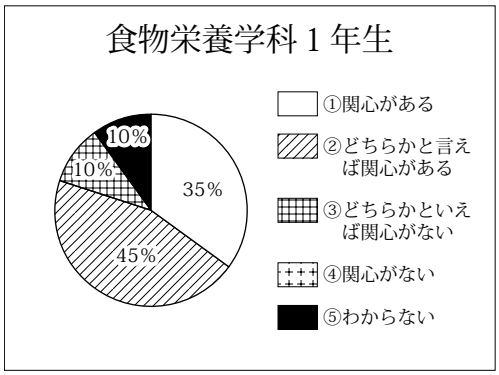
「関心がある」と答えた学生は食物栄養学科１年生35％、２年生25％、幼児教育学科１年生11％、２年生18％となっていた。

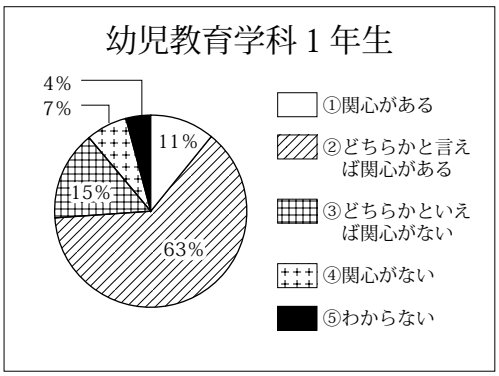
「どちらかと言えば関心がある」まで含めると食物栄養学科１年生80％、２年生88％、幼児教育学科１年生74％、２年生64％となっていた。

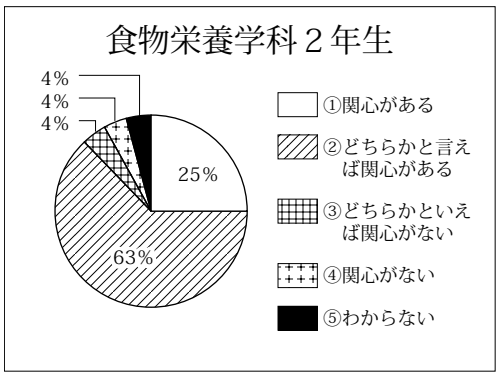
「関心がない」、「わからない」と答えた学生を合わせると幼児教育学科１年生11％、幼児教育学科２年生は18％、食物栄養学科１、２年生は約10％の回答率であった。

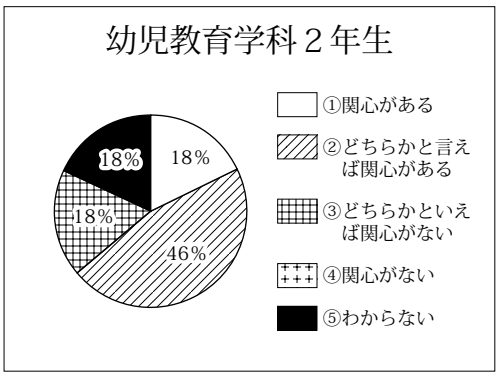
表２　食育について関心がありますか

	食物栄養学科 １年生	食物栄養学科 ２年生	幼児教育学科 １年生	幼児教育学科 ２年生
①関心がある	35%	25%	11%	18%
②どちらかと言えば関心がある	45%	63%	63%	46%
③どちらかといえば関心がない	10%	4%	15%	18%
④関心がない	0%	4%	7%	0%
⑤わからない	10%	4%	4%	18%









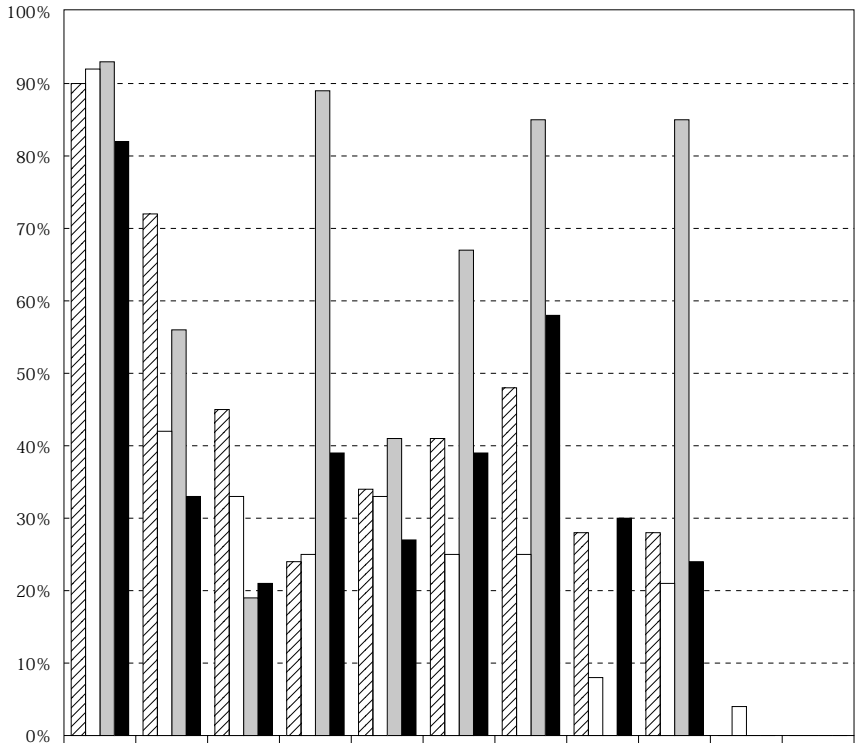
問３　食育ではどのようなことが大切だと思いますか。（複数回答）

両学科とも「バランスよく食べる」と答えた者が最も多かった。食物栄養学科では「バランスよく食べる」、「食材や食品の選び方を学ぶ」、「料理についての知識や技術の習得」が上位を占めていた。幼児教育学科では「感謝の心を育てる」、「作物を育てたり家畜の世話をする体験」が上位を占めていた。

幼児教育学科１年生は「郷土料理などの食文化や歴史を学ぶ」が85％と高い率を示していた。「食べ物を無駄にしない」も他の学生と違い67％と高かった。

「食事マナーを学ぶ」は食物栄養学科１年生と幼児教育学科２年生で30％程度を占めていた。

表３　食育ではどのようなことが大切だと思いますか

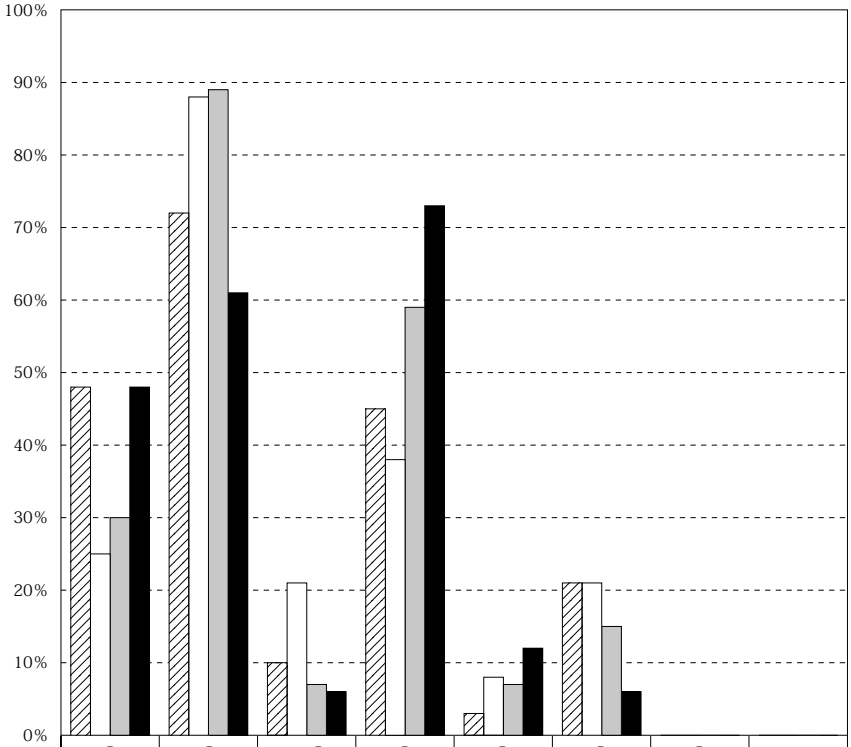


	①バランスよく食べる	②食材や食品の選び方を学ぶ	③料理についての知識や技術の習得	④作物を育てたり家畜の世話をする体験	⑤好き嫌いをなくす	⑥食べ物を無駄にしない	⑦感謝の心を育てる	⑧食事マナーを学ぶ	⑨郷土料理などの食文化や歴史を学ぶ	⑩その他	回答なし
食物栄養学科１年生	90%	72%	45%	24%	34%	41%	48%	28%	28%	0%	0%
食物栄養学科２年生	92%	42%	33%	25%	33%	25%	25%	8%	21%	4%	0%
幼児教育学科１年生	93%	56%	19%	89%	41%	67%	85%	0%	85%	0%	0%
幼児教育学科２年生	82%	33%	21%	39%	27%	39%	58%	30%	24%	0%	0%

問４　食育をすすめる上では、どのような対象者が良いと思いますか。（複数回答）

対象者として食物栄養学科１、２年生とも１番目に「小中学生」、次いで「子どもの保護者」を挙げていた。幼児教育学科１年生は「小中学生」、次いで「子どもの保護者」を挙げていた。幼児教育学科２年生は「子どもの保護者」、次に「小中学生」を挙げていた。３番目に全学生とも「乳幼児」を挙げていた。「中高年世代（40 ～ 64歳）」は食育の対象としては低い率を示していた。

表４　食育をすすめる上では、どのような対象者が良いと思いますか



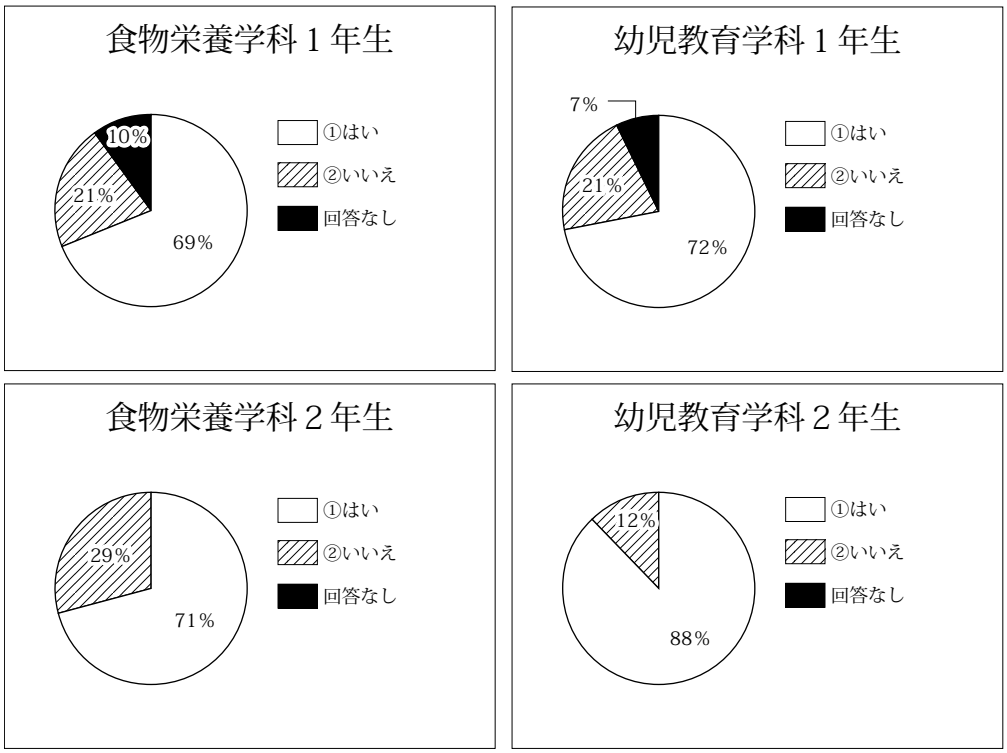
	①乳幼児	②小中学生	③独身者・子どものいない世代	④子どもの保護者	⑤中高年世代（40～64歳）	⑥高齢者（65歳以上）	⑦その他	回答なし
食物栄養学科１年生	48%	72%	10%	45%	3%	21%	0%	0%
食物栄養学科２年生	25%	88%	21%	38%	8%	21%	0%	0%
幼児教育学科１年生	30%	89%	7%	59%	7%	15%	0%	0%
幼児教育学科２年生	48%	61%	6%	73%	12%	6%	0%	0%

問５　あなたは、昨日朝食を食べましたか。

具体的に朝食の実態について尋ねた。「はい」と答えた学生は食物栄養学科１年生69％、２年生71％、幼児教育学科１年生78％、２年生88％だった。幼児教育学科の学生が食物栄養学科の学生に比べ、１年生では９％、２年生は17％高かった。

表５　あなたは、昨日朝食を食べましたか

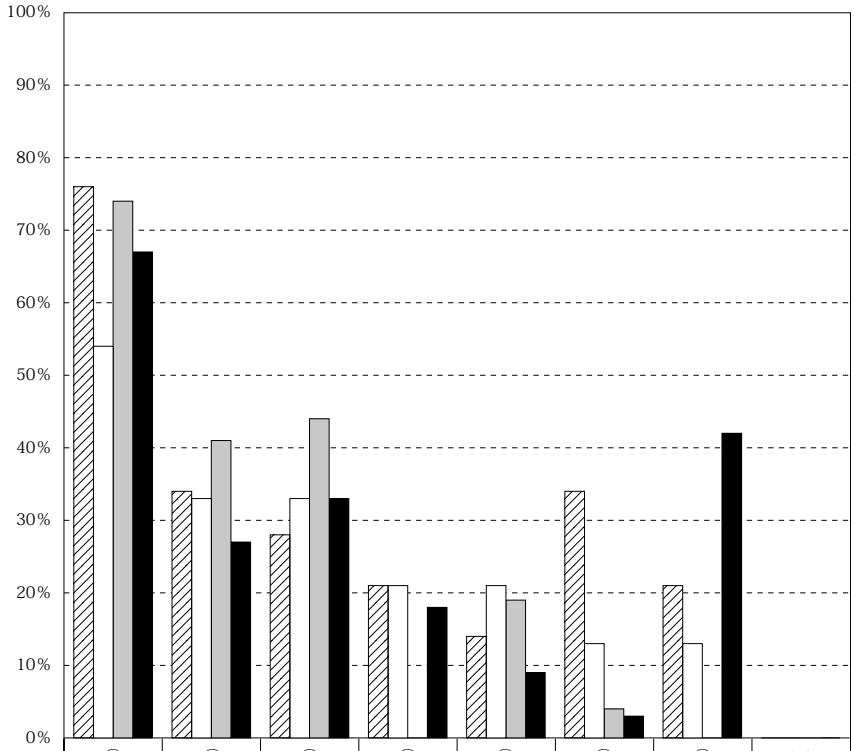
	食物栄養学科 １年生	食物栄養学科 ２年生	幼児教育学科 １年生	幼児教育学科 ２年生
①はい	69%	71%	72%	88%
②いいえ	21%	29%	21%	12%
回答なし	10%	0%	7%	0%



問６　問５で「はい」に○をつけた方におたずねします。朝、食べたものに○をしてください。（複数回答）

食物栄養学科１年生は「主食」76％、「主菜」34％、「副菜」28％、「牛乳」21％、「果物」14％、食物栄養学科２年生は「主食」54％、「主菜」33％、「副菜」33％、「牛乳」21％、「果物」21％、幼児教育学科１年生は「主食」74％、「主菜」41％、「副菜」44％、「果物」19％、「菓子・嗜好飲料」４％、「水・お茶」０％、幼児教育学科２年生は「主食」67％、「主菜」27％、「副菜」33％、「牛乳」18％、「水・お茶」42％だった。

表６　朝、食べたものは何ですか



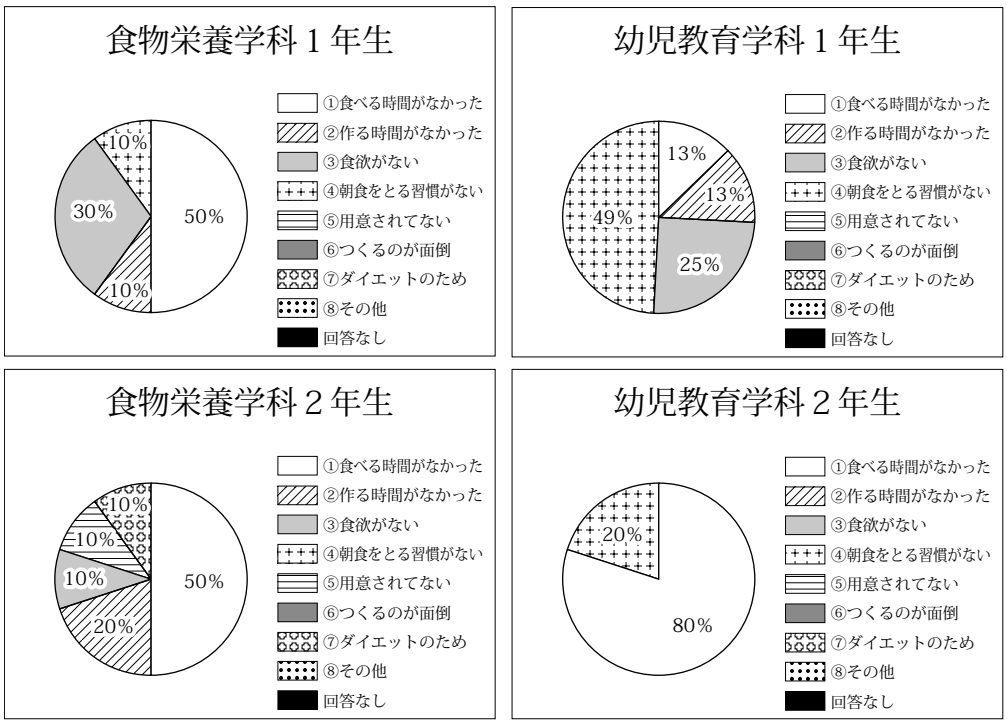
	①主食	②主菜	③副菜	④牛乳	⑤果物	⑥菓子・嗜好飲料	⑦水・お茶	回答なし
食物栄養学科１年生	76%	34%	28%	21%	14%	34%	21%	0%
食物栄養学科２年生	54%	33%	33%	21%	21%	13%	13%	0%
幼児教育学科１年生	74%	41%	44%	0%	19%	4%	0%	0%
幼児教育学科２年生	67%	27%	33%	18%	9%	3%	42%	0%

問７　問５で朝食を食べなかった理由は何ですか。【問５で朝食を食べないと答えた学生は食物栄養学科１年生６名、２年生７名、幼児教育学科１年生６名、２年生４名であった。】（複数回答）

食物栄養学科１年生は「食べる時間がなかった」50％、「食欲がない」30％、「朝食をとる習慣がない」10％、食物栄養学科２年生は「食べる時間がなかった」50％、「作る時間がなかった」20％、「食欲がない」10％、「ダイエットのため」10％、幼児教育学科１年生は「朝食をとる習慣がない」49％、「食欲がない」25％、「食べる時間がない」13％、「作る時間がなかった」13％、幼児教育学科２年生は「食べる時間がなかった」80％、「朝食をとる習慣がない」20％だった。

表７　問５で朝食を食べなかった理由は何ですか

	食物栄養学科１年生	食物栄養学科２年生	幼児教育学科１年生	幼児教育学科２年生
①食べる時間がなかった	50%	50%	13%	80%
②作る時間がなかった	10%	20%	13%	0%
③食欲がない	30%	10%	25%	0%
④朝食をとる習慣がない	10%	0%	49%	20%
⑤用意されてない	0%	10%	0%	0%
⑥つくるのが面倒	0%	0%	0%	0%
⑦ダイエットのため	0%	10%	0%	0%
⑧その他	0%	0%	0%	0%
回答なし	0%	0%	0%	0%

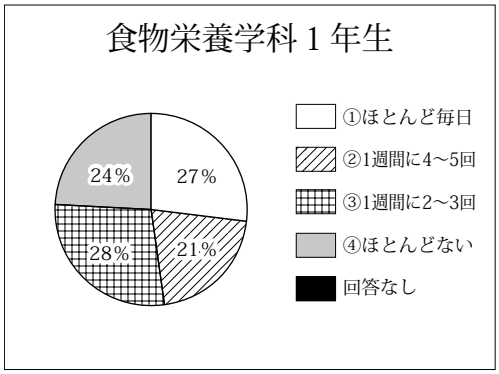


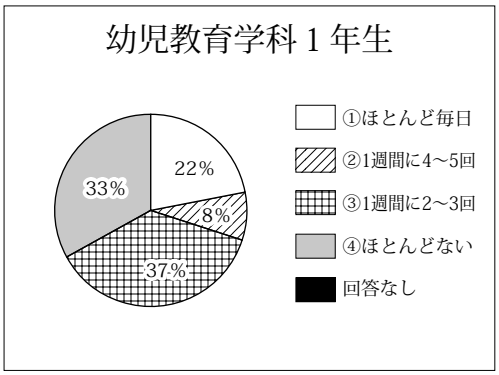
問８　夕食後就寝までの間に食べたり飲んだりすることがありますか。

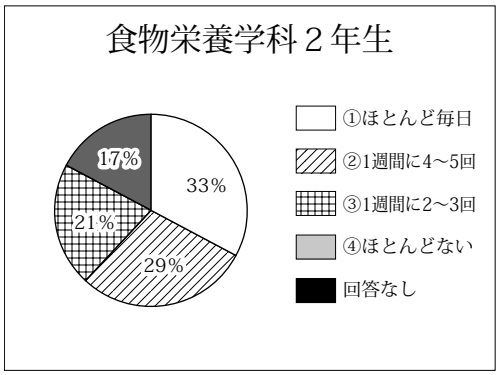
食物栄養学科１年生は「１週間に２～３回」28％、「ほとんど毎日」27％、「ほとんどない」24％、「１週間に４～５回」21％、食物栄養学科２年生は「ほとんど毎日」33％、「１週間に４～５回」29％、「１週間に２～３回」21％、幼児教育学科１年生は「1週間に２～３回」37％、「ほとんどない」33％、「ほとんど毎日」22％、幼児教育学科２年生は「１週間に２～３回」30％、「ほとんど毎日」27％、「ほとんどない」24％だった。

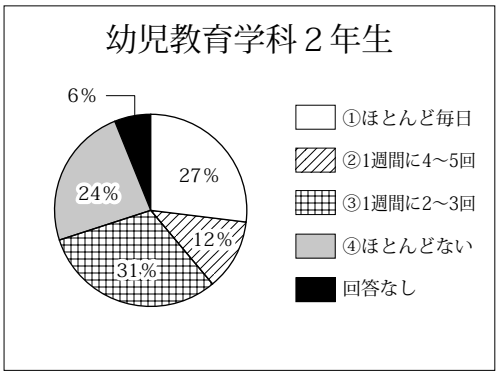
表８　夕食後就寝までの間に食べたり飲んだりすることがありますか

	食物栄養学科 １年生	食物栄養学科 ２年生	幼児教育学科 １年生	幼児教育学科 ２年生
①ほとんど毎日	27%	33%	22%	27%
②1週間に4～5回	21%	29%	8%	12%
③1週間に2～3回	28%	21%	37%	31%
④ほとんどない	24%	17%	33%	24%
回答なし	0%	0%	0%	6%







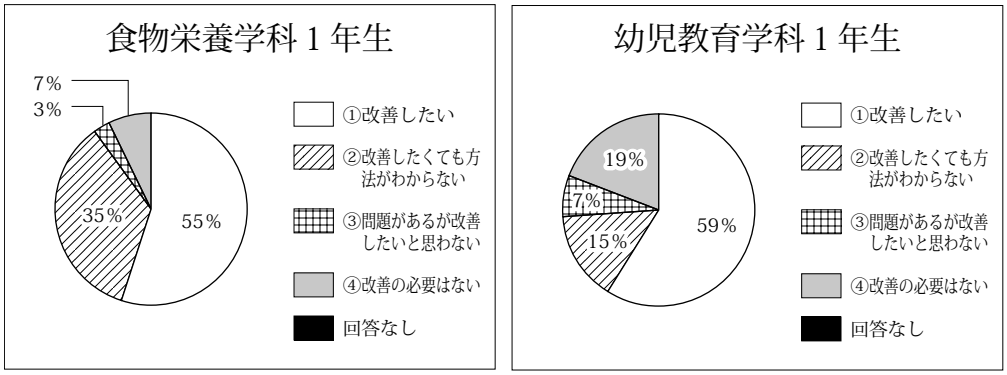


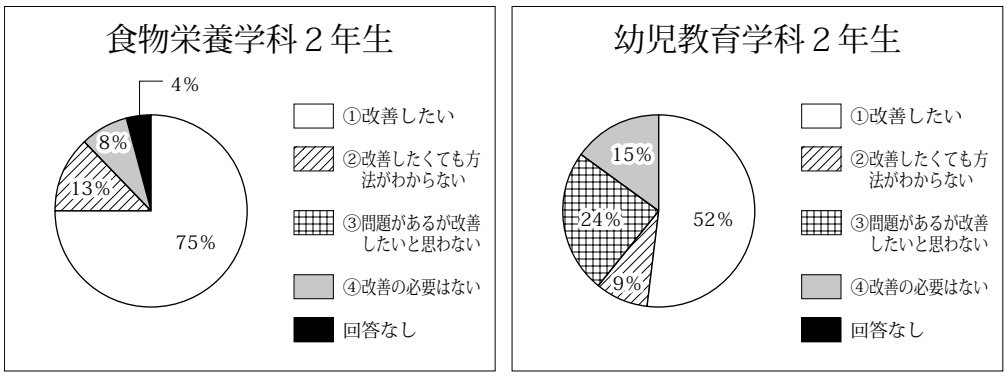
問９　あなたの食生活を改善したいと思いますか。

学生自身の食生活に対して「改善したい」と答えた学生は両学科の学生とも50％以上であった。食物栄養学科２年生は75％の学生が「改善したい」と答えていた。食物栄養学科１年生は「改善したくても方法がわからない」が34%であった。幼児教育学科２年生の学生で「問題があるが改善したいと思わない」が24％、「改善の必要がない」が15％と約40％の学生が食生活の改善を考えていなかった。幼児教育学科１年生の学生は「改善の必要はない」が19％、「問題があるが改善したいと思わない」が７％であった。食物栄養学科の学生と幼児教育学科の学生とは食生活改善に対しては差がみられた。

表９　あなたの食生活を改善したいと思いますか

	食物栄養学科 １年生	食物栄養学科 ２年生	幼児教育学科 １年生	幼児教育学科 ２年生
①改善したい	55%	75%	59%	52%
②改善したくても方法がわからない	35%	13%	15%	9%
③問題があるが改善したいと思わない	3%	0%	7%	24%
④改善の必要はない	7%	8%	19%	15%
回答なし	0%	4%	0%	0%



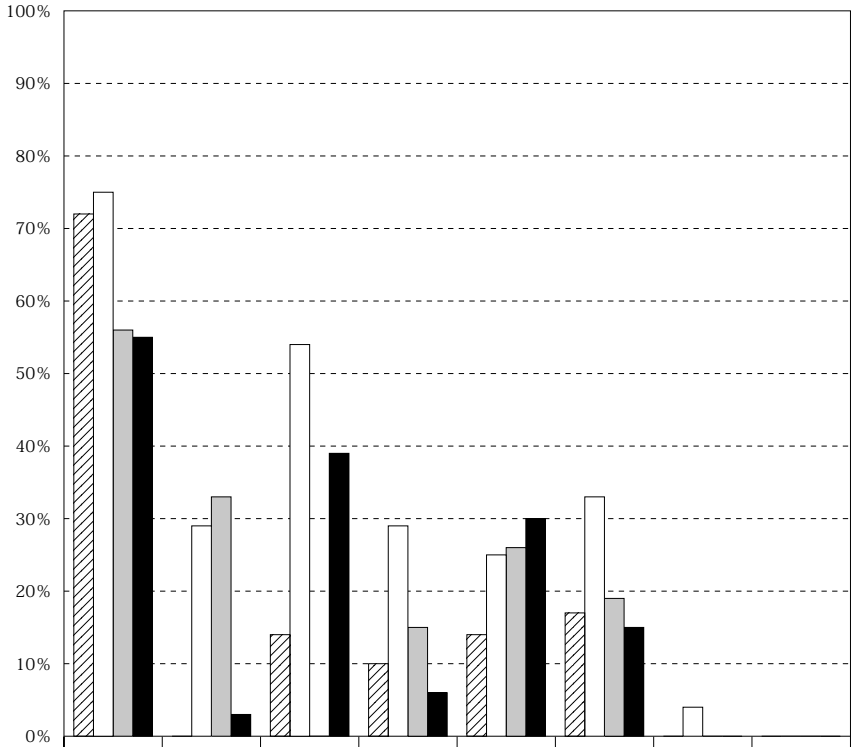


問10　問９で改善したい、改善したくても方法が分からないと答えた人は食生活のどのような点を改善したいですか。（複数回答）

【問９に対して回答した学生は食物栄養学科１年生26名、食物栄養学科２年生21名、幼児教育学科１年生20名、幼児教育学科２年生20名であった。】

全員が「食事バランス」を第一に挙げていた。食物栄養学科１年生は「油っこい料理が多い」17％､「食べすぎる」14％､「味付けが辛い」14％､「外食が多い」10％の順になっていた。食物栄養学科２年生は「食べすぎる」54％、「油っこい料理が多い」33％、「食事を抜くことが多い」29％、「外食が多い」29％となっていた。幼児教育学科１年生は「食事を抜くことが多い」33％､「味付けが辛い」26％､「油っこい料理が多い」19％､「外食が多い」15％となっていた。幼児教育学科2年生は、「食べすぎる」39％、「味付けが辛い」30％となっていた。

表10　食生活のどのような点を改善したいですか



	①食事バランス	②食事を抜くことが多い	③食べすぎる	④外食が多い	⑤味付けが辛い	⑥油っこい料理が多い	⑦その他	回答なし
食物栄養学科1年生	72%	0%	14%	10%	14%	17%	0%	0%
食物栄養学科2年生	75%	29%	54%	29%	25%	33%	4%	0%
幼児教育学科1年生	56%	33%	0%	15%	26%	19%	0%	0%
幼児教育学科2年生	55%	3%	39%	6%	30%	15%	0%	0%

４．考察

東九州短期大学食物栄養学科では「食」が健康を支えるものと位置づけている。幼児教育学科では「食べることは生きることの原点」で幼児期の食生活の重要性を理論と実習を通して学ぶ事と位置づけている。まず食育という言葉については大部分の学生が知っていた。幼児教育学科では1年生の前期（4 ～ 9月）で食育についての授業が行われていることにより幼児教育学科1年生の80％という高い割合で言葉は知っていると回答していたものと考えられる。次に食育についての関心は食物栄養学科の1年生、2年生とも幼児教育学科の１、2年生より高い関心を示していた。このことは学生が「食」の専門家を目指す目的を持っているためと考えられる。

食育にとって大切な事は「食事をバランスよく食べること」と両学科の学生とも理解している。またアンケート回答で両学科の授業内容の違いによる点も考えられる。幼児教育学科では1、2年生を通して「生活」という科目の履修により感謝の心を育てる、作物を育てたり家畜の世話をする体験と答えがあったと考えられる。食物栄養学科の回答で食材や食品の選び方を学ぶ、料理についての知識や技術の習得を挙げでいた点は「調理学」、「調理実習」という科目の履修によるものと考えられる。朝食の摂取率では幼児教育学科の１、２年生とも食物栄養学科に比べて高い率を示していた。朝食を食べなかった理由としては「食べる時間がなかった」という回答は、朝授業に駆け込んでくる、また遅刻してくる学生がいる点から考えられる。まとめてみると学生の意識としては決して今の食生活には満足していないようである。自分の「食生活」、「食育」に関して２年間の中で幼児教育学科の学生は自分自身の食生活を考え、子どもの食育にどう結び付けていくか、また食物栄養学科の学生は学科の「食」の位置づけをよく理解し、自分自身の食生活を考えた上で、「食」の実際と考えていることが結び付き、そして将来「食」に携わることを考慮して学習してもらいたい。

本報告をまとめるにあたり、アンケート調査の集計の労をとっていただいた両学科の担当の先生に感謝申し上げます。

引用文献

1） 食育基本法・前文
2） 大分市民の「食」に関する意識調査

参考文献

1） 砂田登志子：楽しく食育　　株式会社　潮出版社　2008
2） 砂田登志子：今こそ食育を　株式会社　法研　2006
3） 田中葉子、鈴木正成、村田光範、福岡秀興、室田洋子NHK取材班：それでも「好きなものだけ」たべますか？　　日本放送出版協会　2007
4） 社団法人日本栄養士会：特定検診・特定保健指導用教材
日本栄養士会　2009

研　究　紀　要　第13号
平成22年３月20日発行

発行所　東　九　州　短　期　大　学
〒871-0014　大分県中津市一ッ松211
TEL (0979)２２－２４２５
FAX (0979)２５－３９３５

編　集　研　究　紀　要　編　集　委　員　会
印刷所　㈱川原田印刷社　中津市牛神9-1