

鳥取県における食育推進のための実践的食生活研究～幼児・高校生を中心として～

発表者

○ 野津あきこ 鳥取短期大学生生活学科教授

概要

食育に関する県内での調査・研究を行い、その成果をもとに食の課題についての情報発信や成果の活用に努めている。本研究は、幼児と高校生を対象としているが、本報告では、中部地区高校生を対象とした意識調査及び食生活調査を22年度に実施したのでその結果を報告する。

背景と現状

県の食生活に関わる健康づくり施策は「健康づくり文化創造プラン」や「食のみやことっとり～食育プラン～」である。食育は、生涯を通して学ぶべきものであるが、高校生にとっては自分自身の進路を決める大切な時期でもあり、一般的には食育に対する関心は低い。

研究活動・活動内容・調査結果等

目的

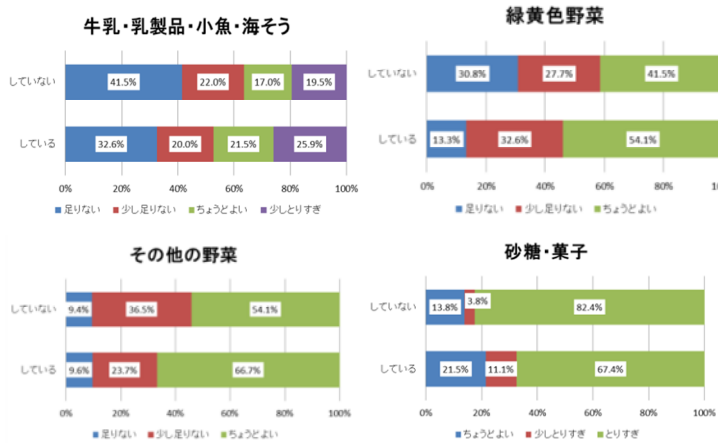
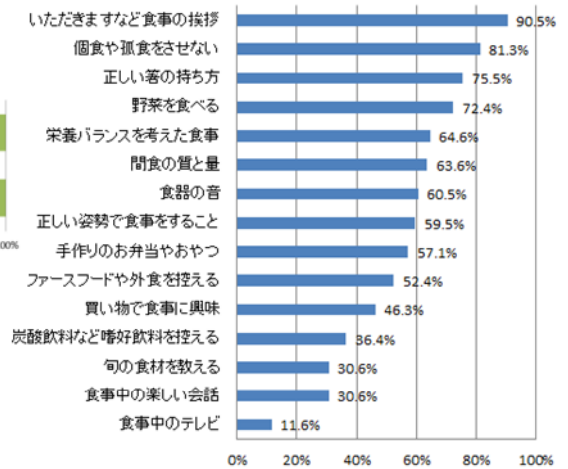
高校生の食生活は、将来自立したときの食生活習慣の形成に深くかかわる。本調査により鳥取県内の高校生の食事摂取状況や食育に関する意識調査から、食育を推進するための資料作成や実践活動を行うことを目的とする。

BDHQ15yによる食生活調査および意識調査
 解析対象: 中部地区高校生 315人中294人(93.3%)
 実施: 平成23年3月

◆食品群別摂取状況と意識調査のクロス集計
 現在健康に配慮した食事をとっている人(135人, 45.9%)と配慮していない人(159人, 54.9%)の食品群別摂取量を比較したところ「牛乳・乳製品・小魚・海そう」「緑黄色野菜」「その他の野菜」のとり方に違いがあり、配慮していない人はこれらが不足している人が多い傾向があった。また、配慮していない人は、「砂糖・菓子」をとり過ぎている人の比率が高かった。

◆自分の子どもに伝えたい食育(複数回答)
 高校生が自分の子どもに伝えたい食事のマナーや食に対する関心について聞いたところ、「いただきます。ごちそうさまをいうこと。」が最も多く、90.5%を占めた。次いで「個食や孤食をさせないこと」「正しい箸の持ち方」「野菜を食べる」などが多かった。

あなたが子どもへ伝えたい食育



おわりに

20年度に「食育を考える研究会: 中部地区保護者有志」が高校生を対象とした食育アンケートを行い、以降、継続的に高校生の食育に取り組み、保護者会などの機会を利用して報告や研修会を行っている。23年3月には、BDHQ15y(簡易型自記式食事歴法質問票)を利用した食事調査と食育に関する意識調査を行い、その関連性を検討した。23年度は、高校生のほか幼児等を中心とした食生活研究を行う予定である。

【ライセンス情報】 発明の名称:

発明者:

【産業界へのメッセージ】 鳥取県の健康づくり施策「健康づくり文化創造プラン」「食のみやことっとり～食育プラン～」(いずれも平成20年4月策定)等を推進します。

連絡先: 鳥取短期大学生生活学科食物栄養専攻 教授 野津あきこ

倉吉市福庭854 TEL. 0858-26-1811 E-mail: akknt@ns.cygnus.ac.jp

分野

その他(栄養・食生活)

プレゼンタイム

有 無 ○