

論 文

女子青年における食育経験の基本的構造

諸 井 克 英

生活科学部・人間生活学科

小 切 間 美 保

生活科学部・食物栄養科学科

Abstract

The present study examined the factor structure of dietary education experiences in female adolescents. The scale, which measured dietary education experiences in elementary school age, was developed by the authors. The Dietary Education Experiences Scale was administered to female adolescents ($N=572$). Also, subjects estimated their height and weight. The factor analysis (principal factor method with promax rotations) of the scale yielded six factors, labeled as follows; "participation in production of food," "experience of traditional dishes," "cooking experience," "eating habits without fastidiousness," "concerns about a menu," and "dependence on home meal replacement and dining out." Results of the correlation analyses between dietary education experiences and BMI suggested that drive for thinness among female adolescents was influenced by dietary education experiences in elementary school age. The significance of research in dietary education experiences was discussed.

Key words : dietary education experiences, BMI, thinness, adolescent.

I. 問 題

わが国で2005年に「食育基本法」が制定されて以来、食に関する知識の普及や食育の実践が国や地方自治体によって積極的に推進されている。この「食育」は、「豊かな人間形成（知育・徳育・体育の基礎）」と「心身の健康の増進」を骨格として、2006年には「食育推進基本計画」が作成され、「食育の推進」に関する目標値が掲げられている。たとえば、「食育」に関心をもつ国民の割合は目標値として「90%以上」とされている（2008年の調査では「75.1%」；内閣府，2008）。内閣府・食育推進室が実施した調査結果に基づき、饗場・中山（2008）は、「食育」に対する意識の高揚は認

められるものの、「食生活改善のための実践が伴っていない」ことを指摘している。また、この「食育の推進」に応じた実証的研究も多く行われ、たとえば、横塚ら（2008）は、地方都市と大都市に居住する女子中学生に共通する「食育」課題が、①体型の誤認、②適正食事量の認識、③適正エネルギー量の認識、④調理技術、⑤心身の自覚症状の改善であることを見いだした。

ところで、この「食育基本法」の前文では、食行動が人間の心理的発達を支えることが仮説化されている。

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である（内閣府，2008）。

この背景には、大人にとって理解不可能な行動の出現とその説明要因として「食」における変容を提唱する考えの蓄積がある。わが国では、

2000年近くになって中学生などの「凶悪」事件が顕在化した。それに対応して青少年が自分の感情、とりわけ否定的感情を統制できない状態を示す「キレル」という表現が流行した。大沢(1998)は、このような「キレル」という行動は「脳の生物学的不全」によってもたらされ、「脳の状態」を支える栄養摂取の変調にその原因があるとした。また、鈴木(1998)も同様な考えから「現代型栄養失調」の増加を指摘した。

わが国では、80年代になると「家族の危機」や「家族の崩壊」が唱えられ(篠崎, 1996参照)、伝統的な家族の変容に関する研究が盛んになった。このことに連動して、家族の食卓の変化も指摘されるようになった。つまり、家族そろった食事形式が減り、子どもが「ひとりぼっちの食卓」を営む傾向が顕在化している(足立・NHK「おはよう広場」, 1983; 2000)。この変化によって子どもに栄養摂取の偏りが現れるのである。つまり、前述した「脳の生物学的不全」(大沢, 1998)や「現代型栄養失調」(鈴木, 1998)の基底には家族変容を仮定できる。

「食」の歴史を文明論的に説いた石毛(1982)は、人間の特徴として「共食」を挙げ、「常に食をわかちあう仲間」を家族とした。しかしながら、たとえば、外食産業の発達による「家庭機能の外在化」は「食」と家族の関係を変えることになる。家族経験が一般的な摂食態度や摂食障害と関連することも実証的に明らかにされている(齊藤, 2004; 大場ら, 2001など)。

本研究の主要目的は、当該個人が幼少期から家族や学校も含めた地域生活の中で構成された「食」に関する経験の骨格を探ることである。これによって、青年期以降の摂食態度・行動に対する幼少期に培われた食育経験の影響を実証的に明らかにすることができ、摂食障害や生活習慣病の抑止対策に寄与することができる。これらの目的のために、女子大学生に小学校の頃の食育経験に関して回顧評定をさせ、食育経験

の基本的構造を探索した。

Ⅱ. 方 法

調査対象および調査の実施

同志社女子大学での社会心理学関係の講義を利用して、『食生活行動』調査の名目で質問紙調査を実施した(2007年6月2日・12日; 2008年6月29日・7月2日; 2年度で回答者は異なる)。回答にあたっては匿名性を保証し、成績評価とは無関係であることを周知徹底した。質問紙実施後に、質問紙の調査の目的と研究上の意義を簡潔に説明した。

青年期の範囲を逸脱している者(25歳以上)を除く、女子学生572名を分析対象とした(2007年333名; 2008年239名)。被験者の平均年齢は18.88歳($SD = 1.12$, 18~24歳)であった。なお、欠損値のために、分析によって対象人数が異なる。

質問紙の構成

質問紙は、回答者の基本的属性の設問に加え、①食育経験尺度、②身体属性に関する設問、③小学校時代の給食設備等に関する設問から構成されている。

1. 食育経験尺度

本研究では、小学校時代の食育経験を測定する際に、回答者の小学校時代の食生活の様子や食生活に関する意識を想起させた。このために、独自に食育経験尺度を開発した。尺度項目作成にあたって、食育基本法・食育推進基本計画および厚生労働省が2003年に設けた『食を通じた子どもの健全育成(—いわゆる「食育」の視点から—)のあり方に関する検討会』の結果をまとめた冊子(日本児童福祉協会, 2004)を参照し、食育経験に関する候補項目を作成した。対象者とは別の女子学生10名による事前チェックを反復したうえで、次の5側面を表す77項目を最終的に確定した。①食を通じた人との関わり、②自然との関わり、③食材購入(栽培)や料理作りへの関わり、④食文化との出会い、⑤学校給食における経験。

Table 1 身体属性に関する記述統計値

	平均値	標準偏差値	範囲
身長(cm)	159.00	6.21	142.00 ~ 182.00
体重(kg)	50.76	6.59	35.00 ~ 80.00
理想体重(kg)	47.59	5.74	35.00 ~ 80.00
BMI	20.05	2.04	15.15 ~ 28.52
理想 BMI	18.78	1.44	14.84 ~ 24.69
差異 BMI	1.26	1.51	- 3.85 ~ 7.81

$N = 574$

$BMI = \text{体重}_{(kg)} / \text{身長}_{(m)}^2$

理想 BMI = 理想体重_(kg) / 身長_(m)²

差異 BMI = BMI - 理想 BMI

回答者に小学校時代の食生活の様子や食生活に関する意識を想起させ、77項目それぞれについて該当する程度を4点尺度で回答させた(「4. かなりあてはまる」, 「3. どちらかといえばあてはまる」, 「2. どちらかといえばあてはまらない」, 「1. ほとんどあてはまらない」)。

なお、回答順の効果を相殺するために、77項目を8群に分け、回答者ごとに回答順が異なるようにした。

2. 身体属性に関する設問

回答者の身長と体重に関する以下の点について、該当する数字を記入させた。①現在の身長と体重、②現在の身長で回答者が望む体重。身長は「cm」、体重は「kg」の単位で回答させた。

3. 小学校時代の給食設備等に関する設問

小学校時代に「栄養士・調理師」がいたかどうか、「給食室」があったかどうかを尋ねた。

Ⅲ. 結 果

小学校時代の給食環境

70.6%の回答者が、小学校時代に「栄養士・調理師」がいたと報告した(「いた」436名, 「いなかった」170名)。また、「給食室」については84.6%の者が「あった」(523名)と回答した(「なかった」87名)。

体型指数

本研究の回答者の平均身長、平均体重、および理想体重の平均値と標準偏差値をTable 1に

示した。また、BMI(体重_(kg) / 身長_(m)²)、理想BMI(理想体重_(kg) / 身長_(m)²)も記した。さらに、BMIと理想BMIの差異も求めた。

BMI分布を見ると、普通体重に該当する者が大半であったが(434名(75.6%))、25以上の「肥満」カテゴリーの者が16名(2.8%)、18.5未満の「低体重」カテゴリーの者が124名(21.6%)いた。ところが、理想BMI分布のほうでは、「普通体重」が301名(52.4%)、「低体重」が273名(47.6%)であった。両指標の平均値を比較すると(対応のある t 検定)、理想BMIのほうが有意に低かった($t_{(573)} = 20.00, p = .001$)。これらは、瘦身願望の存在を明確に示している。

食育経験尺度

1. 予備分析

食育経験尺度の項目水準での検討を行った。まず、項目平均値の偏り($1.5 < m < 3.5$)と標準偏差値($SD > .60$)のチェックをし、不適切な項目を除去した。次に、残りの項目を対象とした因子分析(主因子法)での各項目の初期共通性を調べ、.250以下のものを除いた。これらの予備分析で除去された項目の一覧をTable 2-aに示す。

2. 因子分析

これらの初期検討で残った項目を分析対象とし、因子分析(主因子法、プロマックス回転($k=3$))を行った。初期因子固有値 ≥ 1.000 を満たす解をすべて求め、適切な因子解を探索

Table 2-a 項目平均値と因子分析（主因子法）における初期共通性の検討

項目平均値の検討	平均値	標準偏差	
(m = 1.5 m < 3.5)			「対 1.5」に関する t 検定
exp_a_6 食べものや食生活に関する講演会などによく参加していた。	1.20	0.50	$t_{(571)} = 14.45 p = .001$
exp_b_5 子どもだけで食事をするが多かった。	1.40	0.69	$t_{(571)} = 3.52 p = .001$
exp_b_9 食事を抜かすが多かった。	1.22	0.55	$t_{(571)} = 12.25 p = .001$
exp_c_4 お箸が苦手で、スプーンやフォークを使うが多かった。	1.30	0.61	$t_{(571)} = 7.97 p = .001$
exp_d_7 栄養士や調理師の人と一緒に食事をするが多かった。	1.26	0.67	$t_{(571)} = 8.66 p = .001$
exp_f_4 親子で参加する料理教室によく行った。	1.40	0.73	$t_{(571)} = 3.25 p = .001$
exp_f_5 その日の給食の献立を、先生に必ず聞くようにしていた。	1.55	0.84	$t_{(571)} = 1.30 ns.$
exp_h_4 一人きりで食事をするが多かった。	1.30	0.62	$t_{(571)} = 7.67 p = .001$
exp_h_9 親子で参加した料理教室で作った料理を家庭でも家族等と作っていた。	1.56	0.84	$t_{(571)} = 1.80 p = .073$
(m = 3.5 m > 3.5)			「対 3.5」に関する t 検定
exp_b_10 行事食（「正月→おせち料理」など）を食べる習慣があった。	3.63	0.70	$t_{(571)} = 4.33 p = .001$
exp_e_1 食事をするのが楽しかった。	3.56	0.69	$t_{(571)} = 2.13 p = .034$
exp_e_9 家族等が料理をする姿をよく見ていた。	3.52	0.70	$t_{(571)} = .59 ns.$
exp_h_5 家庭科の調理実習は好きだった。	3.63	0.64	$t_{(571)} = 4.93 p = .001$
因子分析（主因子法）における初期共通性 <.250		初期共通性	
exp_b_7 食事で好き嫌いがあると、家族等から必ず注意された。	.236		
exp_c_1 食事にかかる時間は大体 30 分くらいだった。	.165		
exp_c_2 食事のときに、汁物がよく出ている。	.231		
exp_d_1 間食をするが多かった。	.207		
exp_d_2 食事をするときには、大体テレビをつけていた。	.164		
exp_d_3 地域の人や近所の人と一緒に食事をするが多かった。	.240		
exp_d_10 おかずは、たいいてい家族一人ずつに分けられていた。	.184		

N = 572

した。その際、①特定因子の負荷量が十分に大きく ($\geq |.400|$)、②他因子への負荷が小さい ($< |.400|$) という基準を設定した。各因子への負荷量大きい ($\geq |.400|$) 項目から下位尺度を構成し、各下位尺度について主成分分析と信頼性分析を行った。

項目の記述特性および因子分析の初期共通性に関する検討で不適切であった項目を除き、残りの項目を対象に因子分析を試みた。因子固有値 ≥ 1.000 を基準にすると 2 ~ 14 因子解が可能であったが、解釈可能な 6 因子解を採用し、先の手続きで分析を反復した。その結果、Table 2-b に表す明確な因子パターンが得られた。なお、以上の分析で除かれた項目の一覧を Appendix 1 に示した。

第 I 因子では、家庭菜園や農業への参加経験や興味を表す項目が高い負荷を見せたので、「食料生産への関与」と命名した。第 II 因子には、地域料理に関する食経験を示す項目の負荷

が高く、「伝統的料理への接触」と名づけた。料理経験や興味に関する項目の負荷が高かった第 III 因子は、「料理経験」とした。また、第 IV 因子で負荷が高い項目は、食べ物の好き嫌いのなさを意味する内容であり、「選り好みのない食生活」と命名した。第 V 因子は、料理の献立への注意や関心を示す項目の負荷が高いため、「献立への関心」とした。最後の第 VI 因子で負荷が高い項目は、中食や外食の利用に関連していた。この因子は、「中食・外食への依存」と呼ぶことにした。

3. 下位尺度の検討

先の因子分析の結果 (Table 2-b) での負荷量 $|.400|$ を基準に、6 個の下位尺度を構成した (ただし、「選り好みのない食生活」下位尺度での exp_b_3 は得点を逆転)。下位尺度項目の合計得点を項目数で割った値をそれぞれの下位尺度得点とした。下位尺度ごとの α 係数と全体 - 項目相関値を検討した。どの下位尺度で

Table 2-b 食育経験尺度に関する因子分析 (主因子法, プロマックス回転 (k=3)) と確認的因子分析 (最尤法) の結果 — 因子負荷量 —

	因子分析 (主因子法, プロマックス回転 (k=3))						確認的因子分析 (係数はすべて p<.01)					
	I	II	III	IV	V	VI	I	II	III	IV	V	VI
(I. 食料生産への関与)												
exp.a.9 家庭菜園で家族等の手伝いをよくした。	.780	-.002	.082	.005	-.065	-.063	.808	0	0	0	0	0
exp.e.7 家族等が家庭菜園に熱心に取り組んでいた。	.769	.029	-.062	.022	.035	-.086	.801	0	0	0	0	0
exp.f.1 家庭菜園で作った食材を食べることがあった。	.761	-.018	-.017	.016	-.038	-.118	.766	0	0	0	0	0
exp.e.5 農業体験 (米作りや野菜作りなど) によく参加していた。	.677	.020	.002	-.068	.060	.135	.637	0	0	0	0	0
exp.e.8 家の近くの田んぼや畑でよく遊んでいた。	.570	.076	-.048	-.047	.020	.031	.580	0	0	0	0	0
exp.i.0 農業 (家庭菜園を含む) や漁業の体験があった。	.558	.060	-.012	-.015	.098	.059	.581	0	0	0	0	0
exp.a.5 農業体験 (米作りや野菜作りなど) に興味が強かった。	.491	.107	.157	.062	-.036	.050	.591	0	0	0	0	0
(II. 伝統的料理への接触)												
exp.b.8 昔から地域に伝わる料理や地域特有の料理を家族等がよく作っていた。	-.021	.861	-.045	-.031	-.011	.013	0	.809	0	0	0	0
exp.b.4 昔から地域に伝わる料理や地域特有の料理をよく食べていた。	.030	.815	-.053	-.048	-.025	-.010	0	.783	0	0	0	0
exp.a.0 昔から地域に伝わる料理や地域特有の料理について、家族等からよく教えてもらった。	.085	.656	.077	.028	.028	.052	0	.754	0	0	0	0
exp.e.6 地域の名産の食材が食卓に時々出た。	.039	.653	-.011	.046	-.036	-.102	0	.672	0	0	0	0
exp.e.3 地域の名産の食材をよく知っていた。	.063	.561	.049	.048	.040	-.007	0	.638	0	0	0	0
exp.b.6 地域の人と行事食や昔から地域に伝わる料理や地域特有の料理などを一緒に食べることがあった。	.082	.474	.029	.005	-.011	.075	0	.533	0	0	0	0
(III. 料理経験)												
exp.g.3 料理の本をよく見ていた。	-.031	.039	.778	-.037	.047	-.070	0	0	.815	0	0	0
exp.g.1 テレビの料理番組をよく見ていた。	-.102	.055	.693	-.067	.100	-.069	0	0	.685	0	0	0
exp.g.7 自分で何か料理やお菓子を作ることが好きだった。	.142	-.081	.605	.037	.033	.013	0	0	.630	0	0	0
exp.d.4 自分一人で料理をすることがあった。	.063	-.005	.545	.050	-.156	.168	0	0	.500	0	0	0
(IV. 選り好まない食生活)												
exp.h.3 初めての食べ物も食べるようにしていた。	.070	-.050	.011	.780	-.046	.042	0	0	0	.765	0	0
exp.b.3 食事の好き嫌いが多かった。	.014	.025	.105	-.758	-.065	.024	0	0	0	-.731	0	0
exp.e.7 いろいろな食べ物を食べるように心がけていた。	-.133	.175	.123	.584	.033	-.022	0	0	0	.644	0	0
(V. 献立への関心)												
exp.g.4 献食献立表を必ず見ている。	.002	-.026	-.031	-.015	.862	.010	0	0	0	0	.823	0
exp.h.0 給食便りには、必ず目を通していた。	.045	.102	-.008	-.017	.609	-.023	0	0	0	0	.653	0
exp.e.2 食事前に献立を気にしていた。	.030	-.082	.071	.047	.567	.037	0	0	0	0	.594	0
(VI. 中食・外食への依存)												
exp.e.4 コンビニ弁当やファースト・フードをよく利用していた。	-.049	.038	-.021	-.039	.015	.750	0	0	0	0	0	.799
exp.e.6 中食 (買ってきた惣菜などを家で食べる) をすることが多かった。	.092	-.065	-.005	-.010	.027	.680	0	0	0	0	0	.660
exp.e.3 外食をすることが多かった。	-.054	.046	.033	.032	-.014	.623	0	0	0	0	0	.605
[因子間相関]												
I	.474	.360	.143	.212	-.098		.543	.391	-.234			
II		.423	.292	.190	-.074			.441	-.196			
III			.283	.274	.022				-.314			
IV				.158	-.173							
V					.000							
初期固有値>1.450; 初期説明率60.85%												
N = 572												
$\chi^2_{(202)} = 788.53, p = .001$ $GFI = .900, AGFI = .880, RMR = .070$												

Table 2-c 食育経験下位尺度の検討

	平均値	標準偏差	α 係数	全体-項目相関値 ^(a)	正規分布への適合度 ^(b)
食料生産への関与	2.11	0.78	.856	$r = .541 - .724$	$z = 2.399$ $p = .001$
伝統的料理への接触	2.09	0.68	.850	$r = .470 - .734$	$z = 2.165$ $p = .001$
料理経験	2.21	0.74	.752	$r = .453 - .649$	$z = 2.130$ $p = .001$
選り好みのない食生活	2.74	0.82	.724	$r = .505 - .602$	$z = 3.086$ $p = .001$
献立への関心	3.06	0.79	.750	$r = .542 - .618$	$z = 3.389$ $p = .001$
中食・外食への依存	1.85	0.66	.721	$r = .482 - .635$	$z = 3.528$ $p = .001$

$N = 592$

(a): 当該項目得点と当該項目を除く総和得点とのピアソン相関値

(b): Kolmogorov-Smirnov の検定

も .700 以上の α 係数が得られ、全体-項目相関値も .450 以上で、尺度として適切であることが示された。ただし、下位尺度得点分布の形状を見ると、どの尺度でも正規性からの有意な逸脱が認められた。これらの結果を Table 2-c に示す。

4. 下位尺度得点に関する主成分分析

6 個の下位尺度得点の潜在的構造を探るために、これらの得点を対象とした主成分分析（プロマックス回転 $\langle k = 3 \rangle$ ）を試みた。初期固有値 >1.000 を基準として 2 主成分分解が可能であった。結果を Table 2-d に表す。

第 I 主成分は、「中食・外食への依存」を除く 5 下位尺度の負荷が高く、『肯定的な食育経験』と名づけた。第 II 主成分では、「中食・外食への依存」がきわめて高い正の負荷を見せ、「選り好みのない食生活」でも負の高い負荷があった。したがって、『否定的な食育経験』とした。なお、回帰法に基づき主成分得点を求めた。

5. 確認的因子分析

先の因子分析 (Table 2-b 左側) では 6 因子分解が得られたが、食育経験の 6 因子構造を明確にするために確認的因子分析 (最尤法) を実施した。因子分析で抽出された 6 個の因子を潜在変数とし、それぞれの因子に対して高い負荷量 ($|.400|$ 以上) が認められた項目を各潜在変数に対する観測変数とした。また、主成分分析の結果 (Table 2-d) を参考に、「食料生産への関与」、「伝統的料理への接触」、「料理経

Table 2-d 食育経験下位尺度得点に関する主成分分析 (プロマックス回転 $\langle k = 3 \rangle$) の結果 — 回転後の負荷量 —

	I	II
『肯定的な食育経験』		
伝統的料理への接触	.738	-.146
料理経験	.727	.080
食料生産への関与	.711	-.071
献立への関心	.547	.130
『否定的な食育経験』		
中食・外食への依存	.150	.915
選り好みのない食生活	.374	-.468
[主成分間相関]	I	-.107

$N = 572$

初期固有値 >1.059 ; 初期説明率 52.64%

験」、および「献立への関心」の 4 個の潜在変数の間、「選り好みのない食生活」と「中食・外食への依存」の潜在変数の間では、それぞれ相互相関を仮定した。

Amos 7.0 を利用して共分散構造分析を行ったところ、Table 2-b 右側に示すように、食育経験の 6 因子構造の仮定が十分であるといえた ($\chi^2_{(292)} = 788.53$, $p = .001$, $GFI = .900$, $AGFI = .880$, $RMR = .070$)。

食育経験と小学校時代の給食環境との関係

小学校時代に「栄養士・調理師」がいたかどうかと食育経験との関係を検討したが (t 検定)、食育経験のいずれの側面でも有意差は見いだせなかった。

次に、小学校時代の「給食室」の有無と食育経験との関係を見ると、「伝統的料理への接触」

Table 3 食育経験と体型指数との関係 — ピアソン相関値 —

	BMI	理想 BMI	差異 BMI
〔下位尺度得点〕			
食料生産への関与	.010	.049	-.033
伝統的料理への接触	-.011	.075	-.086
料理経験	-.049	$p=.086$ -.067	$p=.047$ -.002
選り好みない食生活	-.024	.013	-.045
献立への関心	.036	.022	.028
中食・外食への依存	.049	-.022	.087
			$p=.044$
〔主成分得点〕			
肯定的な食育経験	-.007	.026	-.034
否定的な食育経験	.052	-.038	.106
			$p=.015$

$N = 529$

(給食室なし $m = 2.30$, $SD = 0.83$, $N = 81$; 給食室あり $m = 2.06$, $SD = 0.65$, $N = 483$; $t_{(97.08)} = 2.56$, $p = .012$), 『肯定的な食育経験』(給食室なし $m = 0.25$, $SD = 1.13$, $N = 81$; 給食室あり $m = -0.04$, $SD = 0.98$, $N = 483$; $t_{(101.14)} = 2.19$, $p = .031$) のそれぞれで、有意差が得られた。

食育経験と体型指数との関係

食育経験 6 下位尺度得点および高次主成分得点と体型指数との間のピアソン相関値を求めた。結果を Table 3 に表す。

BMI や理想 BMI は、食育経験との間に有意な関係が認められなかった。差異 BMI は、「伝統的料理への接触」と有意な負の相関、「中食・外食への依存」および『否定的な食育経験』と有意な正の相関を示した。差異 BMI の値が大きいほど痩身願望が強いことになる。

IV. 考 察

「食育」に関する一般テキストを著した藤沢(2005)によれば、「幼児期や学齢期の食育」

では「体験的・実践的に望ましい食習慣や食行動が身につくよう生活環境・学習環境」を整備することが重要である。つまり、子ども時代に培われた食育経験がそれ以降の健康の基礎ともなる。

本研究の主目的は、食育経験の基本的構造の探索であった。小学生の頃の食育経験に関する尺度を作成し、女子大学生に実施した。因子分析により 6 因子が抽出され、下位尺度化した。さらに 2 次主成分分析を行い、『肯定的な食育経験』(「伝統的料理への接触」, 「料理経験」, 「食料生産への関与」, 「献立への関心」) と『否定的な食育経験』(「中食・外食への依存」, 「選り好みない食生活」) の 2 次元上に分類できることが分かった。

わが国の政府によって推進されている「食育推進基本計画」は、①食に関する基礎の習得(食を通じたコミュニケーション, 食に関する基本所作), ②食に関する基礎の理解(自然の恩恵等への感謝・環境との調和, 食文化, 食糧事情への関心), ③食に関する知識と選択力の習得・健全な食生活の実践(食品の安全性, 食

生活・栄養のバランス、食生活リズム)から構成される(内閣府, 2008)。本研究で得られた因子を対応させると、②の側面として「食料生産への関与」、「伝統的料理への接触」、および「料理経験」、③の側面として、「選り好みのない食生活」、「献立への関心」、および「中食・外食への依存」が得られた。「食を通じたコミュニケーション」や「食に関する基本所作」の①の側面は、測定項目には含まれていたが、まとまりが見られなかった。

「食育」の各側面と小学校時代の給食環境との関係を見ると、「栄養士・調理師」の存在が食育経験に影響をもたらさなかった。回答者の年齢からすると、小学校時代に「食育」の重要性の唱導が行われていないので、このような結果になったと推測される。また、「給食室」の存在しないほうが「伝統的料理への接触」などの食育経験が促進されていた。これは、小学校に「給食室」が付設されていない地域性のためであろう。

食育経験とBMIとの関係を見ると、青年期での瘦身願望が、小学校時代の「伝統的接触」により抑制され、「中食・外食への依存」によって促進されることになると考えられる。これは、子ども時代の食生活の不全と心理的変調との間の関連性の仮定(大沢, 1998; 鈴木, 1998など)に対応した知見といえよう。諸井・鈴木(2006)は、一般人と女子大学生を対象に「中食」に関する意識と行動を調べた。中年層や高齢層では「中食」が「外食」と直接的関わりを示すのに、若年層が「中食」を「内食」の代替として位置づけていた。このことも「食育」に関する時代的様相の問題と関連するだろう。

ところで、今田(2005)は、食行動の主要属性として、以下の5側面を挙げ、これらが'70年代以降急激に変化したことを指摘した。①摂取量(どれだけ食べるか)、②食物選択(何を食べるか)、③日時・時刻(いつ食べるか)、④場所(どこで食べるのか)、⑤共食者(誰と食べるのか)。「食育」の重要性の唱導は、

健康という観点から①から⑤の側面を肯定的方向へと意識的に統制する試みである。しかしながら、この試みは、われわれの社会生活の統制へと波及することとなる。

長谷川(2005)によれば、家族の食卓の変化は次の4側面に整理される。①手作り料理へのこだわりの希薄化、②健康志向と食の簡便化の矛盾、③食の軽視、④家族内葛藤の回避としての個食化。たとえば、「食育」の重要性の唱導は、家族のあり方と連動せざるを得ないのである。新村(2006)は、江戸時代の「養生」から現代の健康観からの流れを歴史的に考察する中で、「健康」概念の時代拘束性を解き明かしている。つまり、「食育」唱導の問題は、単に栄養学的問題に還元されるのではなく、社会生活の公的「統制」という側面を孕んでいるのである。

最後に本研究に関する今後の課題を述べよう。本研究では女子大学生の小学校時代の食育経験を測定する測度を作成し、因子分析によって食育経験の6側面を得ることができた。しかしながら、尺度教示での回顧範囲(「小学校時代」)は、大学生という年齢からするとやや大雑把すぎたかもしれない。たとえば、小学1年生頃と6年生頃では、身体的差異は当然として、家族との関係も異なるだろう。回答者が設定する回顧時点が異なるために、「食を通じたコミュニケーション」や「食に関する基本所作」に該当する因子が抽出されなかったのかもしれない。したがって、回顧範囲をもっと限定する必要があるだろう。さらに、本研究では、小学校時代の食育経験と現時点(大学生)での瘦身願望との関連も認められたが、家族関係の状態も含め、今後精査すべきある。

〈付記〉

- (1) 本研究の実施と分析作業は、同志社女子大学2007年度研究助成〈共同研究〉(『女子青年における瘦身願望(3) — 栄養学と社会心理学のインターフェース —』)に基づいて行われた。
- (2) データ入力作業の際に、合田沙織(同志社女子

大学・生活科学部・食物栄養科学科管理栄養士専攻
2007年度卒業生)さんの助力を得た。

(3) データの統計的解析にあたって、*SPSS16.0J for Windows* および *Amos7.0* を利用した。

V. 引用文献

- 足立己幸・NHK「おはよう広場」1983 『なぜひとりて食べるの—食生活が子どもを変え—』日本放送出版協会
- 足立己幸・NHK「おはよう広場」2000 『知っていますか 子どもたちの食卓—食生活からからだと心がみえる—』日本放送出版協会
- 饗場直美・中出麻紀子 2008「食育」はわれわれの生活のなかにどこまで浸透してきているか?—食育に関する意識調査の結果と概要—*食生活*, 102(10), 54-59.
- 藤沢良知 2005『食育の時代—楽しく食べる子どもに—』第一出版
- 長谷川智子 2005 変わる家族の食卓—社会の変化と家族の食— 今田純雄(編)『食べることの心理学—食べる, 食べない, 好き, 嫌い—』有斐閣 131-153頁
- 今田純雄 2005 心理学から見た食—領域の広がり—と内容— 今田純雄(編)『食べることの心理学—食べる, 食べない, 好き, 嫌い—』有斐閣 1-25頁
- 石毛直道 1982『食事の文明論』中公新書
- 諸井克英・鈴木徹 2006「中食」に関する意識と行動—予備的検討— 同志社女子大学学術研究年報, 57, 115-120.
- 内閣府 2008『食育白書』佐伯印刷
- 日本児童福祉協会 2004『楽しく食べる子どもに—食からはじまる健やかガイド—』日本児童福祉協会
- 大場真理子・安藤哲也・宮崎隆穂・川村則行・濱田孝・大野貴子・龍田直子・荻部正巳・近喰ふじ子・吾郷晋浩・小牧元・石川俊男
2001 家族環境からみた摂食障害の危険因子についての予備的研究 *心身医学*, 42(5), 315-324.
- 大沢博 1998『子供も大人もなぜキレる—現代型栄養失調を治すすべ—』ブレーン出版
- 齊藤千鶴 2004 女子大学生の摂食障害傾向に及ぼす家族の食事文化の影響 *家族心理学研究*, 18(1), 43-55.
- 新村拓 2006『健康の社会史—養生, 衛生から健康増進へ—』法政大学出版局
- 篠崎正美 1996 日本家族の現代的変化と家族変動の諸理論—日本的「近代家族」のゆくえ— 野々山久也・袖井孝子・篠崎正美(編)『いま家族に何が起きているのか—家族社会学のパラダイム転換をめぐる—』323-357頁
- 鈴木雅子 1998『その食事ではキレる子になる—心と脳はこんなに食べ物に影響される—』河出書房新社
- 横塚昌子・渡辺満利子・橋本夕紀恵・平塚信子・荒井祐子・鈴木てるみ・玉井頌子・藤田有之・金田麻美・阿曾かずき・阿部直美
2008 地方都市と大都市における女子生徒の食育課題検出のための研究 *学苑・生活科学紀要* (昭和女子大学), 818, 1-8.

Appendix 1 食育経験尺度分析での残余項目

-
- exp_a_1 旬の食材をよく知っていた（「トマト→夏」, 「さんま→秋」など）。
 - exp_a_2 食事時間の長さは、大体決まっていた。
 - exp_a_3 旬の食材を使った料理が食卓に出ていた。
 - exp_a_4 健康と食べ物との関係について意識していた。
 - exp_a_7 旬の食材について、家族等からよく教えてもらった。
 - exp_a_8 自分に必要な食品やその量が分かっていた。
 - exp_b_1 野菜を使った煮物、添え物や、サラダなどがよく出ていた。
 - exp_b_2 夕食の時間は、大体決まっていた。
 - exp_c_5 自然の食物（つくし、よもぎなど）を食べることがあった。
 - exp_c_8 家族等が料理するときには、必ず手伝いをしていた（準備や後片付けなど）。
 - exp_c_9 外国の食文化に興味があった。
 - exp_d_5 食事のときには、家族同士で会話がはずんでいた。
 - exp_d_6 めずらしい外国の料理などを食べるがあった。
 - exp_d_8 家族等と一緒に食材の買い物に行くことが好きだった。
 - exp_d_9 お箸の持ち方など、食事マナーを家族等からよく教えてもらった。
 - exp_e_10 ご飯やおかずのお代わりをよくしていた。
 - exp_f_2 行事食（「正月→おせち料理」など）について、家族等から教えてもらった。
 - exp_f_3 家族等と一緒に食材の買い物によく行った。
 - exp_f_6 家庭科の調理実習で作った料理は、家庭でも自分で作るようにしていた。
 - exp_f_7 学校給食は好きだった。
 - exp_f_8 学校でクラスの人たちと野菜を育てていた。
 - exp_g_2 三食のうち一食は、必ず家族そろって食べていた。
 - exp_g_5 食事の量を自分で調節していた。
 - exp_g_6 家庭科の調理実習の時間には、自分で包丁を使っていた。
 - exp_g_8 よく噛んで食べることを心がけていた。
 - exp_g_9 家庭科の時間には、調理実習がよくあった。
 - exp_h_1 食べることは大切だと思っていた。
 - exp_h_2 家庭科の調理実習の時間には、必ず自分自身で火を扱っていた。
 - exp_h_6 学校にいる栄養士や調理師の人とよくおしゃべりをした。
 - exp_h_7 小学校の給食室をよくのぞいていた。
 - exp_h_8 行事食（「正月→おせち料理」など）を、家族等がよく作っていた。
-