


- 11 . 子どもの食生活と心身の健康等との相関関係

についての調査研究

Study on correlations between children diet and mental and physical health

 キーワード	食育、小学校、中学校、栄養教諭、生活習慣、食生活
Key Word	dietary education, primary school, junior high school, nutrition teacher, daily habit

1. 調査の目的と内容

本調査研究は、平成20年度文部科学省「子どもの健康を育む総合食育推進事業」委託調査研究の一環として行った調査研究である。文部科学省総合食育推進事業においては、各地域の学校や団体個別の事業がこれまで実施されてきたが、いずれも、学校個別の調査研究や実践的な取組みにとどまるため、全国俯瞰的な子どもの食育の取組みの現状を把握するためのデータは未だ整備されてこなかった。そこで、本調査研究は、可能な範囲で「子どもの食生活と心身の健康等との相関関係」を俯瞰的に把握することを目的に実施した。

本調査研究は、第一に、既に行われた総合食育推進事業の学校(以下、研究指定校)の学校長や栄養教諭、学級担任他を対象に、学校の食育活動の現状と教職員の食育に対する考え方を把握するためのアンケート調査を実施した。第二には、地域を限定して、研究指定校同様の教職員向けのアンケートを実施するとともに、子ども(児童(小5)・生徒(中2))を対象とした、子どもの食生活と心身の健康等の相関を探るためのアンケート調査も実施した。

調査遂行には、調査研究委員会「子どもの食生活と心身の健康に関する研究会(主査:筑波大学名誉教授 森昭三)」を設置し、調査研究の枠組みやアンケート調査票設計などを調査研究委員会に諮り、委員会の意見を反映するプロセスをふんで進めた。尚、アンケート調査は、全国の教育委員会の協力を得て実施された。

2. 調査研究成果概要

以下に、本調査研究から得られた知見を列挙する。

2.1 小中学校における食育の取組みの現状

(1) 研究指定校が現在重点的に実施している食育活動内容は、知識・体験型の取組みが最も多く、連携型の取組みでは、家庭との連携の取組みが多い。個別指導型の取組みは少ない。

(2) 学校長や教職員などの「食を自立的に選ぶとる力」の重視する子どもの能力の中の順位は、学校における立場によって異なる。最も順位の高いのは、栄養教諭と学校栄養職員である。

2.2 学校の食育の取組みと子どもの食生活・生活態度との関係

(1) 給食がある学校の方が、給食がない学校よりも、子どもの食生活習慣が身につく傾向があり、子どもの生活態度もより前向きな姿勢が表れている。子どもの体調も良い。

(2) 学校の食事が楽しい子どもは、学習面を含む生活態度に対して、楽しくない子どもよりも前向きである。子どもの体調も良い。

(3) 栄養教諭が配置されている学校の方が、配置されていない学校よりも、子どもの食生活習慣が身につく傾向があり、子どもの生活態度もより前向きな姿勢が表れている。

(4) 小学校と中学校では、中学校の方が、子どもの食生活習慣、生活態度とも小学校よりも低下する傾向にある。体調についても、中学校の方が小学校よりも悪い傾向が示された。

上記2.1(2)と2.2(1)に関連した調査結果を記載する。

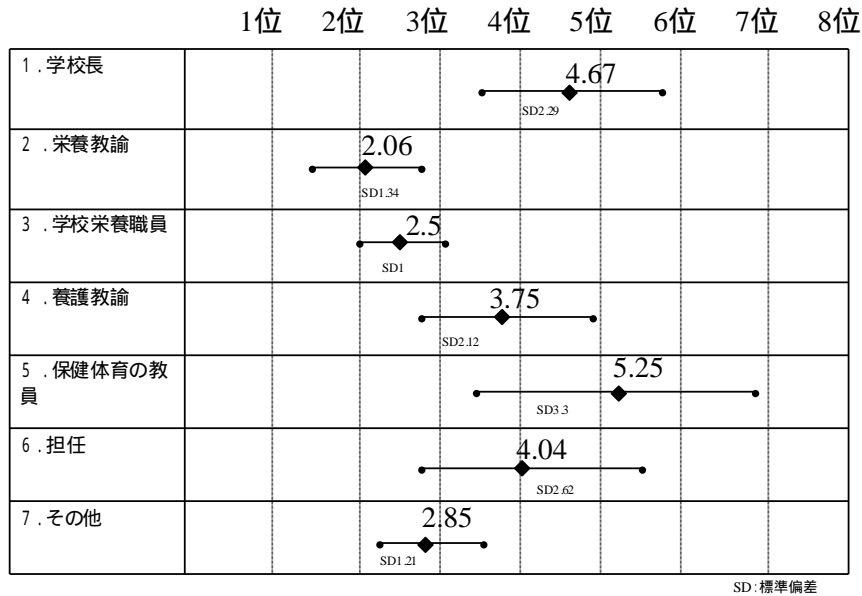


図 「食を自立的に選ぶとる力」の順位（研究指定校）

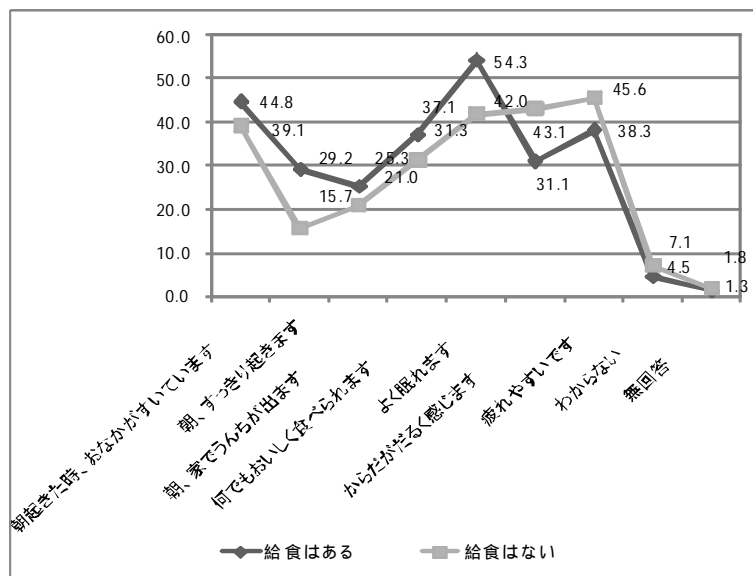


図 給食の有無と体調との関係（給食ある n=1438, 給食ない n=48）