

都市部中学生の主体的な健康食習慣の習得を目指した 学校・家庭・地域連携型 食育プログラムの実施と評価

【代表者】

早見直美 大阪市立大学 生活科学研究科 講師

【共同研究者】

福村智恵 大阪市立大学 生活科学研究科 准教授

柴田亜樹 大阪教育大学 教育学研究科 特任准教授

【研究概要（申請書より抜粋）】

本研究は都市部在住の中学生において健康的な食習慣を主体的に習得させることを目標に、昨年度開発した食育プログラムの拡充・発展に向け行うものとする。具体的には、1) 保護者へ向けた情報共有・食育活動を加えて家庭との連携を強化する。家庭との連携による生徒の食育学習の効果を、アンケートおよびワークシート分析により得られる生徒の食生活および家庭の食生活の変化から検証する。2) 本研究終了後も継続した取組となるよう、地域連携型食育ネットワークを提案する。

大阪市の中学生の朝食摂取率は78.0%と全国と比較して低い等、食生活改善は学力・体力低下と関連する重要課題となっている。不健康な食行動が顕在化する中学生期に食育が必要なことは明白であるものの、中学校における栄養教諭の配置は十分ではなく、大阪市内においても同様の状況にある。

そこで昨年度、学校教諭、行政栄養士、食生活推進協議会等の地域資源との連携を図り、中学生対象の食育プログラムの開発・評価を行った。結果、食育プログラムに参加した生徒は、朝食の品数が増加するなど、本取組は栄養バランス改善に寄与することが示唆された。一方で、朝食摂取率や野菜摂取など栄養バランスの質・量ともにさらなる改善が必要な状況にあり、生徒が日常生活において学習内容を繰り返し実践できる環境を整えることが重要であると考えた。本研究により、1) 家庭との連携の強化、2) 継続した取組とするためのネットワーク構築を行い、生徒の主体的な良好な食行動を促し、健康的な食習慣形成につながることが期待される。