

－ 資料 －

食物栄養学科学生の食イベントへの参加動機と希望進路との関連性
～平成24年度 女子大学生等を学習者とした「3.1.2弁当箱法」体験セミナーより～

本田 まり・田中 智子・中野佐和子・才新 直子

The Relationship Between Food Nutritional Science Students' Motivation for Participation in the Food Event and Their Choice of Career Options:
From the "Lunch Box 3.1.2 Method" Experience Seminar for Women's College Students in the Academic Year 2012 (Heisei 24)

Mari HONDA, Satoko TANAKA, Sawako NAKANO, Naoko SAISHIN

要 旨

栄養教育・指導法の一つである「3.1.2弁当箱法」の体験セミナーを食物栄養学科の学生を対象に行い、アンケート調査にてセミナー継続に関する客観的評価や参加学生の特性等を検討した。結果、セミナー継続に関する評価としては、「3.1.2弁当箱法」の手法のわかりやすさや体験実習の楽しさ等からイベントに対して高い評価が得られ、参加学生の全員が「参加して良かった」と回答した。後輩へも「大いに勧める」が約88%を占め、今後の継続に値する食イベントであると考えられた。また、アンケート結果より参加動機と希望進路に関連性がみられ ($p < 0.05$)、体験セミナーに「自主的に参加」と回答した学生では、「栄養士職または進学を希望」が殆どであった。将来、食の専門職を目指す学生の増加のためには、授業内外で食への関心を高めておくことが重要であるが、食イベントの実施もその一手段になり得ると思われる。

キーワード：3.1.2弁当箱法, 参加動機, 希望進路

1. 緒言

健康志向の高まりと共に、「食」への関心も高まった現代では、情報化社会の恩恵も受け様々な情報が飛び交い、多くの人々が様々な情報を見聞きしている。将来の栄養士、管理栄養士を育成する栄養士養成校においては、給食管理業務の他、これらの情報を適切に理解し、正しく判断し、人々の多様化した食生活に応じて適切なアドバイスができる栄養士を育成する必要がある。一方、人々への栄養教育・指導は決して画一的なものでなく、実際の現場では多種多様なケースに遭遇する。少しでも多くのケースに対応できるよう、様々な栄養教育・指導の手法を知り、体験（模擬体験）することが重要であるが、栄養士養成課程の限られた授業時間の中では一部に留まってしまうのが現状である。

そこで、今回、栄養教育の手法として一般の人々への「わかりやすさ」で定評のある「3.1.2弁当箱法」¹⁾を授業時間以外のイベントとして実施した。その際に、今後のセミナー継続に関

する客観的評価や、参加学生の特性を調査するために学生へのアンケート調査を行い、分析の結果、興味深い結果が得られたので報告する。

2. 対象および方法

2.1. 対象

平成24年1月、本学食物栄養学科在籍中の1年次生を対象に、公益社団法人米穀安定供給確保支援機構主催による「女子大学生等を学習者とした“3.1.2弁当箱法”体験セミナー」を本学内で実施した。募集人数は各クラス8名ずつ、計32名としてセミナー担当教員が参加希望を募り、基本的に学生の自主的な参加によるものとした。

2.2. 「3.1.2弁当箱法」体験セミナーの内容

セミナー当日の内容について、日本の食料自給率に関する講話や“3.1.2弁当箱法”の実施要領等に関する講話を行った。その後、準備しておいた主食（米飯）と副食（主菜および副菜）を学生自身がバイキング方式で取り、配布した弁当箱（2段、容量600ml）に詰め、米飯の重量や副食の盛り付け等を評価した。試食後にセミナーの感想等についてアンケート調査を行った。

<3.1.2弁当箱法¹⁾>

対象者に適したサイズのお弁当箱を「ものさし」にすることによって、本人にとって望ましい食事量や食事バランスの目安をひと目で簡単に理解し、暮らしの中で実践できる方法として考案されたものである。その5つのルールとして、①自分に合ったサイズの弁当箱を選ぶ、②料理が動かないようにしっかり詰める、③料理の組合せは主食3：主菜1：副菜2の表面積比に、④同じ調理法のおかずを重ねない、⑤何よりも大切なことは、おいしそうで、きれいなこと、があり、学生はこれらに留意して体験学習を行った。

<アンケートの内容>

全10項目（質問8、10. 以外は、選択回答方式または複数回答形式による）

1. 今回の参加の動機について
2. 実際に参加してみて
(①セミナーの良・不良、②後輩へのお勧め度、③セミナーの所要時間について)
3. お弁当箱に詰めた料理の割合について
4. 普段、昼食に食べているご飯、主菜、副菜の量と比較してみる
5. 普段、昼食で食べる頻度の多い料理について
6. 現在の体格（身長、体重）と食欲について

7. 弁当箱法のわかりやすさについて
8. 弁当箱法のわかりやすさに対する意見（自由記述による自由回答法）
9. 希望する進路について
10. セミナー全体を通しての感想，意見等（自由記述による自由回答法）

アンケートの集計結果の解析はSPSS Statistics 19を使用した。質問項目間の関連性の検討は χ^2 検定を用い，有意水準5%未満を統計学的有意とした。

本研究は，神戸女子短期大学ヒト研究倫理委員会の承認を得て実施した。

3. 結果および考察

表1に参加学生を示した。4クラス中，参加人数が多かったクラス2は「自主的に参加」が多かったが，自主的に参加か，そうでないかの参加動機において，クラス間で統計学的有意差はみられなかった。図1に学生の参加動機を示した。「楽しそうで参加」が参加学生の63%，

表1 参加学生（人数）

	クラス1	クラス2	クラス3	クラス4
自主的に参加	1	6	2	1
他者の勧めで，他	5	4	6	7
参加人数 計	6	10	8	8

参加学生合計32名， χ^2 検定 n.s

次いで「教員からの勧めで参加」が56%を占め，食イベントへの参加募集として「楽しそう」と思わせることや，教員の募集方法も重要であることが示唆された。但し，「教員からの勧めで参加」は，教員からの説明を受けた上で自主的に参加したのか，あるいは半強制的に参加したのか等，意味合いが異なるケースも考えられるが，今回はその詳細については不明であった。「自主的に参加」は参加学生の31%であった。

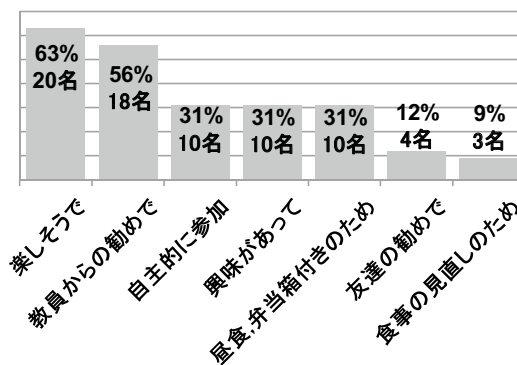


図1 参加動機

図2に3.1.2弁当箱法のわかりやすさについて質問した結果を示した。参加学生全員(32名)が「わかりやすい」と回答し、「わかりにくい」、「どちらとも言えない」はなかった。

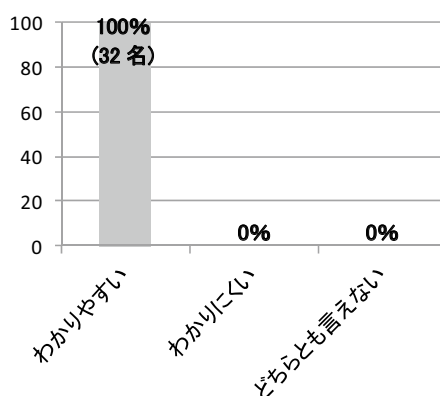


図2 3.1.2弁当箱法のわかりやすさ

図3にセミナーに参加してみたの評価について示した。参加学生全員(32名)が「良かった」と回答し、「普通」、「良くなかった」はなかった。

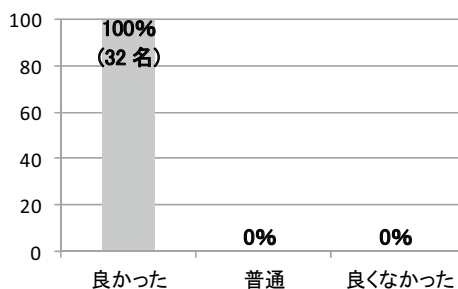


図3 セミナーに参加してみたの評価

図4に後輩へのお勧め度を示した。「大いに勧める」が87.5%(28名)、「普通」が12.5%(4名)であり、「お勧めしない」はなかった。また、質問10の自由記述でも、「楽しかったので後輩の子たちもどんどん参加して欲しいと思った」、「最初はあまり乗り気ではなかったけど、やってみると楽しくて勉強にもなったので良かった」、「弁当のつめかたや割合など、これから弁当を作るときに生かせる内容が数多くあったので勉強になった」等、多くの好ましい評価が得られた。これらのことから、今回の食イベント「3.1.2弁当箱法」体験セミナーは、多くの学生にとって有意義なセミナーであったと考えられた。

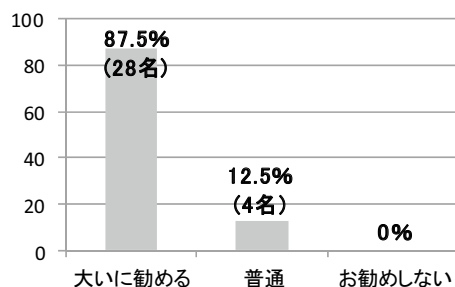


図4 後輩へのお勧め度

図5に希望する進路について質問した結果を示した。「食関係」は、現在栄養士職を希望している学生または栄養士職でなくとも食と関連した就職を希望する学生、さらに進学を希望する学生であり(今回は全員が管理栄養士コース)、全体の85%(27名)を占めた。食にこだわらずに幅広く検索している学生や食とは無関係の職を希望する者は9%(3名)であった。このことから、今回の食イベントに参加した学生の多くが「食」に関連した就職を希望する学生であったことがわかった。

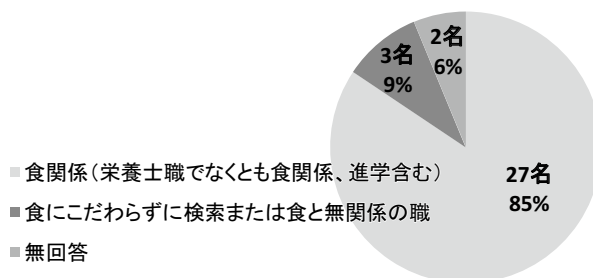


図5 希望進路

表2 イベントへの参加動機と希望進路との関係

希望進路	栄養士職 または進学	栄養士職でなく とも食関係の職	食関係にこだわらず検索 または食と無関係の職	計
自主的に参加	8 (26.7)	1 (3.3)	0 (0.0)	9 (30.0)
他者の勧めで、他	8 (26.7)	10 (33.3)	3 (10.0)	21 (70.0)
計	18 (53.4)	11 (36.6)	3 (10.0)	30 (100.0)

() は総和の%。無回答2名。χ²検定 p < 0.05

表2にイベントへの参加動機と希望進路との関係を示した(無回答2名)。ここでは、図4の「食関係」をさらに細分化し、「栄養士職または進学を希望」と「栄養士職でなくとも食関係を希望」に分けて分析した。その結果、「栄養士職または進学を希望」が回答者の53.4%と半数を占め、イベントに「自主的に参加」と回答した学生9名中8名が含まれていた。「栄養士職でなくとも食関係の職を希望」は回答者の36.6%であり、イベント参加の動機は「他者からの勧めで、他」が殆どであった。「食にこだわらずに検索または食と無関係の職を希望」は、全て「他者の勧めで、他」による参加であった。これらの関連性に統計学的有意差が認められた(p < 0.05)。

本学食物栄養学科ではディプロマ・ポリシー(学位授与の方針)として、①「食」に関わる将来への目的意識が高く、何事にもチャレンジして実社会の即戦力として活躍しようとする強い意志を持っている、②時代が求める「食」のスペシャリストとして、幅広い知識と専門性を身に付けている、③「食」の研究に関心を持ち、これからの食生活と健康のあり方について、自ら主体的に勉学を深めている、を掲げている。今回のセミナーは、食の専門家として実社会で役立つための栄養教育・指導法の一例を紹介し、その知識や技術を習得させ、栄養教育・指導の幅を広げるためのイベントである。セミナーへの参加動機として「自主的に参加する」という姿勢は、「食」に関わる将来への目的意識が高く、何事にもチャレンジするというディプロマ・ポリシーにもある姿勢が学生に生まれつつあると考えられ、結果的に栄養士または管理栄養士としての希望進路にも有意差をもって表れたと考えられる。

また「自主的に参加」とまでいかずとも、セミナーに参加した学生については、参加自体を“「食」に関わる意識の高まり、チャレンジ精神の芽生え”と捉え、今後、授業内外での魅力あるイベント等にて学生の興味・関心を高めることが、教育として重要であろうと思われる。

一方、様々なイベントへの参加に消極的な学生も少なくないが、少しでも多くの学生が「面白そう」と思ってもらえるようなイベント内容への工夫や、担当教員のイベントの案内、説明の仕方等を工夫すべきであると考えられる。今回は「後輩へのお勧め度」を参加学生に質問し、高評価を得たが、次回開催する場合は参加者募集の際に活用し、学生の興味・関心を高めたいと考えている。

なお、アンケートの質問項目3から6までの結果については、今回は割愛した。

4. 結語

今回、栄養教育・指導法の一つである「3.1.2弁当箱法」の体験セミナーを食物栄養学科の学生を対象に行い、学生へのアンケート調査にて、今後のセミナー継続に関する客観的評価と、参加学生の特性等について検討を行った。その結果、

- セミナー継続に関する評価としては、「3.1.2弁当箱法」の手法のわかりやすさや体験実習の楽しさ等からイベントに対して高評価が得られ、参加学生の全員が「参加して良かった」と回答した。後輩へも「大いに勧める」が約88%を占め、今後の継続に値する食イベントであると考えられた。
- アンケート結果より参加動機と希望進路に関連性がみられ ($p < 0.05$)、体験セミナーに「自主的に参加」と回答した学生では、「栄養士職または進学を希望」が殆どであった。将来、食の専門職を目指す学生の増加のためには、授業内外で食への関心を高めておくことが重要であるが、食イベントの実施もその一手段になり得ると思われる。

参考文献

- 1) 足立己幸, 針谷純子: 3・1・2弁当箱ダイエット法, 群羊社, 東京 (2004)