

【学会奨励賞講演】

子どもを対象とした食のメディアリテラシーに着目した 栄養教育に関する研究

なかにし あけみ
中西 明美 (女子栄養大学 給食システム研究室)

座長：吉田 亨 (群馬大学)

1. はじめに

食育基本法の前文には、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進するためには、「食」を選択する力の習得が必要であると述べられている。食を選択する力を習得するための栄養教育を考える時、単に、食の選択方法を伝えるだけでなく、子どもの食生活に影響を与えているとされるマスメディアからの食情報に対処する力、すなわち、メディアリテラシーの教育も必要と考える。

本稿では、私がこれまで取り組んできた食に関するメディアリテラシーに関する研究と今後の課題について報告する。

2. 学校現場での食育の実践からの課題

私は、大学卒業後、14年間、学校栄養職員として勤務し、子どもに食育を実施してきた。食育を実施する中で、継続的な子どもの食行動変容を実現することの難しさに直面してきた。子どもたちは、テレビコマーシャルで紹介される商品やそれに含まれている栄養素の働きについては、テレビコマーシャルの内容を鵜呑みにしていることが多々あった。学習後の一時的な食行動変容ではなく、食行動変容を長期に維持させるには、どういった食育を実施すればよいのが課題だった。

3. 食に関するメディアリテラシー教育プログラムの開発

こうした課題を解決するため、大学院に進学

した。博士前期課程では、食行動変容の基礎について学び、子どもの食行動には様々な要因が影響していることを学んだ。その中でも、メディアからの食情報は、学校現場での経験からも重要な要因であると考えた。国内外の先行研究を調べたところ、子どもを対象に、望ましい食習慣形成を目的としたメディアリテラシー教育プログラムの研究は見当たらなかったため、開発を試みた。

そこで、小学校6年生において、10時間の食に関するメディアリテラシープログラムを開発した¹⁾。プログラム開発にあたり、子どもがメディアリテラシーの概念を理解できる教材とプログラム内容の検討を行った。こうしてプログラムを実施した結果、プログラム前後で食態度、食行動に望ましい変化がみられた。また、子どもの感想から、食品広告を鵜呑みにせず、自律的に判断することの大切さを理解できたとわかった。しかし、このプログラムでは、食に関するメディアリテラシーの状況を評価する指標がなかったため、子どもの変化を評価できなかったことが課題として残った。

4. 食に関するメディアリテラシー尺度の開発

栄養教諭免許取得後、博士後期課程に進学し、この課題に取り組んだ。国内外のメディアリテラシーに関する先行研究を参考にして、食に関するメディアリテラシー尺度の開発を行った²⁾。その結果、批判的思考を示す「食品広告・販売促進からの影響」と「食に関するメディアからの情報への批判的認識」、食の自

律的判断を示す「食品表示活用」、「栄養バランスの判断」、以上の4因子構造16項目の尺度が得られた。尺度の信頼性では内的整合性を示すクロンバック α は高く、再検査法では関連する尺度と有意な相関が認められ、信頼性が確認できた。妥当性は、「間食選択動機」調査票、一般的なメディアリテラシー尺度と食に関するメディアリテラシー尺度との間に想定した相関がみられ、併存的妥当性を確認できた。構成概念妥当性は、メディア利用状況が食に関するメディアリテラシー尺度の各因子に影響を及ぼしていることが明らかとなり、妥当性を確認できた。

次に、こうして開発した食に関するメディアリテラシー尺度と食物摂取との関連を検討した。その結果、男女共に、自律的判断が高い子どもは、野菜類等摂取が推奨される食品群の摂取量が多かった。さらに、女子では、菓子類の摂取量が少なかった。批判的思考が高い子どもは、男子は、菓子類や清涼飲料類が少なく、女子では、野菜類などの摂取が多かった。

以上から、中学生の望ましい食習慣の形成に向けて、従来、家庭科等で実施されてきた栄養バランス等の自律的判断の学習に加え、メディアからの食情報に対する批判的思考を育てる学習の必要性が示唆された。

5. 今後の課題

以上のような研究を進めてきたが、食に関するメディアリテラシーの今後の研究課題を以下に示す。

まず、1点目として、これまでの検討では、主にテレビからの食情報を中心に検討してきた。しかし、メディアからの食情報には様々なものがある。今後は、テレビ以外からの食情報

についても検討していきたい。

2点目に、食に関するメディアリテラシー教育プログラムを実施することである。この際、食に関するメディアリテラシー尺度を用いて、評価することでより有効なプログラムを確立していきたい。

3点目に、学校現場では、食に限らず、国語科や保健体育科、家庭科等においてメディアリテラシー教育が行われつつある。こうした他領域のメディアリテラシー教育と連携しながら食育を実施する方法についても検討していきたい。

最後に、日本健康教育学会は、健康教育に関わりのある多領域の専門家が所属されている。この学会に所属し、学会発表、学習会への参加、論文投稿等させていただくことで、多くのことを学ぶことができた。今後も本学会の活動に積極的に参加し、多くの方と出会い、よりよい研究、実践活動を行っていきたい。

謝辞

食に関するメディアリテラシーの研究を進めるにあたりお世話になった多くの方々に感謝申し上げます。特に、女子栄養大学 武見ゆかり教授には、大学院の前期課程、後期課程において、研究の基礎から丁寧にご指導いただき御礼申し上げます。

参考文献

- 1) 中西明美, 武見ゆかり. メディアリテラシーの視点を取り入れた児童の食育プログラムの開発—東京都S区内S小学校6年生での試み—. 学校保健研究 2011 ; 52 : 454-464.
- 2) 中西明美, 衛藤久美, 武見ゆかり. 中学生の食に関するメディアリテラシー尺度の開発. 日本健康教育学会誌 2012 ; 20 : 207-220.

E-mail : nakanisi@eiyo.ac.jp