

学童における野菜摂取促進を目指した 教育プログラムの評価指標の検討

佐々木万衣子¹⁾ 藤田修三¹⁾ 吉池信男¹⁾

1) 青森県立保健大学健康科学部栄養学科

Key Words : ①野菜摂取行動 ②行動科学理論
③評価指標

I. はじめに

近年、わが国では食育が各地で行われているが、その背景要因への系統的アプローチは十分になされていない。そこで本研究では、小児の食行動を規定する因子について、特に野菜摂取に焦点をあてて、行動科学理論の枠組みに基づいた検討を行う。

野菜の摂取は小児の健康の維持・増進に有効であるとされ^{1, 2)}、「健康あおもり 21」では、学齢期における野菜摂取量の増加が目標として示されている³⁾。しかし、

この目標は達成されておらず、その増加が課題となっている。したがって、野菜摂取量が低いままに留まっている要因を明らかにすることが重要である。学童の野菜摂取行動に影響を及ぼす因子は多く、学童個人の知識・態度・スキルだけでなく、家庭環境、学校環境、地域環境などが複雑に絡み合っている。そのため、このような要因を分析するには、学童個人と個人の所属するクラスター間の関連を含めたマルチレベルでの分析を行う必要があるが、本報ではそのような報告はない。

II. 目的

青森県東青地域県民局は平成 20 年度あおもり食育推進モデル事業を展開し、青森県平内町の対象校学童に対して、野菜摂取を促す食育プログラムを行っている。

本研究の目的は、このフィールドにおいて質問紙調査を行い、今後マルチレベル分析を行うための仮説設定および学童の野菜摂取行動とその要因に関する指標の検討を行うことである。

III. 研究方法

1. 調査方法

調査対象は、平内町立 A 小学校の全学童 55 名およびその保護者 44 名とした。小学校において、研究代表者が十分な説明と依頼を行った後、学校を通して質問紙を配布し、後日郵送にて回収を行った。質問紙への回答は無記名としたが、学童と保護者との間のデータリンクが可能となるように、世帯ごとの回収を行った。なお、本研究は青森県立保健大学研究倫理委員会において承認を受けた。

2. 評価デザイン・理論モデル・調査項目

今回は対照群を設定せずに、前後比較デザインを用いて指標の検討を行った。理論モデルとして、社会的学習

理論、計画的行動理論および行動変容のステージモデルを用いて質問紙の項目を構成した。項目は、食への積極性、食物摂取状況、食行動、知識、態度（結果期待、自己効力感、嗜好、行動に影響する要因）、スキルの6項目とした。

IV. 結果および考察

事前調査において、1日の野菜摂取皿数で5～6皿以上食べている人の割合は、学童の約16.7%、保護者の約11.4%であり、両者ともに野菜摂取量が低かった。野菜摂取量の低い者のうち、野菜摂取目安量を知らない学童および保護者は、それぞれ約75.5%および約79.1%であった。これらの結果から、学童の野菜摂取量が低いことの要因の一つとして、学童個人および保護者における野菜摂取目安量の知識が十分でないことが示唆された。

学童の野菜摂取行動を家庭と学校給食で比較したところ、野菜料理を家庭では残すが給食では食べるという学童は約28.3%であった。さらに、苦手な野菜料理が出た場合には、半数の学童が、家庭では「食べない」または「一口だけでも食べる」のに対し、給食では「全部食べる」または「ほとんど食べる」と回答した。これらの結果から、学童の野菜摂取量を増加させるには、学校よりも家庭、すなわち保護者にアプローチすることが効果的と考えられた。

学童が野菜摂取行動を起こすために保護者にしてほしいことと保護者が実際にしていることを比較したところ、両者のギャップが大きかった。

以上の結果等から、学童の野菜摂取が十分でないことの背景要因の分析を行い、それらをふまえて約4ヵ月間の食育推進モデル事業を実施していくこととした。今後、事後調査の結果を含めて、さらに詳細な検討を行い、よりよい指標の開発を行う。

V. 今後の展開

検討・開発した指標を用いて、青森県内数箇所では調査を行い、学童の野菜摂取行動に関するマルチレベルでの分析を行い、学校や地域ごとの特性を明かにしたいと考えている。さらには他県との比較検討を行い、各クラスターの野菜摂取行動に影響を及ぼす因子を分析し、それぞれの特性に合わせた効果的アプローチについて検討を進めていく予定である。

VI. 文献

- 1) Baxter AJ, et al. Dietary patterns and metabolic syndrome-a review of epidemiologic evidence. Asia Pac J Clin Nutr, 15, 134-142, 2006.
- 2) Chatzi L, et al. Diet, wheeze, and atopy in school

children in Menorca. Pediatr Allergy Immunol, 18, 480-485, 2007.

- 3) 青森県健康福祉部保健衛生課：「健康あおもり21」改訂版、活彩あおもり、2007.