

典型的なX連鎖劣性遺伝性疾患である血友病の保因者や血友病家系女性に向けたライフステージ支援プログラムの実践（第一報）
当事者性獲得のための準備性支援 e-learning 教材の開発

かきぬま あきこ
○柿沼 章子（1：社会福祉法人はばたき福祉事業団）

久地井寿哉¹、岩野友里¹、大平勝美¹

【目的】典型的な遺伝性疾患である血友病の保因者や血友病家系女性を対象とした準備性支援 e-learning 教材を開発する。

【活動内容】日本では、保因者や血友病家系女性は社会や家族内でも孤立しやすく、母親役割の重荷の問題があり、心理社会的なサポートが少ない。現時点では、公的な健康のための資源として位置づけられた準備性に関する支援機会が少なく、遺伝カウンセラーや医療機関に相談する前段階の支援が必要であることが分かってきた。私たちは、薬害HIV被害の家族影響の教訓から、血友病の保因・遺伝の問題が未解決であることが、血友病患者の自立の問題の大きな社会文化的背景であることも学んできた。また、これらをより一般化した形で支援展開する上での課題として、典型的なX連鎖劣性遺伝性疾患である血友病の保因者や血友病家系女性は、遺伝カウンセラーや医療機関に相談する前段階での「当事者性の獲得（自覚・価値判断・受け止め）」が重要である。（柿沼他、2015）。こうした課題は長期QOLにも影響することから、血友病保因者や血友病家系女性の予防行動のための準備性を支援することが必要である。そこで、遺伝カウンセラーや医療機関に相談する前段階での当事者性獲得のため、情報提供や意思決定を支援する目的で、以下の e-learning 教材を開発・活用した。

1) Carrier Career Counseling

遺伝や保因の問題に向かい合うきっかけをつくり、キャリア（人生）に前向きに向かい合えるような相談とサポートの入口を提示。ライフステージ（ライフイベント）の各段階（子供の頃、思春期、進路、就労、結婚、出産、子育て、その後）ごとに解説と支援資源、適切な相談先を提示。

2) 支援マッピング

自分の人生を自分で決めるための「準備性支援」についての考え方や、事例などを提示した。自己決定までのマイルストーンとしては、「スタート」「Fact」「検査」「相談」を設定し、自己決定プロセスについて5事例提示し、それぞれについて類型化されたライフストーリーとともに、準備性段階について解説した。

【活動評価】遺伝や保因と関連した支援の向上、健康への対処や予防なども含めたQOLの準備性の獲得ができるよう支援デザインされた e-learning 教材が完成した。遺伝や保因の問題に向かい合うきっかけをつくり、人生に前向きに向かい合えるような相談とサポートの入口を提示し、困難事例の支援につながった。

【今後の課題】保因者や血友病家系女性は、血友病患者へのケアの第一提供者としての重荷がある一方で、自らの出血症状、保因者検査、拳児・出産などのライフステージ支援機会に乏しい。今後、支援改善・普及が課題である。

(E-mail ; akiko-k@habataki. gr. jp)

**典型的なX連鎖劣性遺伝性疾患である血友病の保因者や血友病家系
女性に向けたライフステージ支援プログラムの実践（第二報）
調査データの活用による脆弱性事例のスクリーニング**

○久地井 寿哉¹ (1: 社会福祉法人はばたき福祉事業団)

柿沼 章子¹、岩野 友里¹、大平 勝美¹

【目的】血友病の保因者や血友病家系女性の支援特性を把握し、ライフステージ支援のため、脆弱性事例の背景を探ること。

【実践活動】典型的なX連鎖劣性遺伝性疾患である血友病の保因者や血友病家系女性の支援課題としては、保因者の健康上のケアや医療的なサポートの問題、遺伝カウンセリング体制などの社会資源の問題、アウトリーチや社会啓発、家族関係に対応できる支援のあり方など、多様な課題がある。また、個別支援が必要な脆弱性のある事例をスクリーニングする必要があるため、先行して実施済みの血友病の保因者・血友病家系女性を対象の質問紙調査データ(2013、n=30)を再分析し、支援特性を探索した。

【活動内容】調査結果を精査・再分析し、特にSUBI(WHO)による対象者の社会的健康度に

注目した。対象者のスコアは心の健康度、心の疲労度ともに全国平均より高かった(表1)。下位尺度の「社会的なつながりの不足」の信頼性係数のみ0.04と低く、スクリーニングとしての利用は不適であった。そこで追加分析として、支援資源とのつながりに関する潜在的構造分析を行い、医療機関や患者会につながらない孤立層を把握した。

【活動評価】血友病保因者・血友病家系女性の心の健康度・疲労度ともに全国平均より高いことは、公的な支援資源が少ないことによる自助傾向を反映した支援特性とみられる。医療機関や患者会につながらない孤立層は、一方でWeb利用度が高い支援特性を発見した。その知見を活かし、準備性e-learning教材開発へとつなげた。

(E-mail ; toshiya-k@habataki. gr. jp)

表1 血友病保因者・血友病家系女性のSUBIスコア(心の健康自己評価質問紙、WHO)

尺度	血友病保因者・血友病家系女性			参考 女性(一般) ^{注1}		
	平均値	標準偏差	N			
特性感情(心の健康度)	39.1	6.7	30	34.7	5.7	935
特性感情(心の疲労度)	54.1	5.1	30	51.2	5.7	935
下位尺度1: 満足感	6.3	1.6	30	5.6	1.4	916
下位尺度2: 達成感	5.8	1.3	30	5.0	1.2	933
下位尺度3: 自信	6.2	1.4	30	5.5	1.3	935
下位尺度4: 互補感	5.7	1.3	30	4.7	1.2	914
下位尺度5: 近親者の支え	6.7	1.5	30	6.1	1.4	933
下位尺度6: 社会的な支え	6.1	1.5	30	6.7	1.6	933
下位尺度7: 家族との関係	7.2	1.3	30	7.4	1.3	831
下位尺度8: 精神的なコントロール感	16.7	1.9	30	16.1	2.6	929
下位尺度9: 身体的な不健康感	14.7	1.9	30	14.6	2.1	934
下位尺度10: 社会的なつながりの不足	8.0	0.9	30	7.7	1.1	934
下位尺度11: 人生に対する失望感	7.6	1.2	30	7.6	1.3	933

注1) 大野、古村(2007)

定時制高校における健康格差への取り組み, 社会経済状況等を 配慮した歯科保健授業, 第3報

○吉岡慎太郎^{1,2)}、大持充^{1,2)}、榊本雄次^{1,2)}、星岡賢範^{1,2,3)}、
川又俊介^{1,2)}、松岡奈保子^{1,2)}、鶴本明久^{1,3)}、中村譲治^{1,2)}

¹⁾市民活動団体 SORA、²⁾NPO 法人ウェルビーイング、³⁾鶴見大学歯学部地域保健学教室

【目的】定時制高校における歯科保健の現状は未だ明らかにされていない。H24年に我々が行った歯科健診データから、定時制、全日制（同一高校内）の社会経済的背景が異なる生徒の口腔内の疾病格差は明らかになった。その後の定時制高校での継続した保健活動の中から格差の現状が少しずつ明らかとなった。その1部をH25、26年と本学会において報告した。そこから見てきたことは、定時制高校における歯科保健活動が極めて困難であると認識された。そこで、文献等により定時制高校における社会経済状況等を配慮した既存の歯科保健活動に関する報告を検索したが見いだすことはできなかった。今回、某県立定時制高校において社会経済状況等を配慮した歯科保健授業を開発、実施したので報告する。

【活動内容】某定時制高校生徒6名（男子3名、女子3名）生徒に対し、歯科保健授業に関するフォーカス・グループ・インタビューを行った。その結果

- ・ いつもむし歯の予防法の話なので、むし歯になってしまったらどうすればいいのか聞きたい。
- ・ 歯科医師が授業内容を決めるのではなく生徒たちに選ばせて欲しい。

という意見を得た。それをもとにした、自己肯定感、自己効力感をもってもらうこと

を目的とした社会経済状況を配慮した歯科保健授業を1～4学年計16クラスに対し月1回、3ヶ月にわたって実施した。当事者意識を持ってもらうために、授業前に自記式質問紙調査を実施し、その結果を授業で使用した。質問紙の内容は、歯科保健に関するライフスタイルについて6項目と健診時によく聞かれることを歯科医師4名で5項目抽出し、それをテーマとして5つの中から3つ聞きたいことを選択してもらった。授業後10段階のスケール評価及び、授業後の感想を自記式質問紙調査し、その結果はグラウンディッド・セオリーを用いて分析した。分析ソフトは、NVIVO10を使用した。

【活動評価】授業後のスケール評価は全体で8.4点と高い評価を得た。また教員からも高い評価を得た。しかし、プロセス評価を学校側と行なったところ、単年度の効果はあるが毎年実施すると1度聞いた生徒が飽きてしまうのではという意見から、今後は1年生のみに実施することとなった。授業後の感想からは、自己肯定感や、自己効力感を表すコードが得られた。また各学年において特徴的な意見が見られた。

【今後の課題】

- ・ 定時制高校に関わるステークホルダーと協働、連携をどう取っていくか。

(E-mail ; yoshioka.118119@gmail.com)

一次救命処置の指導のあり方

～中学校保健科教材 DVD の製作～

たかやなぎ さとみ
高柳 佐土美 (千葉大学教育学部附属中学校)

【目的】一次救命処置の手技は、中学校保健体育科中学校2年生の「傷害の防止」の単元で「応急処置の意義と基本」の中で実習として実施している。実習を通して技能を習得させることが必要である。しかし現実的には、一人の教師で多くの生徒に、正しい一次救命処置を指導するには、心肺蘇生人形の数や準備にかかる時間などを考えると非常に厳しい。さらに、心肺蘇生の手技を形として学ぶのではなく、救命の意義を理解し、人間としての倫理観、価値観を育成することが求められる。そこで、一次救命処置の意義を実感できるような教材の視点で研究を進めた。

【内容】中学校2年生保健科授業で、2015年4月～6月に「傷害の防止」の単元で6時間の授業を行い、教材の効果をワークシートの記述と自己評価のアンケートで評価した。

時	学習内容	時	学習内容
1	傷害発生の要因	4	自然災害による傷害の防止
2	きずの手当て	5	応急処置の意義と基本
3	交通事故などによる傷害の防止	6	心肺蘇生法の実習

<「応急処置の意義と基本」で利用した教材>

- ① ニュース映像 (授業の導入)
- ② 救急部集中治療部医師のメッセージ
- ③ 救急救命士のデモンストレーション

【評価】ワークシートの記述には下記のようなものがあつた。

なものがあつた。

・ニュースの映像から、いつ自分の身の周りの人が倒れ、応急手当が必要になるかわからないということや応急手当をすることでどれだけ生存率が上がるかわかった。

・救急医からのメッセージで、一次救命処置がとても大事だとわかった。もう「できない」わけはなくなった。そういう場面に遭遇したらとりあえず「何かやろう」と思えるようにしたい。

また、自己評価アンケートの結果は表1のようになった。

表1 実習後の自己評価 (n=35人)

A : よくできた B : だいたいできた C : もう少し

自己評価	A	B	C
反応の確認から胸骨圧迫までの手順が理解できたか	26	7	0
反応の確認から胸骨圧迫までを適切に実習できたか	27	6	0
進んで実習できたか	31	2	0
グループで協力して実習できたか	31	3	1

以上より、一次救命処置の授業における教材として必要な視点は以下のものだと考えられる。

- ① 日常生活の中で、心停止は誰にでも起きる事であることを認識する。
- ② 自分だったらどうするのか考える。
- ③ 正しい一次救命処置の手技を知る。

【今後の課題】心停止が中学生の日常生活の中で身近に起きる可能性がある場面をドラマ仕立てで製作し、自分だったら何ができるか考えさせるためには、視覚的な教材が有効である。視点を活かしたDVD教材を現在制作中である。今後その教材を利用した授業を実践していきたい。

E-mail ; takayanagi@faculty.chiba-u.jp

幼児の遊びの教材化に関する調査研究 運動遊びに着目して

やまぐちともゆき
 ○山口智之（日本ウェルネススポーツ大学）、鳥居哲夫（日本ウェルネススポーツ大学）
 菌部正人（日本ウェルネススポーツ大学）、大津一義（日本ウェルネススポーツ大学）

【目的】近年、問題視されている子ども達の運動遊びに必要な要素である三間（時間、空間、仲間）の減少を解決するため、子ども達の「生きる力」を育む上で重要な運動遊びを教材化するための基礎資料を得る。

【活動内容】1.平成27年度に全国17会場で開催した幼児体育指導者検定の受験者298名（学生179名、保育士49名、幼稚園教諭20名、体育指導員18名、その他32名）に対して検定の学習内容から心と知力に対する効果が期待できる「組遊び」と「二人電車」、体力向上が期待できる「前とび」と「前転」を実施した。
 2.平成28年2月に行われた文部科学省委託事業（よいきっぷ）の成果報告会の参加者37名（学生23名、専門学校講師7名、大学講師4名、保育士2名、幼児体育指導員1名）に対して「よいきっぷ」で開発した運動遊び18教材の中で心と知力に対する効果が期待できる「オオカミと木こりと台風」を実施した。

【活動評価】両講習実施後、「教材要素分析表」を用いて受講者に運動遊びを評価してもらった。「教材要素分析表」の評価項目は、「健やかな体」「豊かな心」「確かな学力」「容易性」「手軽さ」「安全性」「日常性」「達成度」

「活用意欲」「適正年齢」の19項目から構成されている。これらの内、前三者について小項目ごとの評価を得点化し、その平均値で順位付けを行った結果は、図表に示した通りである。

「オオカミと木こりと台風」においては「生きる力」の3要素がバランスよく上位を占めていた。「組遊び」と「二人電車」では「豊かな心」と「確かな学力」の要素が上位を占めた。集団で遊ぶことは心と知力を育み、運動強度によっては、体力面に対する効果が期待できる。「前とび」と「前転」では「健やかな体」の要素が上位を占めた。一人で行う運動遊びでは、体力面への効果が期待できる。

一方、「よいきっぷ」では受講者に理解度、難易度、楽しさ、実用性を問う主観的評価を実施したところ「オオカミと木こりと台風」において高い評価を得た。従って「教材要素分析表」と「主観的評価」の結果から運動遊びは教材化、即ち、教育的ニーズ（学習者・社会人・専門家のニーズ）を充足し得ることが示唆された。

【今後の課題】対象者および運動遊びの種類拡大や運動遊びと「生きる力」との関連性などについてより明らかにする。

(E-mail ; youtaiyamaguchi@gmail.com)

【図表 教材要素分析表】 ◎(3点)、○(2点)、△(1点)、×(0点)で評価 (平均得点/3点満点)

評価項目 題材名(回答数)	「生きる力」の構成要素											
	健やかな体						豊かな心			確かな学力		
	筋力	瞬発力	持久力	敏捷性	平衡性	巧み性	柔軟性	心理 楽しい	我慢	社会性	知識	思考
オオカミと木こりと台風(n=37)	0.97	2.24	1.32	2.78	1.38	1.46	1.51	2.62	1.41	2.49	2.16	2.68
組遊び(n=294)	0.81	1.91	0.85	1.87	0.93	1.24	0.86	2.62	1.27	2.42	2.32	2.47
二人電車(n=255)	0.96	1.18	1.4	1.47	1.39	1.5	0.99	2.63	1.66	2.40	2.19	2.23
前とび(n=283)	2.48	2.35	2.09	2.1	2.11	2.18	1.88	2.25	1.61	1.37	1.94	1.87
前転(n=294)	2.38	1.76	1.03	1.68	2.40	2.06	2.46	2.13	1.49	1.32	2.03	1.9

小学校保健学習における認識、情意形成に関する研究

○前上里 直^{まえうえざと なおし}（北海道教育大学札幌校）、山田 浩平^{やまだ こうへい}（愛知教育大学）、

大津 一義^{おおつ かずよし}（日本ウェルネススポーツ大学）

【緒言】小学校保健の授業では身近な生活における健康・安全に関する内容を実践的に理解できるようにするために、関心・意欲・態度（情意）の形成と思考力・判断力（認識）の育成が重視されている。本研究では思考力、中でも分析力に着目し、分析力の育成が実践的理解や態度形成に有意義であるか否かについて検討した。

【方法】平成23年7月に北海道内の小学6年生2クラス(73名)を対象に、病気の予防の単位において、「生活習慣病を予防するためのおやつ^{おやつ}の摂り方」について保健授業を行った。認識形成として、子どもの1日の糖分、塩分、油の摂取規準を提示し、児童自身の普段のおやつ^{おやつ}の摂り方と比較させながら改善点に気づかせるとともに、授業を通してどのような気持ちを持ったかについて、授業の『はじめ』『なか』『おわり』における気持ちの変化を自由記述してもらった。自由記述の分析にあたっては自由記述データが得られた1クラス(36名)を対象に、B. S. Bloomの教育目標のタキソノミーを参考に大津が作成した認知、情意領域の階層性に基づいた。

【結果】1. 認識形成：『はじめ』の自由記述においては、規準や比較といった「分析」に関わる記述をした児童は「おやつをどれくらいとってよいのか」「自分と悪いおやつ^{おやつ}のとり方の例を比べてみよう」など4名であった。『なか』では上述した4名の児童に加え、「おかしを食べるバランスを考えよう」「これまでのおやつ^{おやつ}のとり方をふり返った」の2名、『おわり』ではこれらに加え、「おかしなどを食べすぎない」

「おやつをとりすぎると病気になる」の2名(計36名中8名)であった。

2. 情意形成：授業の『おわり』に着目し、「分析」に関連する記述をした児童の自由記述を検討したところ、すべての児童が「自分も油などをとりすぎないようにしようと思った」「とる量を守って生活習慣病の予防をたくさんしよう」「今まではおかしを取りすぎていたから今度からはなおそう」など、今後おやつ^{おやつ}の摂り方をどのように考えるかといった認知的態度に関する記述がなされていた。

【考察】教育目標のタキソノミーでは「分析」とは、規準に基づいて分類したり、比較することで規準を見つけ出したりつくりだすことを通してより規準を明確にしていくこととしている。また、「分析」は学習意欲を持続させ、自己を見つめなおすきっかけとなることが指摘されている。これは、情意の階層性の認知的態度に相応している。この「分析」の概念に基づけば、本授業において、児童は糖分、塩分、油の摂取規準を認識し、日頃のおやつ^{おやつ}の摂り方と比較しておやつ^{おやつ}の摂り方を改善するきっかけが得られたことにより、今後のおやつ^{おやつ}の摂り方をどうすべきか具体的な行動をしようとする意欲が高まったことで、授業の『おわり』において実生活に生かそうとする認知的態度が図られたと考えられる。

【結論】小学校保健学習「生活習慣病を予防するためのおやつ^{おやつ}の摂り方」において、分析力の育成は実生活につながる情意形成においても有意義である。

(E-mail ; maeuzato.naoshi@s.hokkyodai.ac.jp)

食を伝える新しい異世代間地域ネットワークづくりの試み

ひろたなおこ
○廣田直子（松本大学大学院・健康科学研究科）、熊谷麻紀（松本大学・人間健康学部）

【目的】長野県は、地区組織活動である食生活改善推進員の活動が活発であり、長寿県となった要因の一つではないかと考えられている。しかし、その活動を次世代にも継承するための取組みは十分とはいえない。シニア世代がまだ活発に活動できる今こそ、地域内に家庭の枠を外した異世代間のネットワークを構築する必要があると考える。今回、そのネットワークづくりに向けた活動のモデルプログラムの検討を目的として、食生活改善推進員であるシニア世代と高校生がともに行う活動を試みた。

【活動内容】長野県松本市の食生活改善推進員（以下、食改）10名（女性：58～78歳）、岡谷市の食改10名（女性：60～87歳）と、長野県松本市にあるA高校の男子生徒3名、女子生徒23名の計26名（17～18歳）、岡谷市にあるO高校の男子生徒3名、女子生徒36名の計39名（16～17歳）を対象者として、2015年の6月～11月までの間に3回の食生活講座を企画した。2校とも食生活講座は3年次科目である「フードデザイン」の授業として実施した。A高校では予定通り3回シリーズで実施できたが、O高校では1回のみの実施であった。食生活講座の1回目では食改が高校生に伝える題材として、食事の形を規定する要因としてのみそ汁を取り上げた。若い世代に対する健康的な食事構成のイメージ強化を図る目的で、みそ汁を基本とし主食・主菜・副菜2品をそろえた献立を食改に提案してもらい調理実習を実施した。3回シリーズで実施できたA高校では、2回目は高校生の提案による調理実習とし、低栄養予防と適塩を視野にいれ、高齢期における食生活上の工夫につながるよう牛乳・乳製品を用いた調理実習とした。牛乳・乳製品については、適塩をめざして乳製品を和食にとりいれた「乳和食」

が提唱されており、それを高齢世代にも受け入れてもらえるように工夫した。3回目は、異世代混合によるグループワークとし、それまでの2回の調理実習等を振り返り、この活動を通して学んだこと、および、今後の異世代間地域ネットワークづくりに向けたグループディスカッションとまとめを行った。

【活動評価】当初、課外活動としての実施も想定していたが、今回実施できた高校では、通常の授業科目のなかでの実施となった。企画評価として3回シリーズで実施できる方法に関する検討が必要であることがわかった。A高校の最終回のグループワークで、高校生からは「通常の実習よりも長い時間が必要で大変だった」という意見もあったが、「年代の違う人と一緒につくることでお互い学ぶこともありよかった」「もっとたくさん交流したい」「とても楽しくやることができた」「食改さんは経験が豊富で勉強になった」等の意見が出された。また、食改からは「高校生と交わり元気が出た」「高校生のパワーを感じた」等の意見が出された。今回の試みから、異世代間地域ネットワークを構築するための活動プログラム内容に関する成果と今後の課題を見出すことができた。

【今後の課題】通常の授業科目で実施する場合には、3回シリーズでの実施が難しいケースもあること、さらに、通常の50分授業に昼休みの時間を加えただけではねらいとした内容を行う時間が十分あるとはいえないことなどの課題があることがわかった。今後の実施に向けて高校への調査を実施していることから、その回答を整理し、今後の活動内容に関する検討を進めたい。

(E-mail ; naoko.hirota@matsu.ac.jp)

児童養護施設の食事提供方法の違いは、職員の児童への 食支援の内容にどのように影響するか

たかはし のぞみ
高橋 希 (千葉県富浦学園)

【目的】 食事提供方法が異なる児童養護施設に入所する児童を対象に、自立した食生活を営む力を修得するための食育計画を作成する資料として、食事提供方法の違いによる食支援の違いを検討する。

【方法】

1) 食事提供方法の違い

学園内に立地するユニット(5 ユニット)では、管理栄養士が献立作成、食材購入を行い、朝昼食をユニットの職員が、夕食を調理員が調理する。近隣に立地する地域小規模施設(以下ホーム)(6 施設)では、献立作成から調理まで、ホームの職員が行っている。

2) グループインタビューの実施

(1) 対象者：各ユニット、ホーム配属の児童指導員 11 名、保育士 21 名、嘱託 18 名。

(2) 実施方法：1 グループ 3～6 名の 11 グループを対象に、各ユニットの職員室及びホームのリビングで 20～30 分のグループインタビューを実施した。司会は報告者(管理栄養士)が担当した。ホームは、ホーム担当の看護師がオブザーバーとして 1 名入り、言語的及び非言語的コミュニケーションを筆記した。質問項目を「児童の食生活における現状と心配事」「食支援における現状と心配事」と設定し、質問項目に基づきインタビューガイドを作成した。発言内容は IC レコーダーで記録した。

(3) 分析方法：レコーダーから逐語録作成後、KJ 法を応用し、ユニットとホーム別に分析した。分析手順を以下に示す。①発言内容別に逐語録を切断、②切断した逐語録を前述の「質問項目」の枠組みに分類、③意味の類似する発言をカテゴリ化し、カ

テゴリ名をつける、④分析は報告者が行い、カテゴリ化の結果を、ユニット及びホーム代表者と看護師が確認、カテゴリ名と発言の意図が異なる場合は修正した。なお本報告では「食支援における現状と心配事」のみ扱い、カテゴリ名を「」発言数を()で示す。

【結果】 ユニット・ホーム共通で発言数が多かったカテゴリは、「献立の工夫(ユニット 29・ホーム 41)だった。発言数に違いがみられたカテゴリは、「食事づくりを教える」(ユニット 1・ホーム 28)だった。ホームでのみ得られたカテゴリは、「買い方を教える(14)」「調味料の使い方(10)」であり、ユニットのみでは、「食事マナーを教える(14)」「美味しく食べる(10)」だった。食支援に関する心配事では、ホームでのみ「献立づくり(33)」、「児童が食事づくりに参加する機会が少ない(13)」「食材購入・調理に人がとられる(7)」がカテゴリ化された。

【考察：今後の課題】 ホームでは、食材購入や調味料の使用等「食事準備に関する食支援」が、ユニットでは、食事マナーや美味しく食べる等「食事中の食支援」が、食事提供方法の違いによる特徴的な発言として把握された。児童の自立を促す点から、食事準備に関する食支援は重要である。今後、ユニットでは食事準備に関する食支援を推進すること、ホームでは、食事準備に関する心配事への支援の必要性が示唆された。

【結論】 職員の食材購入や調理への関わりが、食事準備に関する食支援の内容や心配事に影響することが示唆された。

(E-mail ; n. sn2@pref. chiba. lg. jp)

野菜摂取行動を行動目標とした web による栄養教育プログラムの 開発および評価

○中村 彩希^{*1,*2}, 稲山 貴代^{*1}, 秦 希久子^{*1}, 辰田 和佳子^{*1}, 山中 恵里香^{*1},
荒尾 孝^{*3}

^{*1} 首都大学東京大学院 人間健康科学研究科, ^{*2} 日本学術振興会特別研究員,

^{*3} 早稲田大学 スポーツ科学学術院

【緒言】我が国では野菜摂取量が目標値 (350g /日) に達している者は約 3 割と少ない。特に収入などの社会経済的地位が低い層は、他の層に比べて野菜摂取量が少ない。したがって低収入層においても効果的な野菜摂取行動の促進をめざす栄養教育プログラムの開発が必要である。海外では Web を用いた栄養教育プログラムが開発され、対面式の栄養教育と同程度の望ましい効果が報告されている。しかし我が国では、行動変容に向けた行動科学理論を用いた Web による栄養教育プログラムの開発やそのプログラムに対する評価は行なわれていない。

【目的】野菜摂取行動を行動目標とした web による栄養教育プログラムを開発し、その実用性を検討することを目的とした。

【内容】対象は全国規模の調査会社に登録された 30~59 歳の登録モニターとした。性、年齢、世帯収入を全国の人口統計に合わせて層化無作為抽出した 8,564 人に対し、e-mail による調査依頼を配信した。回答をもって同意する旨などを記載し、プログラム参加予定者の 900 人から回答が得られた時点で募集を終了した。プログラムの介入期間は 5 週間（食生活に関する内容：1 回/週）とした。

プログラム内容は行動変容を促すために行動変容段階の各段階に合わせた行動科学理論および行動技法を用いて作成した。プログラムの構成は、1 回目は前熟考期から熟考期への変容としてヘルスブリーフモデル、2 回目および 3 回目は熟考期から準備期への変容として社会的認知理論、4 回目は準備期から実行期への変容と

して社会的認知理論およびソーシャルサポートの強化、5 回目は実行期から維持期への変容としてソーシャルサポートおよびソーシャルキャピタルの強化を用いた。プログラムの実用性はプログラムの参加状況、プログラムに対する評価の 5 項目 (表 1) および自由記述により評価した。プログラムの参加状況は自己申告により回答を得た。プログラム終了後、参加者はプログラムに対する評価を記載した。また、自由記述欄に回答してもらったプログラムに関する意見・要望を、同じような内容でまとめカテゴリ化した。その他の解析項目は、属性 (性、年齢、婚姻状況、居住形態、就業の有無)、社会経済的地位 (世帯収入、最終学歴) とした。

【評価】本プログラムへの参加に同意した 900 人のうち、5 回すべて参加した者は 529 人、1 回も参加しなかった者は 142 人だった。プログラムに対する評価に回答した者は 615 人、自由記述には 71 名が回答した。

表1 プログラム参加者によるプログラム内容に対する評価(n=615)

質問	とても	まあまあ	どちらとも	あまりそう	全くそう
	そう思う	そう思う	いえない	思わない	思わない
内容は楽しかったですか	10%	48%	31%	9%	2%
内容はわかりやすかったですか	28%	55%	13%	3%	1%
参加して自分の食生活の問題に気づきがありましたか	20%	47%	25%	6%	2%
健康管理の教材として、役に立つと思えましたか	21%	50%	22%	6%	2%
インターネットを使う健康管理の教材としてまた参加したいと思えましたか	21%	43%	27%	7%	2%

【今後の課題】野菜摂取行動の促進を行動目標とした本プログラムに対する評価では、肯定的な意見が得られた。今後は挙げられた改善点をもとに見直しを行い、教育効果について検討する必要がある。

(E-mail ; nakamura.saki1031@gmail.com)

障害者スポーツセンターにおける食支援システム構築に むけたスタッフへの個別インタビュー報告

○^{たつたわ か こ}辰田和佳子¹, 稲山貴代²

¹ 日本大学 スポーツ科学部、² 首都大学東京大学院 人間健康科学研究科

【背景・目的】我々は、スポーツを通じた社会参加の場であるスポーツコミュニティに焦点をあて、ヘルスプロモーションの視点からの栄養教育や支援を企画している。健康を支援する環境を強化するためには、障害者スポーツセンターにおいて、センターを運営するスタッフ自らが日常の活動の中で利用者への食教育を行えること、また利用者自身がセンター利用時に容易に食情報へアクセスできることが求められる。そこで、当該コミュニティにおける食支援システムの構築を目指し、センター利用者およびスタッフの学習援助となる支援法に関するニーズを把握することを目的とした。運営当事者であるスタッフのなまの声から隠れた課題を抽出し、体系的に整理した内容を支援システムに反映させるため個別インタビューを実施した。

【内容】2016年2月、東京都障害者総合スポーツセンターのスタッフ10名（男性5名、女性5名）を対象に半構造化インタビューガイドを用いて個別の面接調査を実施した。対象者は、センター利用者に関わる立場であるという条件にて依頼し、センターの担当責任者が選定した。10名の業務の内訳は、スポーツ支援6名、事務3名、看護師1名であった。インタビュアーは、発表者である管理栄養士が行った。インタビュー内容は、①センター利用者に関わる中で、利用者の方の栄養・食生活にはどのような課題が隠れていそうですか。②その課題に対して、実際に行ったことや行いたいことを教えてください。③どのようなものや機会があると、スタッフご自身でもセンター利用者の栄養・食生活の支援ができると思

いますか。とし、内容は対象者の承諾を得たうえでICレコーダーに録音し、その後逐語録を作成した。分析は、管理栄養士である研究者2名が行った。逐語録から質問項目ごとに、重要アイテムを抽出し、類似した意味を持つアイテムをまとめ、カテゴリ化した。

【評価】①利用者の課題として、「ウエイトコントロール」「生活習慣病・二次障害へのリスク管理」「単身男性の食生活」「食物・情報へのアクセス」の4つのカテゴリが抽出された。②課題への対応として、「声かけ」「アドバイス」「栄養相談・資料の案内」の3つのカテゴリが抽出された。③支援に必要なツールや機会として、「視覚的なツール」「目的別の情報」「食堂メニューの栄養成分表示」「スタッフへの教育」の4つのカテゴリが抽出された。東京都障害者総合スポーツセンターの利用者は、障害の種類や程度、スポーツの経験や利用目的もさまざまである。そのため、現場の声として、個別の目的に合わせた対応を可能にするツールの必要性、具体的なイメージができる食品や料理を用いた視覚的な情報、トレーニングの待ち時間に短時間で対応できるものがニーズとしてあがった。当該コミュニティには、視覚障がい者も属していることから、音声を用いた情報提供ツールの必要性も明らかになった。

【今後の課題】今回のインタビューから得られたニーズに基づき、センタースタッフや利用者の学習援助となる栄養教育媒体の作成を行い、行動変容を目的とした支援システムの有効性の検証を行う。

(E-mail ; wakatatsu327@gmail.com)

ジュニアアスリートにおける栄養サポートシステムの試み

○安部聡子^{あべさとこ} (昭和大学スポーツ運動科学研究所¹⁾) , 玉木大輔^{たまきだいすけ}¹⁾ ,

下司映一^{げしえいいち}¹⁾ 磯良崇^{いそよしたか}¹⁾ , 西中直也^{にしなかなおや}¹⁾ , 三邊武幸^{さんべたけゆき}¹⁾

【目的】平成 27 年 12 月より本大学のスポーツ運動科学研究所におけるメディカルチェック (以下 MC) が開始された。これに伴いアスリートのための栄養サポートを開始したが、今回は、ジュニアアスリートに対しての栄養サポートシステム構築に関する試みについて報告することを目的とした。

【活動内容】本邦ではアスリートの MC は、限られた施設やトップアスリートに限定されて実施されていることが多い。しかしながら、MC や栄養サポートは、トップアスリートだけでなく、スポーツを行う多くの人々が専門的な医療者によるチェックやサポートを受けたいというニーズがある。特に、ジュニアにおける栄養サポートは、体力維持、怪我や故障を予防する健康増進、牽いては競技力向上のためにも有用であると考えられる。本研究所は、現在、企業が支援している様々な競技のジュニアアスリートに個別の栄養サポートを展開すべく、栄養サポートシステムの構築を目指している。以下に栄養サポートに関する主要な協議の経緯を示す。

●第 1 次栄養サポート計画

MC 時に検査結果を基に栄養指導導入を検討した。MC 時の栄養指導に関しては、簡易食物摂取頻度調査 (FFQg) を使用して、個別の必要エネルギー、栄養素量から摂取量との問題点を具体的に明示する方法を検討した。

●第 2 次栄養サポート計画

MC 時の 1 回に限定した栄養指導では、サポート後のフォローが出来ない状況がある。しかし、対象アスリートが頻回に研究所に指導を受けに来ることは困難であるため、月次サポートを追加検討した。月次サポート内容は、①MC 対象

者や保護者を対象に毎月「食育だより」を配布する。②栄養サポートを希望するアスリートや MC で栄養的な問題があった人に対して、専用 HP 上の Web システムを活用して栄養介入を行う。このシステムでは、食事管理に関する栄養サポートを個別に実施するということを検討した。【活動評価】MC 時の栄養指導は、時間的制約があり 20 分程度となった。この時間内にアスリート個々の栄養問題を抽出するのは困難ではあるが、それをカバーするために簡易食物摂取頻度調査を実施している。しかし、実際には質問紙の記入方法が分かりにくいとの意見もあり、栄養指導前に問診の時間を設定して、記入漏れのチェックやポーショサイズの確認を行っている。また、本研究所 MC は内科・整形・歯科・理学療法等のチームで行っている。他の領域との関連や血液検査、身体組成結果等が栄養指導時にタイムリーに示す事ができ、栄養課題との関連性を明示しやすい。限られた時間内で有効な栄養指導ができるよう工夫をしている。一方、月次の栄養サポートは、「食育だより」発行や個別の Web システムによる介入を開始したが、「システム化」と「個別介入」を同時に遂行するためには困難な状況もあった。【今後の課題】現在、MC が開始されて 3 ヶ月が経過、今後は MC の栄養指導及び月次サポート効果について詳細な検討を重ねていきたい。具体的には、アスリートや保護者に意見聴取、質問紙調査、競技成績、体調変化等により総合的に評価を行っていく。MC 及び栄養サポート実施者には、次年度に再度受診を奨励し、経時的にフォローアップを行っていくことが必要である。(E-mail ; sabe@nr.showa-u.ac.jp)

高校野球選手に対する「健康的な増量」を目的とした栄養サポート

○^{しゅどう ゆ か}首藤由佳 (札幌市立新琴似小学校)

【目的】多くの高校野球部選手並びにその関係者は、選手のさらなる体格・体力の向上とそれに伴う筋肉の増量を望んでいる。しかし、成長期であり、練習時間が長く、消費エネルギー量が多い野球部選手が、彼らの思う通りに体格・体力を向上させることは難しいのが現状である。成長期の選手が体力と競技力の向上を目指すためには、まず健康であることが基本となるが、国民健康栄養調査の現状をみても、青少年の食環境は必ずしもよいとは言えない。野球部選手も決して例外ではなく、このこともさらに選手の筋肉の増量を難しくしている一因と考えられている。そこで本実践では、スポーツ栄養マネジメントを軸として、選手に「健康的に増量」することを目的とした栄養サポートを実施した。

【活動内容】高校のクラブに所属する男子野球部選手27名のうち、監督からの要請で体重を増加させたい選手5名を対象とした。期間は2014年9月から11月の3ヶ月であった。調査項目は、3日間の食事記録法による食事調査(サプリメント摂取状況を含む)、身体計測(身長、体重、体脂肪率)、生活活動調査を行った。アセスメントの結果より、個々のエネルギー及び各栄養素の必要量を算出し、栄養補給計画を立案した。その際、無理な増量にならないよう、3ヶ月で可能な増量計画を個人の実態に応じて提案した。食事調査から主食量の不足がみられた選手が多かったことから、

月2度の個人面談の際は、主食からの糖質量を増やすために、量や摂取タイミングの説明を行った。生活活動調査より、消費量に見合う食事量を摂取できていない選手には、現在の消費量に見合った食事量が摂取できた後、トレーニングによる負荷分を増加させた。就寝時間の遅い選手に対しては、睡眠の重要性を説明し、生活リズムを確立するよう教育を行った。サポートは、選手やスタッフから情報を得て、随時変更を加えながら実施した。また、行動計画の達成に向けてセルフモニタリングできるよう、毎日体重と食事を記録させた。面談時にはそれらの記録表から、増量が計画通りに実行できているかを確認した。

【活動評価】目標体重まで増量できた選手は3名、できなかった選手は2名であった。スタッフとの連携において、監督、マネージャーからは、練習内容や選手に対する情報を頻繁に得ることができたが、保護者との連携が十分にはかれなかった。特に目標としていた結果が得られなかった選手に関しては、早期に保護者との積極的な情報交換を行う必要があった。

【今後の課題】高校性のサポートにおいては、食事をつくる保護者との積極的な情報交換が必要と考えられる。また、1年生と2年生の理解度の違いに差があったことから、1年生には特に詳細な説明をする必要性がある。

(E-mail ; pushbant@gmail.com)

運動部に所属する女子高校生の食意識・食知識と食事摂取量の関係

○村上裕佳子^{むらかみ ゆかこ}（立命館大学スポーツ健康科学研究科）、海崎彩^{かいざきあや}（立命館大学グローバル・イノベーション研究機構）、佐藤愛^{さとうあい}（立命館大学スポーツ健康科学研究科）、海老久美子^{えびくみこ}（立命館大学スポーツ健康科学研究科）

【目的】運動部に所属する女子高校生 23 名（ 16.2 ± 0.6 歳）を対象に、活動量に見合った食事を摂取することを目的とした栄養教育を実施するため、身体計測、食意識、食知識、食事摂取量、身体活動量の調査を行った。この集団の介入には時間的制約があるため、その条件を考慮した栄養教育が必要となる。そこで、事前に集団の特性を知り、適切な介入方法を検討することを目的に、上記調査項目の解析を行った。

【活動（事業）内容】Inbody430 を用いて身体計測を行い、食意識の指標として食生活のセルフエフィカシー（以下 SE と表記）（30 問）、食知識の指標として、基本的な食に関する知識を問う問題（34 問）を行った。食事調査は 3 日間（平日 2 日、休日 1 日）の秤量目安記録法を用い、同時に写真撮影も行った。身体活動量は 24 時間行動記録表を用い、食事調査と同日 3 日間行った。統計解析はピアソンの積率相関係数を用いた。

【活動（事業）評価】この集団の平均摂取エネルギー量は 2393 ± 570 kcal、平均消費エネルギー量は 2774 ± 272 kcal であり、エネルギー出納が負である者が 17/23 人であることが確認された。日本人の食事摂取基準（2015 年版）15~17 歳、身体活動レベルⅢの推定エネルギー必要量（2550 kcal/日）よりも消費エネルギー量が上回っており、この集団の活動量に見合った栄養教育の必要性が示唆された。また、カルシウム摂取量は 484 ± 219 mg、乳類の摂取量は 151 ± 141 g、野菜類の摂取量は 189 ± 83 g であり、

アスリートのための栄養・食事ガイド（2500 kcal）の目安量（カルシウム：1078 mg、乳類：500 g、野菜類：350 g）と比較少ない値であった。また、エネルギーと穀類、カルシウムと乳類は有意な相関関係が認められた。以上のことから、この集団の食事改善には、各自の穀類量の確認と、乳類、野菜類の摂取量を増やすためのアプローチが有効であることが考えられた。次に、SE と食知識のそれぞれの得点と食事摂取量において解析を行った。その結果、食知識と食事摂取量において有意な相関関係は認められなかったが、SE とエネルギー（ $r=0.617$ ）、たんぱく質（ $r=0.670$ ）、炭水化物（ $r=0.592$ ）、カルシウム（ $r=0.531$ ）、穀類（ $r=0.587$ ）、野菜類（ $r=0.539$ ）に有意な相関関係が認められた。このことから、食事摂取量は食知識よりも SE に依存する可能性が考えられた。また、SE 得点の高いグループと低いグループに分けて解析したところ、低いグループにおいて、エネルギー（ $r=0.825$ ）、たんぱく質（ $r=0.763$ ）、炭水化物（ $r=0.787$ ）に有意な相関関係が認められた。以上より、この集団への介入は、各自の穀類量の確認、乳類、野菜類の摂取を促す内容を取り入れると共に、得点の低い選手を中心に、SE に着目した教育方法が有効であると考えられる。

【今後の課題】上記課題を取り入れた集団栄養教育プログラムを作成・実施し、その効果を検討する。

(E-mail ; ykmr523@gmail.com)

保育士をめざす学生の食育実践力向上プロジェクト ～学校・地域・行政の連携による取り組み～

しまづ ゆうこ
嶋津 裕子 (兵庫大学健康科学部栄養マネジメント学科)

【目的】近年、保育施設での食育推進もおこなわれているが、若い保育士自身の食に関する経験が浅いこともあり、子どもを指導するうえで課題となることが予測される。

若い世代の食育実践力の向上をはかるとともに、将来、保育士として食育活動を実践するための技術と、地域における食育活動の連携強化につなげることを目的とした。

【事業内容】兵庫県東播磨県民局は、若い世代の食育力強化を目的として保健所と地域の食育ボランティアそして大学の協働・連携による「食育パートナーシップ事業」を実施した（平成24年度～平成26年度）。

H大学短期大学部保育科学生（有志）11名を対象に、学内の地域開放型クッキングルームを使用し、食育ワークショップを年3～5回実施した。具体的には、企画・調整は保健所の管理栄養士が支援し、講話・調理技術支援は地域の食育ボランティアが担当した。報告者は基本資料となるベースライン調査および経過評価と最終評価を担当した。

ワークショップの内容については、対象者の希望を取り入れるとともにベースライン調査の結果を踏まえ、大学生自身の食の実戦力の向上と技術を学ぶことを目標に、①マナーについて、②昭和の食卓の再現（魚料理のコツと調理）、③キャラクター弁当や野菜を使ったおやつづくり、④情報の発信等であった。

各年度ごとにワークショップ終了時の

自記式質問紙による経過評価をおこなった。3年間のプロジェクトを通してワークショップに参加した学生の意識や態度の変化の過程を、質的研究法に含められる複線経路・等至性モデル（TEM）をツールとし、食育現場や当事者、現象にできるだけ寄り添うことへの可能性を探った。

【事業評価】対象学生は、事前のベースライン調査では、全員が自身の食生活について「少し問題がある」と回答しており、朝食については「食べない」、「食べないことがある」と回答した者が3割いたが、3年間のプロジェクトを終えた最終調査（自由記述）では、「毎日食べる」「たまに食べるようになった」「なるべく食べるようになった」と回答していた。

【今後の課題】本報告では、知識のみで実践が伴わない傾向にあった対象学生個々人が、等しく到達するポイント（等至点）や分岐点を示すことで、参加者の視点を示す試みが見えた。

実際のプロセスでは、参加学生の調理技術レベルの事前把握が難しく、また参加者の時間的制約に合わせてかなりの工夫が必要であり、食育活動の継続性の難しさも伺えた。

しかしながらプロジェクトの目的の1つであった地域における食育活動の連携強化については、有効な活動方法であることが示唆された。

(E-mail ; yshimadu@hyogo-dai.ac.jp)

設計事務所における Workplace Health Promotion ～15年間の実践報告

○坂本侑香・森田理江・諏訪佳世・藤原章子（株式会社日建設計）、

福田洋（順天堂大学医学部総合診療科）

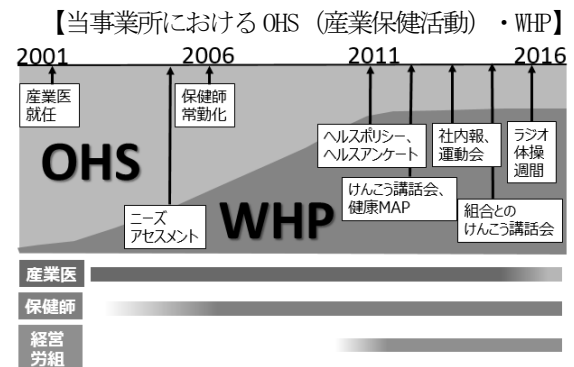
【目的】健康日本21（第二次）には「健康づくりに関する活動に取り組み、自発的に情報発信を行う企業数の増加が具体的な目標例として挙げられている。しかし職場ヘルスプロモーション（以下WHP）を実践している企業の成功要因についての実践報告は少ない。演者らは、関連学会にて経営・労組・社内人材を巻き込んだWHPの実践とその成功要因を報告してきたが、今回は2014年以降のWHPを含めた成功要因の検討・考察を行った。

【活動】当事業所における産業保健活動・WHPについて経時的に示した。嘱託産業医就任・衛生委員会発足（2001）、保健師嘱託・各種産業医意見書フォーム作成（2002年）、メルマガ発行・健康相談室開設（2003）、ニーズアセスメント（2005）、保健師常勤化（2006）、保健師2名体制・バランス弁当プロジェクト（2007年）、保健師3名体制・各種マニュアル整備（2009）、ヘルスポリシー作成・産業保健体制の全国整備・ヘルスアンケート実施（2011）、けんこう講話会開催・健康MAPオープン（2012）、メンタルヘルス研修・労組との座談会・「社長・労組・産業医の鼎談」の社内報掲載・大運動会（2013）、組合とのけんこう講話会開催（2014）、ラジオ体操週間・第3回健康度調査（2015）、部門毎の小集団教育（2016）等を行ってきた。最近の取り組みは、健康相談室単独の活動ではなく

、経営・人事・労組などの社内人材を巻き込んだWHPが目立つ。

【評価と課題】設計事務所における15年間のWHP実践報告を行った。IUHPE(2013)では、「最も効率の良い健康への投資はヘルスプロモーションであり、全ての人が投資家たりうる」と言われている(Thaksaphon, 2013)。HiAP(Health in All Policies)の流れからも、社内で健康に関わる部門や職種を増やすことがWHPの推進やヘルスリテラシー（以下HL）の向上に繋がる可能性があり、医療専門職の介在が減り、労組・人事・経営・社内他部署との関わりが増えたことは望ましいことと考えられる。経営・人事・労組を含む社内人材を巻き込んだWHP実践の成功要因としては、①健康に関心の高い社内キーパーソンの発掘②常勤保健師の存在③コミュニケーションが良好な社内風土④経営層の理解と中長期目標の戦略が考えられた。今後は、健康度調査やストレスチェック等のデータを活用したWHPの定量的な評価を行っていきたい。

(E-mail ; sakamoto.yuka@nikken.jp)



共有体験を基軸とする親子キャンプの効果 —大人みんなで子どもを育てるコミュニティづくりを目指して—

きくたふみお
菊田文夫（聖路加国際大学看護学部健康教育学研究室）

【目的】聖路加国際大学健康教育学研究室では、以下の目的をもって、幼稚園児ならびに小学生児童を含む家族を対象とした親子キャンプを実践している。

(1) 家族や世代を超えた交流を促し、大人皆で子どもたちを見まもり育てる、大家族のような雰囲気づくり。

(2) 子どものころとからだの健全な成長と家族発達を支援する生活体験。

(3) 日常生活で、これまで気づけなかった親子それぞれの長所を、お互いに発見できる場所づくり。

(4) 感動の共有体験。

(5) 自然体験活動を通して、自然を楽しみ、その恵み、いのちに感謝する気もちの醸成。

(6) 都会の生活では、あたりまえのように手にはいる「便利で楽しいもの」が、全く存在しない生活体験。参加者同士が face to face のコミュニケーションが充実できる場所づくり。

(7) 参加者が親子キャンプで体験・発見したことを、自身の日常生活に活かそうとする動機づけ。

【活動内容】本研究では、2009年から7年にわたって、毎年8月に静岡県伊東市宇佐美の公立施設において実践している2泊3日の親子キャンプを対象として、その効果を検証した。これらのキャンプは、以下の主要なアクティビティで構成されている。

1日目；アイスブレイキング、アウトドアクッキング、絵本の読み聞かせ

2日目；海遊び、スイカ割り、親子でラブレターづくり、ロマンチックキャンドルナイト

3日目；自然の素材でおもちゃづくり、ふり返

り・分かちあいの会

【活動評価】本研究で対象とした7回の親子キャンプの参加者は、延べ76家族（保護者98名、子ども98名）であった。これら7回のキャンプでは、キャンプの最終日（3日目）に「ふり返りシート」への回答を保護者に依頼した。自由記述形式で回答された内容をカテゴリー化したところ、『親子キャンプに参加して得た発見や気づき』については、「子どもの成長を確認・実感できた」、「普段の生活では見えない子どもの姿を見ることができた」、「自分の子育てについての課題が発見できた」、「いのちや生きる営みの大切さを感じた」、「みんなで大家族になれた」などがあげられた。さらに、2015年の親子キャンプにおいて、キャンプ前後で親の「養育スキル尺度」を測定したところ、キャンプ後に『感情的叱責』得点が有意に減少していることがわかった。（ $p=0.018$ ）

【今後の課題】「ふり返りシート」の『体験したことを、家族の生きかたにどのように活かしていきたいと思うか』に対する回答をみると、「今後の生活でも他者と協働できる機会をつくっていきたい」、「異なる年齢の他者と接する世代間交流の機会をつくりたい」、「他の家族の子どもの成長にも関わっていきたい」があげられている。家族を超えた世代間交流を促す貴重な機会として、さらに大人皆で子どもたちを見まもり育てるコミュニティづくりの方策として、親子キャンプに期待される役割は大きいと考えられる。

(E-mail ; fumio-kikuta@slcn.ac.jp)

幼稚園・保育園に通う保護者の子どものう蝕に関する不安、心配、悩みに関する実態調査

^{ほしおかよしのり}
○星岡賢範^{1,2,3)}、大持充^{1,2)}、吉岡慎太郎^{1,2)}、榎本雄次^{1,2)}、

川又俊介^{1,2)}、松岡奈保子^{1,2)}、中村譲治^{1,2)}、鶴本明久^{1,3)}

¹⁾市民活動団体 SORA、²⁾NPO 法人ウェルビーイング、³⁾鶴見大学歯学部地域保健学教室

【目的】近年、我が国の乳歯う蝕は減少傾向にある。しかし、我々が行っている幼稚園・保育園における歯科定期健康診断時での自記式質問紙調査では、「子どものう蝕に関する心配、不安、悩み」が多く見られた。このことからう蝕がないのに、不安や心配、悩みを持っている保護者も多くいると予測された。この問題に対応するためには、健康課題の解決のみでは対応できない。そのため、今回は、「子どものう蝕に関する保護者の不安、悩み、心配」の実態を明らかにすることを目的とした。

【方法】

某県内都市部の保育園 2 施設・幼稚園 3 施設計 5 施設に通う 0～5 歳児の保護者 1072 名に「子どものう蝕に関する不安、心配、悩み」に関する自記式質問紙調査を行った。質問紙項目は、保護者の年齢、性別、子どもの年齢、性別、保護者のう蝕の認識の有無、保護者の不安、心配、悩みの有無また心配事、悩みごとについては、その内容を自由記述してもらった。

今回の分析は、年齢別に保護者のう蝕の認識と不安、未処置歯と不安についてカイ二乗検定を用いて分析した。統計解析は SPSS を用い行った。

また、心配、悩みについて、子どもの年齢に応じてどのような変化が起こるのかを観点に、**Grounded Theory**を用いてその内容を体系化した。解析ソフトは、NVIVO

10を用いた。

【結果】こどものう蝕に関する不安は、1 才児をもつ保護者で最も高い割合を示し、4 歳児まで減少するが 5 歳児で増加していた。う蝕の認識がないにも関わらず、不安があると答えた者の割合は、3. 4, 5 歳児全ての年齢において、50%以上であった。また、未処置歯と不安の関係については、3 歳児の保護者のみにおいて有意に差を認めた。保護者のう蝕の認識と不安に関しては、全ての年齢において有意に差を認めた。質的な分析の結果からは、「こどものう蝕に関する心配、悩み」に関して、各年齢での特徴、また、年齢に応じた内容の変化が認められた。

【結論】う蝕の認識がないにも関わらず、不安があると答えた者の割合は、全ての年齢において 50%以上であるという結果からも、健康課題の解決（う蝕の減少）だけでは、身体的、社会的、精神的な健康は維持できない。今後の乳歯う蝕対策に於いては、幼児におけるう蝕有病者率の減少と合わせて、保護者のう蝕の不安、心配、悩みについてより理解を深める必要がある。そして、当事者が日々の子育てのなかで、それらにうまく対処していけるような場作り、健康教育が我々歯科専門家にもとめられていることが示唆された。

(E-mail ; yoshinori@castle.ocn.ne.jp)

女性アスリートのための健康教育プログラム開発 ～その1 女性アスリートダイアリーについて～

○奈良岡 ^{ならおか} 佑南 ^{ゆうな} (順天堂大学 女性スポーツ研究センター)

池畑 ^{いけはた} 亜由美 ^{あゆみ} (東京家政大学)

【背景】

女性が初めて近代オリンピックに参加した1900年から100年以上が経過し、スポーツ参画における男女の差は小さくなったように見える。しかし、女性の身体的特徴から、特に女性アスリートが競技を続け、最高のパフォーマンスを発揮するためには、多くの課題が存在する。

特に、審美系や長距離種目を専門とする女性アスリートは、Female Athlete Triad(女性アスリートの3主徴)と言われる「利用できるエネルギーの不足」、「無月経」、「骨粗しょう症」、を発症する選手も少なくない。このFATは、無理な食事制限や過度な運動により、摂取エネルギーを消費エネルギーが上回ることで起こる。FATに陥ると、選手生命の短縮にもつながるので、日常的な練習や食事内容を自己管理していくことが求められる。

更に、女性は月経周期によってパフォーマンスや競技に対するモチベーションが変化することが知られているが、月経周期のどの時期に調子が良いと感じるかについては個人差が大きい。そのため、基礎体温を測り、アスリート自身が身体について知り、コンディショニングを自己管理できるようになることは、競技力の向上につながる。

【活動内容】

女性アスリートダイアリーは、コンディショニングを管理するツールとして考案され、2011年より作成し、トップアスリートを中心に配布することで女性アスリートの健康教育プログラム開発を進めてきた。

この手帳は、見開き1ページでコンディショ

ニングに必要な項目を「身体」、「栄養」、「心理」の3つの観点から記録できることが最大の特徴である。身体面では、基礎体温、体重の変化をフラフで視覚的に記入し、体脂肪率、月経の状態、睡眠の状態等を記入する。栄養面では、主食、肉類、魚類、卵類、大豆製品、野菜類、きのこ・いも・海藻類、乳製品、果物、おやつについて、3食それぞれ食べた物をチェックする。さらに、精神面では目標、練習への意欲や達成度、1日の疲労を5段階で評価する。毎日手帳に記録することで、コンディショニング管理だけではなく、ケガや不調の際もこの記録をもとに医師と相談することで早期回復につながる可能性がある。

【活動評価】

2015年は2,500冊程度を配布した。中には2011年から継続して記録をしている選手もあり、現在では数十名のオリンピックもこの女性アスリートダイアリーを使用している。実際に手帳を使用している選手からは、「自分が低体温だと気づいた」「月経とパフォーマンスの関係が分かった」など、手帳を利用することの意義を感じている選手が多く存在する。

【今後の課題】

女性アスリートのコンディションは、女性アスリート自身も知らない場合が多い。したがって、男性コーチも含めて女性アスリートのコンディショニングについて広めていくこと、さらにコンディションを自己管理できる女性アスリートを育成していくことが求められる。

(E-mail ; ynaraoka@juntendo.ac.jp)

女性アスリートのための健康教育プログラム開発 ～その2 女性アスリートイーラーニングについて～

○池畑 ^{いけはた} 亜由美 ^{あゆみ} (東京家政大学)

奈良岡 ^{ならおか} 佑南 ^{ゆうな} (順天堂大学 女性スポーツ研究センター)

【背景】

女性アスリートが自身の体調やコンディションを自己管理することは、競技力の向上につながる。自己管理を行うためには、女性アスリートの身体的な特徴や、発症しやすい障害や怪我、さらに栄養等についての知識が必要となる。しかし、特に日本ではコンディション管理はコーチやトレーナーが担っている場合が多く、これらの知識を習得している選手は少ない。そこで、女性がスポーツをする上で知っておくべき知識を学ぶための学習ツールとして「女性アスリートイーラーニング」を作成し、健康教育プログラム開発を進めてきた。

このイーラーニングは、1章「男女の身体の違い、月経のしくみ」、2章「月経周期と基礎体温」、3章「選手生命をおびやかす骨粗しょう症」、4章「コンディションを良好に保つ食事のポイント」、5章「女性アスリートのからだの特徴と栄養・食事管理」、6章「超省エネな身体とFemale Athlete Triadの関係について」の全6章で構成されており、章ごとに確認テストを設けている。女性アスリート、また、女性アスリートを指導・サポートする方々、保護者が知っておくべき知識を盛り込んだ内容であり、パソコンやスマートフォンから、いつでも、どこでも、何回でも、学習できることが特徴である。登場人物は、部活動を頑張るアスリート「キラリちゃん」と、女性アスリートの身体と健康に詳

しい「ヒカルコーチ」の構成となっており、その対話を通して小中学生から大人まで、楽しみながら学習できるように配慮した。

【研究の目的】

イーラーニングによる知識の習得が、女性アスリートの行動変容に与える影響を調査することを目的とした。

【方法】

17歳から33歳までの女性アスリート64名を対象に、女性アスリートダイアリーの記録を併用して、3か月間イーラーニングを用いて学習してもらい、介入の前後で行動変容に関するアンケートを実施した。

【結果】

76%の被験者は全国大会以上の出場経験がある選手であった。アンケートでは「何か仕事をするとき、自信を持ってやるほうである」、「普段から基礎体温を測っていますか」の2項目において介入前後で有意差が認められた。

【考察】

今回の学習範囲は1章から3章であり、主な内容は基礎体温や月経などの基礎的なものであった。そのため、介入後に基礎体温を日常的に測定している割合が有意に増加したと考えられる。他の質問項目についても、有意差は認められなかったが、改善が見られた項目もあり、イーラーニングでの学習は、アスリートとしての生活習慣の改善に効果的であることが示唆された。さらに被験者を増やしてイーラーニングの効果を検討することが今後の課題である。

(E-mail ; ikehata-a@tokyo-kasei. ac. jp)

中学校体育授業における思考力・判断力とその関連要因に関する研究

こばやしみのる
○小林 稔（京都教育大学教職キャリア高度化センター）、高倉実（琉大学医学部）、
宮城政也（琉球大学教育学部）、喜屋武享（琉球大学大学院保健学研究科）

【緒言】ポピュレーションアプローチとしての学校体育は、運動への動機づけや生涯にわたる身体活動の継続、延いては「生涯の健康」に強く関与すると考えられる。他方、直近 10 年間における政府系機関から出された中教審答申等ではさまざまな形で「思考力・判断力・表現力の育成の重要性」が示されており、現在、学校体育では校種にかかわらず「思考力・判断力を育てる」授業の実施が求められている。

しかしながら、体育授業は、技能に焦点化した運動学習が中心であるため「思考力・判断力の評価」が難しく、「子どもたちの思考力・判断力が適切に育成されたかどうか」を評価することは一般的に他教科に比して困難であると考えられる。そこで、筆者らは体育授業における学力評価の一

助になるべく、中学生を対象に思考力・判断力を一定程度簡便に評価するツールを開発した。本研究の主な目的は、開発したツールを用いて「思考力・判断力」に関連する要因について一定程度明らかにすることである。

【方法】沖縄県那覇市内の公立中学校 2 校（A 校、B 校）の全校生徒 983 名を調査対象として、2015 年 4 月下旬～5 月中旬に自記式質問紙調査を実施した。

調査内容は、体育授業における思考力・判断力尺度（小林, 2016）及び運動習慣や成績認知を含む日常生活項目であった。

【結果と考察】 χ^2 検定の結果を、表 1 に示した。（紙幅の関係で本稿では男子のみを載せている）男女とも、「健康認知」「部活動の参加状況」「体育授業の好き嫌い」「学習時間」「小

学校の頃の外遊び」及び「体育の成績認知」で有意な関連性が見られたものの、読書量や国語の成績認知では、男女とも関連性がなかった。

【結論】総じて、知的活動ではなく、運動そのものが好きなことや日常の身体活動量などと「体育授業における思考力・判断力」との関連性が認められた。ただし、本研究は、因果関係を明らかにするものではない。

（本研究は JSPS 科研費、課題番号 2528223 の助成を受けた。）

mkoba98@gmail.com

表1 男子における体育授業の思考力・判断力と「健康認知、部活動の参加状況、眼りの認知、読書量等」

		男子				χ^2	p
		思考力・判断力低群		思考力・判断力高群			
		n	%	n	%		
健康認知	低群	125	59.8	86	41.1	14.56	<.001
	高群	84	40.2	123	58.9		
部活動の参加状況	運動部以外	66	31.3	35	16.6	12.51	<.001
	運動部	145	68.7	176	83.4		
眼りの認知	眼れなかった	82	38.0	53	24.9	8.54	.003
	眼れた	132	62.0	160	75.1		
体育授業の好き嫌い	その他	155	73.5	105	49.5	25.57	<.001
	とても好き	56	26.5	107	50.5		
読書量	少ない	133	63.0	119	55.9	2.26	.133
	多い	78	37.0	94	44.1		
学習時間	少ない	139	65.9	106	49.3	11.97	<.001
	多い	72	34.1	109	50.7		
小学校時の外遊び	その他	103	48.6	81	38.2	4.65	.031
	とてもした	109	51.4	131	61.8		
国語の成績認知	低群	134	62.6	119	56.1	1.86	.173
	高群	80	37.4	93	43.9		
体育の成績認知	低群	114	53.3	65	30.5	22.70	<.001
	高群	100	46.7	148	69.5		

介護保険制度改正に合わせた介護予防事業の展開 — 一次・二次予防事業の取り組みからの考察を通して —

○^{こうちまさき}幸地将希（琉球大学大学院）、島袋桂、金城淳、金城太志、我如古愛、

斎藤美希（琉球大学健康づくり支援プロジェクトLib）、金城昇（琉球大学）

【背景】内閣府が発表した「平成27年度版高齢者白書」によると、総人口が減少するなかで65歳以上の高齢者人口は過去最高の3,300万人を記録し、高齢化率も26.0%に達している。このような状況を受けて、平成27年度には介護保険制度の改正が行われ、これまで介護サービスを受けていた要支援1・2が市町村の取り組む介護予防ケアマネジメントに移行されることとなった。

【目的】沖縄県A村では高齢者の健康維持・増進、介護予防の推進とともに、地域住民と共働して人と人とのつながりを大切にする村づくりを目指した取り組みを行っている。その中に、心理療法として用いられる動作法を適用した介護予防事業がある。1つは一次予防事業として比較的健康的な高齢者の健康維持を目的とした「がんじゅ～広場(集団プログラム；以下広場)」である。もう1つは二次予防事業として運動器を中心とした要介護リスクの高い特定高齢者のリスク軽減を目的とした「がんじゅ～サロン(個別プログラム；以下サロン)」である。今回は2つの事業における1年間の取り組みを考察し、介護保険制度改正に合わせた介護予防の在り方について検討を行う。

【方法】対象者は広場が村内在住65歳以上の高齢者30名(男性7名、女性22名；平均年齢78.3歳)、サロンが特に運動器機能において要介護リスクの高い高齢者19名(男性5名、女性14名；

平均年齢80.9歳)であった。プログラムとしては広場が集団での動作法を中心に、レク活動や交流を含めた約2時間のプログラムを週1回、計39回、サロンは集団と個別による動作法を中心に、レク活動や交流を含めた約2時間のプログラムを週1回、計39回実施した。両事業の参加者には事前及び中間、事後に生活機能の評価として、基本チェックリスト及び痛み評価を実施した。また、姿勢・足圧測定を実施した。

【結果】事業前後における広場参加者の基本チェックリストでは、口腔機能において改善がみられた。サロン参加者の基本チェックリストでは、運動器において有意に改善していた。運動器の中でも、特に「15分位続けて歩いていますか」の項目において有意に改善していた。

【考察】広場とサロンの参加者における生活機能の変化を比較すると、サロンの参加者における改善が顕著であった。特に連続歩行が行いやすくなっており、手押し車を使用しないでも参加できるようになるなど、歩行における変化がみられた。このことから日常生活での活動範囲が広がっていることが推測できる。

【今後の展開】サロンにおいて、生活機能に加え主観的な痛みにも顕著な改善がみられている。一方で、転倒不安や1年間の転倒回数に変化なしや悪化を繰り返す参加者も多かった。今後一次予防にも特定高齢者の参加が増えることを想定すると、健康的な高齢者の健康維持と特定高齢者のリスク軽減を包括的にアプローチできるプログラムの確立が必要である。

(E-mail ; masaki_kocchi@yahoo. co. jp)

フィットネスクラブが取り組む介護予防事業の現状と今後の展望 ～現場と実務の視点から～

たかや のぞむ
○高家 望 (株式会社東急スポーツオアシス)

【背景とねらい】

平成 18 年から始まった介護予防事業は、平成 27 年の介護保険法改正を経て大きく見直され、高齢者の支援のあり方や高齢者を取り巻く社会のあり方を創造する変革期を迎えている。フィットネスクラブが取り組む介護予防事業について実践報告として今までと現状を総括し、これからよりよい健康長寿や多くの人々の自分らしい健康と幸せを支えるどうすればいいか考えたい。

【主な事業内容】

- 場所：フィットネスクラブ施設又は地域施設
- 内容：一般介護予防事業・二次予防事業・通所型サービス（集団・通所型：1～24 回コース）
- 事業目的：健康長寿・介護予防・機能向上/改善（運動器・栄養・口腔機能・認知機能）・社会参加と交流・自主化・地域づくり等
- 支援者（従事者）：健康運動指導士・介護予防運動指導員・看護師・理学療法士・管理栄養士・歯科衛生士等

【事業評価と課題】

- 事業そのもの
 - ・参加者には一定の成果と高い満足度
 - ・支援者にはやりがいと資質向上の場
 - ・全体の事業目的に対する貢献は部分的
- 企画・運営面
 - ・安全管理における責任の大きさ
 - ・集団の中で個別支援を両立する工夫
 - ・自主化・地域づくりを進める工夫
 - ・支援者の安定した人材確保や育成
 - ・現場運営や管理・事務等の業務効率化
 - ・ハイリスク者や介護保険法への対応準備

○経営面

- ・市町村や制度に依存する事業内容や事業性（事業の独自性・収益性・公益性・成長性等）
- ### ○学術面
- ・事業者での科学的評価や学術活動の充実化
- ### ○制度面
- ・適切なサービス提供（本当に必要な人へのサービスの誘導・提供等、適切な資源分配）
 - ・民間サービスとの内容や受益者負担ギャップの大きさ

【今後の展望】

- 地域・社会貢献と事業成長の両立
- 市町村・地域資源・関連団体との連携強化とニーズに応じた介護予防事業の展開
- フィットネスクラブのあり方の進化（地域を担う・人をつなぐ一員として）
- フィットネスクラブ独自事業の展開
- 自助・共助・公助のそれぞれに貢献する事業
- 日本における高齢者支援のあり方の創造

【まとめ】

地域高齢者の健康や幸せを支える大きな使命を担う介護予防。そこにフィットネスクラブが貢献できる余地や工夫は大きい。制度に基づく事業に加え、フィットネスクラブのあり方を進化させ、事業を創造しながら、高齢者や関わる人々に結（ゆい）を創り、地域や人を支えたいと考えている。対象者を主体に、敬意と労い・感謝の気持ちを持ち、誠実に真摯に寄り添って、これからも一人でも多くの人々の健康と幸せ、笑顔をめざして心を込めて最善を尽くしたい。

(E-mail ; nozomu_t@hotmail.com)

高家 望 (たかやのぞむ)

郊外地域における「競走」をしかけとした健康づくりイベントの取り組み

○ 齋藤美希¹⁾、島袋桂¹⁾、我如古愛¹⁾、金城淳¹⁾、金城太志¹⁾、幸地将希²⁾、金城昇³⁾

- 1) 琉球大学健康づくり支援プロジェクト Lib、
- 2) 琉球大学大学院、3) 琉球大学教育学部

【目的】平成 20 年度より、本プロジェクトチームでは沖縄県A村での健康づくり事業を行ってきた。事業内容のひとつである「貯歩っとレース」は参加者が一定期間の歩数を記録し、その合計歩数を競うイベントである。このイベントを開催することによって、村民の生活活動の増加や運動実践といった健康づくりのきっかけになることをねらいとした。

【事業内容】対象は 18 歳以上の A 村民とし、レース期間中の歩数を記録用紙に記入してもらった。終了後には記録用紙を提出してもらい合計歩数を算出し、歩数が多かった者を村の健康福祉まつりにて表彰した。平成 20～23 年度は、個人またはグループでの参加としレース期間を 1 ヶ月とした。平成 24 年度以降は新たな健康づくり戦略を試み(図 1)、事業全体のコンセプトを「パートナーづくり」とし、ねらいにあわせて「育成」「イベント」「強化・組織づくり」の 3 つに分類した。それぞれに参加した村民がコンセプトに向かって動き出すためのしかけとして、A 村のコミュニティの特徴から健康づくり戦略の鍵となるしかけを「競走」とした。貯歩っとレースでも新たに「各区対抗」というかたちで「競走」の要素を取り入れ、期

間を 2 ヶ月とし、個人及び各区での合計歩数を競ってもらった。

【事業評価】貯歩っとレースの参加者は 8 年間を通して増加傾向にある(図 2)。特に、平成 24 年度以降は「各区対抗」とすることで、各区で区長や婦人会などの団体、区民が参加の呼びかけを行う様子がみられ参加者が増加し、毎年 150 名を超える参加があった。このことから、区独自の活動が活発に行われており、区民同士のつながりが強いという A 村の特徴を活かしたしかけの効果があつたと示唆される。また、他の事業内容と連携することにより、健康教室や他のイベント等の参加者がレースに参加し始める動きもあつた。少しでも歩数を増やすために日常生活を活動的に過ごしている様子や、参加者同士で歩数増加のための情報交換を行っている様子が感想からもあがっており、継続的に参加している村民も存在する。「競走」をしかけとすることで、区または区民同士が互いに刺激を受け、高め合いながら健康づくりを進めていくことができるのではないかと考える。

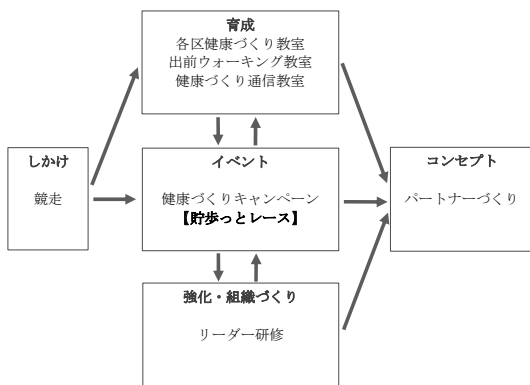


図1 平成24年度以降の健康づくり戦略モデル

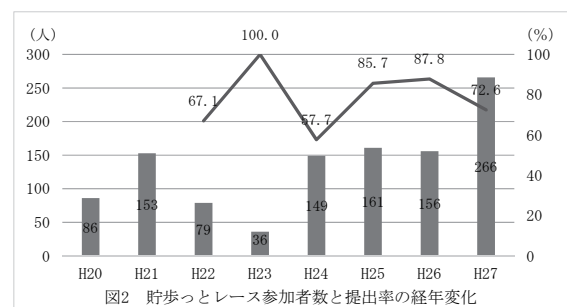


図2 貯歩っとレース参加者数と提出率の経年変化

【今後の課題】貯歩っとレースを健康部署の一イベントという位置づけから、村全体で取り組むイベントとしてさらに発展させ、村民の健康づくりにつなげていく必要がある。

(E-mail ; nnk3110@gmail.com)

小学生への食育の評価

その1 「ぴったりおやつマスターになろう」プログラムの効果

○塩原由香^{しおばら ゆか} (相模女子大学大学院栄養科学研究科)

小林亜弥 (相模女子大学大学院栄養科学研究科)

齋藤沙織 (相模女子大学)、吉岡有紀子 (相模女子大学・大学院)

【目的】近年、小学生がよく食べるおやつの上位には、スナック菓子、飴、チョコレートなどがあげられ、これらおやつの食べすぎが食事に影響を及ぼすと同時に、砂糖や脂質のとりすぎが健康問題につながるといわれている。一方で、児童にとってのおやつは、食事の楽しみの1つであり、食事の自己選択を行う場として大切である。そこで、児童が、自分にとってぴったりの(ちょうどよい)おやつの量と種類について理解し、実際に選んで食べてみることで、日常生活も実践できるようになることを目標とした「ぴったりおやつマスターになろう」プログラムを作成^{*}、実施した。本研究では、プログラムの効果を、児童の知識、態度の変化から明らかにすることを目的とする。

【方法】対象者：K県S小学校の2学年児童64名。有効回答は49名。調査時期：2016年2月。調査内容及び方法：児童のおやつの知識、態度についての自記式質問紙調査を、授業直後と授業1週間後に実施した。

【活動内容】本プログラムは、65分間の授業を2段階に分けて行った。1段階目は理論編とし、児童が自分に適切なおやつの量である「ぴったりおやつパワー」すなわち、おやつのエネルギー(kcal)を理解するために、2人1組になり1種類ずつおやつのパワーを考え、おやつパワーマップを作成した。2段階目は実践とし、児童がおおよそ50kcalに小分けしたおやつを3つ選択し、実際に食べることで、自分にぴったりおやつの量を理解する活動とした。おやつの種類は、対象者へ実施したおやつについてのアンケートを基に、おやつパワーマップ用に約40種類、食べる用に約20種類を用いた。また、

おやつはお菓子だけでなく、おにぎりやふかし芋なども取り入れた。

【活動評価】児童の知識では、ぴったりおやつパワーが分かった児童が42名(85.7%)。児童が選んだおやつの種類は、ミニゼリー、ハイチュウ、コーラが多くみられた。児童の態度では、「これからぴったりおやつを食べたい」と回答した児童が44名(89.8%)みられた。また、事後調査において「これからも『ぴったりおやつマスター』でいることができそう」と自己効力感が高まった児童は46名(93.9%)みられた(表1)。以上のことより、児童の知識、態度が食育プログラムを通して高まったといえる。

【今後の課題】今回のプログラムでは、おおよそ50kcalに小分けしたおやつを用いたことで、選択しやすかったが、家庭で出されるおやつは自分で適量に調節しなければならない。そのため、家庭で実際に児童が学んだことを活かすための工夫として、親へ呼びかけ、支援方法について検討する。

※楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～「食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」の視点から)のあり方に関する検討会」報告書に記載しているプログラムの一部を参考にして、本プログラムを作成した。

(E-mail ; 0salt62979@gmail.com)

表1 児童のおやつ選択に対する自己効力感

項目	回答	数値:人(%)
		人数(n=49)
これからも、「ぴったりおやつマスター」で いることができそうか	できそう	46 (93.9)
	少しできそう	2 (4.1)
	あまりできなさそう	1 (2.0)
	できなさそう	0 (0.0)

小学生への食育の評価

その2 「すてきな和食マスターになろう」プログラムの効果

こばやしあみ
○小林亜弥 (相模女子大学大学院栄養科学研究科)

塩原由香 (相模女子大学大学院栄養科学研究科)

齋藤沙織 (相模女子大学)、吉岡有紀子 (相模女子大学・大学院)

【目的】平成25年「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録された。その一方で、正しい箸の持ち方をしている児童の割合は5割程度という実情である。そこで児童が、和食の配膳や、食器・お箸の正しい使い方、食べ方についての知識、スキル、態度を高め、生活で実践できるようになることを目標とした「すてきな和食マスターになろう」プログラムを立案、2016年2月に実施した。食育前後の児童の変化より、本プログラムの効果を明らかにすることを本研究の目的とする。

【方法】対象者：K県S小学校3学年児童81名、うち食育に参加した介入群46名（男子11名、女子35名）、食育に参加していない対照群35名（男子13名、女子22名）、有効回答77名。調査時期：2015年6月に事前調査、2016年2月に直後調査・事後調査を実施した。調査内容及び方法：食生活についてのアンケート及び和食の配膳や、食器・お箸の正しい使い方、食べ方についての知識、スキル、態度に関するアンケートを集合法による自記式質問紙調査にて実施した。配膳についてはスケッチを用いて調査した。

【活動内容】本プログラムは計2時間を大きく2段階に分けた。教材には、本物の和食器と和食料理を用いた。メニューはご飯、お味噌汁、鯖の照り焼き（前盛り：レモン、干しあんずの砂糖煮）、春キャベツのお浸し、里芋の煮物である。1段階目は理論編で、児童は練習用の食器を用いて、普段の配膳や食器・お箸の持ち方を振り返った。そして、正しい配膳や、食器・お箸の正しい使い方を演習した。その後、日本の食文化や正しい作法、その由来を学んだ。2

段階目は実践編とした。1段階目で学んだ正しい配膳や、食器・お箸の正しい使い方を振り返りながら、昼食として和食を食べ、繰り返し演習した。

【活動評価】1. 食育実施前に、正しい配膳や、食器・お箸の正しい使い方を気を付けている児童は、介入群と対照群で有意な差はなかった。2. 食育実施後の児童の食行動（表1）は、次のような変化が見られた。正しい配膳のできている児童は、介入群6名（14.0%）、対照群3名（8.8%）。箸を正しく持つことのできている児童は、介入群38名（88.4%）、対照群19名（55.9%）。ご飯茶碗を正しく持つことのできている児童は、介入群35名（81.4%）、対照群14名（43.3%）。介入群児童は、食育実施中に魚料理もよく食べており、完食する児童が多く見受けられた。そして食育実施直後には、和食の食器を正しく並べようと思った児童39名（90.7%）、お箸とお茶碗を正しく持とうと思った児童41名（95.3%）だった。すなわち、介入群に望ましい変化が見られた。

【今後の課題】一度の食育では理解が不十分な児童も見受けられたことから、児童が家庭での繰り返し学習に活用できる教材を検討する。

(E-mail ; raychan0720@gmail.com)

表1. 食育実施後の児童の食行動

項目	群	数値:人(%)		
		介入群 (n=43)	対照群 (n=34)	合計 (n=77) 有意差 ¹⁾
食器の並べ方	できている	6 (14.0)	3 (8.8)	9 (11.7)
	できていない	37 (86.0)	15 (44.1)	52 (67.5) ***
	正しい配膳を知らない	0 (0.0)	16 (47.1)	16 (20.8)
箸を正しく持つこと	できている	38 (88.4)	19 (55.9)	57 (74.0)
	できていない	5 (11.6)	15 (44.1)	20 (26.0) ***
	正しい持ち方を知らない	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
ご飯茶碗の持ち方	できている	35 (81.4)	14 (43.8)	49 (65.3)
	できていない	8 (18.6)	3 (9.4)	11 (14.7) ***
	正しい持ち方を知らない	0 (0.0)	15 (46.9)	15 (20.0)

1) χ^2 検定 ***: $p < 0.001$ 2) 介入群は未記入の児童を除く

中学生保護者を対象としたメール配信による食育の評価

○^{はやみ なおみ}早見 直美 (大阪市立大学大学院)、飯野 万由子 (大阪市立大学)、

春木 敏 (大阪市立大学大学院)

【目的】中学生期はクラブ活動や通塾等により生活が変化し食生活課題が増加する。自立度は高くなるものの、食育においては保護者の理解と支援が欠かせない。一方生徒は学校での出来事を伝えない、配布物を渡さなくなる傾向にあり、学校と家庭が連携した食育へ向け、確実な情報共有手段の検討が必要である。

近年、保護者への連絡手段としてメールシステムを導入する学校が増え、メールの一斉配信が可能となってきた。本活動では、保護者の食生活に対する意識、食育周知度を高めることを目的として学校メールシステムを用いた食育を行い、有用性を評価することとした。

【活動内容】2015年7月～2016年1月に大阪府下公立A中学校(全校生徒445名)の保護者を対象に実施した。A市教育委員会のメール配信事業を利用し、システム担当教諭の協力のもと、登録者へ向け食育メールを15回配信した。中学生の食生活管理に関する知識に加え、9回は文章とともに関連レシピへアクセスできるWebサイトURLを載せた。

評価は登録者を対象に栄養バランス(3点満点)、栄養バランスの改善意欲、配信情報の利用状況について配信前後でWeb調査を行った。また、配信終了後に全保護者対象の調査を調査用紙・Webにより実施し、食育の周知、食育課題支援状況等についてたずねた。

【活動評価】システム登録者を対象とした評価では、プレ調査において、朝食の栄養バランスについて、1点(主食のみ)の者の割合が56.4%と高かった。前後比較では、朝食の栄養バランス得点1点の者の割合が減少し、2点の者の割合が増加する傾向がみられたが、栄養バランス改善意欲に変化はみられなかった。ポスト調査

において、参考にしたメールがあると回答した者は88.8%、作ったまたは参考にしたレシピがあると回答した者の割合は51.3%であった。

保護者全体調査では、食育授業実施を知っている者の割合は72.4%であり、情報源として最も多かったのは「メール配信」54.5%、次いで「子ども」46.6%であった。登録群は食育授業の周知、食育課題(夏休み・冬休み)の伝達・支援の割合が未登録群よりも高かった。希望する食育情報配信の方法は「メールのみ」35.5%、「メール・プリント両方」29.8%、「プリントのみ」21.5%であった。

【考察・今後の課題】本活動では、保護者の食生活改善に対する意識、栄養バランスに有意な変化はみられなかった。配信期間が短く、メール配信による情報提供のみでは明確な変化には至らなかったと考えられるが、配信内容やレシピを参考にする保護者が多くみられた。システム登録者の食育授業の周知度、食育課題支援の割合は未登録者よりも高く、登録者では食育授業で取り上げた朝食の栄養バランス改善傾向もみられた。中学校における食育実施への理解が深まっており、配信を継続することで改善につながることを示唆される。希望する食育情報の配信方法より、メール、プリントを併用することでより多くの保護者へ情報提供が可能となると考えられる。

メール配信による食育は、学校と家庭を結ぶ食育ツールの一つとなる可能性が示唆された。今後より広範囲での実施へ向け、配信方法・内容を改善し、継続する予定である。

(E-mail ; hayami@life.osaka-cu.ac.jp)

持続可能な健康づくりを目指した子どもの貧困支援

NPO フードバンク北九州の取り組み

○^あ荒木 ^ゆ裕子（九州女子大学家政学部）、細井陽子（九州女子大学）

【目的】 相対的貧困率は、厚生労働省「子公民生活基礎調査」（2012年）では16.1%であり、30歳未満と65歳以上で相対的貧困率が高いと報告されている。子どもの貧困問題への社会的関心の高まりもあり、近年、各地にフードバンク団体の発足が増えている。

フードバンク北九州ライフアゲイン（原田昌樹理事長）は、2013年7月に設立、2014年10月にNPO法人格を取得、2015年8月に事務所を開設した。企業・農家・個人より余剰食品の寄贈を受け入れ、福祉施設や個人（生活保護受給者・生活困窮者）に無償提供することで、食べ物を大切にすること意識の醸成を図るとともに、食を通じて人と人とが結び合う循環型社会の仕組みを構築することを事業の柱としている。フードバンク北九州の取り組みから、地域に根ざした食のセーフティーネットの構築について検討した。

【活動（事業）内容】 事業内容は、主に、①企業・個人から食品提供を受け、食品を保管し、福祉施設への提供及び個別の家庭への提供、②企業等からの余剰食品の回収（フードドライブ）、③フードバンク活動の普及啓発活動、④会報の発行である。

正規の職員を持たず、全てボランティア約30名で活動を行っている。事業は、主に会員費、寄付金により運営されている。

【活動（事業）評価】 2015年10～12月における食品の提供先は74施設（北九州市近郊 63施設、福岡市近郊 11施設）。個人への行政を通じた提供は35世帯145人、個別の緊急食糧支援（宅急便）は6件であった。食品の運搬手段は、ボランティアによる配送であった。

2014年度の食品取扱量は26トンであった。提供された食品は、米、パン、バナナ、菓子などの保存食品・常温品が中心であった。

設備の制約から農産物が扱えなかったが、インターネットを通じて不特定多数の人から資金を集める仕組みであるクラウドファンディング READYFOR により資金調達をして、2015年8月に恒温高湿庫を購入した。農産物は、一時保管の管理上の問題もあり、取扱量を増やすには、食品の衛生管理に関するボランティアスタッフへの教育が必要である。

【今後の課題】 今後の課題は、将来をにう子どもにできるだけ安心安全な食品の寄贈を増やしていくこと、行政等との連携を一層強化し要支援者のニーズを把握する調査の実施をすること、利用者の栄養のバランスを考慮した食料支援をしていくことである。

活動の維持の課題としては、資金、人材不足が挙げられる。会員費とボランティアの支援だけでは活動の維持は難しい。寄付金や助成金・補助金による活動支援などの問題に取り組む必要がある。

フードバンク山梨の呼びかけで、2016年11月に設立された「全国フードバンク推進協議会」の加盟団体となった。

フードバンクの活動をはじめて2年目ということもあり、課題も多いが、運営主体同士の交流・連携もはかりながら、質を重視した北九州における食のセーフティーネットの構築を目指したい。

(E-mail; araki@kwuc.ac.jp)