

# 研究紀要

## 第 14 号

### 目 次

**論文：**

実践的指導力育成の試み

— 私立短期大学栄養教諭養成の事例を中心に — …………… 有吉 英樹 … 1

**研究ノート：**

思春期保健福祉体験学習の実践と評価

— ころを育む赤ちゃんとのふれあい体験 — …………… 松田 順子 … 13

**報告：**

地域住民の健康づくりを目的とする「一日健康教室」の実施報告

…………… 大内 愛子・篠原 壽子・木下 美千代・錦 萬代  
楳寿 佐貴子・室屋 かおり・伊東 裕子 … 21

郷土料理に関する意識調査

～ 田中信平氏の伝承中津の料理 ～ …………… 木下 美千代・望月 聡 … 29

**資料：**

九州地方における魚類の調理とその地域性 …………… 篠原 壽子 … 41

2012

東九州短期大学

# 実践的指導力育成の試み — 私立短期大学栄養教諭養成の事例を中心に —

Improving practical teaching skills :

A focus on nutrition teacher education in the private junior college

有吉 英樹

Hideki ARIYOSHI

戦後日本の教員養成教育のカリキュラムは、中央教育審議会及び（旧）教育職員養成審議会等による幾度かの答申を受けての法令改正が行われたことにより、改革されてきた。それらの改革の主たる意図は、学校現場をめぐる状況の変化に対応し得るような、教員に必要な資質能力の育成、いわゆる、実践的指導力の育成にあった、と言い得るであろう。

本稿では、教職実践指導力の育成を必要とされた過程を視野に入れつつ、栄養教諭養成教育について、或る私立短期大学がどのように取り組んでいるのか、さらには取り組んでいくべきかを検討・考察しつつ、今後の研究課題を提示したいと思う。

キーワード：実践的指導力、教職実践演習、教員養成教育、栄養教諭、食育

Key words : practical teaching skills, senior seminar for prospective teacher, teacher education, nutrition teacher, nutrition education

## I はじめに

戦後の教員養成制度は、大学において教員養成を行うこと及び開放制を原則として発足した。

教員養成のカリキュラムは、教育職員養成審議会や中央教育審議会等の答申内容を受けて、教育職員免許法令が改正され、子どもたちの実態についての理解を深めると共に、学校現場に密着した実践的指導力を育成していくことが、幾度も要請されてきた。

例えば、「生徒指導、教育相談及び進路指導等に関する科目」、「教育実習の事前事後指導」、「教育の方法・技術（情報機器及び教材の活用を含む。）」、「教職の意義等に関する科目」、「総合演習」などが創設・必修化され、7日間の介護等体験も義務付けられた。これらのほか、中学校一種免許状取得に必要な教育実習3単位が5単位に改められた。

これらの科目の創設や単位増は、教員養成教育に対して、学校現場と児童生徒の実態を理解し、教科指導と生徒指導、学級経営、保護者への適切な対応などができる資質能力の育成、いわゆる即戦力・実践的指導力の育成を求めるものであった、と言えよう。<sup>1)</sup>

本稿は、このような状況を踏まえながら、或る私立短期大学が取り組んでいる栄養教諭養成教育における実践的指導力育成の試みについて、考察・検討するものである。

## II 実践的指導力の育成について

### 1 「最小限必要な資質能力」の育成

国際化・情報化、少子高齢化など社会状況の急激な変化と、それらに伴う子どもたちの生活・発達状況の大きな変化は、教師にも教師志望者にも、新たな資質能力を必要とすることになっていった。

先述したような、教員養成カリキュラムに関する新しい科目・単位の創設・必修化は、教師志望の学生に対して、新しい資質能力の育成、とりわけ実践的な指導力の育成を要請するものであった。

1997（平成9）年7月の教育職員養成審議会第1次答申「新たな時代に向けた教員養成の改善方策について」<sup>2)</sup>は、教員養成段階について、これを教員として「最小限必要な資質能力」を身に付けさせる過程、であると捉えている。

すなわち、それは「採用当初から学級や教科を担当しつつ、教科指導、生徒指導等の職務を著しい支障が生じることなく実践できる資質能力」を意味している。

そして、「実践的指導力につながる資質能力」として、以下の3点を挙げている。

- ① 子どもや教育に関する適切な理解。
- ② 教職に対する情熱・使命感。子どもに対する責任感、興味・関心。
- ③ 教科指導、生徒指導等を適切に行うための実践的指導力の基礎。

これら3点の基礎を培うために、「大学で教授される学問的な方法論をもとに、将来実践の場で柔軟に活用できるだけの資質能力を育てる視点が特に重要である」と、教員養成大学に提起している。

### 2 「今後特に教員に求められる具体的資質能力」

教育職員養成審議会の第1次答申は、「いつの時代にも教員に求められる資質能力」に加えて、「今後特に教員に求められる具体的資質能力」の例として、

- 1 「地球的視野に立って行動するための資質能力」
- 2 「変化の時代を生きる社会人に求められる資質能力」
- 3 「教員の職務から必然的に求められる資質能力」

の3点を挙げ、それぞれに関してさらに詳しく例示している。

例えば、第1点については、地球・国家・人間等に関する適切な理解、豊かな人間性、国際社会で必要とされる基本的資質能力等が挙げられている。このように、教員の資質能力について、グローバルな視点から捉えたのは、戦後の教員養成史上、初めてのことであり、注目に値する。

## III 栄養教諭制度の創設、栄養教諭の職務、及び採用状況等について

### 1 栄養教諭制度の創設

社会状況の大きな変化は、教職及び教科専門科目の創設だけではなくて、新たな種類の教

員免許状の創設をもたらした。すなわち、高校の「情報」と「福祉」の免許状の創設、さらに近年は「栄養教諭」の免許状の創設である。

2004（平成16）年1月の中央教育審議会答申「食に関する指導体制の整備について」<sup>3)</sup>は、近年の「子どもの食生活の乱れ」を指摘し、「食に関する指導は、子どもの「生きる力」を育てていく上でも非常に重要な課題である」ことを強調している。

さらに答申は、「現在の学校栄養職員の資質に加え、教育に関して必要な資質を身に付けた者が食に関する指導を担うことができるよう、栄養教諭制度を創設」することを提言し、「栄養教諭がその高い専門性を生かし、食に関する指導を学校教育全体の中で推進していくための連携・調整の役割を果たすこと」を期待している。

翌年2005（平成17）年4月には、改正学校教育法等が施行され、栄養教諭制度が誕生した。<sup>4)</sup>

栄養教諭の免許状は、専修免許状、一種免許状、二種免許状の3種類あり、それぞれに修士の学位、学士の学位、短期大学士の学位のほか、管理栄養士又は栄養士の免許が基礎資格として必要とされている。

他の免許状が修士、学士、短期大学士を基礎資格としているのに比べて、栄養教諭の免許状は、それらに加えて管理栄養士又は栄養士の免許を基礎資格としている点は、大きな相違点と言えよう。

栄養教諭の免許状は、養護教諭の免許状と同様に学校種ごとの区分はなく、専修・一種・二種を問わず、全校種共通である。すなわち、幼稚園、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校に有効である。

なお、管理栄養士免許所有者は学校栄養職員としての3年の在職年数に加えて、10単位の修得により栄養教諭一種免許状を、栄養士免許取得者は、3年の在職年数に加えて、8単位の修得により栄養教諭二種免許状を取得できる道を開き、学校栄養職員の栄養教諭への任用替えを可能とした。

栄養教諭の配置については、必置ではなくて、地方公共団体や設置者の判断による、即ち任意配置とされている。その理由として、すべての義務教育諸学校が学校給食を実施しているわけではないことや、地方分権への配慮などが挙げられよう。<sup>5)</sup>

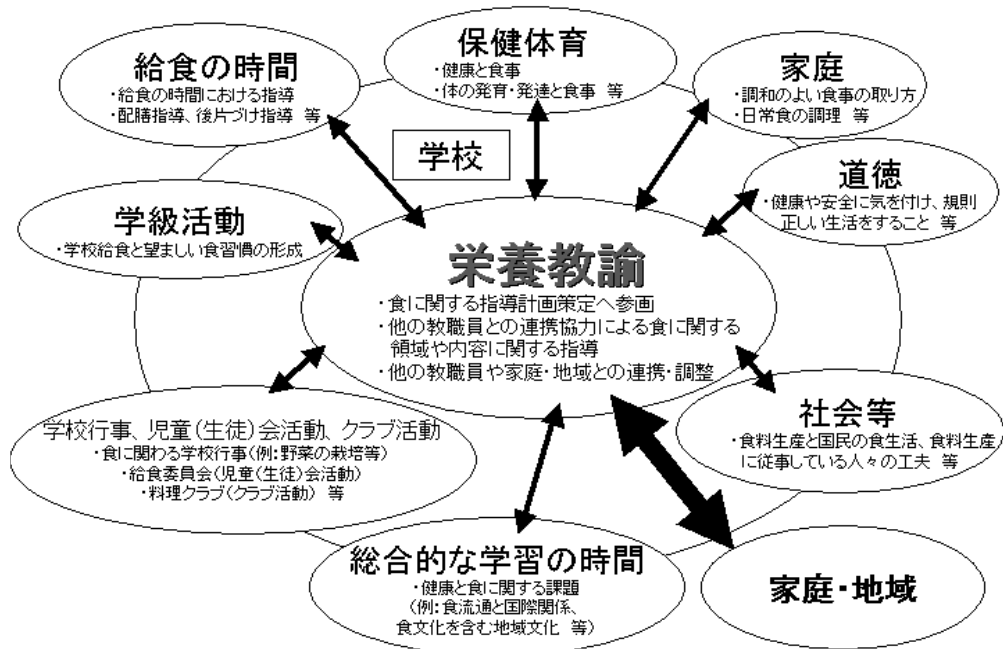
栄養教諭は養護教諭と同様に、特定の教科や学級を担任することは想定されていない。

## 2 栄養教諭の職務

栄養教諭の職務は、児童生徒の「栄養の指導及び管理をつかさどる」（学校教育法第37条<sup>13)</sup>、第49条、第62条）ことである。すなわち、「食に関する指導と学校給食の管理を一体のものとしてその職務とする」<sup>6)</sup>と、されている。

給食の管理に関しては、学校給食に関する基本計画策定への参画、栄養管理、衛生管理、物資管理なども職務とされている。

文部科学省は、「食に関する指導の充実と栄養教諭に期待される役割」と題して、次のような表及び事項をHPに提示している。



- ・ 食に関する指導に係る年間指導計画策定への積極的な参画
- ・ 児童生徒への個別的な相談指導のほか、給食の時間や学級活動、学校行事、児童会（生徒会）活動など学級担任の作成する指導計画に基づいて、栄養教諭が指導の一部を単独で実施することが可能
- ・ 家庭科や保健体育科等の教科等においては、学級担任や教科担任の教諭との連携協力の下で、食に関する指導を実施することが可能
- ・ 食に関する指導の充実のため、栄養教諭は、他の教職員や家庭・地域との連携・調整を行うなどの役割を期待

文部科学省のHPより

特定の教科を担当するのではない栄養教諭は、各教科や給食の時間、総合的な学習の時間、道徳、学校行事、年間指導計画策定への参画など、学校の教育のさまざまな場面で他の教職員と連携して栄養指導をするように期待されており、家庭や地域との連携・調整の役も担っている。

栄養教諭の職務は、食に関する指導の分野においても、上図のように極めて多岐、多方面に渡っている。

栄養教諭はこれらの職務の遂行に際して、児童生徒とは勿論のこと、さまざまな年齢層の人たちとの人間関係能力・コーディネート力・調整能力等も必要とされている。<sup>7)</sup>

### 3 栄養教諭の採用状況について

栄養教諭の採用が、設置者による任意配置主義とされたために、都道府県によってその採用者数は、大きな隔たりが生ずることとなった。栄養教諭制度が発足した平成17年度は、栄養教諭数は全国の合計で僅か34名、43県においては採用者数0名であった。平成23年4月1日現在、栄養教諭の配置数が最も多いのは、大阪府（442名）、北海道（404名）、兵庫県（338名）、最も少ないのは、和歌山県（15名）、鳥取県（19名）、山梨県（21名）などである。全国の総数は、3,853名となっている。<sup>8)</sup>

ちなみに、大分県では平成21年度には20名を配置しており、大分市が2名、その他の自治体がそれぞれ1名である。23年4月1日現在の大分県の栄養教諭の人数は、23名である。

平成23年度の栄養教諭採用試験を実施しなかった教育委員会は大分県のほかに、1都24県、14政令市であった。<sup>9)</sup>

採用試験の受験資格について、学校栄養職員としての職務実績を要件としている教育委員会があるが、全国的なその実数は筆者にとって不明である。受験に際して、学校栄養職員としての経験が必要とされるのであれば、現役学生は受験できなくなる。大学卒業後に、学校栄養職員の実績を数年間に渡って積み、その上での受験とすることになる。

文部科学省は、「栄養教諭の配置促進について」の依頼文書を、平成19年に各都道府県知事及び各都道府県教育委員会教育長宛てに、平成21年には各都道府県教育委員会教育長宛てに発し、栄養教諭の採用増を促している。<sup>10)</sup>

## IV 実践的指導力育成を目指す栄養教諭養成教育の試み

### － 或る私立短大における実践事例 －

#### I 教職科目における実践的指導力育成の試み

東九州短期大学食物栄養学科（定員40名）では、課程認定の手続きをして、栄養教諭二種免許状が取得できるようにカリキュラムを構成している。1年次に開講している教職関係科目は、教職概論、教育原理、学校栄養指導概論などの8科目、2年次では、学校栄養指導演習、教育実習指導（事前・事後指導）、教育実習、教職実践演習などの6科目である。本学科において、栄養士の免許や栄養教諭二種の教員免許状等を取得しようとしている学生数は、以下の表I（H23.5.1現在）のとおりである。

表 I	学 科	食物栄養学科	
	学 年	1 年 生	2 年 生
	在学生数	2 6	3 4
取得希望の 免許・資格等	栄養士	2 6	3 4
	栄養教諭二種免許状	5	7
	医療管理秘書士	1 9	1 2
	医事管理士	1 9	1 2

平成22年度、1年次生対象の「教職概論」及び「教育原理」の授業では、毎回一人ずつ、郷土料理や外国料理について、学生たちにレシピを調べさせ、その料理について10分程度で発表するように求めた。自分で調べ、まとめて、みんなに分かりやすく発表する力の育成を目指したものである。さらに毎回、ミニレポートを書くように求めた。

そして、栄養士が行う「食育に関する授業」（市販のDVD）を数回にわたって視聴させ、その授業についての意見発表を求めた。食育の授業の特性や授業展開などについて、理解を深めるように意図するものである。

平成23年度の2年次前期の授業科目である「教育実習指導（事前指導）」では、過去に実習生が取り組んだ小学校・中学校での研究授業（査定授業）を録画したビデオを順次、視聴させて毎回討論を求め、その内容をレポートさせている。

できるだけ学校現場について臨場感を持って理解し、これからの教育実習に役立ててもらえるように、学校のHPも活用しながら指導している。実習校の配置が決まって以降は、学生たちに実習校のHPを常に閲覧するように働きかけている。

これらに続いて、学生たちには各自、実習予定の小学校又は中学校の児童生徒を想定して、模擬授業に実際に取り組ませている。指導案（略案）の作成、教材プリント等の作成、板書計画の作成、さらにそれらを活用した自主的な模擬授業、全校朝礼・職員室・学級での自己紹介や挨拶の練習等も、全員が取り組んでいる。

二種免許の場合、実習校実習は1単位、わずか5日間であり、実習開始から5日目には通常、査定授業の実施となるので、学生たちは実習校及び担当学年が決まれば、早急にそれらに応じた教材の作成・学習指導案の作成準備等に取り掛かる必要がある。

## 2 「教職実践演習」について

教育職員免許法令の改正により、平成22年度以降の入学生を対象にして最高学年の後期に開講・必修となる「教職実践演習」は、短大の場合には、平成23年度後期に実施となる。短大は23年度の後期末には、教職を履修している2年生たちが教師に求められる「最小限必要な資質能力」を身に付けたかを、大学として最終的に確認することが求められている。<sup>11) 12)</sup>

文部科学省は、「教職実践演習の進め方及びカリキュラムの例（栄養教諭）」（シラバス）を明示すると共に、「教職課程履修カルテ」の作成についても各大学に対して求め、「履修カルテ」を参考にしながら、「個別に補完的な指導を行う」ように促している。「履修カルテ」の様式及び項目事項、さらに「履修カルテの活用方法」についても詳しく述べている。<sup>13)</sup>

4年制大学における教員養成教育では、教育実習を各学年に配置し、例えば1年次は附属学校園の観察参加実習、2年次は公立学校園の観察参加実習、3年次に附属学校園において主実習、4年次に副実習及び学校支援ボランティア活動を実施する等、4年間を通じて実践的な指導力の形成に努めている。

他方、短大では僅か2年間でこれを行わなければならない。そこで本学では、「教職課程履修カルテ」の中に、高大連携事業・大学祭・オープンキャンパス（これらにはいずれも食物栄養学科の学生も参加している。）など大学が行う諸々の事業や、学生の部活動、学友会活動等々が、広義において教員に必要な資質能力の形成に、どのように関連しているかどうかを

把握するために、「教職課程履修カルテ」の中に、資料 I に示すような一覧表<sup>14)</sup>を設定している。

先に示した表 I に見るとおり、平成23年度は本学食物栄養学科において教職を履修する学生は、2年次生は7名、1年次生は5名という極めて少数であり、教員免許の基礎資格である栄養士の免許取得予定者も2年次生34名、1年次生26名と少数である。学生たちの学習状況や学習態度、履修状況等々について、月2回程度開催される学科会議において随時報告・討議されているし、日常的にも教員集団（学科の教員数は、8名）の中で話し合われている。

このような経験知を理論的に整理して、これらを2年間の教員養成における資質能力の育成過程の中に、さらに「教職実践演習」の中に位置づけ明確にしていく作業が現在、進行中である。

平成23年度の「教職実践演習」の授業では、以下の事項も取り入れている。

- ・ 教育実習についての反省及び成果、今後の自分の課題等について、パワーポイントを作成して発表する。
- ・ 査定授業（研究授業）の成果と反省の上に立って、模擬授業を行う。
- ・ 児童生徒を想定しながら、食に関するテーマを設定して、紙芝居を作成し、語りの文章も作成して、実践する。紙芝居の作成については、男女グループ（男子学生4名、女子学生3名）が、それぞれ共同討議を重ねながら作成している。男子グループのテーマは、「お米のできるまで」、女子グループは、「げんきくん よわしくんの日」となった。<sup>15)</sup> 紙芝居作成の所要時間は、授業外の時間も含めて9時間を超えている。語りの文章は、対象児童生徒の学年や発達段階を考慮して、適時変更していくようにしている。

パワーポイントの作成作業や、紙芝居の共同作成作業を通じて、学生たちは共同・協働活動の大切さを実地に体験しており、自分たちの知恵や発想を互いに出し合い、話し合いながら作品づくりを進めるなかで、意思疎通が深まり表現力も向上している。

### 3 栄養士免許取得のための教育と、栄養教諭養成教育との関連について

栄養教諭二種免許状を取得するための基礎資格となっている栄養士の免許を取得しようとしている希望者は、表 I に示すように平成23年5月1日の時点において、1年次生及び2年次生ともに在学者の全員である。

栄養士免許を取得するための科目には、1年次においては、栄養指導実習Ⅰ、給食計画論、給食実務論などがあり、2年次では、栄養指導実習Ⅱ、給食実務実習Ⅰ、給食実務実習Ⅱなどがある。

これらはいずれも、栄養教諭養成教育においても重要な科目であり、食育の指導の専門性と深く関わっている。

わけでも、給食実務実習Ⅱは、管理栄養士又は栄養士の専従する学外の給食施設（主として病院又は老人介護施設）において、8月期を中心にしての6日間にわたって体験的に学習する。学生たちは、給食の専門性に関して学ぶと同時に、さまざまな対人関係能力についても学び、その能力を身に付けていくのである。給食実務実習Ⅱの体験学習を経て後、9月期

には5日間の教育実習が公立の小学校又は中学校において実施される。給食実務実習が、その後実施される教育実習にどのような効果をもたらしているのかも、個々の事例研究を重ねていき、明らかにしたい。

栄養士免許取得のためのカリキュラムが果たしている教育の成果等についても、理論的実態の総合的に追求し、それらと栄養教諭養成教育のカリキュラムとの関連性を究明していき、両者の相乗的な効果を生かしていく創意工夫が求められよう。

#### 4 本学の事業及び諸々の活動が有する教育効果を明確化していく

本大学食物栄養学科は、高大連携事業や市民対象の料理教室の開催、オープンキャンパスの開催等に際しては、学生たちも参画し、学科の教員の指導を受けながら、郷土料理づくり、減塩料理作り、病人食作りなどに取り組んでいる。

大学の事業や諸々の活動に、学生たちが参画し体験学習をすることが、教員に求められる資質能力の形成に、どのような教育効果をもたらしているのかに関しても、大学として明確にしていき、その教育効果をさらに高めていく方途を追求していくべきである。

先述した「教職履修カルテ」を活用しながら、且つアンケート及びヒアリング等も実施しながら、それらの教育効果を、つまり相互影響関係の向上・相乗効果のほどを大学全体として究明していくことが求められていると言えよう。

### V おわりに — 今後の課題として —

#### 1 短大の特性を生かした実践的指導力の向上を

4年制の規模の大きい大学に比して、時間的にはその半分しかない短大ではあるが、学生と教員の関係が緊密である短大の特性を生かして、教員として必要とされる実践的指導力の育成に多角的に取り組み、その成果を具体的に挙げていく必要がある。

小規模の短大であればこそ、教職員全員の協議・意思疎通と合意形成は比較的容易である。そして、全授業科目を通じての成果と、大学の諸々の事業及び学生たちの諸活動が有する教育・学習効果等に関しても、把握が容易と言えよう。

- ・教員集団（食物栄養学科専任教員は、教職専任教員1名を加えて合計8名）は、学生たちの学習状況の把握が日常的にできる。
- ・教員集団の協議、意思疎通、合意形成が比較的容易である。学生指導に際しても、相互伝達・相互理解が容易である。
- ・栄養士及び栄養教諭の免許取得に必要な科目の受講を通して形成していく資質能力、さまざまな活動を通して形成されていく資質能力などを把握していくことが、学生数が少ないため、容易である。

学科全体、大学全体として、実践的な指導力を育成していくシステムを、経験知を基にして、理論的実証的に構築していく条件に、短大の場合には恵まれているのではないだろうか。

## 2 卒業後の進路について

栄養教諭として必要とされる資質能力を修得し、教員免許状を取得しても、採用試験が実施されるのかどうかは不確かである。実施されるにしても、学校栄養職員等の実務経験が受験要件とされるのであれば、現役学生は受験ができない。

実践的指導力を身に付けても、現役学生は採用試験を受験する資格が全く無いと言うことや<sup>16)</sup> 或いは採用が極めて厳しい現実が、学生たちの目前に厳として存在する。

教員として最小限必要な資質能力を身に付けて、教育職員免許状を手にしても、それが教員としての採用に結びつくわけでは決してない。「教職実践演習」を必修化する論議の過程において、教員採用状況とその改善方策に関しては、全く触れられていない。

この現実を目の前にして、栄養教諭養成教育に関連しての実践的指導力育成を担う短大教員は、どうすべきなのだろうか。

短大教員としては、栄養教諭を目指す学生たちに対して、卒業後は栄養士免許を生かして学校栄養職員等の職務を遂行しながら、同時に、栄養教諭の免許を有する専門職者として、学校の食育の授業や指導に積極的に関わっていく生き方をライフ・デザインし、広く教育界において活躍していく途を目下は追求していくように助言し、その途上においていつの日にか、それらの職務経験を積んだ上で栄養教諭の採用試験に挑戦して、当初の夢を実現するように働きかけていくべきなのだろうか。

本稿は、西日本教育行政学会第33回大会（2011年5月21日 宮崎公立大学）に於いて発表した内容を発展させたものである。

### [ 注 ]

- 1) 実践的指導力の育成については、以下の論考を参照のこと。
  - i 生野 金三 「教員に求められる資質能力の研究 — 実践的指導力の育成をめぐって (その1) — 」 埼玉学園大学紀要(人間学部篇) 第10号 pp. 125-137 2010年12月
  - ii 黒崎 東洋郎 「実践的指導力を育成する日常的な教育実習の研究」 教育実習研究 第1集 日本教育大学協会 全国教育実習研究部門 pp. 8-9 2005年3月
  - iii 有吉 英樹 「実践的指導力の育成を目指す教員養成教育の在り方 — 岡山大学教育学部の場合」 岡山大学教育実践総合センター紀要 第9巻 pp. 73-82 2009年3月
  - iv 永友 大幸・中込 雄治・生野 金三 「教職実践演習の実証的研究 — 教員の資質能力の基礎の育成を志向して — 」 埼玉学園大学紀要(人間学部篇) 第10号 pp. 125-137 2010年12月 (この論文は、小学校における数教科の模擬授業演習等について考察したものである。)
- 2) 教育職員養成審議会 第1次答申「新たな時代に向けた教員養成の改善方策について」 1997年7月
- 3) 中央教育審議会答申「食に関する指導体制の整備について」 2004年1月20日
- 4) 栄養教諭制度の創設過程については、以下の論文に詳しい。

川越 有見子 「栄養教諭制度の創設過程に関する考察 — 審議経過を中心に — 」 東北大学大学院教育学研究科研究年報 第56集・第1号 pp. 173-200 2007年
- 5) 文部科学省のHP は、栄養教諭の配置について、「栄養教諭制度の概要」(配置)の中で、

以下のように述べている。

「すべての義務教育諸学校において給食を実施しているわけではないことや、地方分権の趣旨等から、栄養教諭の配置は地方公共団体や設置者の判断によることとされている。

公立小中学校の栄養教諭は県費負担教職員であることから、都道府県教育委員会の判断によって配置される。」

- 6) 中央教育審議会答申 「食に関する指導体制の整備について」 2004年1月20日
- 7) 栄養教諭の職務内容については、下記の論考を参照のこと。
  - i 川越 有見子 「栄養教諭の職務実態に関する考察 ― 福井県、京都市、札幌市、南国市の実態調査を通して ― 」 東北大学大学院教育学研究科研究年報 第57集・第1号 pp. 211-240 2008年
  - ii 社団法人 日本栄養士会 全国学校健康教育栄養士協議会 平成21年度政策事業 「栄養教諭の職務内容の課題と今後の方策検討事業」報告書 平成22年3月31日
  - iii 大森 玲子 「学校における食育の推進と栄養教諭の役割」 宇都宮大学教育学部紀要 第1部 58号 pp. 227-237 2008年3月
  - iv 橋本健夫、小川理沙、太田美也子 「食育を支える栄養教諭の役割に関する一考察」 長崎大学教育学部紀要 教科教育学 vol.50, pp.31- 40 2010年3月
- 8) 文部科学省HP [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/08040314.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/08040314.htm)
- 9) 「教育養成セミナー」 2011年2月号 別冊Vol.33 No.7 pp. 16 ~ 25 時事通信社
- 10) 文部科学省「栄養教諭の配置促進について(依頼)」(平成19年7月11日付。平成21年4月2日付。)
- 11) 「教職実践演習」の単位認定については、文部科学省初等中等教育局 教職員課 「課程認定申請の手引き(教員の免許状授与の所要資格を得させるための大学の課程認定の手引き)(平成23年度改訂版)」の中で、以下のように明示している。

「実技指導、グループ討議、補完指導、試験の結果等を踏まえ、教員として最小限必要な資質能力が身に付いているかを確認し、単位認定を行う。」 p.236
- 12) 「教職実践演習」については、以下の論文を参照のこと。
  - i 高橋 望 「教員養成制度改革に関する一考察 ― 教職実践演習(仮称)の導入過程に焦点をあてて ― 」 東北大学大学院教育学研究科研究年報 第57集・第1号 pp. 87 ~ 101 2008年
  - ii 池田 雅則・小林 正泰・宮城 哲 「教育実習に関わる制度・政策の分析 ― 2000年代以降における動向を中心に ― 」 東京大学大学院教育学研究科 基礎教育学研究室 研究紀要 第37号 pp. 21 ~ 38 2011年6月
- 13) 「教職実践演習」のシラバス、及び「履修カルテ」については、文部科学省のHP、及び以下の資料にも掲載されている。

文部科学省初等中等教育局 教職員課 前掲書 pp. 238 ~ 243
- 14) 東九州短期大学食物栄養学科 「教職課程履修カルテ」(平成22年度入学生) ④「授業・演習・実習等以外の諸活動について」(p.4)より。資料Iの表は、本稿末尾に掲載。
- 15) 以下の絵は、女子学生グループが作成した紙芝居「げんきくん よわしくんの1日」 全15

枚 (オリジナルは全てカラー) の内の 4 枚である。



16) 例えば、政令指定都市北九州市では、平成23年2月に栄養教諭の採用試験を実施したが、その受験資格について、以下のように規定している。

「次のいずれかの要件を満たす者。(栄養教諭免許状については、平成23年3月31日までに取得見込みの者を含む。)

1. 北九州市公立学校に勤務する学校栄養職員で、教育職員免許法(昭和24年法律147号)に定める栄養教諭免許状を有する者。
2. 栄養教諭免許状を有し、本市教育委員会事務局又は本市教育委員会の所管に属する学校以外の教育機関に勤務する者で、上記1に相当すると教育長が認める者。」

[ 参考文献・資料 ]

教育職員養成審議会 第3次答申「養成と採用・研修との連携の円滑化について」 1999年12月

中央教育審議会答申 「今後の教員養成・免許制度の基本的な在り方について」 2006年7月

田中信 監修 「栄養教諭養成における実習の手引き」 東山書房 2007年5月

文部科学省 課程認定委員会決定「教職実践演習の実施にあたっての留意事項」 2008年10月24日

石松重子 八丁雄子 編 「NEW栄養教育・指導実習」 医歯薬出版 2010年12月

東九州短期大学 「学生生活のしおり」 2010年度版、2011年度版

岡山大学教育学部 「教職実践ポートフォリオ」(第2版) 2010年3月

内閣府 「平成23年度版 食育白書」

女子栄養大学栄養教諭研究会 編 「栄養教諭とはなにか 「食に関する指導」の実践」 女子栄養大学出版部 2006年

【 資料 I 】

教職課程履修カルテ④ 授業・演習・実習等 以外の諸活動について

東九州短期大学  
食物栄養学科

学籍番号	
氏名	

1 年次 前期末		1 年次 後期末	
諸活動の例	評価	諸活動の例	評価
①学内の諸活動(名称) 「 」	資質能力の形成事項 ( AからFのいずれかに 点で記す。Aは、さらに該当する数字に○を付ける。)	①学内の諸活動(名称) 「 」	資質能力の形成事項 ( AからFのいずれかに、 点で記す。Aは、さらに該当する数字に○を付ける。)
②学友会活動 (役職等) 「 」	<b>A. 対人関係能力</b> ・1. 同僚・先輩・後輩との関係 ・2. 高校生との関係 ・3. 乳幼児との関係 ・4. 小・中学生との関係 ・5. 社会人との関係 ・6. 高齢者との関係	②学友会活動 (役職等) 「 」	<b>A. 対人関係能力</b> ・1. 同僚・先輩・後輩との関係 ・2. 高校生との関係 ・3. 乳幼児との関係 ・4. 小・中学生との関係 ・5. 社会人との関係 ・6. 高齢者との関係
③大学祭・高大連携 「 」	<b>B. 使命感や責任感</b> <b>C. 食に関する専門的知識や技術</b>	③大学祭・高大連携 「 」	<b>B. 使命感や責任感</b> <b>C. 食に関する専門的知識や技術</b>
④オープンキャンパスの活動 「 」	<b>D. 調理に関する知識・技術の習得</b> <b>E. 企画・運営力</b> <b>F. 表現力</b>	④オープンキャンパスの活動 「 」	<b>D. 調理に関する知識・技術の習得</b> <b>E. 企画・運営力</b> <b>F. 表現力</b>
⑤その他の学内活動 「 」		⑤その他の学内活動 「 」	
⑥学外の活動 (具体的に) 「 」		⑥学外の活動 (具体的に) 「 」	
⑦アルバイト (具体的に) 「 」		⑦アルバイト (具体的に) 「 」	
⑧その他の学外活動 「 」		⑧その他の学外活動 「 」	
2 年次 前期末		2 年次 後期末	
諸活動の例	評価	諸活動の例	評価
①学内の諸活動(名称) 「 」	資質能力の形成事項 ( AからFのいずれかに、 点で記す。Aは、さらに該当する数字に○を付ける。)	①学内の諸活動(名称) 「 」	資質能力の形成事項 ( AからFのいずれかに、 点で記す。Aは、さらに該当する数字に○を付ける。)
②学友会活動 (役職等) 「 」	<b>A. 対人関係能力</b> ・1. 同僚・先輩・後輩との関係 ・2. 高校生との関係 ・3. 乳幼児との関係 ・4. 小・中学生との関係 ・5. 社会人との関係 ・6. 高齢者との関係	②学友会活動 (役職等) 「 」	<b>A. 対人関係能力</b> ・1. 同僚・先輩・後輩との関係 ・2. 高校生との関係 ・3. 乳幼児との関係 ・4. 小・中学生との関係 ・5. 社会人との関係 ・6. 高齢者との関係
③大学祭・高大連携 「 」	<b>B. 使命感や責任感</b> <b>C. 食に関する専門的知識や技術</b>	③大学祭・高大連携 「 」	<b>B. 使命感や責任感</b> <b>C. 食に関する専門的知識や技術</b>
④オープンキャンパスの活動 「 」	<b>D. 調理に関する知識・技術の習得</b> <b>E. 企画・運営力</b> <b>F. 表現力</b>	④オープンキャンパスの活動 「 」	<b>D. 調理に関する知識・技術の習得</b> <b>E. 企画・運営力</b> <b>F. 表現力</b>
⑤その他の学内活動 「 」		⑤その他の学内活動 「 」	
⑥学外の活動 (具体的に) 「 」		⑥学外の活動 (具体的に) 「 」	
⑦アルバイト (具体的に) 「 」		⑦アルバイト (具体的に) 「 」	
⑧その他の学外活動 「 」		⑧その他の学外活動 「 」	

特記事項 (学生が書く)	
特記事項 (教員が書く)	

# 思春期保健福祉体験学習の実践と評価

## — ころを育む赤ちゃんとのふれあい体験 —

Practice and evaluation of health and welfare experience study at adolescence

— “Baby caring may cultivate their minds” —

松田 順子

Junko MATSUDA

### 1. はじめに

親力の低下が言われ久しい。「子育てが楽しくない」「どのように子どもと接していいかわからない」「かわいくないと思うことがある」など、育児中の母親から聞くことがある。

若い親のほとんどが、育児未経験に等しい状態から出産し、子育てに向き合っている現状がある。半世紀前までは、家庭の中で子育ては体験できる環境にあった。きょうだい同士の育ち合い、祖父母からの知恵、そして、地域のささえあい、諸々の中で子ども時代に親としての基盤を学ぶことができる環境にあったのである。

現在の少子高齢化の加速と核家族化の定着において、育児環境充実への打開策を早急に講じなければならないと思うのは、私だけではない。健全な子どもが育つ家庭を築くことが増々難しい状況の中にあるからこそ、大人の責任として、些細な取り組みでも可能なことから活路を見い出したいと考える。

### 2. 研究の基盤

大分県国東市にある国東市立国見中学校では、3年生全員に赤ちゃんとのふれあい体験学習を行っている。平成8年度から家庭科の保育の授業の中での体験学習の一環としての取り組みである。私も平成9年より講義とふれあい体験時の指導にかかわっており、10年以上にわたる実践の中で、多くの効果が見えてきた。

保護者からは、「子どもが母親にやさしくなった」「服装や態度がきちんとなった」「近所の人にあいさつが良くなった」などが聞かれ、教師からも「まじめで素直である」「人に思いやりとやさしさがある」「校則違反がない」など、本研究の主題以外からの影響ももちろんあるだろうが、未経験の学校の生徒と比較して、かなりの差があることが見受けられる。

厚生労働省が平成3年より、思春期保健福祉体験学習事業—ヤング・ペアレントフード事業で、乳幼児とふれ合う機会の少ない思春期の子どもたちに乳児健診等の場を利用し、生命の尊厳や性に関する知識を与え、母性や父性の滋養を図る目的で始められたのであるが、本事業を継続して行っている学校は、全国に数多くあるにもかかわらず、事業の実態と効果、課題などを明らかにした研究は少ない。

よって、ここに12年間にわたる若干の知見に考察と評価を試みたものをまとめ、今後の青少年育成の方向を見いだすための一助としたい。

### 3. 方法

#### (1). 対象

◎国東市立国見中学校3学年全員

・過去12年間対象人数内訳

平成12年	—	56名	平成18年	—	33名	合計488名
13年	—	57名	19年	—	33名	
14年	—	57名	20年	—	27名	
15年	—	47名	21年	—	36名	
16年	—	36名	22年	—	25名	
17年	—	46名	23年	—	35名	

・引率教員（家庭科担当者）1名

（校長先生が参加したのは、12年間中、2名のみ）

#### (2). 期間

平成12年4月～平成23年8月

#### (3). 実践方法

◎国東市国見総合支所（通称 保健センター）で行う赤ちゃん健診時における生徒と赤ちゃんとのふれあい。

・乳児健診受診者（母親と1歳3ヵ月未満が主）

◎家庭科の授業の一環として行われる。

（午後1時から4時まで）

・生徒は徒歩でセンターへ出向く。

#### (4). 実践内容

<学校>

—事前のとり組み—

- ①. 校長と担当教員との打合わせ。
- ②. 市の福祉保健課と内容、実施時間の調整。
- ③. 家庭科、保健体育、理科の教科内容である保育、性教育、いのちの誕生、人体のしくみ、などを事前学習として受ける。
- ④. ふれあい時に使う手作りおもちゃの製作。
- ⑤. 身体の清潔（髪型、爪切り、服装）のチェック。
- ⑥. 赤ちゃんについてのアンケート（質問紙法）をする。

—事後の学習—

- ①. 終了時、体験したすべての項目について、ふり返りをレポートにまとめ提出する。

<国見総合支所 地域市民健康課>

- ①. 乳児健診スケジュール調整。
- ②. 乳幼児の保護者への協力の呼びかけ。(電話と印刷物)
- ③. 保健士(師)、助産師、栄養士との協力体制づくりとプログラム作成。  
(体験内容と役割分担)
- ④. 専門講師(大学教授)への講義依頼。

<1> 保健センターでの当日のプログラム

①. オリエンテーション	(13:30~13:35)
②. 講義	(13:40~15:00)
③. 実習	(15:00~15:30)
┌ ○妊婦体験	
└ ○赤ちゃんふれあい体験	
(2グループに分かれて行う)	
④. 食育学習	
⑤. まとめ・質疑応答	
感想文記入	
⑥. 終了	(15:30)

- ①. 専門講師(大学教授)の講義内容要旨(平成12年~平成20年)

<概要>

- ・思春期の心と身体の発達と特性
- ・妊婦と出産のメカニズム
- ・母体の変化と胎児の育ち
- ・「生命の誕生」と「いのち」の輝き
- ・乳幼児の発達とあそび

- ②. 講義内容要旨(平成21年~平成23年)

<概要>

- ・妊婦と生命誕生
- ・胎児の発達
- ・母親の心身の変化と心構え
- ・母親の健康と胎児発育との関係
- ・出産について
- ・誕生から15ヵ月児の子どもの発達とのかかわり方
- ・男性が父親になるための条件及び育児へのかかわり
- ・3000g新生児人形を抱いての模擬的育児感想

< 2 > 妊婦体験

(10kgを超す妊婦シミュレーターを着けて、妊婦体験をする)

- 仰向けに寝てみる。(圧迫感など)
- 立ったり座ったり靴下を脱いだりの日常の単純行動をする。

< 3 > 赤ちゃんとのふれあい (1組の親子に生徒5～6人グループ)

(1). 母親との面談 (質疑応答式)

- 妊娠中の心や体の変化について
- 育てていて困った事やうれしいと思う時
- 育て方について
- 産んだ時の気持ち
- 赤ちゃんの月齢と扱い方、あそび方 など

(2). 赤ちゃんとのふれあい

- 自分の身体との比較 (さわってみる)  
(髪の毛、指、足のうら、爪、ほっぺなど)
- 交代で全員抱っこしてみる
- おむつ替え—衣服の着脱  
(声かけのタイミングや声量、笑顔)
- 一緒に遊ぶ  
おもちゃ、バスタオル (ハンモックみたいにして2人組でゆらしてみ  
で、遊ぶ)
- 泣いている赤ちゃんをあやす  
(人見知りの対応)
- ⑩. 不都合を生じた場合は、その都度、大人 (保健士、助産師、母親、大  
学教授) による指導を受ける。  
(心地よい声かけ、笑顔、力のかげんなど、対応を見ながら体得する)

4. 結果と考察

(1). 赤ちゃんふれあい体験が生徒に与える影響

①. アンケート調査からの考察

「赤ちゃんと聞いてイメージすることを応えて下さい」

順位	体験前	体験後
1	おっぱいを飲む	かわいい
2	すぐ泣く	いきいきしている
3	おむつをしている	よく泣くけど、よく笑う
4	育てるのは大変	たくましい

5	うるさい	元気ですごい
6	いつも寝ている	大きくなる
7	ベビーカーにのっている	ミルクをのむ時幸せそう
8	犬や猫みたいでかわいい	お母さんが大好きそう
9	小さくて何もできない	昔の自分を思い出す
10	わがままでめいわく	やわらかくて、あったかい

ポイントの多いものから順に上位10位をまとめてみた。体験前のイメージは、客観的な感じで、赤ちゃんについて、「うるさい」とか、「泣いていて、育てるのが大変」という文言から、体験後には、逆に「かわいい」と思う人がほとんどである。このことから、ふれあい体験により、赤ちゃんをみる目や心の目が変わってきたことがわかる。

「子育てをしている親についてどう思うか」（平成21年～平成23年）

順位	体験前	体験後
1	大変そう	楽しそう
2	きつそう	えらいと思う
3	えらいと思う	いきいき輝いている
4	忙しそう	自分も親になりたい
5	よくイライラしている	自分の親に感謝したい気持ちになる
6	自分も育ててもらった	たくましい
7	遊べない	忙しいのに幸せそう
8	自分が親になれるか不安	健康に気をつけている
9	よくおこる	子どものきもちがわかる
10	疲れている	たのもしい

これも上記と同様上位10位までをまとめてみた。母親に対するイメージも明らかに変化してきていることがうかがえる。特に体験後は、自分を産み育ててくれた母親への感謝を重ね合わせ、その背後には、親になる好ましい期待像がイメージできる。

(2). 実践後の感想より（平成22年～平成23年）—原文のまま

『講義を受けて』

大学の先生の講義を最初に聞いた時、難しいと思っていたけど、わかりやすく、大人になることの大切なこと、親になって役立つことが多く話され、楽しく聞けました。(H.Y)

子育てについて、やってはいけないことややらなくては、いけないことをたくさん聞いて良かったです。(L.N)

赤ちゃんがなぜあんなに体がやわらかく、また泣いたりするのか話を聞いてよくわかった。(T.N)

赤ちゃんの特徴や、男性(父親)と女性(母親)のちがいがとても良くわかった。(K.N)

人間は、とても小さな卵から月日を経て、今の自分たちみたいに大きくなっていくことを知って人間のすごさを感じました。  
これから生きていく上でとても大切なことを学びました。(M.S)

とても授業がわかりやすかったです。  
赤ちゃんが生まれるまでや、生まれてからのこと、全て分かって、自分が将来、子どもを育てるときにすごく役立つと思います。  
命の大切さがよく分かりました。(F.K)

大変勉強になりました。  
一つでも多く覚えておきたいです。また機会があつたらお話を聞きたいなあーと思いました。(M.K)

きょう初めて知ることが多く、驚きいっぱいの授業でした。でも難しいことをわかりやすく話して下さったのでよかったです。  
(M.T, Y.N, S.Y, M.M)

赤ちゃんを産み育てることは、いろいろと考えなければいけないこと、また、いろいろ気をつけなければいけないこと、自分が子どもをつくる時、ちょっと心配になりました。(A.O)

産むときの注意、育てる時の心構えなど聞いて良かったです。将来きっと親になるので、役立てていきたいと思います。(A.T, S.E, H.I)

今まで、学校の授業はすべてガラガラと聞いていたけど、今日先生の話は、すごく面白く、聞きやすかったので、しんけん聞きました。思春期の男や女の感情の話もあつてためになりました。ありがとうございました。  
(T.S, K.S)

まだまだ多くの感想をいただいたが、紙面の都合上生徒の思いをまとめて記述している。原文に忠実に記載するため、イニシャルのはいったものを載せることにした。12年間の感想文すべてをまとめると莫大なものになるが、大人の私達が今、本当に伝えなければならない「大切であたりまえの親育て」がおわかりいただけるのではないだろうか。

昔、先人達があたりまえに伝承してきた、子育ての知恵や知識、技能など人間の親として生きる道すじをわかりやすく教えていけば、素直に受け入れてもらえることを確信したところである。

#### <妊婦体験> — (原文のまま)

- ・思ったより重く、しっかり立ってられない。
- ・こんな大変な思いをして、生んでくれたとはおもいませんでした。
- ・こんな思いをして自分を産んでくれたことを思うと、改めて母親に感謝したい。
- ・自分がお腹の中にはいつていたことを知り、生きることを改めて、真剣に考えようと思う。
- ・母親は、こんなに大変な苦勞をして産んでくれたのに、今の自分はなんか悪い気がする。
- ・女性はこんな思いをしてまで、子どもを産まなければいけないと思うと、つくづく大変だなと思う。

(他、ほとんど似かよった文面)

女子よりも男子の方が母親の大変さを感じており、思春期の自分の考えや行動を反省している面が伺える。そして、母親への感謝の念と自分に授かった「いのち」の重みをひしひしと感じ取れ、やはり、この思春期の難しい中学3年の時期だからこそ、この体験学習が意味をもっていることを感想文から読みとれる。

## 5. まとめと課題

10年以上の間続けてこられたこの思春期保健福祉体験学習に対して、まずは、国東市国見町の保健士(師)、助産師、栄養士の方々に敬意を表したい。そして、生徒の育成にあたって積極的な協力を続けてこられた国見中学校の家庭科担当の先生方、大変な苦勞をもっての実施だと思う。今まで接してきた中学の先生方は、家庭科専任ではなく、専門が美術だったり、体育や理科、社会などであったりと、小さな学校では、家庭科のみの担任は、少ないのが現状である。その先生方も「私自身良い勉強になりました」と言われ、独身の女性の先生方の中で35歳未満である方々が結婚し、出産と育児の報告を受けると、思春期体験学習は、独身の教師の事前学習にもなることもわかり、気を良くしているところである。とにかく、小学校5～6年生や高校生にも指導に伺ったことはあるが、中学3年生の時期が一番影響と効果があることを実感している。

このような体験学習を通して、自分自身の倫理的なものの考え方、赤ちゃんや家族、育児、親などに対する認識や心構えが変わってくるのがわかる。

しかし、このような影響が一時的なものではないだろうかという懸念もなきにしもあらずである。今大学で接している20歳代の男女に、父性や母性といわれるものが育ってきていない現状を目にし、この思春期、赤ちゃんふれあい体験は、日本全国の生徒にしっかりと根づいてほしいと考えるのである。赤ちゃんとふれ合った時の強烈な印象が、その後の子どもを見る目、親の姿を見る目を変え、親力向上の一端を荷ってくることになるであろうと確信してやまない。

思春期の特徴は、「自我同一性の獲得をその拡散における葛藤」にあるとされており、独立した自己を形成する努力が、自尊心を向上させ、将来大人になること、親になることへの自信とつながっていくものであると考える。

その意味においても、この体験学習が思春期の男女に与える影響が大きく、大人、特に親になるための重要な課題の解決にも役立つのではないだろうか。

この論文をまとめるにあたって、多くの教育的効果が見えてきた。まずできることからではあるが、全国すべての中学校での実施を祈ってやまない。

#### <参考文献>

- ①. 柏女霊峰 編著：家族援助論，ミネルヴァ書房，2009
- ②. 生活教育（8月号），ヘルス出版，1998
- ③. 千田夏光：小、中学生の子育て再点検，汐文社，1997

# 地域住民の健康づくりを目的とする「一日健康教室」の実施報告

The report of "one-day health promotion program" for the purpose  
of health-making on the local resident

大内 愛子	篠原 壽子	木下 美千代	錦 萬代
Aiko OHUCHI	Hisako SHINOHARA	Michiyo KINOSHITA	Mayo NISHIKI
椋寿 佐貴子	室屋 かおり	伊東 裕子	
Sakiko UMEZYU	Kaori MUROYA	Hiroko ITOH	

## 要 旨

東九州短期大学食物栄養学科では、社団法人全国栄養士養成施設協会の後援を受けて、中津市及び近郊地域の住民を対象とした「一日健康教室」を実施した。プログラムは2部構成とし、午前中は「いきいき健康・運動セミナー」と題して90分間で健康運動指導士によるストレッチや軽い運動を行った。昼食は本学学生の手づくり減塩ヘルシー弁当の試食会とした。午後からは自由参加とし、希望者に対して簡易健康測定を行い、その結果から栄養士による栄養指導を行った。今回実施したプログラムのうち、「今日の運動を実施してみようと思いませんか?」という質問では、対象者全員が「実施してみたい」と回答した。また減塩ヘルシー弁当についても、弁当を食べた全ての対象者が「美味しい」と回答し、味・見た目ともに満足が得られていた。

今回のような「一日健康教室」は、日常生活でストレッチや運動を取り入れたり、食生活や栄養バランスについて考えたりするきっかけを提供する機会になり、自分の健康への関心を高めるきっかけになることが期待できる。今後も、対象者のアンケート結果や感想等を踏まえて、様々な健康に関するプログラムを検討していくことは有意義であると考えた。

### 1. はじめに

地域住民の多様化・専門化する学習ニーズに応じて、本学ではその教育内容や研究機能を広く提供する取り組みとして、これまで公開講座、オープン講座、教育連携交流事業やオープンキャンパス等を開催してきた。

さらに、秋に行われている学生主体のイベントである和敬祭（大学祭）においても、正課授業及び課外活動での成果を発表する機会として捉え、食物栄養学科独自の研究発表、展示、栄養相談や各種バザー等に毎年取り組んできた。

平成22年度の大学祭では、地域住民及び本学学生ならびに保護者の健康増進・保持、栄養改善に寄与する事業活動を推進することを目的とし、栄養相談を含めた「一日健康教室」を企画・実施した。主なプログラム内容としては、健康運動指導士による講演及び運動指導、ヘルシー弁当の試食会、簡易健康測定（身長、体重、体脂肪率、安静時血圧、安静時エネルギー消費量の測定）、栄養相談を行った。今回はその実施内容と、対象者に実施したアンケート結果について報告する。

## 2. 「一日健康教室」実施の流れと調査方法

### (1) 「一日健康教室」の実施時期と参加者

「一日健康教室」は、本学の大学祭開催日である2010年11月14日（日）に、社団法人全国栄養士養成施設協会の後援を受けて実施した。参加者は中津市及び近郊地域の住民29名であった。

なお、アンケートの回答者は参加者29名のうち17名であり、アンケート回収率は、58.6%であった。また、アンケートの回答者は全て女性で、60歳以上が88.2%を占めていた。（図2）

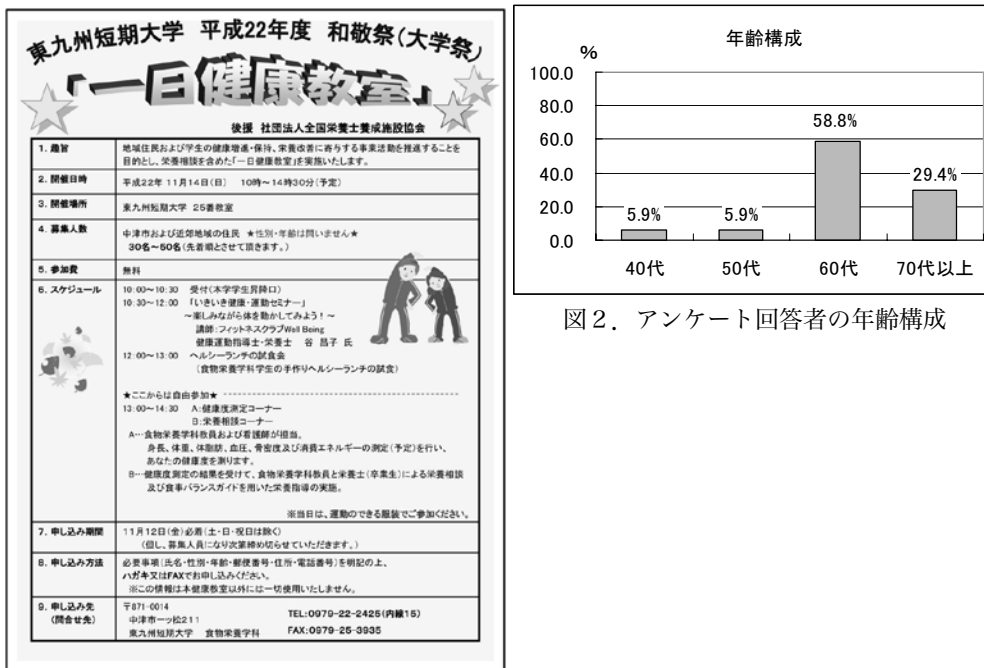


図1. 「一日健康教室」のパンフレット

### (2) 「一日健康教室」のプログラム実施内容

プログラムの内容については、午前午後の2部構成とした。

午前中は「いきいき健康・運動セミナー」と題して90分間で健康運動指導士による椅子を使ったストレッチや軽い運動を行った。



図3. 「いきいき健康・運動セミナー」の様子



図4. ヘルシー弁当の写真



図5. ヘルシー弁当のお品書き

表1. ヘルシー弁当の栄養素等量

栄養素等摂取量		きのこご飯	雑穀米	ひじきの炒め煮	お浸し	筑前煮	フルーツ寒天	たこのマリネ	野菜の盛り合わせ	さつま芋オレンジ煮	柚子豆	豚肉の野菜巻き	みかん	合計
エネルギー	kcal	120	134	39	21	67	48	28	14	35	67	71	36	679
たんぱく質	g	2.9	2.1	1.6	2.0	4.3	0.1	3.1	1.1	0.4	2.1	5.1	0.6	25.3
脂質	g	0.5	0.4	1.4	1.0	2.9	0.0	1.2	0.1	0.1	1.1	4.8	0.1	13.5
炭水化物	g	26.0	29.4	5.8	2.4	6.4	12.6	1.1	2.8	8.4	12.6	1.5	9.2	118.1
ナトリウム	mg	173	1	244	127	163	1	130	5	1	0	51	1	897
カリウム	mg	196	36	242	299	243	32	97	150	132	114	128	120	1790
カルシウム	mg	4	3	73	18	10	6	6	12	10	15	4	12	172
鉄	mg	0.3	0.2	2.4	0.8	0.3	0.1	0.2	0.3	0.2	0.6	0.2	0.1	5.6
亜鉛	mg	0.5	0.5	0.2	0.4	0.5	0.0	0.3	0.2	0.1	0.2	0.5	0.1	3.5
ビタミンD	μg	46	0	162	218	78	8	14	62	2	0	78	144	812
D	μg	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
E	mg	0.3	0.1	0.2	0.7	0.2	0.1	0.6	0.7	0.4	0.2	0.2	0.3	3.9
K	μg	0	0	16	82	11	0	2	36	0	1	3	0	151
B <sub>1</sub>	mg	0.09	0.04	0.03	0.07	0.05	0.00	0.01	0.05	0.04	0.05	0.19	0.07	0.69
B <sub>2</sub>	mg	0.10	0.01	0.06	0.12	0.08	0.00	0.02	0.05	0.01	0.02	0.05	0.02	0.55
B <sub>6</sub>	mg	0.05	0.05	0.02	0.07	0.08	0.01	0.04	0.08	0.07	0.03	0.11	0.04	0.66
B <sub>12</sub>	μg	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.6
C	mg	4	0	0	12	4	10	6	31	14	0	8	26	116
ナトリウム	mg	2.2	0.7	0.6	1.5	1.8	0.0	0.5	0.3	0.2	0.1	2.3	0.2	10.5
葉酸	μg	20.59	3.80	7.81	71.43	17.48	3.60	5.35	56.30	15.20	13.80	7.75	17.60	240.70
食物繊維総量	g	1.4	0.5	2.0	1.6	1.9	0.7	0.3	1.3	0.5	1.0	0.6	0.3	11.9
食塩相当量	g	0.2	0.0	0.4	0.2	0.2	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	1.5

その後、昼食には本学食物栄養学科学生の手づくり減塩ヘルシー弁当（図4）の試食会を行った。このヘルシー弁当は、減塩、低脂肪、食物繊維が豊富になるようにメニューを考えた。エネルギー量としては、対象者の年齢層が不明であったため、身体活動レベルが「ふつう」以上の成人女性や身体活動レベルが低めの成人男性における1日あたりのエネルギー摂取量の目安となる $2,200 \pm 200 \text{ kcal}$ を想定し<sup>1)</sup>、1食あたり $700 \pm 100 \text{ kcal}$ になるように設定した。提供したヘルシー弁当のメニューは、雑穀ごはん、きのこご飯、豚肉の野菜巻き、筑前煮、タコのマリネ、ひじきの炒め煮、お浸し、野菜盛り合わせ、柚子豆、さつま芋オレンジ煮、フルーツ寒天、みかんの12品であり、エネルギーは679kcal、たんぱく質25.3g、脂質13.5g、炭水化物118.1g、食物繊維11.9g、塩分1.5g、たんぱく質エネルギー比14.9%、脂質エネルギー比17.9%であった。（表1）

なお、ご飯の量については、対象者に自分の食べる量を考えてもらえるように50gのおにぎりにし、各自で取ってもらった（表示した栄養素等量はおにぎり3つ分で算出）。

また弁当のお品書き（図5）には、対象者に分かりやすいように栄養価の表示と食事バランスガイドの基準に基づく料理区分の表示を行った。食事バランスガイドの単位；サービング数（SV）で示すと、主食2つ、副菜3つ、主菜2つ、果物1つ、乳製品0つとなり、この弁当では乳製品が不足していたため、お品書きのコメント欄に、「乳製品等不足している分は、朝ご飯や夕ご飯で工夫して摂りましょう」と記載し、バランスガイドの見方や1食当たりの量について対象者に分かりやすいように工夫した。

午後からは自由参加とし、希望者に対して看護師と本学教員で簡易健康測定を行い、その結果を受けて、個別に栄養士による栄養相談及び食事バランスガイドを用いた栄養指導を行った。

簡易健康測定では、身長、体重、体脂肪率（株式会社タニタ製体内脂肪計）、安静時血圧（オムロン株式会社製血圧計）及び安静時エネルギー消費量（REE）（株式会社ヴァイン製メタヴァインII）の測定を実施した。測定結果は「健康チェックシート」（図6）へ記入し、対象者に返却した。

全てのプログラム終了後に、今回の「一日健康教室」についてのアンケートを行った。

対象者には、配布した自記式アンケート用紙に返却した「健康チェックシート」を基に、任意で身体状況の測定結果を書き写してもらい、その他の調査項目についても回答してもらった。

東九州短期大学 「一日健康教室」 後援 社団法人全国栄養士養成施設協会		
健康チェックシート		
氏名		男・女（ 歳）
項目	値	適正範囲
身長	cm	
体重	kg	
体脂肪率	%	30%以上：肥満
BMI (BodyMassIndex) = 体重(kg) ÷ [身長(m)] <sup>2</sup>		肥満：25以上 標準：18.5以上25未満 低体重：18.5未満
標準体重 = [身長(m)] <sup>2</sup> × 22	kg	BMIを22として標準体重を算出。
血圧	最高血圧 (収縮期血圧)	mmHg 130mmHg未満
	最低血圧 (拡張期血圧)	mmHg 85mmHg未満
消費エネルギー	kcal	
運動状況	1. よく運動する      2. 時々運動する 3. あまり運動しない   4. 運動しない	

図6. 健康チェックシート



図7. 身体計測の様子



図8. 安静時エネルギー消費量測定の様子

### (3) アンケート調査項目

アンケート調査項目は、主に今回実施した「一日健康教室」のプログラム内容や、ヘルシー弁当で使用した食事バランスガイドの認知度及び理解度、生活習慣等に関する調査、身体状況調査を行った。

### 3. アンケート調査結果

#### (1) 「一日健康教室」に参加したきっかけ

「一日健康教室はどこで知りましたか？」という質問については、47%が「友人・知人」、12%が「広報誌」、12%が「短大の公開講座」、6%が「チラシ」、24%が「その他」という結果であった。

#### (2) いきいき健康・運動セミナーについて

「今日の運動を実践してみようと思いますか？」という質問では、59%が「ときどき実践してみたい」、41%が「毎日実践してみたい」と回答しており、全ての参加者が実践してみたいと回答した。

#### (3) ヘルシー弁当について

「お弁当の味はいかがでしたか？」という質問では、53%が「とても美味しい」、35%が「美味しい」と回答し、無回答（弁当を食べてない方）の12%を除く全ての対象者が美味しいと回答した。

「お弁当の見た目・色合いについてはどうでしたか？」という質問についても、無回答の1人を除く全ての対象者が「とても良い」と回答した。

また、「お弁当の量についてはいかがでしたか？」という質問では、65%が「ちょうど良い」、29%が「多い」、1%が無回答となっており、約6割の人はちょうど良いと回答した。

#### (4) 食事バランスガイドについて

「食事バランスガイドを知っていましたか？」という質問では、59%が「はい」と回答し、約6割の対象者が知っていた。

「食事バランスガイドはどこで知りましたか？」という質問では、「イベント・行事」や「その他（市の健康教室等）」と回答した人が多かった。

また、「食事バランスガイドの内容について理解できましたか？」という質問では、82%が「理解できた」と回答しており、無回答の18%を除く全ての対象者が食事バランスガイドについて理解できたと回答した。

#### (5) 健康について気をつけている点

「ご自身の健康について何か気をつけていることはありますか？」（複数回答可）という質問については、「運動」がもっとも多く、ついで「食事」と「睡眠」であった。

具体的に行っている内容については、運動はウォーキング、健康体操や水泳等、食事は塩分やカロリーを控える、食事の時間、油やコレステロールの多い食品を控える等であった。また普段の睡眠時間については、7時間と回答した対象者が最も多く、対象者の平均睡眠時間は7時間であった。

(6) 自分の一日の食事の量について

「自分の一日の食事の量について理解できましたか?」という質問では、71%が「はい」と回答し、残りの29%は無回答であった。

(7) 栄養相談について

「本日の栄養相談を受けてみて、どうでしたか?」という質問では、35%が「とてもわかりやすい」、6%が「分りやすい」、6%が「普通」、53%が無回答(栄養相談を受けていないため)であった。

(8) 身体状況調査結果

対象者の身体状況を表2に示した。参加者の平均身長は $154.3 \pm 6.2$ cm、体重 $52.8 \pm 5.5$ kgであり、平成21年度国民健康・栄養調査結果<sup>2)</sup>の60～69歳(60歳代の参加者が最も多かったため)と比較しても大きな差はみられず、標準的であった。またBMIについては、国民健康・栄養調査結果よりやや低く正常範囲内であった。

安静時血圧については、最大・最小血圧ともに正常範囲内ではあったが、国民健康・栄養調査と比較するとやや高い傾向にあり、正常(高値)が2名、高血圧(軽症)が2名、高血圧(中等度)が1名であった。

安静時エネルギー消費量(REE)については、アンケート用紙に記入をしていた者が5名と少なかったが、日本人の食事摂取基準[2010年版]<sup>3)</sup>によると60歳代女性の基礎代謝量は1,110(kcal/日)であり、今回の5名の平均値は1,350.6kcalであったので、やや高い傾向にあった。これは、午前中に運動をし、昼食を食べた後であったため、普段の安静時よりも基礎代謝量が高くなったのではないかと考えられる。

表2. 身体状況調査結果の平均値及び標準偏差

調査項目	単位	n (人数)	平均値 MEAN	標準偏差 S D	最大値 MAX	最小値 MIN	国民健康栄養調査 (60～69歳)
身長	cm	11	154.3 ±	6.2	165	147	152.2 ± 5.2
体重	kg	11	52.8 ±	5.5	63	45	53.4 ± 8.5
体脂肪率	%	10	28.8 ±	3.1	33.8	24.8	
BMI*		11	22.19 ±	2.02	25.1	19.9	23.05 ± 3.5
最高血圧	mmHg	10	135.4 ±	16.9	166	112	132.1 ± 18.4
最低血圧	mmHg	9	82.6 ±	7.9	92	69	79.2 ± 11.1
安静時エネルギー	kcal	5	1350.6 ±	211.9	1612	1061	

\*Body Mass Index = 体重(kg) / 身長(m) / 身長(m)

#### 4. 考察

社団法人全国栄養士養成施設協会の後援を受けて本学で実施した「一日健康教室」において、運動セミナー、ヘルシー弁当の試食会、簡易健康度測定、栄養相談を実施した。

運動セミナーでは、イスを用いた簡単なストレッチや運動を行ったため、高齢者にも受け入れられやすく全ての対象者が自宅でも実践してみたいと回答しており、普段の生活で体を動かす動機付けにつながったと考えられる。

ヘルシー弁当については、アンケート結果から栄養バランスだけでなく、味・見た目ともに満足が得られたものであったと考えられる。さらに、弁当の表示についても栄養成分表示のみでなく、食事バランスガイド等を活用した食べる人に分かりやすい視覚的な表示も効果的であったと考えられる。今回のようなヘルシー弁当の試食会や栄養相談は、自分の食生活や栄養バランスについて考える機会につながり、自分の健康への関心を高めるきっかけになることが期待できる。

今回の回答者は、身体状況調査結果から、肥満傾向にある者は少なかったが、肥満は生活習慣病の最大のリスクとされ、肥満により死亡率が高まることが認められており、わが国をはじめ諸外国において肥満度+30%を境に死亡率や高血圧・糖尿病・脳卒中・心筋梗塞等の生活習慣病の合併が有意に増加しているという報告も多い<sup>4)</sup>。肥満になる要因の中には、高カロリー食、運動不足、タバコ、アルコール、ストレス等があげられる。しかし、これらは個人の生活習慣の改善により予防が可能である。このことから、今回のような「一日健康教室」を通じて、栄養士や健康運動指導士等による定期的な教育やサポートは生活習慣病予防の観点からも効果的であると考えられる。

しかし、今回は大学祭を利用した1回限りの開催となり、「一日健康教室」参加者の意識や行動の変化をみることができなかった。さらに対象者の年齢層にも偏りがあり、普段から食生活や運動、睡眠に気をつけている者が多かった。

今後、対象者のアンケート結果や感想等を踏まえて、対象者の幅を広げ、栄養士のみでなく、他の職種との協力体制のもとで栄養・運動・休養の3つの角度から健康教育を検討し、動機付けに留まらず、対象者が日常生活の中で習慣化するようなサポート体制を構築していくことは有意義であると考えた。

#### 5. 謝辞

今回、「一日健康教室」を実施する機会を頂きました社団法人全国栄養士養成施設協会と、アンケート調査を行うにあたりご協力頂きました参加者の皆様に厚く御礼申し上げます。

#### 6. 参考文献

- 1) 社団法人日本栄養士会監修：「食事バランスガイド」を活用した栄養教育・食育実践マニュアル、第一出版、(2006)。
- 2) 厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室栄養調査係：平成21年度国民健康・栄養調査の概要、(2009)。

- 3) 厚生労働省策定：日本人の食事摂取基準[2010年版]、第一出版、(2009).
- 4) 井上 修二：肥満の考え方、栄養学雑誌、54 (1)、1-10、(1996).
- 5) 平岡 亮他：大学が実施した地域住民の健康づくりを目的とする地域貢献活動の報告、北海道教育大学釧路校研究紀要、37、109-115 (2005).
- 6) 鈴木 美枝他：地域の健康教室参加者の身体状況と生活習慣、釧路短期大学紀要、25、1-9 (1998).
- 7) 熊本 和正：教職員スポーツ教室「キッズコーナー」報告、近畿大学健康スポーツ教育センター紀要、2、57-61、(2003).
- 8) 岡田 龍司：平成18年度第1回公開講座「健康スポーツ教室」報告書、近畿大学健康スポーツ教育センター紀要、6、61-66、(2007).
- 9) 曾我部 夏子他：小学生を対象とした親子で参加する食育講座についての報告、駒沢女子大学研究紀要、17、395-399、(2010).

# 郷土料理に関する意識調査

## ～ 田中信平氏の伝承中津の料理 ～

A questionnaire survey on the consciousness of the traditional dishes in NAKATSU area

木下 美千代  
Michiyo KINOSHITA

望月 聡\*  
Satoshi MOCHIZUKI

### 1. はじめに

郷土料理の伝承は、日本独自の文化・食生活の理解を深めるために重要であるといわれている。郷土料理の伝承・普及は、現在各地で取り組まれている地産地消の原点であるとも考えられる。郷土料理について調べていく中で、田中信平氏が中津に伝えたといわれている郷土料理が残っていることに気付いた。田中信平氏は寛永8年に中津に生まれ、医業を営みながら書画等に秀で、料理にも詳しく人物である。「けんちん」は彼が創始者だといわれている。

そこで、田中信平氏が紹介したとされている郷土料理が中津市、または中津市近郊の人々にどの程度知られ、食されているかを把握するためにアンケート調査を実施した。アンケート調査は本学主催の公開講座参加者と高校生を対象に行い、年代間の違いを比較しながら、「郷土料理の指導方法はどうか」を考える参考にしたいと考えた。

### 2. 公開講座参加者の意識

意識調査の内容として、田中信平氏が中津で紹介した5つの料理について認知度、喫食経験、調理経験について調査した。

#### (1) 方法

平成22年10月14日、東九州短期大学公開講座の参加者を対象としてアンケート用紙を配布し、無記名で記入してもらった。配布枚数55枚、回収51枚、回収率92.7%であった。

集計方法は基本集計し、設問ごとに単純集計した。

#### (2) アンケート調査結果

##### 1) 年齢

表1に示したように、50歳以上が82%と一番多く、他は20歳代6%、30歳代4%、40歳代8%と50歳以上に比べて非常に少なかった。

表1 回答者の年齢構成

年齢	人数(人)	割合 (%)
21歳～29歳	3	5.9
31歳～39歳	2	3.9
41歳～49歳	4	7.8
50歳以上	42	82.4
合計	51	100

## 2) 性別

公開講座の参加者及び回答者の性別は全員女性であった。

## 3) 居住地域

参加者の居住地域は中津市が88%、中津市以外(宇佐地域)が8%、大分県外が4%であり、ほとんど中津市内からの参加であった。

表2 回答者の居住地域

居住地域	人数(人)	割合(%)
中津市	45	88.2
中津市以外	4	7.8
大分県外	2	3.9

## 4) 現在の家族構成

家族構成は2人暮らしが33%、4人以上が25%、3人暮らしが24%、1人暮らしが16%であった。

表3 回答者の家族構成

家族構成	人数(人)	割合(%)
1人	8	15.6
2人	17	33.3
3人	12	23.5
4人以上	13	25.5
記入なし	1	1.9

## 5) 郷土料理について

### ① 認知度

各料理の認知度については表4のとおりである。丸ボーロと南蛮漬は94%、ちりは88%、けんちんは82%、たい麺は78%の人が知っていた。

表4 郷土料理の認知度

料理名	知っていた人(%)	知らなかった人(%)	回答なし人(%)
ちり	45 (88.2)	6 (11.8)	0
たい麺	40 (78.4)	11 (21.6)	0
南蛮漬	48 (94.1)	2 (3.9)	1 (2.0)
けんちん(菓子)	42 (82.4)	8 (15.7)	1 (2.0)
丸ボーロ(菓子)	48 (94.1)	2 (3.9)	1 (2.0)

## ② 郷土料理の喫食経験

喫食経験についての回答結果を表5に示した。それぞれの郷土料理を食べたことのある人の比率は丸ボーロ96%、南蛮漬94%と多く、ついでちり88%、けんちん78%、たい麺が67%であった。

表5 郷土料理の喫食経験

料理名	喫食経験がある人 (%)	喫食経験がない人 (%)	回答なし人 (%)
ちり	45 (88.2)	3 (5.9)	3 (5.9)
たい麺	34 (66.7)	3 (5.9)	14 (27.5)
南蛮漬	48 (94.1)	1 (2.0)	2 (3.9)
けんちん (菓子)	40 (78.4)	1 (2.0)	10 (19.6)
丸ボーロ (菓子)	49 (96.1)	0	2 (3.9)

## ③ 郷土料理の調理経験

喫食経験があると答えた人に調理経験を質問した結果を表6に示した。ちりは91%と高い割合を示し、けんちんは23%と最も低かった。南蛮漬は35%、丸ボーロは41%、たい麺は53%であった。

表6 郷土料理の調理経験

料理名	喫食経験有 (人)	調理したことがある人 (%)	調理したことがない人 (%)	回答なし人 (%)
ちり	45	41 (91.1)	1 (2.2)	3 (6.7)
たい麺	34	18 (52.9)	7 (20.6)	9 (26.5)
南蛮漬	48	17 (35.4)	7 (14.6)	24 (50.0)
けんちん (菓子)	40	9 (22.5)	11 (27.5)	20 (50.0)
丸ボーロ (菓子)	49	20 (40.8)	13 (26.5)	16 (32.7)

## ④ 各郷土料理を喫食した感想

喫食経験のある人にその料理の感想を聞いた結果を表7に示した。ちりについては「おいしい」87%、「ややおいしい」が13%であった。たい麺については「おいしい」76%、「ややおいしい」15%、「どちらでもない」が3%であった。南蛮漬は「おいしい」67%、「ややおいしい」13%、「どちらでもない」と答えた人が4%であった。けんちんは「おいしい」58%、「ややおいしい」20%、「どちらでもない」が10%であったが、「ややまずい」と答えた人が5%いた。「回答なし」は7%であった。丸ボーロは「おいしい」69%、「ややおいしい」8%、「どちらでもない」6%、「ややまずい」2%、「回答なし」14%であった。

表7 各郷土料理を喫食した感想

人(喫食経験者に対する割合%)

料理名	おいしい	やや おいしい	どちらでも ない	やや まずい	まずい	回答なし
ちり	39 (86.7)	6 (13.3)	0	0	0	0
たい麺	26 (76.5)	5 (14.7)	1 (2.9)	0	0	2 (5.9)
南蛮漬	32 (66.7)	6 (12.5)	2 (4.2)	0	0	8 (16.7)
けんちん (菓子)	23 (57.5)	8 (20.0)	4 (10.0)	2 (5.0)	0	3 (7.5)
丸ボーロ (菓子)	34 (69.4)	4 (8.2)	3 (6.1)	1 (2.0)	0	7 (14.3)

## 6) 回答者の居住地の郷土料理に関する自由記述

## ○知っている郷土料理

煮食い、だんご汁(すいとん)、けんちん、やせうま、はも料理、  
おつきりこみ、かしわ飯、赤飯、そば練り、のっぺ汁、あみ飯、からあげ、  
とり天、やきもち、みとり飯、ちり

## ○食べたことがある郷土料理

煮食い、だんご汁、はも料理、からあげ、赤飯、みとり飯、ちり

## ○作ったことのある郷土料理

煮食い、だんご汁、ちり、からあげ、赤飯

## 7) 考察

公開講座の参加者を対象としたアンケート調査における回答者の年齢は50歳以上が全体の8割を占めており、全員が女性であった。居住地域は中津市在住が88%と最も多く、中津市以外は県外も含め参加者の12%だった。家族構成は、1人暮らしの人が25%であり、75%の人は複数の家族構成であった。上記のような条件下で考えられることとして「名前は知っている」、「食べたことはある」がほとんどであったが、調理経験については料理間に差がみられた。南蛮漬は普段「魚の酢漬け」と中津地区で呼ばれていることから名称と実際の料理が一致せずに、調理経験で「回答なし」の人が多かった一因と考えられる。けんちん、丸ボーロの菓子類は家庭では作らず、もっぱら購入して喫食する傾向があると思われる。丸ボーロは、中津地域における葬祭時に会葬御礼としてよく振舞われており、このことが認知度、喫食体験において高い割合を示した理由の一つと思われる。けんちんも中津の伝承菓子として知られており、以前は結婚式の引出物として頻繁に使用されていたが、最近ではその風習はなくなっている。しかしながら、今なお多くの和菓子店では市販されている。けんちんも丸ボーロと同様に家庭で作ることはほとんどない。また、けんちんの味については好き嫌いがあるようである。

回答者が認識している郷土料理についての自由記述では、煮食い、だんご汁、ちり、からあげ、赤飯は知っていて、食べた事があり、作ったことがあるとの回答であった。参加者が、限られた地域に在住し、また女性であり、年齢も50歳以上が大半を占めていたことが、これらの料理を郷土料理として挙げた理由であると考えられる。煮食い、だんご汁、ちり、から

あげは日常的に作られている料理で、家庭の食卓に並ぶ率も高いと考えられる。赤飯に関しては日常よりお祝いの時によく供される。

### 3. 高校生の意識

#### (1) 方法

平成23年3月17日、東九州龍谷高校の生徒を対象としてアンケート用紙を配布し、無記名で記入してもらった。配布枚数103枚、回収102枚、回収率99%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。

#### (2) アンケート調査結果

##### 1) 年齢

今回アンケート調査に協力してくれた高校生の年齢は16歳43人(42%)、17歳59人(58%)の合計102人だった。

##### 2) 性別

回答した高校生の性別は男性が36名、女性が66名だった。

##### 3) 居住地域

回答者の居住地域は中津市が36%、中津市以外(宇佐地域)が30%、大分県外が33%であった。中津市は大分県と福岡県の県境にあることから大分県外の学生も3割以上いた。

表8 高校生の居住地域

居住地域	人数(人)	割合(%)
中津市	37	36.3
中津市以外	31	30.4
大分県外	34	33.3

##### 4) 家族構成

現在の家族構成は4人以上が73%、3人暮らしが21%、2人暮らしが5%、1人暮らしが1%であった。

表9 高校生の家族構成

家族構成	人数 (人)	割合 (%)
1人	1	1.0
2人	5	4.9
3人	21	20.6
4人以上	75	73.5

5) 郷土料理について

① 認知度

丸ボーロは88%、南蛮漬は67%、けんちんは27%、ちりは17%、たい麺は7%の生徒が知っていた。たい麺はほとんどの人は知らなかったと回答していた。

表10 郷土料理の認知度

料理名	知っていた人 (%)	知らなかった人 (%)	回答なし人 (%)
ちり	17 (16.7)	82 (80.4)	1 (1.0)
たい麺	7 (6.9)	92 (90.2)	1 (1.0)
南蛮漬	67 (65.7)	31 (30.4)	2 (2.0)
けんちん (菓子)	27 (26.5)	73 (71.6)	0
丸ボーロ (菓子)	90 (88.2)	9 (8.8)	1 (1.0)

② 郷土料理の喫食経験

丸ボーロは91%、南蛮漬は55%、けんちんは20%、ちりは13%、たい麺は6%の高校生が食べたことがあると答えた。

表11 郷土料理の喫食経験

料理名	ある人 (%)	ない人 (%)	回答なし人 (%)
ちり	13 (12.7)	87 (82.4)	2 (2.0)
たい麺	6 (5.9)	93 (91.2)	3 (2.9)
南蛮漬	56 (54.9)	43 (42.2)	3 (2.9)
けんちん (菓子)	20 (19.6)	78 (76.5)	4 (3.9)
丸ボーロ (菓子)	93 (91.2)	8 (7.8)	1 (1.0)

③ 郷土料理の調理経験

高校生の調理経験を、全回答者に対する割合として表12に示した。南蛮漬が28%と最も高く、たい麺は1%と最も低かった。丸ボーロは23%、ちり、けんちんは各5%であった。

表12 郷土料理の調理経験

料理名	調理したことがある 人 (%)	調理したことがない 人 (%)	回答なし 人 (%)
ちり	5 (4.9)	95 (93.1)	2 (2.0)
たい麺	1 (1.0)	97 (95.1)	4 (3.9)
南蛮漬	28 (27.5)	83 (81.4)	1 (1.0)
けんちん (菓子)	5 (4.9)	92 (90.2)	5 (4.9)
丸ボーロ (菓子)	23 (22.5)	72 (70.6)	7 (6.9)

④ 各郷土料理を喫食した感想

ちりは食べた人13人中「おいしい」は62%、「ややおいしい」は38%だった。たい麺は食べた人6人中「おいしい」は83%、「ややおいしい」は17%であった。南蛮漬は食べた人56人中「おいしい」は48%、「ややおいしい」は32%、「どちらでもない」は14%、「ややまずい」は2%、「まずい」が4%であった。けんちんについては食べた人20人中「おいしい」50%、「ややおいしい」は25%、「どちらでもない」25%であった。丸ボーロは食べた人93人中「おいしい」は74%、「ややおいしい」は6%、「どちらでもない」3%、「回答なし」16%であった。

表13 各郷土料理を喫食した感想 人 (喫食経験者に対する割合%)

料理名	おいしい	やや おいしい	どちらでも ない	ややまずい	まずい	回答なし
ちり	8 (61.5)	5 (38.5)	0	0	0	0
たい麺	5 (83.3)	1 (16.7)	0	0	0	0
南蛮漬	27 (48.2)	18 (32.1)	8 (14.3)	1 (1.8)	2 (3.6)	0
けんちん (菓子)	10 (50.0)	5 (25.0)	5 (25.0)	0	0	0
丸ボーロ (菓子)	69 (74.2)	6 (6.5)	3 (3.2)	0	0	15 (16.1)

6) 回答者の居住地域の郷土料理に関する自由記述

○知っている郷土料理

煮食い、だんご汁 (すいとん)、けんちん、やせうま、はも料理、  
かしわ飯、赤飯、豚汁、のっぺ汁、あみ飯、からあげ、とり天、  
やきもち、いも鍋

○食べたことがある郷土料理

煮食い、だんご汁、はも料理、からあげ、やせうま、筑前煮、みそづけ、けんちん汁、  
しし鍋、すっぽん鍋、ちり

○作ったことのある郷土料理

煮食い、だんご汁、ちり、からあげ、とり天、やせうま、豚汁

## 7) 考察

先の公開講座への参加者と同じ内容で高校生を対象にアンケート調査を行った。年齢は16、17歳であり、また、男女比は約1対2であった。

居住地域は中津市在住が最も多く36%、中津市以外は21%、県外は33%だった。1人暮らしの生徒も1人いたが、99%の人は複数の家族構成であり、4人以上の家族構成が74%と非常に多かった。今回郷土料理として挙げた「丸ボーロ」については、全体の90%以上が、名前は知っている、食べたことはあると答えた。しかし、実際に調理したことがあると答えた生徒は20%程度であり、大きな差があった。「南蛮漬」は“魚の酢漬け”と中津地区で呼ばれてよく食べられているので、約70%の生徒が認知しており、約60%の高校生が喫食経験はありと答えている。しかしながら、約80%が調理経験はないと回答していた。「けんちん」は多くの和菓子店で市販されており、市販品を購入する家庭が大半と思われる。学生の場合、認知度は約30%、喫食経験は20%といずれも低く、調理経験は90%がないと回答していた。「ちり」については、認知度、喫食経験ともに低く、調理経験は5%しかいなかった。「ちり」という名称が実際に食べている鍋ものと一致していないと考えられる。回答者が高校生なので、ちり鍋の支度は家族がしていることもこの結果に現れている。「たい麺」に対しては90%以上の学生は知らなかった。現在ほとんどの家庭でたい麺を作ることはなく、食するのは料理屋の場合がほとんどと考えられることから、高校生の認知度は低かった。

## 4. 公開講座参加者と高校生の比較

### 1) 対象者の属性

公開講座参加者の年齢は50歳以上が大半であり、全員が女性で、複数人数の家族構成が80%以上であることから、実際に家庭での調理経験があると考えられた。高校生は食料科に属していることから食に関心を持つ者は一般的な高校生に比べると多いと思われる。家族構成は1人を除くとほとんどが家族と一緒に暮らしている。公開講座参加者の居住地域は中津市が88%とほとんどであった。高校生はその通学地域が広範囲であることから、中津市36%、宇佐地域31%、豊前市・行橋市等の大分県外在住者が33%とばらついていて、中津近辺在住者と考えるとよいと思われる。

### 2) 認知度

公開講座参加者と高校生の各郷土料理の認知度を比較した結果を図1に示した。公開講座参加者の認知度はほぼ80%以上であった。最も知られている郷土料理は丸ボーロで、公開講座参加者が94%、高校生が90%であった。南蛮漬は、公開講座参加者94%、高校生67%と、公開講座参加者と高校生間でやや差があったものの二番目によく知られていた。ちりやたい麺の高校生の認知度は非常に低かったが、公開講座参加者は約80%が知っていた。けんちんは市販されていることから高校生の認知度はやや上がり27%であった。

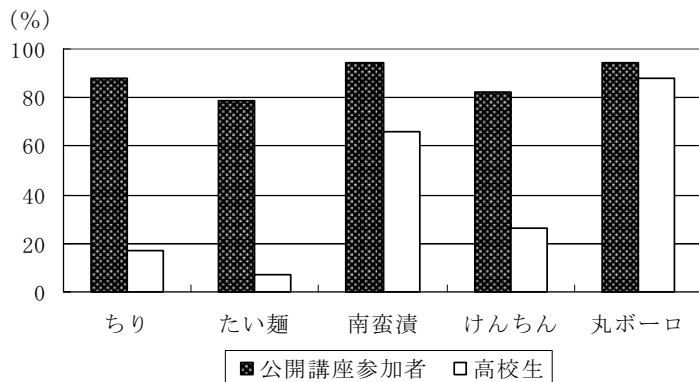


図1 各郷土料理を知っている人の割合

### 3) 郷土料理の喫食経験

公開講座参加者の喫食経験は、高校生に比べるとすべての料理で高かった。高い順に丸ボーロ96%、南蛮漬94%、ちり88%、けんちん78%で、たい麺が最も低く67%であった。高校生は、市販されていて購入する機会が多いと思われる丸ボーロが最もよく食べており91%であったが、南蛮漬は55%、けんちんは20%、ちりは13%、たい麺は6%と低かった。

年齢の差や家庭人としての実績の差が明確に現れている結果であった。たい麺は今ではあまり一般的な料理ではないと考えられる。

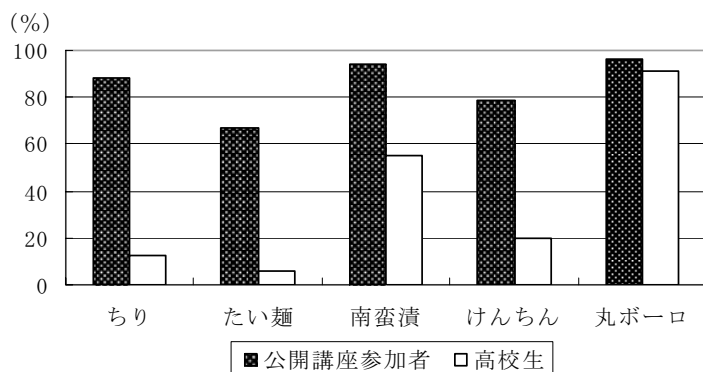


図2 各郷土料理を喫食したことがある人の割合

### 4) 郷土料理の調理経験

公開講座参加者の調理経験については、喫食した人に対する比率で示した。一方、高校生の場合は、喫食経験がある高校生でも調理は家族が行う場合が多いと予想されることから、全回答者に対する割合で表わした。図3に示したように、公開講座参加者では、ちりは91%と高い率を示したが、けんちんは23%と最も低かった。南蛮漬は35%、丸ボーロは41%、たい麺は54%であった。高校生の調理経験は全般的に少なく、その中では南蛮漬が28%と高く、たい麺は1%と最も低かった。丸ボーロは23%、ちり、けんちんはそれぞれ5%であった。

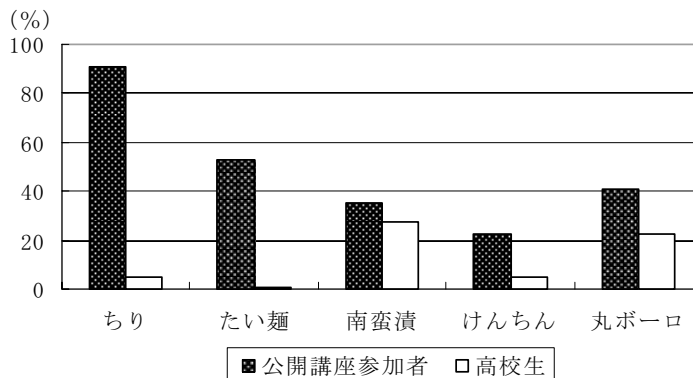


図3 各郷土料理を調理したことのある人の割合

### 5) 各郷土料理を喫食した感想

ちりについては図4に示したように、喫食経験のある公開講座参加者と高校生の全員が「おいしい」、「ややおいしい」と回答していた。たい麺は喫食経験者が少なかったが、その少ない喫食者の中で公開講座参加者よりは高校生の方が「おいしい」、「ややおいしい」と答えた人が多かった。南蛮漬については、「おいしい」、「ややおいしい」の回答率がやや低く、「まずい」、「ややまずい」と回答した高校生が数名いた。また公開講座参加者の中には“魚の酢漬け”という一般的な名称と“南蛮漬”という料理が一致せずに回答できない人が多かった。丸ボーロやけんちんに関しては、市販品に対する評価として約75～80%の人が「おいしい」、「ややおいしい」と回答していた。

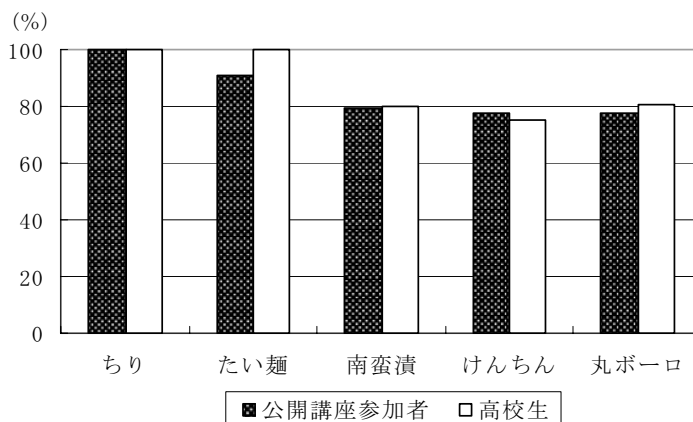


図4 各郷土料理を食べた人の感想 (「おいしい」・「ややおいしい」と評価した人の割合)

## 5. まとめ

高年齢層の公開講座参加者は、今回の調査で提示した5種類の郷土料理いずれも比較的良好に知っていたが、高校生は料理間の差が大きかった。「ちり」に関しては、公開講座参加者において、よく知られており、よく食べられて、よく調理されている、身近な料理であることがわかった。しかし、高校生は「ちり」という料理の内容が把握できていないと思われ、認識度、喫食体験の割合共に低いのは意外であった。「たい麺」は公開講座参加者、高校生共に知っている人の割合が低く、特に高校生には知られていなかった。同じことが喫食体験でもいえる。しかし、食べた感想は好評であった。

「南蛮漬」という名称が実際に食べている“魚の酢漬け”と一致しない公開講座参加者が比較的多く、喫食体験、調理体験の割合が意外と低く、回答していない人が多かった。中津地域の慶弔行事によく用いられる「丸ボーロ」「けんちん」は、現在は家庭で作るというより菓子屋で購入して食する料理であると考えられ、調理体験者は少なかった。しかしながら、この二つの料理に対する認識度、喫食体験に顕著な差がみられた。「丸ボーロ」は両回答者ともよく知っており、食べた経験のある人も多く、味も好評価だったが、「けんちん」については高校生の認識度、喫食体験率も低かった。喫食した感想はまずまずであった。

以上の結果から、高校生は郷土料理に関心を持っているが、身近な料理と思っている生徒は少ないと考えられた。断定するのは難しいが、原因の一つは家庭で作られていないことだと思われる。高校生は少なくとも自分の居住している地域の郷土料理には目を向けて欲しいものである。家庭で心がけて郷土料理が作られ、一層普及し、さらに生徒たちが料理の伝承に大きな役割を果たして欲しいと思う。この事から高校生が調理実習の中で郷土料理を学び、その背景にあるものに関心を持ち、伝承の大切さに気づき、自分達が次世代へ伝えていく担い手という自覚を持ち、活動していけるように育てる教育が大切である。

この様な観点から実践に役立つ郷土料理、伝承料理の教材用の料理カード集を作成し、活用していきたい。さらに、より理解を持って貰うためには画像や映像を使用するの授業も効果があると考えられる。

また今回の調査の中で高校生の「ちり」の認知度が低いことが意外であった。この点から生徒がどんな鍋料理を知っているか、食べたことがあるか、作った事があるかについてさらに調査を試みたい。

本報告をまとめるにあたり、アンケート調査にご協力頂いた方々、先生方に感謝申し上げます。

## 参考文献

- 1) 中津地方文化研究所 手掘り中津の文化 2006年
- 2) 田中信平 臨川書店(複写版)「卓子式」 1978年6月
- 3) 田中信平 臨川書店(複写版)「料理簡便集」 1978年6月



# 九州地方における魚類の調理とその地域性

Variation of fish dishes in seven prefectures of Kyushu and their regional characteristics

篠原 壽子

Hisako SHINOHARA

キーワード：魚類 fish , 九州地方 Kyushu area , 調査 survey ,

日常食 ordinary dishes , 地域性 regional characteristics

## 1. 緒 言

米が主食である日本人の食生活は、それぞれの地域で魚介類、野菜や大豆製品などの副菜をとりあわせることにより特徴的な郷土料理を生み出し伝承されてきた。地理的にみると湾や入江の多い海岸線は長く、その沿岸を暖流と寒流が流れる豊かな海に恵まれたわが国では魚介類の種類が非常に多い。季節によりおいしい魚介類が異なり、旬のものを食べることが伝統的魚食文化であった。魚は新鮮であれば刺身にし、鮮度が落ちると焼き、さらに落ちると煮るのが一般的であるが、多様な魚介類のそれぞれの特徴を生かした調理法、食べ方を発達させてきた<sup>1)</sup>。

現在、日本人がどのような魚をどのような調理法で食べているか地域差や季節差などを含めた実態は明らかではない。そこで、日本調理科学会では学会員による全国調査を平成15・16年度に実施することになった。その特別研究「調理文化の地域性と調理科学—魚介類の食べ方の地域性—」の大大分県担当として県内の魚介類の利用状況、調理法および地域的特徴などの実態を調査した。調査結果の詳細は、各地区別にデータベース化しCDに収録し、同学会特別研究「調理文化の地域性と調理科学—魚介類の調理—」報告書<sup>2)</sup>としてまとめられ公表されている。九州支部においても各担当者が研究発表<sup>3) -12)</sup>を行った。本研究は、顕著に異なる食文化を有する沖縄県を除く九州地方7県における魚類調理の地域性、利用頻度の高い魚類について年齢別調理法および使用調味料の特徴を明らかにすることを目的として行った。

## 2. 調査方法

### (1) 調査地域および対象

調査地域は図1に、その概要と世帯数は表1に、調査対象は表2に示した。



図1 九州7県の調査地域

表1 調査世帯の居住地域

	福岡県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	計 (%)
a 政令都市	29							29 (7.4)
b 地方都市	17	10	10	24	17	18	30	126 (32.3)
c 都市近郊農村	7		6	8		1		22 (5.6)
d 農村で米作が主の地帯	16	10	2	12	3		8	51 (13.0)
e 農村で畑作が主の地帯	14		1	3		4	3	25 (6.4)
f 漁業が中心の地帯	8	4	10	2	6	4	22	56 (14.4)
g 半農半漁の地帯	10	5	1	7	4	4	23	54 (13.8)
h 海に近い商業地	5	2		1			2	10 (2.6)
i その他	3			2			2	7 (1.8)
b・d				1				1 (0.3)
b・h	1							1 (0.3)
b・d・e				1				1 (0.3)
無回答	6						1	7 (1.8)
計 (%)	116 (29.7)	31 (8.0)	30 (7.7)	61 (15.6)	30 (7.7)	31 (8.0)	91 (23.3)	390 (100.0)

表2 調査対象者の属性

	福岡県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	計 (%)
<b>年齢構成</b>								
20歳未満				5		2	1	8 (2.0)
20歳代	7	1	1	3		3	2	17 (4.4)
30歳代	24	3	1	1	2	2	18	51 (13.1)
40歳代	27	13	5	14	5	7	16	87 (22.3)
50歳代	30	11	7	23	8	15	18	112 (28.7)
60歳代	15	3	11	6	14	1	28	78 (20.0)
70歳代	10		5	8	1	0	8	32 (8.2)
80歳以上	1			1		1		3 (0.8)
無回答	2							2 (0.5)
<b>家族構成</b>								
本人一人	7	1	3	3	5	5	3	27 (6.9)
同世代	31	6	12	19	17	10	45	140 (35.9)
2世代	44	11	11	25	4	14	31	140 (35.9)
3世代	28	13	3	13	3	1	8	69 (17.7)
4世代	2					0	1	3 (0.8)
その他	2		1	1	1	0	3	8 (2.0)
無回答	2					1		3 (0.8)
計	116	31	30	61	30	31	91	390 (100.0)

(2) 調査期間

平成15年9月から平成16年6月までを調査期間とした。

(3) 調査方法

全国調査の統一マニュアルに基づき実施した。調査対象者に研究の趣旨を事前に説明し同意を得た後、特別研究委員会が作成した調査票を用い自記式留め置き法によるアンケート調査を行い、訪問回収時に聞き取り調査を行った。その内容は、各家庭の日常食および行事食に用いる魚介類の種類と地域での名称、その入手法、調理法、使用調味料、地域特有の食べ方、郷土料理名および作り方などである。

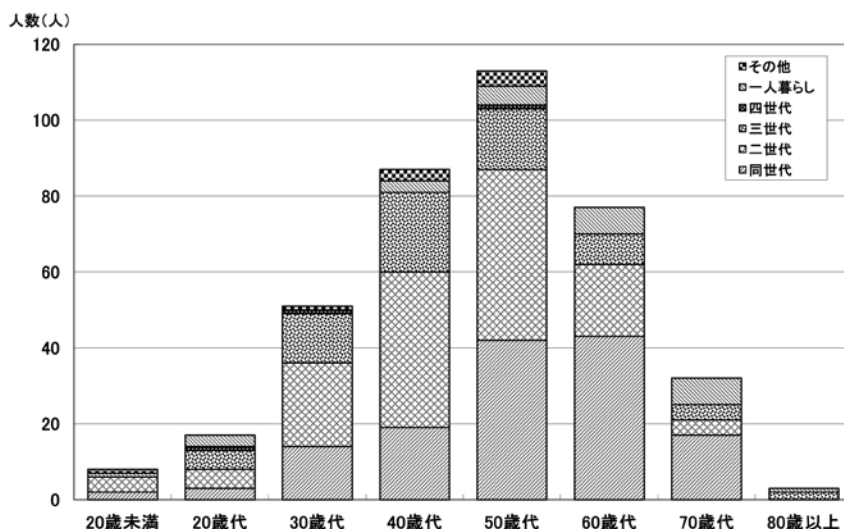


図2 調査対象者の年齢階層別居住形態

#### (4) 統計処理

前述のCD中の魚介類データを五訂増補食品成分表の魚介類の食品番号別に精査した。食品番号に該当しないものは除外して、単純集計およびクロス集計した。地域別、項目別の出現度数についてはF検定を行い、等分散の場合は対応のないt検定を用い、不等分散の場合はウエルチ法を用い解析した。

### 3. 結果および考察

#### (1) 調査地域の概要と背景

九州は、日本列島の南西部に位置する島で北西側を日本海、西側を東シナ海、東および南側を太平洋（フィリピン海）に囲まれている。周辺には、南側から黒潮（日本海流）と呼ばれる暖流が流れ、沖縄辺りで黒潮から北へ分かれて対馬海峡、日本海へ向かう対馬海流が南東部から東部に流れている。

九州における海面漁業、養殖業の総生産量（平成13～22年）は、図3に示すとおりで80万tから98万tの間を推移している<sup>13)</sup>。その約6割が海面漁業であり、その漁獲量割合はさば類23.2%、あじ類・いわし類各14.6%、かつお類9.4%、まぐろ類8.0%の順に多く、この5種類の魚類で全体の約7割を占めている。

地域別では、長崎県が45.4%と全漁獲量の半分弱を占め、次いで宮崎県16.3%、鹿児島県15.6%の順に多い。主な海面養殖業は、のり類55.4%であり、次いでぶり類である。地域別では、佐賀県27.3%、熊本県20.0%、鹿児島県17.7%となっている。

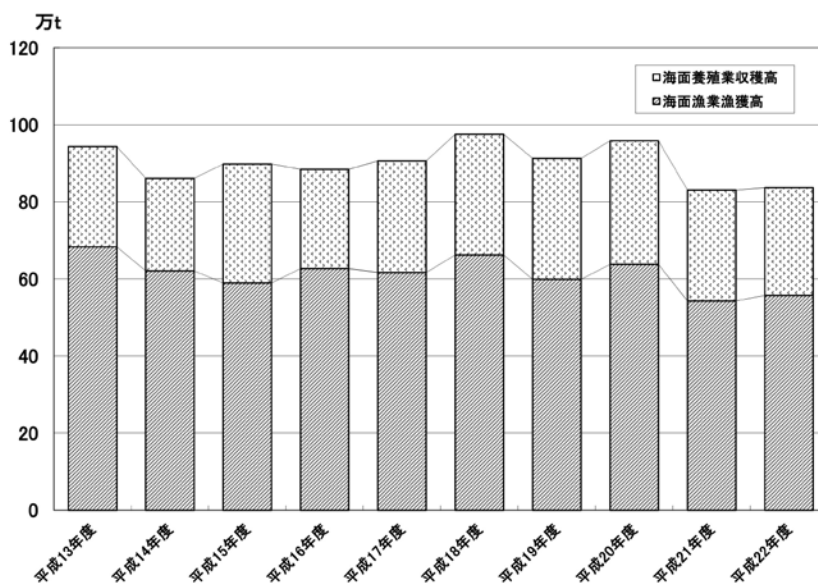


図3 九州の海面漁業・養殖業の推移

#### (2) 調査世帯および対象者の属性

本調査は、ガイドラインに従い各地区において都市部および近郊地域、漁村地域、農村地域をできる限り同程度選び実施するようにした。表1に示すとおり、長崎県・大分県では各30世帯、佐賀県・宮崎県では各31世帯、熊本県61世帯、鹿児島県91世帯、福岡県116

世帯であり、地域別調査世帯数は大きく異なっている。これは、県別調査世帯の最低数は30であるが、福岡県・熊本県・鹿児島県では多数の学会員により多くの世帯を調査できたためである。九州全体においては、都市部155 (39.7%)、漁村地域120 (30.8%)、農村地域98 (25.1%)、その他の地域17 (4.4%) であり、やや都市部の調査世帯が多かった。

調査対象者の属性は表2に示すように、年齢構成は50歳代が112名で最も多く、次いで40歳代、60歳代の順に多く、全体の71.0%を占めていた。その家族構成は、同世代および二世帯同居が各140名であり、全体の71.8%を占めていた。

以上のことから、各家庭の調理担当者もしくはその経験者を主な対象として実施した本調査は若年者層の対象者が少なく年齢階層における偏りはあるが、現在の魚介類の利用状況、特に調理法や伝統的な食べ方を明らかにする研究目的を考えると適切な範囲内であると思われる。

### (3) 魚類の種類数と料理数

魚類の種類数と料理数の平均値および標準偏差は図4に示した。

1世帯あたりの平均魚類数は、宮崎県12.0種類から福岡県・大分県各25.6種類の範囲にあり、九州全体では22.6種類であった。宮崎県は他の6県および全体との間(図4では宮崎県をB、他をAで表示)で、熊本県は福岡県・大分県・鹿児島県との間(図4では熊本県をD、他をCで表示)で有意差が認められた( $p < 0.05$ )。魚類数の地域別度数分布表を作成し、その出現率を図5に示した。日常利用する魚類の種類数は30未満の割合が7割近くを占めていた。地域別に異なる傾向を示し、宮崎県では種類数が全て40未満であり、20未満の世帯が77.4%を占めており用いる魚類は少ないことがわかった。これは、調査世帯の6割近くが都市部に居住し食材は主にスーパーマーケットや店舗で購入するため種類数が限られていたためと推察される。一方、多種類の魚類を用いる世帯の割合が多いのは長崎県であり、50種類以上の魚類を記載した世帯が16.7%を占めていた。

1世帯あたりの魚料理数の平均値は、宮崎県15.4から福岡県46.3の範囲にあり、九州全体36.7であり平均種類数の約1.6倍であった。熊本県および宮崎県は他県および全体との間

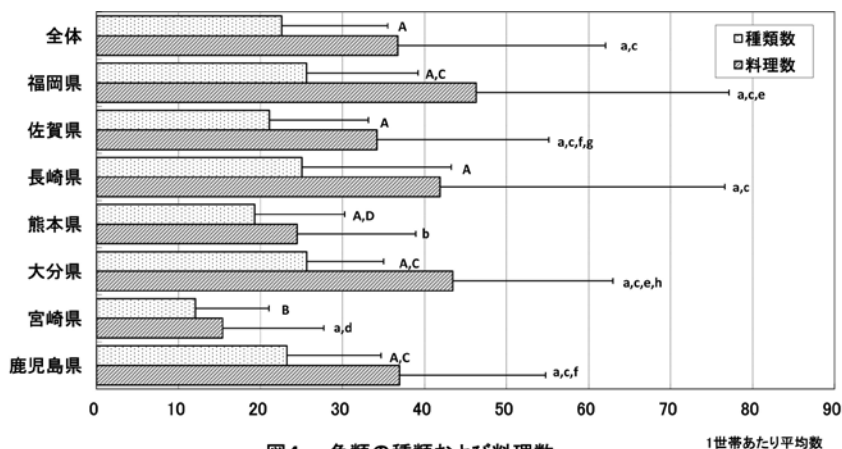


図4 魚類の種類および料理数

データは、平均値±標準偏差で示す。  
AとB、CとD、aとb、cとd、eとf、gとhで表示された地域間には有意差あり( $p < 0.05$ )。

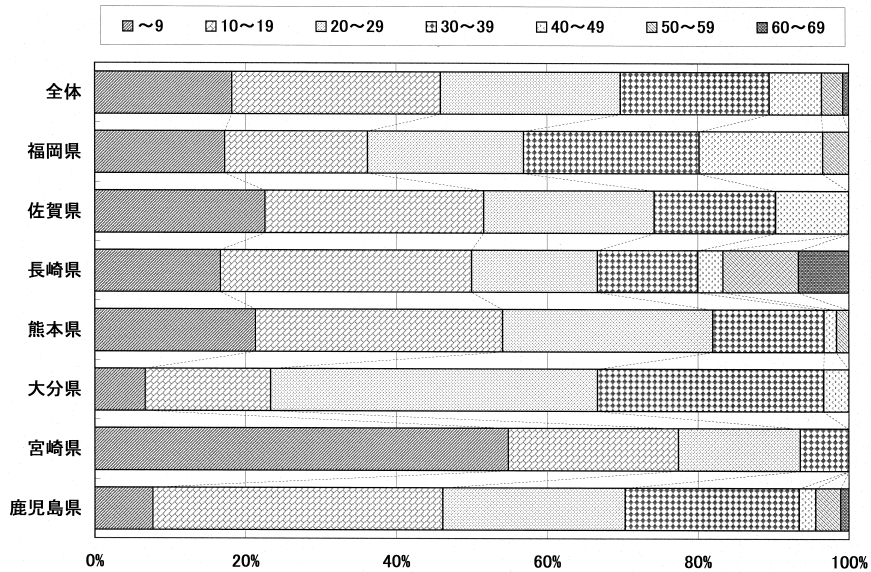


図5 魚類数の出現率

(図4では熊本県をb、他をaで表示し、宮崎県をd、他をcで表示)で、福岡県は佐賀県・鹿児島県との間(図4では福岡県をe、他をfで表示)で、佐賀県と大分県との間(図4では佐賀県をg、大分県をhで表示)で、有意差が認められた( $p < 0.05$ )。魚料理数の地域別度数分布表を作成し、その出現率を図6に示した。1世帯あたりの魚類料理数は最小値3から最大値125まで幅広い分布を示した。熊本県および宮崎県では、料理数40未満の割合が8割以上を占めていた。一方、長崎県では100以上の料理数を記載した世帯の割合が

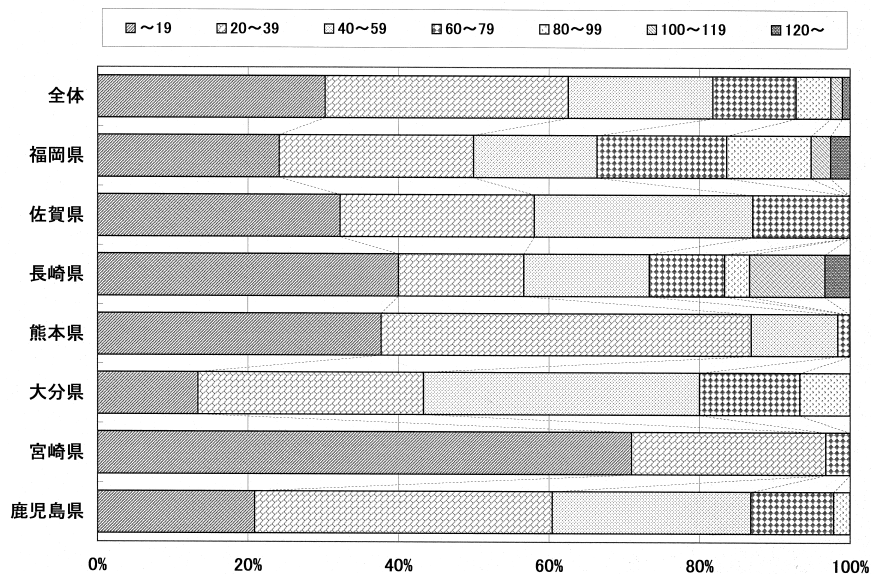


図6 魚料理数の出現率

13.3%で最も高く、次いで福岡県が5.2%であった。魚類料理数は種類数に比例する傾向を示した。

また、魚類別に料理数の多い上位10種類を表3に示した。総料理数は、あじ916、さば906、いわし716、たい660、さけ564、ぶり486、たちうお406、きびなご405、かれい394、さんま389の順に多かった。上位3種類の魚は、前述の九州における漁獲高の上位にあげられている魚であり、経済性、調理性や嗜好性の観点から手に入りやすい身近な魚が上位にあがっている。その中で、他の地域ではみられない魚類として、福岡県では「ふぐ」と「まぐろ」、佐賀県と長崎県では「いさぎ」、熊本県では「にしん(かずのこ)」、大分県では「きす」、鹿児島県では「かんぱち」と「かます」があげられている。また、「きびなご」は鹿児島県および熊本県で、「かつお」は鹿児島県および宮崎県で利用頻度の高い魚としてあげられている。これらの結果から、日常食に用いられる魚料理には利便性の高いものと地域性の強いものが混在し、その種類は限られていることが推察された。

さらに、九州7県すべてに共通している5種類の魚である「あじ」、「さば」、「いわし」、「たい」および「さけ」料理について詳細な検討を行った。

表3 地域別利用頻度の高い魚類(上位10位)

順位	全体		福岡県		佐賀県		長崎県		熊本県		大分県		宮崎県		鹿児島県	
	魚類名	料理数 (%)	魚類名	料理数 (%)	魚類名	料理数 (%)	魚類名	料理数 (%)	魚類名	料理数 (%)	魚類名	料理数 (%)	魚類名	料理数 (%)	魚類名	料理数 (%)
1	あじ	916 (6.5)	あじ	357 (6.7)	さば	84 (7.9)	あじ	84 (6.7)	さば	90 (6.4)	あじ	90 (7.0)	あじ	51 (10.9)	さば	205 (6.2)
2	さば	906 (6.4)	さば	356 (6.7)	あじ	83 (7.8)	たい	83 (5.1)	あじ	73 (5.2)	さば	76 (5.9)	さば	34 (7.3)	目口目口	202 (6.1)
3	いわし	716 (5.1)	いわし	291 (5.4)	たい	72 (6.8)	さば	81 (4.9)	いわし	88 (4.8)	いわし	89 (5.4)	いわし	32 (6.8)	あじ	178 (5.4)
4	たい	660 (4.7)	さけ	250 (4.7)	いわし	85 (6.1)	いわし	55 (4.4)	たちうお	82 (4.4)	たい	66 (5.1)	さけ	21 (4.5)	かつお	178 (5.3)
5	さけ	564 (4.0)	たい	246 (4.6)	さけ	46 (4.3)	ぶり	51 (4.1)	きびなご	53 (3.8)	ぶり	54 (4.2)	たい	21 (4.5)	たい	145 (4.4)
6	ぶり	486 (3.4)	ぶり	187 (3.5)	ぶり	41 (3.9)	さけ	50 (3.9)	さんま	53 (3.8)	かれい	50 (3.9)	かつお	20 (4.3)	いわし	136 (4.1)
7	たちうお	406 (2.9)	ふぐ	180 (3.0)	たちうお	36 (3.4)	たちうお	48 (3.8)	たい	47 (3.3)	さけ	48 (3.7)	ぶり	18 (3.8)	ぶり	135 (4.1)
8	きびなご	405 (2.9)	かれい	158 (3.0)	かれい	31 (2.9)	いさぎ	38 (3.0)	さけ	44 (3.1)	たちうお	43 (3.3)	たちうお	17 (3.6)	かんぱち	117 (3.5)
9	かれい	394 (2.8)	まぐろ	139 (2.6)	さんま	30 (2.8)	かれい	36 (2.9)	かれい	43 (3.0)	きす	42 (3.3)	さんま	16 (3.4)	さけ	105 (3.2)
10	さんま	389 (2.8)	さんま	136 (2.5)	いさぎ	27 (2.6)	きびなご	32 (2.6)	にしん (かずのこ)	41 (2.9)	さんま	34 (2.8)	かれい	14 (3.0)	かます	98 (3.0)
総数	14117 (100.0)	5344 (100.0)	1058 (100.0)	1247 (100.0)	1412 (100.0)	1288 (100.0)	468 (100.0)	3300 (100.0)								

#### (4) 高頻度利用魚類の種類別調理法および調味特性

5種類の魚料理について、年齢階層別出現率を図7に、主調理法別出現率を図8に、クロス集計した料理数を図9に示した。

年齢階層別魚料理出現率は、あじ、さば、いわし、たいの4種類は同じ傾向を示した。さけは20歳代および30歳代が25.1%を占めており、若い世代がよく利用する魚であり、他の年齢層に比べ料理出現率がやや高かった。

魚類別主調理法別魚料理の出現率は、それぞれの魚で異なる傾向を示した。たいといわしは多様な調理法が用いられる魚類であり、あじ、さば、さけは限られた調理法が多

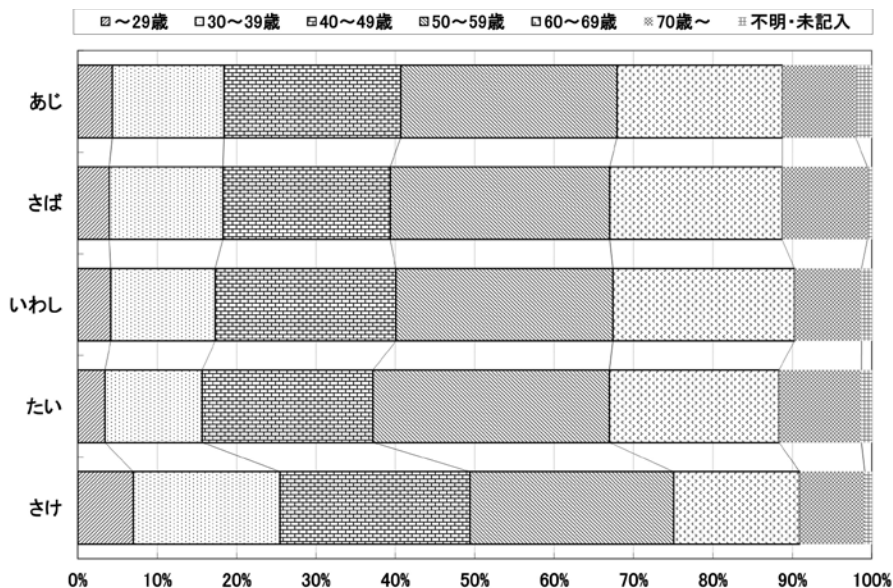


図7 高頻度利用魚種別年齢別の出現料理割合

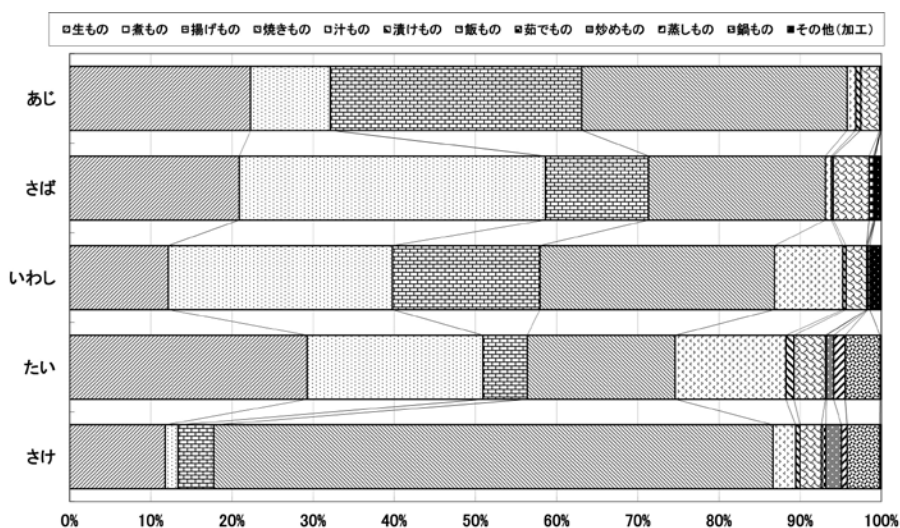


図8 主調理法別魚料理の出現率

く用いられている魚類である。生ものはたい29.3%で最も多く、次いであじ22.3%、さば20.9%の順であった。煮ものはさば37.7%、いわし27.6%、たい21.7%であり、揚げものはあじ30.9%、いわし18.2%であった。焼きものはさけ68.9%で最も高く、あじ32.7%、いわし28.9%であった。汁ものはたいが13.6%であった。図9より、出現料理の調理法で多いものは、焼きもの、次いで煮もの、生もの、揚げものの順であり、これら4種類の調理法で総料理数の88.5%を占めていた。魚料理に用いられる調理法としては、漬けもの、炒めもの、蒸しもの、茹でものは少なかった。

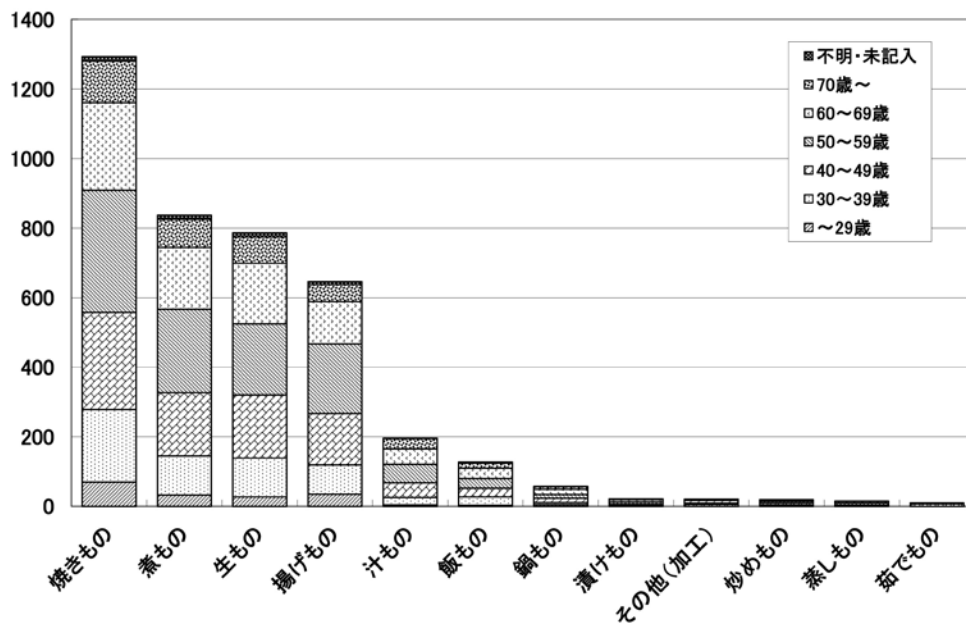


図9 調理法別年齢階層別の出現料理数

表4 魚類料理における調味特性

味の種類	あじ	さば	いわし	たい	さけ	計
味つけなし	121(11.5)	109(11.5)	131(16.4)	111(15.7)	177(30.0)	649(15.9)
塩味	354	176	186	138	260	1114
しょうゆ味	145	102	51	121	32	451
みそ味	3	11	16	8	5	43
酢味	3	11	0	0	9	23
砂糖味	2	7	4	0	9	22
ケチャップ味	13	9	14	1	5	42
マヨネーズ味	5	6	3	4	11	29
計	525(50.0)	322(34.0)	274(34.3)	272(38.5)	331(56.2)	1724(42.1)
塩ベース味	163	115	115	127	47	567
しょうゆベース味	229	271	253	188	23	964
みそベース味	3	123	25	8	7	166
酢ベース味	7	6	1	1	4	19
計	402(38.2)	515(54.5)	394(49.3)	324(45.8)	81(13.8)	1716(41.9)
塩ベース味の小計	517(49.2)	291(30.8)	301(37.7)	265(37.5)	307(52.1)	1681(41.1)
しょうゆベース味の小計	374(35.6)	373(39.4)	304(38.1)	309(43.7)	55(9.3)	1415(34.6)
みそベース味の小計	6(0.6)	134(14.2)	41(5.1)	16(2.3)	12(2.0)	209(5.1)
酢ベース味の小計	10(0.9)	17(1.8)	1(0.1)	1(0.1)	13(2.2)	42(1.0)
その他の味の小計	20(1.9)	22(2.3)	21(2.6)	5(0.7)	25(4.2)	93(2.2)
不明・未記入	3(0.3)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	3(0.1)
合計	1051(100.0)	946(100.0)	799(100.0)	707(100.0)	589(100.0)	4092(100.0)

\* 複数回答あり、料理数は実数(%)で表示

魚料理における調味傾向を把握するために、調理法や料理名から中心となる使用調味料別に分類した。できる限り重複しないようにその基本味を中心に集計し、魚種別料理数および割合を表4に示した。塩ベース味は、塩のみ、しょうゆ、酢、砂糖、みりん、酒やみそを塩と組み合わせた27種類の複合味パターンがみられた。しょうゆベース味は、しょう

ゆのみ、塩、酢、砂糖、みりん、酒やみそをしょうゆと組み合わせた14種類の複合味パターンがみられた。みそベース味と酢ベース味では、砂糖、みりんや酒を組み合わせたパターンがそれぞれ8、5種類みられた。その他として、梅干し、糠床、酒粕、明太子、カレー粉、バター、しょうが、ゆずを用いた味付けがあげられていた。

味付けしない魚料理の割合は、さけが30.0%で高く、他の魚種は11.5～16.4%であった。調味する場合は、塩味としょうゆ味をベースにすることが多くみられた。このことは、魚料理によく用いられる調理法の「焼く」および「揚げる」では塩が、「煮る」および「生（主に刺身）」ではしょうゆが多く使用されるためと思われる。さば料理の場合は14.2%の料理にみそ味が用いられ、他の魚類とは異なる調味特性を有していた。また、さけ料理の場合は塩味の焼きものが顕著に好まれていた。

魚類調理における味付けは単純なものから複雑なものまで多様なパターンがみられ、全データを正確に分類することは困難であり、調味特性を検討する上での今後の課題である。

#### 4. 要 約

九州7県の390世帯を対象に、魚介類の調理文化と地域性に関する調査を自記式留め置き法および聞き取り法で行った。

調査対象者の年齢構成は、50歳代、40歳代、60歳代の順に多く全体の約71%を占めていた。家族構成は、同世代および二世帯同居形態がそれぞれ約36%、次に三世帯同居が約18%であった。魚料理に用いられる魚類の平均種類数は22.6種類であり、その料理数の平均値は36.7であった。主調理法別料理数では、焼きもの、煮もの、生もの、揚げものの調理の順に多く、この4種類の調理法で全料理数の8割以上を占めていた。九州地方における焼きものの調理では、さけ、さんま、あじ、たちうおが、生もの調理では、かつお、あじ、かんぱち、まぐろが、煮もの調理では、さば、いわし、かれい、たいが、揚げものの調理では、あじ、きす、いわし、かれいの順に出現料理数が多かった。

地域別出現料理数では、「あじ」、「さば」、「いわし」、「たい」および「さけ」の5種類が九州7県全てでよく用いられる魚類であった。「あじ」、「さば」、「いわし」および「たい」を利用した料理における年齢別出現割合は同じ傾向を示したが、「さけ」については30歳代以下の若い世代が約4分の1を占めていた。魚類別調理法については、「あじ」では焼きものおよび揚げものの調理が、「さば」では煮ものの調理が、「いわし」では焼きものおよび煮ものの調理が、「たい」では生ものの調理が多くみられた。「さけ」では焼きものの調理が約69%を占めており、用いる調理法に特異性がみられた。魚類調理における味付けとして、単一味では食塩が、複合味ではしょうゆが多く用いられ、みそは「さば」に多く出現していた。「さけ」では味付けせずに調理する割合が約30%であった。

#### 謝 辞

本研究に御協力いただきました九州7県の調査に関係した皆様に感謝申し上げます。

なお、本研究は日本調理科学会平成21および22年度大会（平成21年8月 京都市、平成22年8月 福岡市）において発表した。

## 文 献

- 1) 北岡正三郎：食の文化散稿XI 9. 魚介類, 食生活研究, 28, 1-11 (2008)
- 2) 日本調理科学会「調理文化の地域性と調理科学」特別研究委員会：平成15・16年度日本調理科学会特別研究「調理文化の地域性と調理科学—魚介類の調理—」報告書, 213-239, データベース (2004)
- 3) 吉岡慶子, 福地乃理子：福岡3地区における魚介類の摂取状況と調理特性, 日本調理科学会研究発表要旨集, 147 (2004)
- 4) 金子小千枝, 金縄嘉代子：福岡県にみるさば料理の地域性, 日本調理科学会研究発表要旨集, 148 (2004)
- 5) 安部テル子, 篠原壽子：大分県の魚料理, 日本調理科学会研究発表要旨集, 149 (2004)
- 6) 安達町子, 武藤慶子, 井手順子, 野口和子：長崎県における魚介類および魚介料理に関する調査, 日本調理科学会研究発表要旨集, 150 (2004)
- 7) 松本富子：北九州市でとれる魚種と魚食生活, 日本調理科学会研究発表要旨集, 151 (2004)
- 8) 吉岡慶子, 他：九州地区における魚介類の摂取状況および地域性と調理文化, 日本調理科学会研究発表要旨集, 152 (2004)
- 9) 竹原小菊, 山崎歌織, 福司山エツ子, 外西壽鶴子, 進藤智子, 徳田和子：鹿児島地区における魚介類の摂取状況および地域性, 日本調理科学会研究発表要旨集, 153 (2004)
- 10) 吉岡慶子, 福地乃理子, 時藤亜衣：福岡3地区における魚の摂取状況と調理特性, 日本調理科学会誌, 40, 216-220 (2007)
- 11) 篠原壽子：九州における魚類の調理とその地域性, 日本調理科学会研究発表要旨集, 52 (2009)
- 12) 篠原壽子：九州における魚類の調理とその地域性—利用頻度の高い魚類の調理法とその使用調味料について—, 日本調理科学会研究発表要旨集, 58 (2010)
- 13) 農林水産省九州農政局：平成22年九州の海面漁業・養殖業生産統計 (概数), [http://www.maff.go.jp/kyusyu/toukei/ht\\_suisan\\_kyushu.html](http://www.maff.go.jp/kyusyu/toukei/ht_suisan_kyushu.html)
- 14) 原田澄子, 大菅洋子, 塩原紘栄, 深井康子, 守田律子, 吉田紀子：富山の魚介類の特徴と地域性, 日本調理科学会誌, 39, 180-183 (2006)
- 15) 松本祥子, 山田節子, 出雲悦子, 長沼誠子：秋田県における魚介類の調理文化—秋田県の特徴的な魚料理—, 日本調理科学会誌, 40, 41-45 (2007)
- 16) 峰弘子, 亀岡恵子, 宇高順子, 武田珠美, 川端和子：愛媛県3地区における魚介類の利用状況, 日本調理科学会誌, 40, 440-448 (2007)



# 研究紀要 第14号

平成24年3月20日発行

発行所 東九州短期大学

〒871-0014 大分県中津市一ツ松211

TEL (0979)22-2425

FAX (0979)25-3935

編集 研究紀要編集委員会

印刷所 榑川原田印刷社 中津市牛神9-1