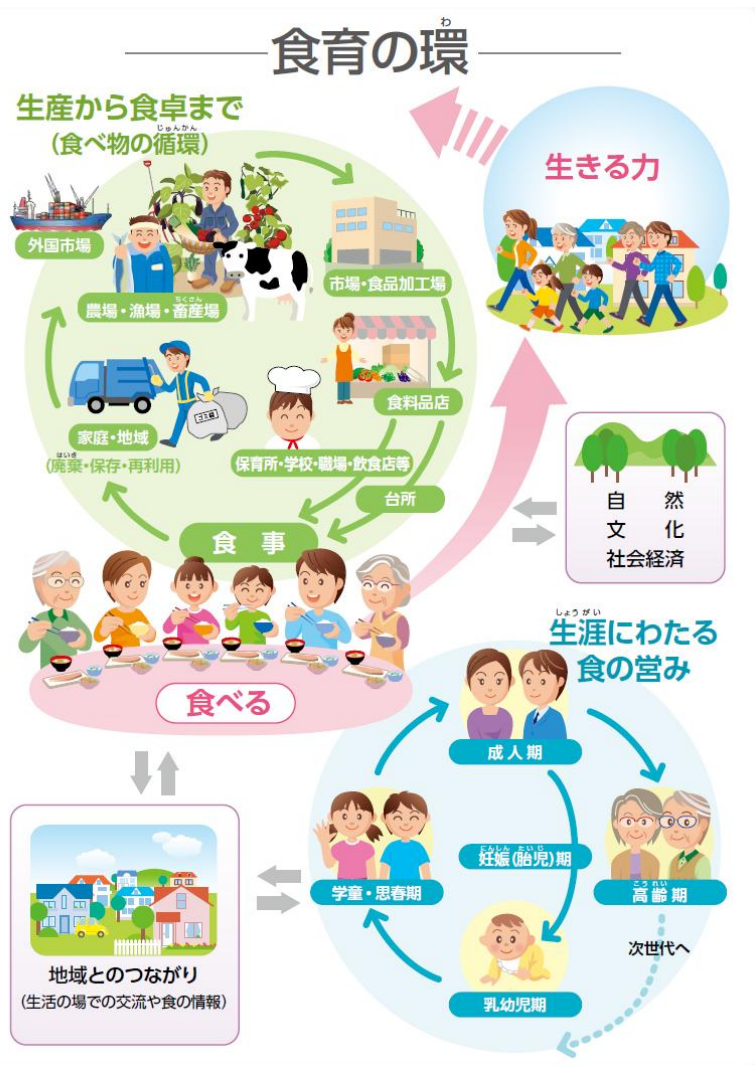
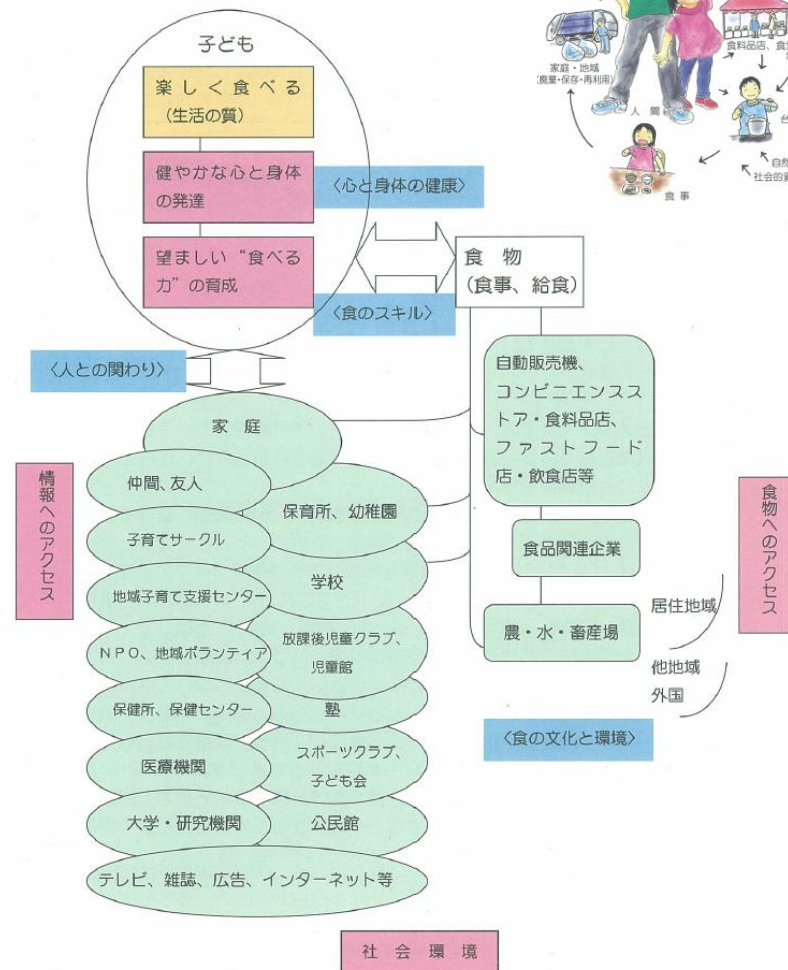


食育を「俯瞰的に見る」見方

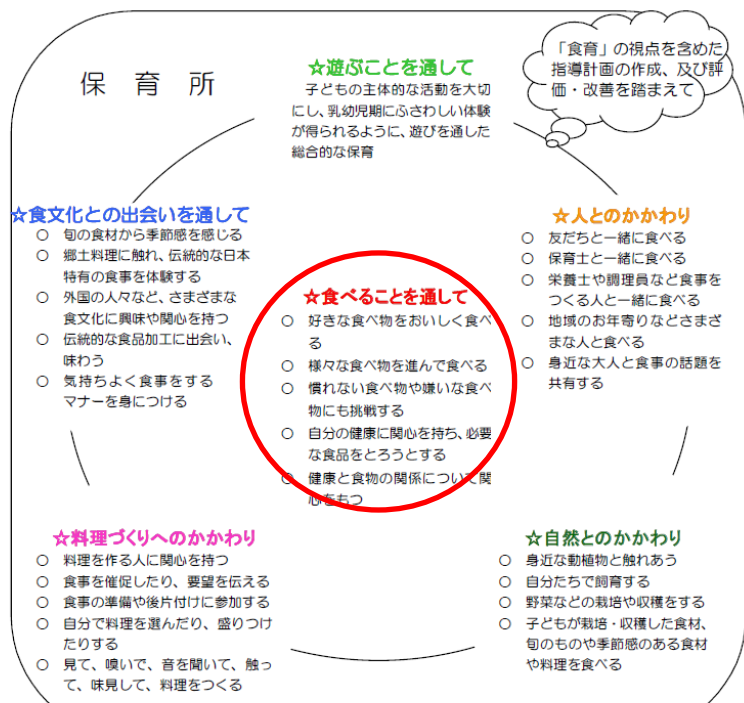


内閣府2012: 食育ガイド



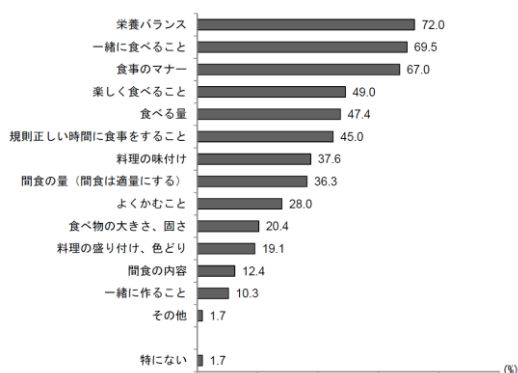
厚生労働省2004: 楽しく食べる子どもに 食からはじまる健やかガイド

保育所・小学校及びその家庭における食育の推進



「文部科学省：食に関する指導の手引」から上原作図

厚生労働省：保育所における食育に関する指針

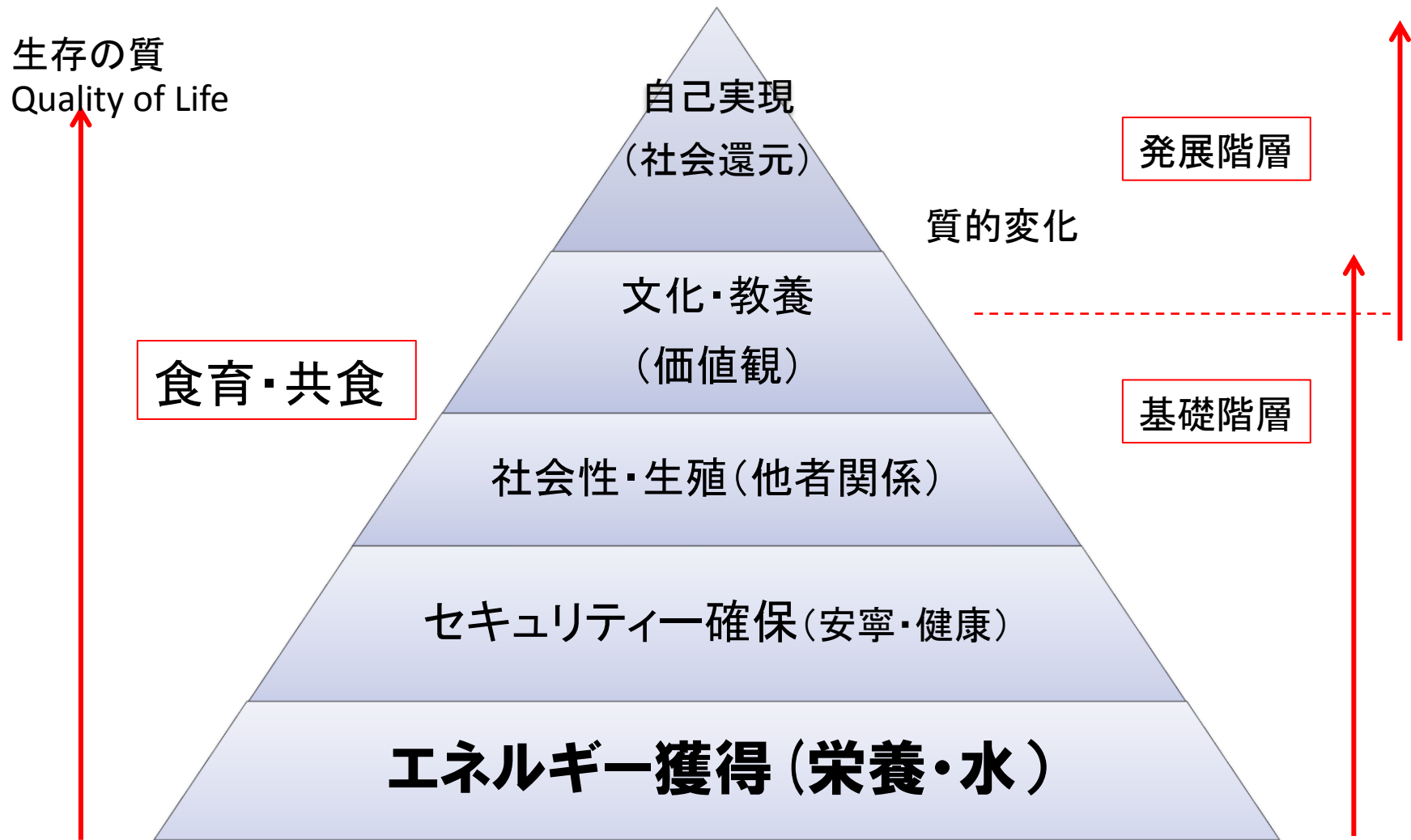


家庭



文部科学省生涯学習政策局男女共同参画学習課家庭教育支援室

生存の質に関する階層構造試論



共食頻度と子どもの心の発達との関係性

【方法】

1 対象者及び調査方法(平成24年11月)

- ・愛知県内3市小学校5年生1,447名
有効回答数1,230名(85%) 男子604名 女子626名
- ・自記式質問紙による調査

K市	A市	N市
商業・工業地域	住宅・農業地域	農業地域
名古屋市に隣接 住宅地24.4% 田・畑 20.4%	県西部 住宅地35.0% 田・畑 39.3%	県東部 住宅地25.5% 田・畑 54.2%
人口 66,124人 世帯数 26,626世帯	人口 88,161人 世帯数 34,284世帯	人口 169,873人 世帯数 58,843世帯

2 調査内容

- ・個人属性(年齢, 性別, 身長, 体重, 家族数, 兄弟数)
- ・家庭の食事に関すること(9問)
- ・学校給食に関すること(4問)
- ・自己意識尺度を用いた質問(19問)

自己意識尺度を用いた心の発達指標

公的自己意識

私的自己意識

注意を向けやすい傾向

自己の外
面
(服装や髪形)
他者に対する
自分の言動等

自己の内面
感情や気分

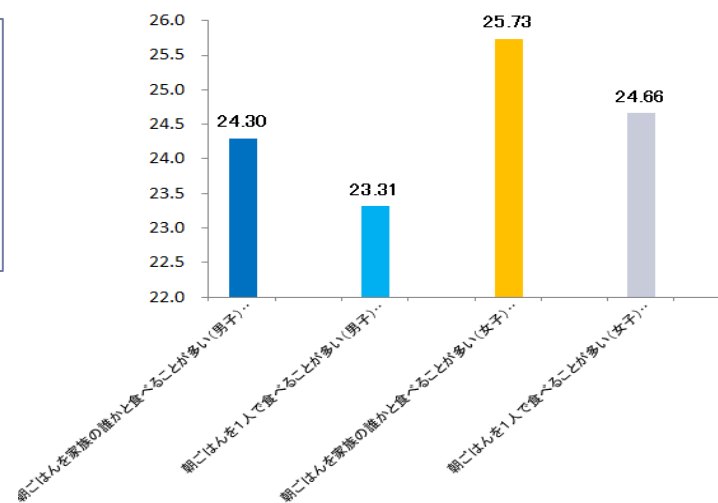
自己意識尺度=私的自己意識の傾向は、子どもの精神的・発達的な指標、
適応の指標として用いることが可能（櫻井茂男）

共食の頻度別自己意識得点の結果

	男 子			女 子		
	共食頻度が 高い群 n=389	共食頻度が 低い群 n=215	群間差 (p値)	共食頻度が 高い群 n=386	共食頻度が 低い群 n=240	群間差 (p値)
公的自己意識	18.24	18.54		21.82	21.57	
私的自己意識	24.30	23.31		25.73	24.66	*

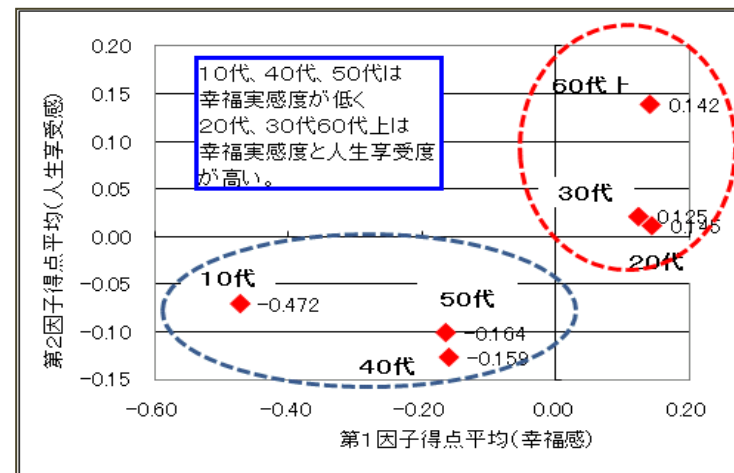
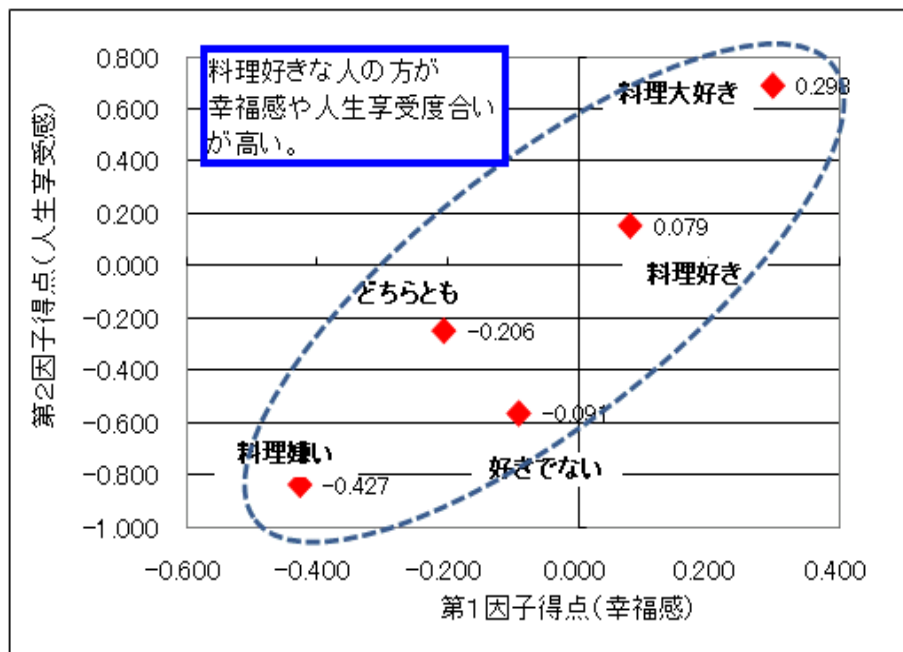
①共食頻度で比較すると公的自己意識より私的自己意識の方が差がみられた。

②私的自己意識は、共食頻度の高い群の方が低い群より男女とも得点が高かった。



「料理を作ることが好き」な人の幸福感

2010年8月の2日間、午前10時から午後5時までの時間、名古屋市内大型店舗2店舗で来店者を対象に、無記名自己記入式で行った。有効データ321名（女性）の結果である。



人間の幸福度の尺度については島井哲志らのSubjective Happiness Scale (SHS)の日本語版³⁾を用いた。島井哲志は2004年、英語版のSHSを日本語版に翻訳し、その信頼性と妥当性の調査を行っている。この「日本版主観的幸福感尺度」は4項目からなる尺度であり、7件法で1点から7点として集計するものである。比較的、地域の幅広い年齢層にも調査が可能であることから調査項目として用いた。

食育に和食を取り入れる意義とは

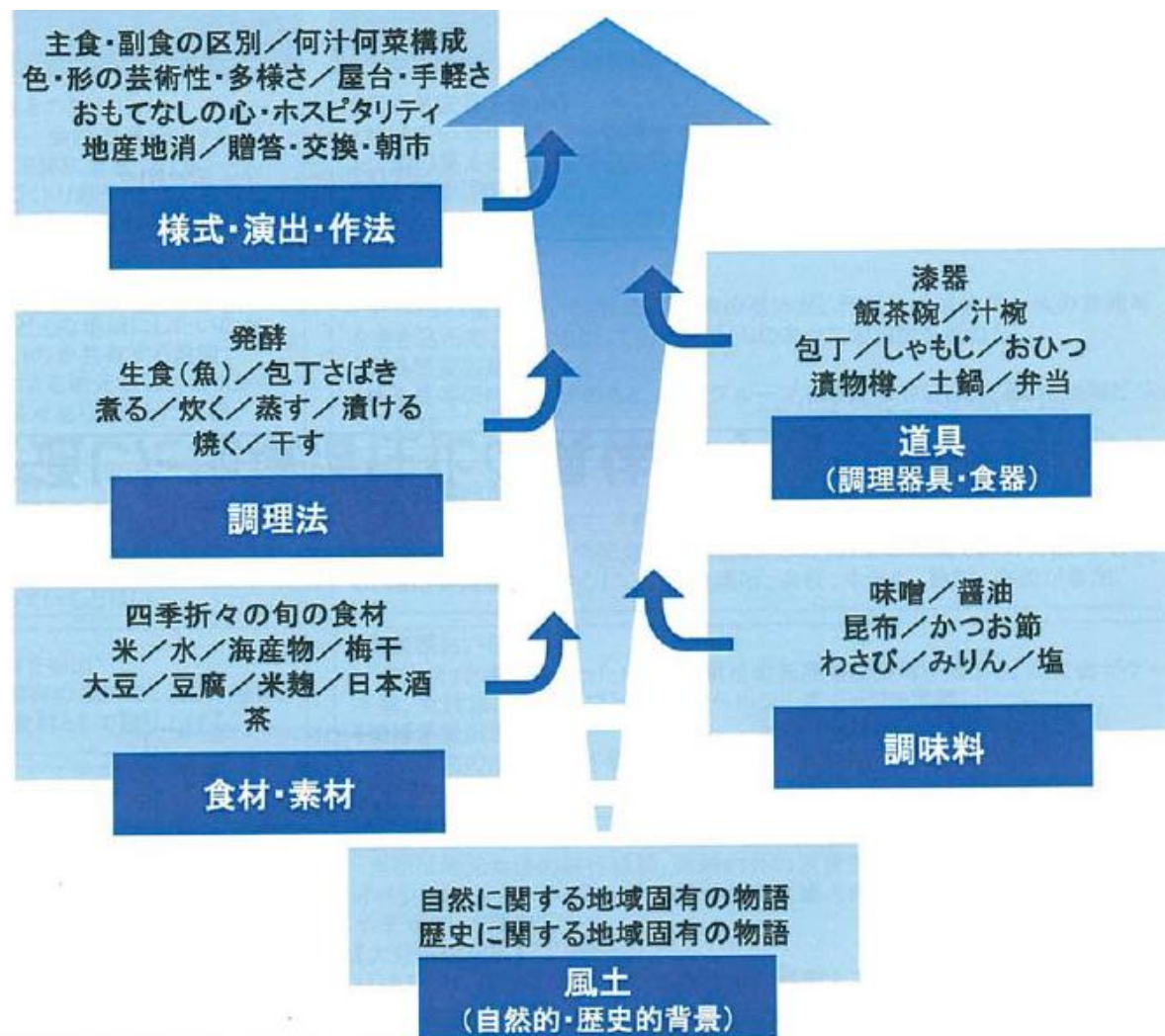


和食とは・・・

日本食文化の概念

平成22年度日本食文化を通じた地域活性化に向けた調査委託事業報告書より抜粋

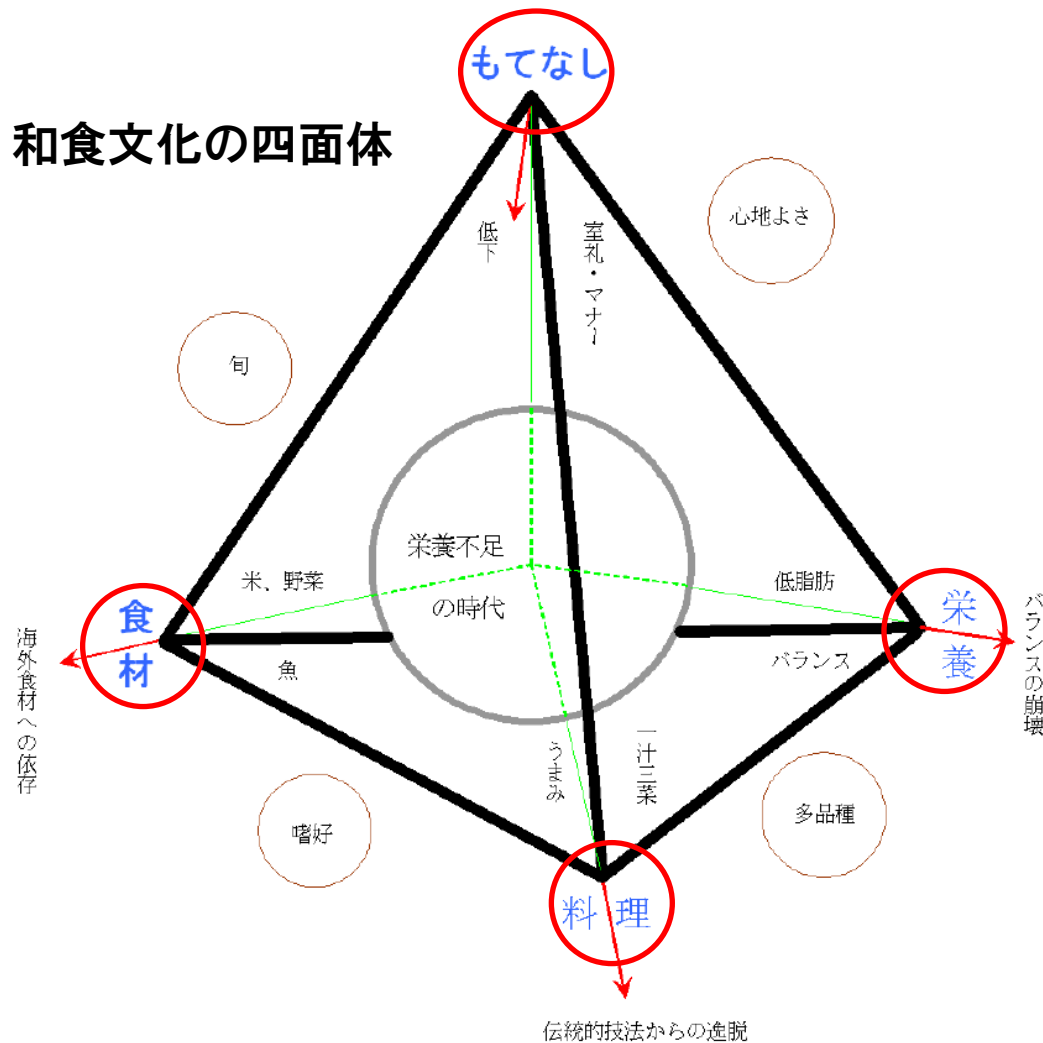
- 日本食文化の概念を形作るカテゴリーとして、地域固有の「風土」とこれに紐づく「食材・素材」があり、食材や素材を生かすための「調味料」や「調理法」、またこうした知恵や工夫を支える「道具」、様々な要素が組み合わせることで形作られる「様式・演出・作法」の大きく6種類を挙げることができる。
- 各カテゴリーの要素が積み重なることで、より本物の日本食文化が発揮されるものと考えられる。



和食とは・・・

二次利用不可

和食文化の四面体



和食とは・・・

理想の和食給食

- ・季節に応じた多様な食材とそれを生かす工夫がある
- ・御飯と汁物を軸とした、型の整った献立である
- ・季節感や自然の美しさを表現した内容である
- ・年中行事に関連した献立がある
- ・おいしい給食である



鯖のつけ焼き五目豆あんかけ じゃこと野菜のごま酢和え
五色野菜のお吸い物



豚バラ肉の甘酢あんかけ ふろふき柚子大根 かぶのすりなかし
さつま芋のレモン煮



わかさぎの唐揚げ白菜の甘酢あんかけ 小松菜と油揚げのごま炒め もやしとベーコンのみそ汁



鯖の味噌煮あんかけ 小松菜としめじのお浸し 冬瓜と
もずくのしょうがかつおだし汁 紅芋プリン



農林水産省：和風給食2014から抜粋

二次利用不可

あわ麩のかば焼き 沢煮椀 菜花と南席あげのお浸し

五郎島金時と大根葉のご飯 鯖の柚庵焼き 小松菜煮びたし 干草椀風お吸い物

和食とは・・・

特徴1. 多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用



日本の国土は南北に長く、海、山、里と表情豊かな自然が広がっているため、各地で地域に根差した**多様な食材**が用いられています。また、素材の味わいを活かす調理技術・調理道具が発達しています。

特徴3. 自然の美しさの表現



食事の場で、自然の美しさや**四季**の移ろいを表現することも特徴のひとつです。季節の花や葉などで料理を飾りつけたり、季節に合った調度品や器を利用したりして、季節感を楽しみます。

特徴2. バランスがよく、健康的な食生活

一汁三菜を基本とする日本の食事スタイルは理想的な栄養バランスと言われています。また、「**うま味**」を上手に使うことによって動物性油脂の少ない食生活を実現しており、日本人の長寿、肥満防止に役立っています。



特徴4. 年中行事との関わり



日本人の食文化は、民族の**年中行事**と密接に関わって育まれてきました。自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。