

給食時間の食に関する指導の効果について

1 研究の目的

給食時間の食に関する指導について内容別に実施前と実施後、実施 6 ヶ月後の 3 回にわたり、児童の食に対する意識の変化および理解の定着度を調べ、今後の給食時間における指導の内容について検討する。

2 研究の方法

(1) 調査方法

大阪市立 A 小学校で 2014(平成 26)年 7 月から 2015(平成 27)年 3 月までの期間に 5 年生 4 クラスを対象に次の調査を実施した。

①5 年生 4 クラスに給食時間における食に関する指導内容に対する意識調査を指導前に実施した後、給食時間に食に関する指導を実施し、指導後に同じ内容の意識調査を実施して給食時間の指導についての効果を比較、検討する。また、トランスセオレティカル・モデル(行動変容段階モデル)で、「維持期」(6 ヶ月以上望ましい行動が続いている時期)に行動変容が定着しているかを調べるため、実施 6 ヶ月後に再度、同じ調査を実施し、児童の食に関する意識の変化を調べることで、給食時間の指導についての効果を比較、検討する。

②給食時間の 5 回の食に関するミニ指導による児童の意識の変容を調査、分析する。

(2) 指導内容

2014(平成 26)年 9 月 2 日から 12 日の給食時間に 5 年生 4 クラスに対して、下記の①～⑤の指導を実施した。

- ①「いただきます」「ごちそうさま」を言おう(感謝の心)
- ②知っていますか? 野菜のしゅん(食品を選択する能力)(社会性)
- ③魚を食べて元気に過ごそう(心身の健康)
- ④どつちを選ぶ(食品を選択する能力)
- ⑤給食のカレーライスのひみつ(心身の健康)

実施前に指導前アンケート、実施後に指導後アンケートをとり指導効果の分析を行った。

調査対象として選んだ①～⑤の内容は、指導前には比較的児童が知らないと予測される項目を選んだ。指導前の児童の理解が低いと予想される段階から、指導後にどれだけ理解が高まったかの差を比較して調べることにした。ただし、①の「いただきます」の意味は、どの学年でもよく理解しているので、言葉の意味についてあまり理解されていないと推測される「ごちそうさま」の意味をアンケートの質問項目とした。②③④⑤については、献立を立てる際の計画としても取り入れている目標で、児童は比較的知識としてもっていないと推測してアンケート項目とした。

(3) アンケート内容

◆給食時間の指導前アンケート 2014(平成 26)年 7 月 1 日～5 日実施

①食事の後の「ごちそうさま」の意味を知っていますか。

1 よく知っている	2 知っている	3 少し知っている	4 知らない
-----------	---------	-----------	--------

②学校給食は旬の野菜をたくさん使用していることを知っていますか。

1 よく知っている	2 知っている	3 少し知っている	4 知らない
-----------	---------	-----------	--------

③学校給食には魚がよく出てくるのは、健康に生きていくために欠かせない食べ物だからだと思いますか。

1 たいへん思う	2 思う	3 少し思う	4 思わない
----------	------	--------	--------

④学校給食の加工食品には食品添加物の使用が少ないことを知っていますか。

1 よく知っている	2 知っている	3 少し知っている	4 知らない
-----------	---------	-----------	--------

⑤学校給食のカレーライスは好ききらいをなくすためにいろいろ工夫をしていることを知っていますか。

1 よく知っている	2 知っている	3 少し知っている	4 知らない
-----------	---------	-----------	--------

◆給食時間の指導後アンケート 2014(平成 26)年 9 月 16 日～20 日実施

①食事の後の「ごちそうさま」の意味がわかりましたか。

1 よくわかった	2 わかった	3 少しわかった	4 わからなかった
----------	--------	----------	-----------

②学校給食はなぜ旬の野菜をたくさん使用しているかがわかりましたか。

1 よくわかった	2 わかった	3 少しわかった	4 わからなかった
----------	--------	----------	-----------

③学校給食には魚がよく出てくるのは、健康に生きていくために欠かせない食べ物だからということがわかりましたか。

1 よくわかった	2 わかった	3 少しわかった	4 わからなかった
----------	--------	----------	-----------

④学校給食の加工食品には食品添加物の使用が少ないことがわかりましたか。

1 よくわかった	2 わかった	3 少しわかった	4 わからなかった
----------	--------	----------	-----------

⑤学校給食のカレーライスは好ききらいをなくすためにいろいろ工夫をしていることがわかりましたか。

1 よくわかった	2 わかった	3 少しわかった	4 わからなかった
----------	--------	----------	-----------

◆給食時間の指導 6 ヶ月後アンケート 2015(平成 27)年 3 月 2 日～6 日実施

※9 月の給食の時間のミニ指導で話した、下記の①～⑤について理解の定着度を調べました。

①食事の後の「ごちそうさま」の意味がわかりますか。

1 よくわかる	2 わかる	3 少しわかる	4 わからない
---------	-------	---------	---------

②学校給食はなぜ旬の野菜をたくさん使用しているかがわかりますか。

1 よくわかる	2 わかる	3 少しわかる	4 わからない
---------	-------	---------	---------

③学校給食には魚がよく出てくるのは、健康に生きていくために欠かせない食べ物だからということがわかりましたか。

1 よくわかる	2 わかる	3 少しわかる	4 わからない
---------	-------	---------	---------

④学校給食の加工食品には食品添加物の使用が少ないことがわかりますか。

1 よくわかる	2 わかる	3 少しわかる	4 わからない
---------	-------	---------	---------

⑤学校給食のカレーライスは好ききらいをなくすためにいろいろ工夫をしていることがわかりますか。

1 よくわかる	2 わかる	3 少しわかる	4 わからない
---------	-------	---------	---------

3 調査結果

(1) 調査結果の分析

- I. 給食時間の 5 回の食に関する指導の各指導内容別に児童の意識の変容を調査、分析する。
- II. 給食時間の 5 回の食に関する指導による児童の意識の変容を調査、分析する。

(2) 食に対する意識の判定基準

I については、具体的には

①食事の後の「ごちそうさま」の意味を知っていますか。

1 よく知っている	2 知っている	3 少し知っている	4 知らない
-----------	---------	-----------	--------

回答 1「よく知っている」を 3 点、以下、2 を 2 点、3 を 1 点。4 を 0 点として全児童の合計点から平均点を算出する。同様に質問項目②～⑤について平均点を出し、その後、5 つの指導内容ごとに「指導前」「指導後」「指導 6 か月後」の平均点の推移から意識の変化を調べ、各指導内容別に児童の意識の変容を調査、分析する。

II については、①～⑤の質問項目の全児童の合計点から平均点を出し、「指導前」「指導後」「指導 6 ヶ月後」の指導内容に対する食に関する意識の変化を調べ、児童の意識の変容を調査、分析する。

食に関する意識の判定の基準は、5 回の合計点で最高点 15 点(3 点×5 回)から最低点 0 点までを点数で 6 つに区分し、「非常に悪い (0～1 点)」「悪い (2～4 点)」「少し悪い (5～7 点)」「少し良い (8～10 点)」「良い (11～13 点)」「非常に良い (14～15 点)」とした。

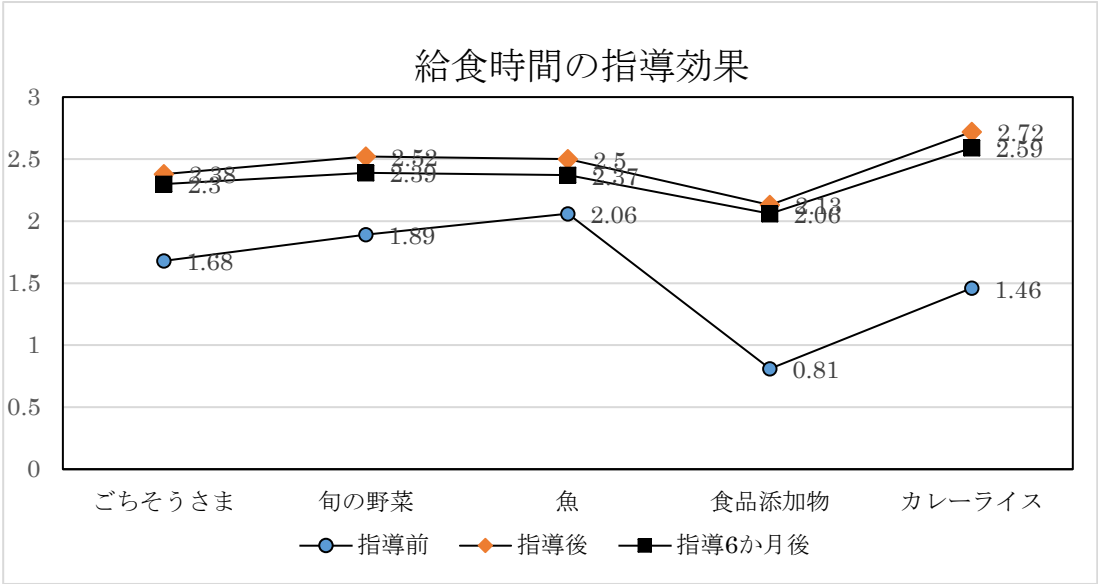
(3)A 小学校 5 年生。食に関する給食時間の指導前、指導後、指導 6 か月後の意識の変化

(対象としたのは 2014(平成 26)年の指導前の 1 回目調査(1-○と表す)、2014(平成 26)年 9 月の指導後の 2 回目調査(2-○と表す)、2015(平成 27)年 3 月指導後の 3 回目調査(3-○と表す)のすべてに出席した児童)

5 年 1 組(29 人)、2 組(32 人)、3 組(32 人)、4 組(30 人) 合計 123 人

	食に関する指導前						食に関する指導後						食に関する指導 6 ヶ月後					
指導項目	1-①	1-②	1-③	1-④	1-⑤	合計	2-①	2-②	2-③	2-④	2-⑤	合計	3-①	3-②	3-③	3-④	3-⑤	合計
1 組平均点	1.52	1.97	2.10	0.97	2.21	8.76	2.31	2.76	2.62	2.27	2.69	12.66	2.17	2.31	2.31	1.79	2.45	11.03
2 組平均点	1.63	1.72	2.25	1.00	1.34	7.94	2.66	2.66	2.84	2.31	2.97	13.44	2.31	2.72	2.69	2.13	2.75	12.59
3 組平均点	1.63	1.94	1.69	0.63	1.13	7.00	2.47	2.34	2.28	1.97	2.69	11.75	2.47	2.31	2.47	2.16	2.75	12.03
4 組平均点	1.97	1.93	2.20	0.67	1.20	7.80	2.07	2.33	2.23	2.00	2.53	11.17	2.23	2.20	2.00	2.17	2.40	11.00
5 年平均点	1.68	1.89	2.06	0.81	1.46	7.85	2.38	2.52	2.50	2.13	2.72	12.25	2.30	2.39	2.37	2.06	2.59	11.72

※指導項目 1-①、2-①、3-①は、①「ごちそうさま」の意味についての理解度の変化。以下、1-②、2-②、3-②は、②「旬の野菜」について。1-③、2-③、3-③は、③「魚」について。1-④、2-④、3-④は、④「食品添加物」について。1-⑤、2-⑤、3-⑤は、⑤「カレーライス」についての理解度の変化。



	指導前 (平均点)	指導後 (平均点)	指導前との差	指導 6 ヶ月後 (平均点)	指導前との差
①ごちそうさま	1.68	2.38	+0.70	2.30	+0.62
②旬の野菜	1.89	2.52	+0.63	2.39	+0.50
③魚	2.06	2.50	+0.44	2.37	+0.31
④食品添加物	0.81	2.13	+1.32	2.06	+1.25
⑤カレーライス	1.46	2.72	+1.26	2.59	+1.13

(4)給食時間の食に関する指導前、指導後、指導 6 ヶ月後の意識調査の平均点よりの考察

(1)給食時間の 5 回の食に関する指導の各指導内容別の児童の意識の変容の分析

①～⑤までの項目アンケートの質問ので回答 1 を 3 点、以下、回答 2 を 2 点、回答 3 を 1 点。回答 4 を 0 点とし、項目別にそれぞれの全児童の合計点から平均点を出して「指導前」「指導後」「指導 6 ヶ月後」の指導内容に対する意識の変化を数値化し、指導内容ごとに児童の意識の変容を分析した。

【結果】

- ・①～⑤すべてにおいて、「指導前」に比べ、「指導後」の平均点は上昇した。とくに④の「学校給食の加工食品には食品添加物の使用が少ないこと」、⑤の「学校給食のカレーライスは好きらいをなくすためにいろいろな工夫をしていること」については、指導前の知識・理解がとくに低かったため、指導による効果が大きかったものと推測される。また、「指導 6 ヶ月後」の調査でも、5 つの指導内容すべてにおいて理解が定着していることが推測できた。
- ・全体の平均点でも、指導前の 1.57 点から指導後は 2.45 点に伸びた。指導 6 ヶ月後の平均点も 2.34 点であった。
- ・「よく知っている (3 点)」の評価を 100 点満点に換算してみると、より変化がわかりやすい。「指導前」の平均 1.57 点は 52 点、「指導後」の平均 2.45 点は 82 点となり、指導によって 30 点ほど理解度が上昇したことになる。「指導 6 ヶ月後」の平均 2.34 点は 80 点となり、指導前よりなお 28 点も上昇しており、「指導後」の点数と比較してもそれほど減っておらず、指導効果が継続していることもわかった。

(2)給食時間の 5 回の食に関する指導による児童の意識の変容の分析

食に関する意識の判定の基準は、5 回の合計点で最高点 15 点(3 点×5 回)から最低点 0 点を点数で、「非常に悪い (0～1 点)」「悪い (2～4 点)」「少し悪い (5～7 点)」「少し良い (8～10 点)」「良い (11～13 点)」「非常に良い (14～15 点)」と 6 つに区分し、①～⑤の質問項目に対する点数の合計の平均点で「指導前」「指導後」「指導 6 ヶ月後」の児童の意識の変容を分析した。

【結果】

- ・5 回の「指導前」、食に対する意識の質問項目の合計点の平均は 7.85 点で、「少し良い (8～10 点)」であった。
- ・5 回の「指導後」、食に対する意識の質問項目の合計点の平均は 12.25 点(平均点)となり、「良い (11～13 点)」になった。
- ・「指導 6 ヶ月後」、食に対する意識の 5 つの質問項目の合計点の平均は 11.72 点で、「良い (11～13 点)」のまま継続していた。

4 まとめ

給食時間の食に関するミニ指導は 10 分前後の短い指導で、指導効果については微小とみる向きもあるが、今回の調査により指導による意識の向上が確認できた。また 6 ヶ月後も指導効果が継続していることもわかった。このことから、ミニ指導によって児童の食意識・行動の変容につながることを期待できるといえる。さらに給食時間のミニ指導を全教育活動にわたって行われる食に関する指導と関連付けながら行うことで、より効果的な指導につながることを考えられる。指導後の評価を積み重ね、食に関する指導の充実を図る方策を今後も検討していくことが必要である。