実践報告

幼児の偏食に対する保護者の関わり方に関する教材開発と実践のプロセス評価
―社会的認知理論を活用したパネルシアター―

會退　友美[*1]・赤松　利恵[*1]

目的：社会的認知理論を活用した幼児の偏食に関する教材を開発した．本稿では，本教材の紹介とそれを用いた実践のプロセス評価を報告する．
方法：2011年５月から７月，都内幼稚園３園の園児，児童館２館の幼児クラブに通う子どもとその保護者を対象にパネルシアターを実践し，プロセス評価を行った．パネルシアターのテーマは，「苦手な食べ物にチャレンジしよう！」とした．まず，親子を対象にパネルシアターを実施し，その後，保護者を対象にパネルシアターの内容を社会的認知理論に基づいて解説した．パネルシアターが終了後，その場で無記名自記式質問紙によるプロセス評価を実施した．
結果：計135名の保護者がパネルシアターの鑑賞会に参加した．プロセス評価の結果，ほとんどの者が内容に興味深かった（97.0%），わかりやすかった（96.3%）と回答した．また，自由記述において，幼稚園の保護者では，偏食のプレッシャーが軽減したなど，教材に対する肯定的なコメントが得られた．また，行動技法に関しては，モデリングを取り入れたいというコメントが幼稚園の保護者で多かった．一方，児童館では，対象の子どもの年齢が２歳前後であったことから，集中力の維持が難しいという意見があった．
結論：パネルシアター会参加者を対象に教材を用いた実践のプロセス評価を行った結果，教材に対して一定の評価が得られた．また，幼稚園の保護者から，偏食のプレッシャーが軽減されたという感想が寄せられ，教材として活用できる可能性が示唆された．

〔日健教誌，2012；20(4)：288-296〕

キーワード：偏食，幼児，保護者，社会的認知理論，教材

Ⅰ　緒　　言

近年，幼児の偏食など食の悩みを抱える保護者が増加している[1)]．このような食の問題について，周囲の者が「食べなさい」と強制することは，その食べ物にネガティブな印象を抱かせ，よりその食べ物を苦手にさせるとして推奨されていない[2)]．その他，ほうびや罰などを提示して子どもに食べさせる方法も同様である[3)]．そのため，これらの行動に代わる助言が保護者に必要である．しかし，子どもの偏食に関する教材は，調理の工夫を提案するものや食べ物の栄養素に関するものが多い[4)]．このような助言は，食物に焦点を当てたもので食卓における親子の関わり方に関する助言ではない．

食卓における助言の１つとして，周囲が楽しく食べるというものがある[5)]．これは，行動技法の１つであるモデリングを応用したものである．子どもは周囲の者の行動を観察して模倣する[6)]．これは行動の実行に必要な自己効力感を高める方法であり，社会的認知理論から発生している[7)]．自己効力感を高める行動技法としては，その他にも

[*1] お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科
連絡先：赤松利恵
住所：〒112-8610　東京都文京区大塚2-1-1
お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科
TEL & FAX：03-5978-5680
E-mail：akamatsu.rie@ocha.ac.jp

Copyright © Japanese Society of Health Education and Promotion

遂行行動の達成がある．これは，ある行動の成功体験が，類似した行動について「またできるだろう」という確信をもたらすというものである．つまり，成功体験による達成感が自己効力感を高めるのである．遂行行動の達成の具体的方法もいくつか知られている．過去の成功体験を思い出す，小さい目標を設定して成功体験を積み重ねるスモール・ステップなどである．また，これら成功体験の後に保護者が子どもをほめることによって，行動に対する正の強化が促される．正の強化は，刺激－反応理論を応用した行動技法である[8]．このようなさまざまな関わり方によって，子どもが自ら食べてみようと思う気持ちを高めることができる．

周囲が楽しく食べるという助言は，社会的認知理論の相互決定主義という概念からも説明できる．相互決定主義は，人の行動と個人要因（認知）と環境の３つは互いに関連しているという考え方である[9]．子どもの認知や行動は環境の影響を受けるため，子どもの環境要因である保護者の行動が変容することにより，子どもの行動と認知が変容する．

これまでの幼児期の栄養教育に関する報告では，対象者が子どものみや[10,11]，保護者のみ[12]に限定されていた．保護者と子どもを対象としたとしても，それぞれに対して異なる教材を用いた介入であり[13]，同じ教材を共有した報告はほとんどみられない．しかし，保護者と子どもの相互関係こそがよりよい食習慣形成につながり得るものであり，先行の報告においても，幼児期の子どもの栄養教育プログラムには，子どもだけでなく保護者を含めることが重要であるといわれている[14]．

そこで，今回，子どもの偏食に関する教材として，社会的認知理論に基づいたパネルシアターを開発した．パネルシアターの内容は，親子で楽しめるものとした．本教材の特徴は，相互決定主義でいう子どもの環境要因である保護者の関わり方に焦点をあてていることと，その関わり方は自己効力感を高める行動技法を応用していることである．本稿では，この社会的認知理論を用いた教材を紹介するとともに，教材を用いた実践のプロセス評価を報告する．

Ⅱ　実践内容

１．教　　材

１）教材パネルシアターの特徴と教材のねらい

幼児を対象とした栄養教育では，人形を使う，物語になっている，歌を歌うなど活動的な要素を含む内容がよいとされている[14]．そこで，今回，幼児から大人までが鑑賞可能な視聴覚教材であるパネルシアターを作成することにした．この教材は，保育現場でよく用いられており，基本動作は，パネル布という起毛する布地がはられたボードに，不織布によって作られた絵人形を動かしてみせるものである．絵人形を動かす者は，対象者と簡単にコミュニケーションをとりながら活動を進めることができる．取り扱う内容は幅広く，実際に食育を題材にした作品も作成されている[15,16]．

本教材のねらいは，保護者と子どもそれぞれに設定した．保護者に対するねらいは，社会的認知理論に基づき，子どもの偏食に対する保護者の関わり方を学ぶこととした．環境要因である保護者が関わり方を学ぶことで，保護者が変わり，子どもの認知や行動が変容することをねらった．また，子どもに対しては，野菜への関心や興味を高めることに加え，物語の主人公が苦手なものにチャレンジする姿を観察学習することをねらった．

２）専門家による意見と工夫点

本教材の開発にあたり，パネルシアターを実践する児童文化の専門家から仕掛けなどについて，また保育園児を対象に予備実践を行った際には，保育士から実践に関して助言を受け，適宜修正を行った．

助言の内容は，絵人形の表情の描き方を統一する，はっきりとした色づかいにする，人形の縁取りをしっかりする，できるだけ大きく手を動かして子ども達がわかりやすいように演じるなどであった．これらの助言を参考に修正を行った．

３）パネルシアターの会場設営，演じ方

幼稚園では，講堂の壇上にパネル板を設置し，

子ども達はマットに座り，保護者はその後ろでパイプ椅子に座って鑑賞した．児童館では，会場の前中央にパネル板を設置し，その前に保護者と子どもが一緒になって座った．パネル板の後ろに設置した台に絵人形を登場の順番に重ねておき，演者はパネル板の横に立って絵人形を貼ったり外したりして対象者とコミュニケーションをとりながら物語を進行した．物語の所要時間は，約15分であり，途中で手遊びを行う構成とした．

4）教材「ほねくんとやさいスープ」のあらすじと用いた理論（図１）

パネルシアターのあらすじは，以下の通りである．*主人公ほねくんは，ママが作ったやさいスープに入っているにんじんが苦手で食べられません．困ったほねママは，ほねくんがチャレンジしようとする意欲を高めるためにいろいろな工夫を行い，最後は２人とも笑顔でやさいスープを食べました．*

図１にパネルシアターの様子を示す．お腹を空かせた主人公のほねくんが登場する（図1-1）．お腹を空かせたほねくんのためにママが野菜のスープを作る（図1-2）．このスープ作りでは，スープに入れる野菜それぞれを手遊びで表現し，子ども達が野菜に親しみをもつようにした．手遊びの後，スープができあがり（図1-3），ほねくんが喜んで登場する．しかし，ほねくんはスープに入っていたにんじんが嫌いで食べない（図1-4）．その様子に困ったママは，「この前お花の形をしたにんじんをおいしいと食べていたわ（過去の成功体験）」（図1-5），「この大きなお皿はママが食べるわ．小さいお皿のスープを食べてみない？（スモール・ステップ）」（図1-6），「あ～おいしい，このスープとってもおいしいわ（モデリング）」（図1-7）と発言する．その結果，ほねくんはママ同様に笑顔でスープを食べ切る（図1-8）．

5）保護者対象「ほねくんとやさいスープ」の解説

パネルシアターで用いた絵人形を使い，偏食と物語で用いた理論について約10分間の解説を行った．解説では，理解しやすさを考え，自己効力感を自信という言葉に変えて説明した．

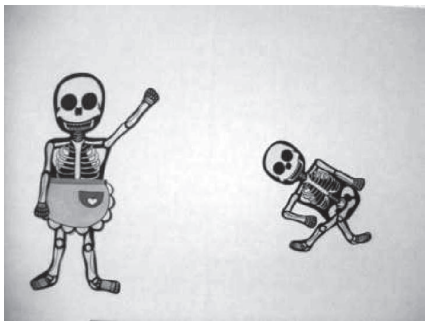
①　偏食の説明

幼児期の偏食は，発達過程でみられる自我の芽生えによって起こる現象であることを述べ，偏食の考え方について説明を行った．しかし，子どもの偏食を放っておくのではなく，子どもがチャレンジしようとする意欲を高める機会を設けることは必要であることを伝えた．

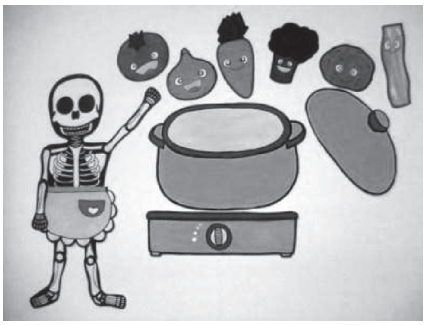
②　物語で用いた理論の解説

理論を解説することにより，保護者が理論を応用して子どもと関われるよう，「ほねくんとやさいスープ」の物語が社会的認知理論に基づいていることを解説した．子どもがチャレンジをしようとするためにとる保護者の関わり方として物語で用いた３つの行動技法（以下，①～③）と食卓で用いることができる正の強化（④）について述べた．最後に，食べたという「達成感」が「自信」となり，新たに「チャレンジ」しようという気持ちが生じるという解説をしながら，３つのキーワードをパネル板に貼って説明した．

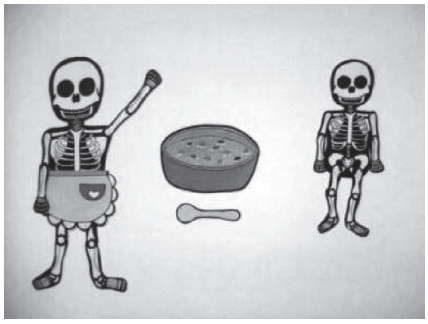
①過去の成功体験：「ほねくんとやさいスープ」で使用した吹き出しを貼り，以前に食べられた経験がチャレンジしようという気持ちを高めることを解説した．②スモール・ステップ：物語中で示した大きいスープ皿と小さいスープ皿を両手に持って示しながら解説した．少しずつ階段をのぼっていくように段階をあげながら，できそうな目標を設定することとした．この時，茶碗に盛ったご飯も示し，ご飯の量を明確に減らす方法も同時に解説した．③モデリング：パネル板に貼ってある笑顔のママを指しながら行動技法の説明をした．子どもは，周囲の人，特に自分が親しみをもっている人の行動を観察し，その行動を学習，模倣することを述べた．そのため，食卓を囲む人が，おいしそうに楽しそうに食べることによって子どもがまねをして，食べてみようという気持ちを高めると解説した．④正の強化：パネルシアターの物語には含んでいないが，親や先生など親しい人から「ほめられる」ことにより，次のチャレンジへの気持ちが高まることを説明し，子ども



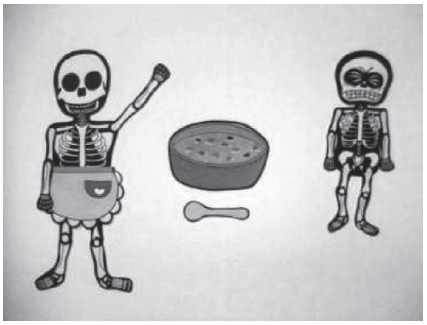
お腹を空かせたほねくんのため，
ママがやさいスープをつくる．
図1-1



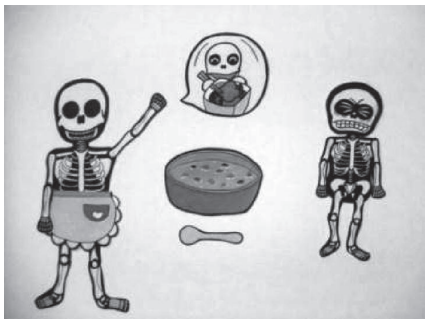
ママがやさいたっぷりのスープをつくる．
図1-2



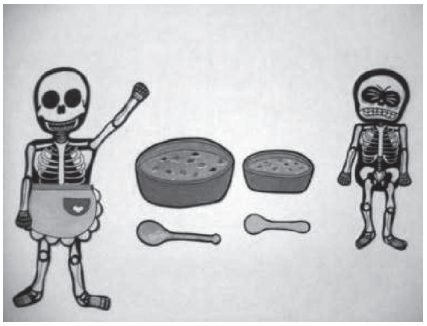
スープが完成する．
図1-3



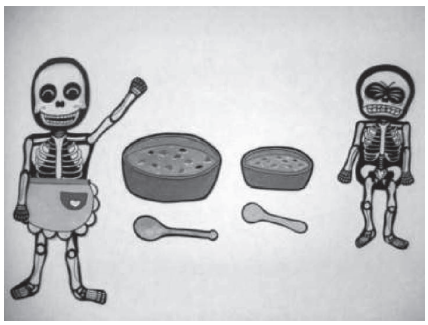
ほねくんがスープに入ったにんじんを嫌がる．
図1-4



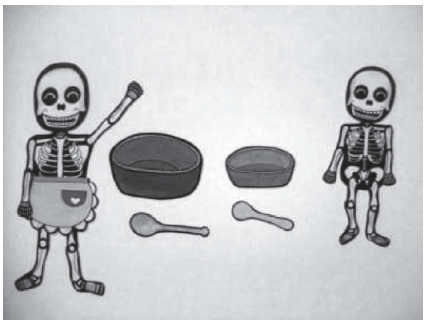
以前食べられた話をする
(* 過去の成功体験)．
図1-5



小さな器に盛る
(* スモール・ステップ)．
図1-6



ママが笑顔で食べる
(* モデリング)．
図1-7



ママもほねくんも完食する．
図1-8

図１　「ほねくんとやさいスープ」の流れ
* 社会的認知理論に基づいた自己効力感を高める行動技法

が苦手な食べ物にチャレンジした際，「ほめる」ことをすすめた．

2．実践の概要，評価方法

2011年５～７月，都内幼稚園３園の園児，児童館２館の幼児クラブに通う子どもとその保護者を対象に計５回パネルシアターを実施した．幼稚園では，保護者と子どもが一緒にパネルシアター「ほねくんとやさいスープ」を鑑賞し，その後子どもは退室し保護者のみが解説を聞いた．児童館では，週に一度の幼児クラブの時間にパネルシアター「ほねくんとやさいスープ」，解説を続けて実施し，両方とも保護者と子どもが参加した．幼稚園，児童館ともに，同じ研究者１名がパネルシアターと解説を行い，司会進行は，各施設の施設長が行った．実践のプロセス評価は，「ほねくんとやさいスープ」と解説が終了後，無記名の質問紙と筆記具を配り，その場で回答してもらった．倫理的配慮として，質問紙への回答には自由意思が尊重されていること，途中で回答をやめても不利益は被らないことを説明した．

3．パネルシアターおよび解説のプロセス評価

パネルシアター「ほねくんとやさいスープ」に対する評価では，内容の興味，わかりやすさ，見やすさ，時間の長さ，話す速度をたずねた．解説では，内容の興味，わかりやすさ，時間の長さ，話す速度，日常生活に取り入れたいかをたずねた．また，回答者の園児の年齢，性別をたずね，自由記述欄を設けた．

4．解析方法

児童館では保護者と子どもが一緒に解説を聞いたこと，児童館の子どもの年齢が幼稚園の子どもよりも低かったことから，幼稚園と児童館に分けて記述統計を行った．統計解析ソフトは，IBM SPSS Statistics 19.0 for Windows を用いた．また，自由記述への回答は，１名の研究者が同じような内容をまとめてカテゴリ化し，２名の研究者が確認を行った．

なお，本研究は，お茶の水女子大学生物医学的研究の倫理特別委員会の承認を得ている．

Ⅲ　活動評価

1．対象者の属性

幼稚園では，計86名，児童館では，計49名の保護者が参加した（計135名）．幼稚園で参加した子どもは，男児49名（57.0%），女児37名（43.0%）であり，児童館では，男児16名（33.3%），女児32名（66.7%）であった．幼稚園の保護者の子どもの平均年齢（標準偏差）は，4.8（0.4）歳であり，児童館で参加した子どもの年齢は，2.7（0.5）歳であった．

2．パネルシアターに対するプロセス評価

表１に示す通り，幼稚園，児童館ともに話の内容に興味があった，内容もわかりやすいと回答する者が多かった．パネルも見やすく，話す速度も

表１　パネルシアター「ほねくんとやさいスープ」に対するプロセス評価

	全　体	幼稚園	児童館
興　味			
全く興味がなかった	1（ 0.8）	0（ 0.0）	1（ 2.1）
あまり興味がなかった	3（ 2.3）	2（ 2.4）	1（ 2.1）
興味深かった	97（72.9）	61（71.8）	36（75.0）
とても興味深かった	32（24.1）	22（25.9）	10（20.8）
わかりやすさ			
とてもわかりにくかった	1（ 0.7）	1（ 1.2）	0（ 0.0）
少しわかりにくかった	4（ 3.0）	2（ 2.4）	2（ 4.1）
わかりやすかった	54（40.3）	30（35.3）	24（49.0）
とてもわかりやすかった	75（56.0）	52（61.2）	23（46.9）
見やすさ			
とても見づらかった	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
少し見づらかった	5（ 3.7）	1（ 1.2）	4（ 8.2）
見やすかった	56（41.8）	36（42.4）	20（40.8）
とても見やすかった	73（54.5）	48（56.5）	25（51.0）
時間の長さ			
短い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
少し短い	3（ 2.2）	3（ 3.5）	0（ 0.0）
ちょうどよい	118（88.1）	80（94.1）	38（77.6）
少し長い	13（ 9.7）	2（ 2.4）	11（22.4）
長い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
話す速度			
遅い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
少し遅い	3（ 2.3）	1（ 1.2）	2（ 4.2）
ちょうどよい	129（97.0）	84（98.8）	45（93.8）
少し速い	1（ 0.8）	0（ 0.0）	1（ 2.1）
速い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）

n（%），欠損は項目ごとに除外した．

適度という評価であった．しかし，児童館の保護者は所要時間が少し長いと回答する者が約10％いた．

3．解説に対するプロセス評価

幼稚園と児童館それぞれの解説に対するプロセス評価を表２に示す．話の内容に対する興味は，９割以上の者が興味深かったと回答した（「興味深かった」と「とても興味深かった」の合計97.0％）．わかりやすさは，幼稚園，児童館ともに高い評価を得た（全体の「わかりやすかった」と「とてもわかりやすかった」の合計96.3％）．所要時間に関しては，「ほねくんとやさいスープ」と同様，児童館の保護者において少し長いと感じる者が多かった．話の内容を生活に取り入れたいと思うか，という質問に対しては，ほとんどの者が生活に取り入れたいと回答した．

表２　「ほねくんとやさいスープ」解説に対するプロセス評価

	全　体	幼稚園	児童館
興　味			
全く興味がなかった	1（ 0.8）	0（ 0.0）	1（ 2.2）
あまり興味がなかった	4（ 3.1）	3（ 3.5）	1（ 2.2）
興味深かった	89（67.9）	56（65.9）	33（71.7）
とても興味深かった	37（28.2）	26（30.6）	11（23.9）
わかりやすさ			
とてもわかりにくかった	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
少しわかりにくかった	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
わかりやすかった	74（55.6）	40（47.1）	34（70.8）
とてもわかりやすかった	59（44.4）	45（52.9）	14（29.2）
時間の長さ			
短い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
少し短い	8（ 6.0）	8（ 9.4）	0（ 0.0）
ちょうどよい	118（88.7）	76（89.4）	42（87.5）
少し長い	7（ 5.3）	1（ 1.2）	6（12.5）
長い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
話す速度			
遅い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
少し遅い	5（ 3.7）	3（ 3.5）	2（ 4.2）
ちょうどよい	128（95.5）	83（96.5）	45（93.8）
少し速い	1（ 0.7）	0（ 0.0）	1（ 2.1）
速い	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
生活に取り入れる意欲			
全くやろうと思わない	0（ 0.0）	0（ 0.0）	0（ 0.0）
やろうと思わない	1（ 0.8）	1（ 1.2）	0（ 0.0）
一部取り入れたい	38（28.8）	21（24.7）	17（36.2）
ぜひやりたい	93（70.5）	63（74.1）	30（63.8）

n（％），欠損は項目ごとに除外した．

4．自由記述における回答

幼稚園では，44人から48件の回答があり，児童館では，17人から19件の回答があった．得られた内容を幼稚園と児童館それぞれでカテゴリに分けた．

その結果，表３に示す通り，幼稚園では10個，児童館では４個のカテゴリに分けられた．物語と解説で紹介した行動技法４種の内，幼稚園では，笑顔で食べるモデリングに関する記述が最も多くみられ，続いて正の強化とスモール・ステップがみられた．児童館では，スモール・ステップに関する記載が１件みられた．また，どちらの対象者においても過去の成功体験に関する記載はみられなかった．

Ⅳ　今後の課題

本稿では，まず社会的認知理論に基づき，幼児期の子どもの偏食に対する保護者の関わり方に関する教材を紹介した．次に，幼稚園に通う子どもをもつ保護者，児童館の幼児クラブに通う子どもの保護者を対象に教材を用いた実践のプロセス評価を報告した．

保護者を対象に質問紙調査を行った結果，幼稚園，児童館ともに内容に興味があった者が多く，内容がわかりやすかったと回答する者が多かった．また，パネルの見やすさ，話す速度も適切であったと回答する者が多かったことから，パネルシアターの進め方も良かったといえる．パネルシアターの解説は，約10分間と短い説明であったが，全員がわかりやすかったと回答した．参加者によって理解の程度に差はあったかもしれない．しかし，物語中で行動技法の例を示しているため，ほとんどの者が理解しやすかったと予想できる．

一方，児童館の保護者の中には，時間が少し長いと回答する者がいた．これは，幼児クラブの保護者は，対象の幼児期の子どもの他に乳児期の子どもも連れて参加する場合が多いことから，２人の子どもを抱えて約30分間集中して話を聞くということが難しかったからであろう．また，児童館

表３　自由記述における回答　カテゴリとその内容例

カテゴリ	内容例
幼稚園	
スモール・ステップへの興味	日常自然とやっている行為（子供のお皿に盛った苦手な食べ物を「ママが半分食べてあげるね！」と言ってお皿からとって食べてあげる）を改めて説明して頂けたのが興味深かった（１件）
笑顔で食べることを取り入れる意欲	栄養をとらせたいばかりに，無理をさせて怒ってばかり．笑顔で過ごしたいと思います（10件）
正の強化を取り入れる意欲	すこし食べられたら「よっしゃ！」とほめるのはもっとしっかり取り入れます！（２件）
日常生活に取り入れる意欲	食が細くて食べさせるのに毎回苦労しているので，今日の話を実践したいと思います（５件）
子どもの好き嫌いに対するプレッシャーの軽減	食の細い子で好き嫌いも多いので今まで食に関するプレッシャーを感じていましたが，話を聞いて気が楽になりました（２件）
再確認になった	実践しているつもりですが，改めてお話をきいて，自分のやり方を見直すことができました（３件）
食卓で「ほねくんとやさいスープ」を登場させる意欲	キャラクターを「ほねほねクン」にしてよかったと思います．今晩子供が覚えているうちに話題にして，少し嫌いなものを食べられるようにしようと思います（２件）
会全体に対する肯定的評価	わかりやすく楽しい講演会でした．これからも頑張って下さい（５件）
改善点	ほねクンが出てきたので，せっかくでしたら，子どもたちに食べ物がじょうぶな骨をつくる事なども付け加えて頂けたらと思います（10件）
その他	前日に先生からホネ君の話を聞くんだと楽しみにしていました．ありがとうございました（８件）
児童館	
スモール・ステップの取り入れ	量を減らして目標をわかりやすくする，減らす時に見てわかりやすく減らすというのがなるほどと思いました．やってみます（１件）
学習的効果	食事の時間が楽しくなるように工夫していこうと思います（３件）
肯定的意見	ほねほねクンのお話はとても良かったです．パネルシアターも作りが単純でなく，工夫を凝らしてあって良かったです（３件）
改善点	登場人物が普通の“男の子”ではなくあえて“ほねほねクン”にした意味がわかりやすいとなおよかった（12件）

自由記述回答数：幼稚園86人中44人から48件，児童館49人中17人から19件

の子どもは２～３歳であり，幼稚園の子どもの４歳前後にくらべて集中力を維持することが難しかったと推察する．これらのことから，今後は，発達段階に応じた内容の変更が必要である．

また，幼稚園では，保護者が抱える「偏食」に対するプレッシャーが軽減したことや日常生活に取り入れたいなど，前向きな意見が多かった．幼稚園の保護者から『笑顔』を取り入れたいというコメントも多く得られた．これは，パネルシアターの人形の表情が大きく笑顔に変わったことに加え，“モデリング”という理論的説明を加えることによって実践する意欲が高まったからである．しかし，これらの行動技法が幼児期の子どもに有効なのかどうかは，本研究からはわからない．例えば過去の成功体験といった行動技法は，認知的発達を考えると２歳児には難しい[17]．保護者の解説に子どもの発達段階を考慮することを加えるとともに，子どもの認知的発達と行動技法の関連について今後さらに検討が必要である．

今回用いたパネルシアターは，パネル板の上で

絵人形が動く，動的な教材である[18]．その他，手遊びも取り入れた体験型の教材でもある．実際に，“楽しかった”というコメントも得られ，パネルシアター後には，子どもが手遊びのやさいの歌を繰り返し口ずさむ姿も見られた．パネルシアターを演じるスキルについては，保育従事者は普段からパネルシアターを使い慣れているため問題はない．

本教材の特徴は，冒頭にも述べたように２つある．社会的認知理論に基づき，相互決定主義でいう子どもの環境要因である保護者の関わり方に焦点をあてていること．第２にその関わり方は自己効力感を高める行動技法を応用しているということである．今回，教材に対する実践のプロセス評価から一定の評価が得られた．しかしながら，本実践では，保護者の意識や行動が変化するかは検証していない．今後は，本教材を用いた教育の効果測定を行う必要がある．

謝　辞

本実践の遂行に際し，ご協力を賜りました幼稚園，児童館，ナーサリーの関係者のみなさまに厚く御礼申し上げます．また，パネルシアター作成に際し，ご助言を賜りましたパネルシアターぴーかぶー主宰澤村明子先生に感謝いたします．

なお，本研究は，平成23年科学研究費助成事業（学術研究助成基金助成金（基盤研究 C））行動科学と発達段階を考慮した子どもの食育と教材開発に関する研究（研究代表者：赤松利恵）の一環として行った．

文　献

1） 厚生労働省．平成17年度乳幼児栄養調査結果の概要．http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/06/h0629-1.html（2012年４月23日にアクセス）．
2） Birch LL, Davision KK. Family environmental factors influencing the developing behavioral controls of food intake and childhood overweight. Pediat Clin North Am 2001; 48: 893–907.
3） 今田純雄，坂井信之，長谷川智子，他．成長とともに変わる食卓．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．東京：有斐閣，2005：117–120.
4） 加藤初枝，井桁容子．子どもの気持ちがよくわかる食べない子が食べてくれる幼児食．東京：女子栄養大学出版部，2010.
5） さくらしんまち保育園．偏食解消で大人気．さくらしんまち保育園の給食レシピ．東京：メディアファクトリー，2011：10–11.
6） Brown R, Ogden J. Children's eating attitudes and behaviour: a study of the modeling and control theories of parental influence. Health Educ Res 2004; 19: 261–271.
7） Bandura A. Self-efficacy. Toward a unifying theory of behavioral change. Psychol Rev 1977; 84: 191–215.
8） 足達淑子，大橋禄郎，国柄后子，他．足立淑子編．栄養指導のための行動療法入門．東京：医歯薬出版，1998.
9） Bandura A. Social foundations of thought & action a social cognitive theory. New Jersey: Prentice Hall, 1986.
10） 三輪聖子，小川宣子．岐阜県における幼児の食育実態調査と食育推進活動の実践例．岐阜女子大学紀要　2007；36：105–114.
11） 渡辺誓代．食育の実践事例～養護教諭の視点から～：事例研究５．研究紀要/金沢大学人間社会学域学校教育学類附属幼稚園　2010；56：80–92.
12） Essery EV, DiMarco NM, Rich SS, et al. Mothers of preschoolers report using less pressure in child feeding situations following a newsletter intervention. J Nutr Educ Behav 2008; 40: 110–115.
13） Hu C, Ye D, Li Y, et al. Evaluation of a kindergarten-based nutrition education intervention for pre-school children in China. Public Health Nutr 2009; 13: 253–260.
14） Swandener SS. Nutrition education for preschool age children. VA: US Department of Agriculture, Food and consumer service, 1994.
15） 石井光恵，澤村明子，太田徳子．「生活」の授業にパネルシアターを導入する試み．日本女子大学紀要家政学部　2009；56：9–16.
16） 石井光恵，澤村明子，太田徳子．「生活」の授業にパネルシアターを導入する試みⅡ―パネルシアターで発表しよう，ポップコーン作り―．日本女子大学紀要家政学部　2010；57：1–10.
17） ピアジェ　J．波多野完治，滝沢武久訳．知能の心理学．東京：みすず書房，1967.
18） 二見大介，西村早苗．小児期の異なる対象分野における栄養教育教材「エプロンシアター」の有効性に関する研究．Shidax Research　2003；3：22–30.

（受付　2012.4.27.；受理　2012.8.27.）

Development and process evaluation of educational material of picky eating in preschool children and process evaluation
— Panel theater based on a social cognitive theory —

Tomomi AINUKI[*1], Rie AKAMATSU[*1]

Abstract

Objective: To introduce educational material that was developed based on a social cognitive theory of picky eating in preschool children, and to report outcomes from process evaluation of the material in practice.

Methods: We conducted a panel theater program for parents and their preschool children from three kindergartens and two child care centers in Tokyo from May to July 2011. The theme of the panel theater was "Let's tackle the disliked foods!" On the first stage, parents and children watched a panel theater-style presentation. On the second stage, the parents were then informed about the social cognitive theory on which the program was based. After the program, parents answered self-administered questionnaires for process evaluation.

Results: One hundred and thirty-five parents participated in the program. Through the process evaluation questionnaires, most parents characterized the program as "interesting (97.0%)" and/or "comprehensible (96.3%)." In the free description portion of the questionnaire, comments from parents of kindergarteners reflected a sense of decreasing pressure regarding the picky eating behaviors of their children and a willingness to use modeling which was one of the behavioral strategies recommended in the program. On the other hand, parents of children from the child care centers commented on the difficulty of maintaining their children's attention for the duration of the program given that their children generally only were around 2 years of age.

Conclusion: The process evaluation for the educational material in practice showed a generally positive reception. In addition, comments from parents of kindergartners frequently described a sense of the decreasing pressure regarding their children's picky eating behaviors. These results suggest that the panel theater might be usefully applied as an educational approach to address picky eating in preschool children.

〔JJHEP, 2012；20(4)：288-296〕

Key words: picky eating, preschool children, parent, social cognitive theory, educational material

[*1] Graduate School of Humanities and Sciences, Ochanomizu University