

2014 年度博士論文（要約）

家庭における食の健康教育に関する研究

荒木みさこ

# 目次

第1章問題の所在 .....	1
第1節 先行研究 .....	1
1-1 食育と食育政策について.....	1
1-2 幼児の食育の重要性について .....	1
1-3 幼児に対する保育所と幼稚園，および，家庭での食育に関する活動について .....	1
1-4 日常の食行動における母親の現状.....	1
第2節 研究の目的，意義 .....	1
2-1 研究の目的.....	1
2-2 研究の意義.....	2
第2章 幼児のいる家庭における食の健康教育について .....	2
第1節 研究1 家庭の食育と調理に関する認知的評価との関連性の検討.....	2
第1項 研究 1-1 家庭の食育尺度の開発.....	2
研究 1-1-1 尺度開発の予備調査 .....	2
研究 1-1-2 本調査 家庭の食育尺度の開発と，家庭の食育尺度の信頼性と妥当性の検証 .....	2
第2項 研究 1-2 家庭の食育と食事に関するストレスとの関連性の探索的検討.....	3
第3項 研究 1-3 日常の調理に関する認知的評価に関する尺度の開発 .....	4
研究 1-3-1 尺度開発の予備調査 .....	4
研究 1-3-2 本調査 調理に関する認知的評価尺度の開発と，信頼性および妥当性の検証 .....	4
第4項 研究 1-4 家庭の食育と調理に関する認知的評価との関連性の検討 .....	5
第2節 研究2 母親による家庭の食育，および，調理に関する認知的評価と，諸要因（育児ストレス，子育てレジリエンス，夫からのソーシャル・サポート，家族機能）との関連性の検討.....	6
研究 2-1 家庭の食育に影響を与える諸要因の検討.....	6
研究 2-2 調理に関する認知的評価に影響を与える諸要因の検証 .....	6
第3節 研究3 家庭の食育と子どもの食行動，および，自尊感情との関連性の検討 .....	7
研究 3-1 家庭の食育と子どもの食行動の問題との関連性 .....	7
補足 研究 3-2 家庭の食育と子どもの自尊感情の関連性について .....	8
第4節 研究4 家庭の食育モデルの作成と検討.....	8
第3章 総合考察と結論.....	9
第1節 総合考察 .....	9
第1項 家庭の食育と育児ストレス，子育てレジリエンス，家族機能，夫からのソーシャル・サポート，調理に関する認知的評価との関連性について .....	9
第2項 家庭の食育が子どもの心身に与える影響について.....	9
第3項 これからの家庭の食育について.....	10
第2節 結論.....	10

## 第1章 問題の所在

### 第1節 先行研究

#### 1-1 食育と食育政策について

日本の食育は、栄養学的知見からの教育にとどまらず、心の豊かさを含めた情操教育であり、諸外国には類をみない独自のものであるといえる。食育に関する各省庁の取り組みは、啓蒙活動、栄養教諭制度、身体健康や保育、農業生産者との交流、食品廃棄物の削減などの消費者教育、食品に関する講義や広報誌の作成など、多岐に亘り実施されている（内閣府，2012）。

#### 1-2 幼児の食育の重要性について

食育はどの年代においても必要であるが、特に子どもに対する食育は、心身の成長および人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯に健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる（内閣府，2005a）。これまででも、子どもに対する食育について、多くの研究がなされているが（e.g., 曾根，2006；伊東他，2007），幼児期は生活習慣の基盤が構築される時期であり（Havighurst.R.J., 1953），特に重要であると考えられる。

#### 1-3 幼児に対する保育所と幼稚園，および，家庭での食育に関する活動について

幼児期に相当する1歳から6歳の半数以上は、保育所や幼稚園に通園しており（厚生労働省，2006a），保育所と幼稚園において、食育に関する活動が行われている（e.g., 坂本他，2009；多々納・山田，2012）。しかし、食育は、保育所や幼稚園だけで完結するものではなく、家庭との連携が求められている（厚生労働省，2009c；文部科学省，2008）。幼児期の重要な関係の範囲は、基本的に家族であり（Erikson.E.H, 1982），生活習慣の基礎を構築する上で、家庭での教育は多くの役割を担っており（木村他，2009），家庭における食育も必要不可欠であると考えられる。

日常生活で、子どもは様々な手伝いを通し、自分の環境をコントロールし、自立するための基本的なことを学ぶ（Lesley, 1992）。食育の観点から日常生活を概観すると、父親は母親のサポート的要素が強いと考えられる。実際の食生活において、現代の日本では、支度、調理、食事中の子どもの躰を行う上で役割を担っているのは、多くの場合女性の母親であることが多く（e.g., 伊藤他，2003），母親に焦点を当てる必要があると考えられる。

#### 1-4 日常の食行動における母親の現状

幼児の母親は、子どもの食事に関して日常的にストレスを感じており（e.g., 浦上他，1998），食事に関する負担が大きいと指摘されている（Araki et al., 2012）。このような、日常の出来事に関するストレス理論として、日常の些細な出来事に対する認知的評価である、デイリーハッスルとデイリーアップリフトがあげられる（Lazarus & Folkman, 1984）。先行研究から、母親にとって日常の調理は、ネガティブ性とポジティブ性の両方が存在しており、この認知的評価によって、子どもに対する食育にも影響を与えていることが考えられる。

さらに、幼児の母親の育児ストレスは、子どもの食事への配慮（長谷川・今田，2004），日常の食行動とレジリエンスに関連性が指摘されている（富永他，2009）。そして、幼児の母親は夫の家事行為に関するサポートを望んでおり（e.g., 育時連，2003），家族との共食は、食育に欠かすことができないことが指摘されている（e.g., 平井・岡本，2006）。したがって、家庭の食育，および，調理に関する認知的評価と、育児ストレス，子育てレジリエンス，家族機能，夫からのソーシャル・サポートは、関連していることが考えられ、どのような関連性にあるかを検討することで、家庭の食育を促進する支援の提言につながると考えられる。

### 第2節 研究の目的，意義

#### 2-1 研究の目的

本研究は、母親を対象として調査を行い、母親による家庭の食育と、家庭の食育を規定している諸要因との関連性を明らかにすることが目的である。具体的には、以下の4点を目的とする。

1. 幼児のいる家庭の母親による食育と、調理に関する認知的評価との関連性について明らかにする。

2. 母親による家庭の食育，および，調理に関する認知的評価と，その背景にある諸要因（育児ストレス，子育てレジリエンス，夫からのソーシャル・サポート，家族機能）との関連性を明らかにする。

3. 母親による家庭の食育と，子どもの食行動との関連性を明らかにする。

4. 研究 1 から 3 までの結果を統合し，母親による家庭の食育についての因果モデルを明らかにする。

以上の目的を明らかにするために研究を行い，最終的に，家庭における食育について総合的に考察する。

## 2-2 研究の意義

食育基本法（内閣府，2005a）の第 5 条に，家庭における食育の重要性が述べられていることから，生涯にわたる食育の中でも，幼児期の家庭における食育は，今後の食生活の根幹が築かれるものと考えられる。実際の食生活において，現代の日本では，支度，調理，食事中の子どもの躾を行う上で役割を担っているのは，多くの場合女性である（*e.g.*, 伊藤他，2003）。今後，食に関する健康教育を促進する上で，母親に焦点を当てた家庭の食育と，家庭の食育に影響を与えていると想定される，育児ストレス，子育てレジリエンス，家族機能，夫からのソーシャル・サポートに着目した本研究は，重要な資料になると考えられる。

## 第 2 章 幼児のいる家庭における食の健康教育について

### 第 1 節 研究 1 家庭の食育と調理に関する認知的評価との関連性の検討

#### 第 1 項 研究 1-1 家庭の食育尺度の開発

##### 研究 1-1-1 尺度開発の予備調査

###### 1. 目的

研究 1-1-1 では，面接を通し，家庭における食育の実態や，幼児に対する躾や食に関する取り組み，食育に関する意識や価値観などを幅広く収集し，情報を整理することで，研究 1-1-2 において家庭の食育を定義づけるための礎とする。また，面接の結果をカテゴリー化することで，家庭の食育を量的に測定する尺度のためのアイテムプールを作成する。

###### 2. 方法

幼稚園児の食事を日常的に作っている 30 代の母親 6 名と幼稚園教諭 1 名の計 7 名に面接を行った。対象は全て面接者と直接面識がない者を，機縁法にて抽出した。面接は全て筆者が半構造化面接で行った。分析は，心理学を専攻する教員，大学院生，大学生の計 4 名による 2 回のカテゴリー化を行った。

###### 3. 結果と考察

1 回目のカテゴリー化では，106 項目が選出された。2 回目のカテゴリー化で，52 項目が選出され，家庭の食育尺度のアイテムプールとした。最終的に 2 つのカテゴリーがみいだされた。1 つ目は，母親や家族による子どもに対する働きかけや子ども自身の行動など，子どもの食行動を中心とするカテゴリーであった。2 つ目は，実際に調理をする母親自身の食に関する意識や価値観を中心とするカテゴリーであった。

幼児の母親に対する面接によって，家庭の食育に関する現状をある程度把握することができた。しかし，これらの項目について，多くの母親に対するデータ収集を行わなければ，家庭の食育を定義づけることはできない。そこで，研究 1-1-1 で作成したアイテムプールを用いて，研究 1-1-2 で調査を行い，家庭の食育尺度の開発と本研究における食育の定義づけを行う。

##### 研究 1-1-2 本調査 家庭の食育尺度の開発と，家庭の食育尺度の信頼性と妥当性の検証

###### 1. 目的

研究 1-1-2 では，研究 1-1-1 で作成したアイテムプールの項目を用いて，幼児の母親を対象に調査を行う。尺度の開発にあたり，信頼性と妥当性に関して様々な手法が存在していることから，2 回の調査を実施し，家庭の食育尺度の開発を行う。また，研究 1-1-1 と研究 1-1-2 の面接と調査から，本研究における家庭の食育について定義づけを行う。

## 2. 方法

調査 1 では、東京都内の私立幼稚園 5 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は 751 部、回収は 319 部（回収率：42%）であった。調査 2 では、首都圏の私立幼稚園 9 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約 1600 部、回収は 857 部（回収率：約 54%）であった。

使用した質問紙は、研究 1-1-1 で抽出された 52 項目のアイテムプールを質問項目に書き換え、先行研究から一部質問を書き加えて 58 項目を、家庭の食育に関する項目に設定した。また、基準関連妥当性を検討するために、幼児の食行動の問題およびそれらを規定すると考えられる諸要因を測定する尺度（長谷川・今田，2004）の下位尺度を使用した。

## 3. 結果

家庭の食育に関する項目の回答に対し、最尤法 Promax 回転による探索的因子分析を行った。最終的に解釈可能な 3 因子 30 項目が抽出され、家庭の食育尺度と命名した。第 1 因子は“食育意識”，第 2 因子は“食育実践”，第 3 因子は“食事に関する子どもの躰”と命名した。Cronbach の  $\alpha$  係数は、第 1 因子は  $\alpha = .84$ ，第 2 因子は  $\alpha = .81$ ，第 3 因子は  $\alpha = .75$  であり、内的整合性の点から十分な信頼性を有していた。食に関する母親の配慮に関する項目と正の相関がみられた。因子分析によって構成概念妥当性が確認され、 $\alpha$  係数から内的整合性での信頼性が検証された。また、確認的因子分析から GFI, AGFI, CFI, RMSEA がいずれも高い適合であり、既存の尺度との相関係数と一元配置分散分析から基準関連妥当性が検証された。

## 4. 考察

家庭の食育尺度は，“食育意識”“食育実践”“食事に関する子どもの躰”で構成されていることが明らかになった。また、本研究において母親が考える家庭の食育は，“食の健康教育を意識し、幼児に対して行う食の健康教育と躰”であると定義づけた。

## 第 2 項 研究 1-2 家庭の食育と食事に関するストレスとの関連性の探索的検討

### 1. 目的

研究 1-2 では、食事を作ることや子どもの食事に関する問題に、母親がストレスを感じているか、食事に関するストレスを日常的にどの程度感じているかを明らかにする。また、幼児の母親が日常的に感じている、育児ストレスと食事に関するストレスが、家庭における食育に影響していることが考えられることから（e.g., 長谷川・今田，2004），家庭の食育と育児ストレスおよび食事に関するストレスとの関連性を検討する。

### 2. 方法

東京都内の私立幼稚園 5 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は 751 部、回収は 319 部（回収率：42%）であった。

質問紙は、研究 1-1 で開発された家庭の食育尺度と、以下のストレスに関する質問を VAS 形式で記載した。母親が育児ストレスを、現在どのくらい感じているか（以下：① 育児ストレス）、日常で食事を作るストレスを、現在どのくらい感じているか（以下：② 調理ストレス）、子どもの好き嫌いや子どもが食事を食べてくれないなどといった、食事に関する問題のストレスを現在どの程度感じているか（以下：③ 食問題ストレス）、母親が日々の生活の中で感じる子育てのストレスを 100%とした時、食事に関する悩みの割合（R）（以下：④ 食事ストレス割合）であった。

### 3. 結果

ストレスに関する項目と家庭の食育尺度の相関係数は、②調理ストレス、および、③食問題ストレスと家庭の食育尺度の下位尺度に正の相関がみられた。④食事ストレス割合と家庭の食育尺度の下位尺度に負の相関がみられた。育児ストレスと家庭の食育尺度には、相関がみられなかった。比較検討を行った結果も、相関係数でみられた結果と類似した結果であった。

### 4. 考察

育児ストレスと食事に関するストレスとは、質が異なっていることが明らかとなった。

その一方で、調理ストレス、食問題ストレス、食事ストレス割合は、家庭の食育と関連していることが明らかとなった。この結果から、母親の食に関する認知的評価は、家庭の食育に影響を与える要因として該当することが示唆され、母親の食に関する認知的評価に焦点を当てることの必要性が示された。

### 第3項 研究1-3 日常の調理に関する認知的評価に関する尺度の開発

#### 研究1-3-1 尺度開発の予備調査

##### 1. 目的

研究1-3-1は、幼児の母親が、日常で食に関して感じているデイリーハッスルとデイリーアップリフトについて項目を収集し、情報を整理する。その結果を基に、研究1-3-2の食に関するデイリーハッスル、および、デイリーアップリフトに関する尺度開発のための、アイテムプールを作成する。

##### 2. 方法（面接2に相当する）

幼稚園児の食事を作っている30代の母親12名と、子育て経験のある40代と50代の母親6名であった。面接は全て筆者が半構造化面接で行った。分析は、心理学を専攻する教員、大学院生の計7名による3回のカテゴリー化であった。

##### 3. 結果と考察

食に関するデイリーハッスルおよびデイリーアップリフトについて、両方に重複する回答が得られることも考えられるため（e.g., Kanner&Lazarus, 1981）、それぞれを分けて質問し、カテゴリー化を行った。3回のカテゴリー化で、食に関するデイリーハッスル68項目、食に関するデイリーアップリフト44項目が抽出された。食に関するデイリーハッスルについての項目は、子どもの食事に対する項目や同居する家族に関する項目、調理する環境や調理の負担、栄養的側面や経済的側面など、母親が日常で感じている食事に関するストレスを幅広く捉えていると解釈された。同様に、食に関するデイリーアップリフトについての項目は、調理の楽しみや食事に込める思い、食生活の柔軟性や鷹揚さ、栄養的な側面や子どもの主体性に任せている項目など、母親が日常で感じている食に関するポジティブ性を幅広く捉えていると解釈された。

以上のことから、食に関するデイリーハッスルとデイリーアップリフトに関する現状を把握することができた。しかし、これらの項目が、母親の食に関する認知的評価として該当するか、多くの母親に対するデータ収集を行わなければ、明らかにすることはできない。そこで、研究1-3-1で作成したアイテムプールを基に、研究1-3-2で調査を行い、食に関する母親の認知的評価を測定する尺度開発を行う。

#### 研究1-3-2 本調査 調理に関する認知的評価尺度の開発と、信頼性および妥当性の検証

##### 1. 目的

調査1-3-1では、食に関するデイリーハッスルとデイリーアップリフトについて面接を行い、それぞれのアイテムプールが作成された。研究1-3-2では、研究1-3-1で作成したアイテムプールを用いて、食に関するデイリーハッスル、および、デイリーアップリフトについて尺度開発を行う。

##### 2. 方法

首都圏の私立幼稚園9園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約1600部、回収は857部（回収率：約54%）であった。

使用した質問紙は、研究1-2-1で得られた食に関するデイリーハッスルについての68項目と、食に関するデイリーアップリフトについての44項目を、質問項目に書き変えて使用した。基準関連妥当性を検討するために、幼児の食行動の問題およびそれらを規定すると考えられる諸要因を測定する尺度（長谷川・今田，2004）の下位尺度を使用した。

##### 3. 結果

食に関するデイリーハッスルと食に関するデイリーアップリフトについて、設定した項目に対し、最尤法 Promax 回転による探索的因子分析を行った。最終的に解釈可能な3

因子 12 項目が抽出され、調理に関する認知的評価尺度と命名した。第 1 因子は、食に関するデイリーハッスルに相当する因子であると解釈され“調理の負担感”と命名した。第 2 因子は、食に関するデイリーアップリフトに相当する因子であると解釈され“調理の楽しさ”と命名した。第 3 因子は、食に関する安全性についての項目が抽出されていたため“安全性への確認”と命名した。Cronbach の  $\alpha$  係数は、第 1 因子は  $\alpha = .76$ 、第 2 因子は  $\alpha = .71$ 、第 3 因子は  $\alpha = .70$ 、であり、内的整合性の点から十分な信頼性を有していた。食に関する母親の配慮に関する項目と正の相関がみられた。因子分析によって構成概念妥当性が確認され、 $\alpha$  係数から内的整合性での信頼性が検証された。また、確認的因子分析から GFI, AGFI, CFI, RMSEA がいずれも高い適合であり、既存の尺度との相関係数と一元配置分散分析から基準関連妥当性が検証された。

#### 4. 考察

予備調査において、食に関するデイリーハッスル、および、デイリーアップリフトについて調査を行ったが、尺度開発において、調理に関する項目が多く抽出されたため、本尺度は調理に関する認知的評価尺度と命名された。また、調理に関する認知的評価尺度は、食事に関するデイリーハッスルに相当する“調理の負担感”、食に関するデイリーアップリフトに相当する“調理の楽しさ”、食物への危惧や心身への影響についての“安全性への関心”によって測定されることが明らかとなった。

### 第 4 項 研究 1-4 家庭の食育と調理に関する認知的評価との関連性の検討

#### 1. 目的

研究 1-2 で、ビジュアル・アナログ・スケール (VAS) を用いた調査を行い、家庭の食育と食事に関するストレスに関連があることを明らかにし、研究 1-3 において、食事に関するデイリーハッスルとデイリーアップリフトを量的に測定できる、調理に関する認知的評価尺度を開発した。そこで、研究 1-4 では、研究 1-3 で作成した調理に関する認知的評価尺度を用いて、家庭の食育と調理に関する認知的評価が、どのように関連しているのか検討を行う。

#### 2. 方法

首都圏の私立幼稚園 9 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約 1600 部、回収は 857 部（回収率：約 54%）であった。

質問紙は、研究 1-1 で作成した家庭の食育尺度、研究 1-3 で作成した調理に関する認知的評価尺度を使用した。

#### 3. 結果

研究 3 の結果を基に、探索的に仮説モデルを作成した。仮説モデルは、調理に関する認知的評価尺度の“調理の負担感”“調理の楽しさ”“安全性への関心”の下位尺度が、家庭の食育に影響を与えるモデルであった。このモデルを基に、構造方程式モデリングによる共分散構造分析を行った。分析の結果、調理に関する母親の認知的評価は、家庭の食育に直接的影響を与えていることが示された。

また、調理に関する認知的評価尺度の下位尺度は、“調理の楽しさ”と“安全性への関心”は、それぞれ“調理の負担感”に影響を与えていることが示された。そのため、“調理の楽しさ”と“安全性への関心”は、家庭の食育への直接的影響だけでなく、間接的にも影響を与えていることが示され、“安全性への関心”については、家庭の食育へ直接的に正の影響を与えているが、家庭の食育へ間接的に負の影響を与えており、家庭の食育へポジティブにもネガティブにも成り得る要因であることが示された。

#### 4. 考察

本研究によって作成された因果モデルでは、調理の楽しさは、家庭の食育に与える影響が最も強く、調理を楽しく感じられることで、より家庭の食育が充実することが示された。したがって、調理の楽しさを向上させることで、家庭の食育が促進され、調理の負担感、家庭の食育において低下させる要因となることが示唆された。このことから、家庭の食育を規定している要因の 1 つとして、調理に関する認知的評価が該当することが示唆された。

## 第 2 節 研究 2 母親による家庭の食育，および，調理に関する認知的評価と，諸要因（育児ストレス，子育てレジリエンス，夫からのソーシャル・サポート，家族機能）との関連性の検討

### 研究 2-1 家庭の食育に影響を与える諸要因の検討

#### 1. 目的

先行研究から，子育て（*e.g.*,長谷川・今田，2004）や家族や夫の要因（*e.g.*,室田，2007），調理に関する認知的評価（研究 1-4）が，家庭の食育に関連していると想定される。しかし，これらの諸要因は，家庭の食育に対して，どのように影響しているのか明白ではない。そこで，研究 4-1 では，育児ストレス，子育てレジリエンス，家族関係，夫からのソーシャル・サポート，調理に関する認知的評価といった家庭の食育を規定している諸要因と，家庭の食育との関連性を検討する。

#### 2. 方法

首都圏の私立幼稚園 9 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約 1600 部，回収は 857 部（回収率：約 54%）であった。

質問紙は，研究 1-1 で作成した家庭の食育尺度，研究 1-3 で作成した，調理に関する認知的評価尺度，育児ストレス認知尺度（中嶋他，1999a；1999b；種田他，2004），子育てレジリエンス尺度（尾野他，2012），家族機能測定尺度（草田・岡堂，1993；草田，1995），育児ストレイン尺度（坂間，2000）の下位尺度である，“夫からのサポート感”を使用した。

#### 3. 結果

調理に関する認知的評価尺度の下位尺度（調理の負担感，調理の楽しさ，安全性への関心），ストレス認知の合計得点，子育てレジリエンスの合計得点，育児家族機能の合計得点，夫からのサポート感を独立変数とし，家庭の食育尺度の合計得点を従属変数にした重回帰分析において，調理の負担感には有意な負の関連がみられ，調理の楽しさ，安全性への関心，家族機能は有意な正の関連がみられた。それ以外の要因においては，有意な関連がみられなかった。

#### 4. 考察

家庭の食育は，母親の調理に関する認知的評価と家族機能が，直接的に関連していることが明らかとなった。また，育児ストレス認知，子育てレジリエンス，夫からのサポート感は，家庭の食育に対して直接的な影響は示されなかったが，相関関係と分散分析から無関係ではないことが明らかとなった。そこで，研究 2-2 では，子育てレジリエンス，育児ストレス認知，夫からのサポート感，家族機能が，調理に関する認知的評価と関連しているかの検討を行う。

### 研究 2-2 調理に関する認知的評価に影響を与える諸要因の検証

#### 1. 目的

研究 2-1 で，子育てレジリエンス，育児ストレス認知，夫からのサポート感，家族機能が，調理に関する認知的評価を介して，間接的に家庭の食育に関連している可能性が考えられた。そこで，研究 4-2 では，調理に関する認知的評価と，育児ストレス，子育てレジリエンス，夫からのソーシャル・サポート，家族機能について，関連性の検討を行う。

#### 2. 方法（調査 2 に相当する）

首都圏の私立幼稚園 9 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約 1600 部，回収は 857 部（回収率：約 54%）であった。

質問紙は，研究 1-3 で作成した，調理に関する認知的評価尺度，育児ストレス認知尺度（中嶋他，1999a；1999b；種田他，2004），子育てレジリエンス尺度（尾野他，2012），家族機能測定尺度（草田・岡堂，1993；草田，1995），育児ストレイン尺度（坂間，2000）の下位尺度である，“夫からのサポート感”を使用した。

### 3. 結果

ストレス認知の合計得点、子育てレジリエンスの合計得点、育児家族機能の合計得点、夫からのサポート感を独立変数とし、調理に関する認知的評価尺度の下位尺度を、それぞれ従属変数とした重回帰分析を行った。調理の負担感を従属変数にした重回帰分析では、育児ストレス認知尺度に正の関連があり、子育てレジリエンスに有意に負の関連がみられた。調理の楽しさを従属変数にした重回帰分析では、子育てレジリエンス、家族機能に正の関連がみられた。安全性への関心を従属変数にした重回帰分析では、育児ストレス認知尺度に正の関連がみられた。

### 4. 考察

調理に関する認知的評価は、子育てレジリエンス、育児ストレス、家族機能が、直接的に関連していることが明らかとなった。研究 2-1 では、調理に関する認知的評価と家族機能が、家庭の食育に直接的な関連を示していた。研究 2-2 では、家庭の食育に直接的な影響を示さなかった、育児ストレスと子育てレジリエンスは、調理に関する認知的評価に直接的に関連していることが示された。この結果から、育児ストレスと子育てレジリエンスは、調理に関する認知的評価を介し、間接的に家庭の食育に影響を与えている可能性が示唆された。そこで、研究 4 において、これらの仮説をもとに、因果モデルを構築し、検討を行うこととする。

## 第 3 節 研究 3 家庭の食育と子どもの食行動、および、自尊感情との関連性の検討

### 研究 3-1 家庭の食育と子どもの食行動の問題との関連性

#### 1. 目的

家庭の食育と子どもの食行動の問題が、どのような関連にあるのか検証を行い、長谷川・今田（2004）の幼児の食行動の問題と母子関係についての因果モデルを参考に仮説モデルを作成し、共分散構造分析を用いて検討する。

#### 2. 方法

首都圏の私立幼稚園 9 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約 1600 部、回収は 857 部（回収率：約 54%）であった。

質問紙は、研究 1 で作成した家庭の食育尺度、幼児の食行動の問題およびそれらを規定すると考えられる諸要因を測定する尺度（長谷川・今田，2004）の下位尺度を使用した。

#### 3. 結果

長谷川・今田（2004）による、幼児の食行動の問題と母子関係についての因果モデルと、上記の相関係数、分散分析の結果を基に、探索的に仮説モデルを 2 つ作成した。仮説モデル 1 は、家庭の食育が、子どもの食物選択の幅の狭さと食事中の気の散りやすさに影響を与えているモデルであった。仮説モデル 2 は、家庭の食育と、子どもの食物選択の幅の狭さと食事中の気の散りやすさが、双方向に影響を与えているモデルであった。この仮説モデルを基に、構造方程式モデリングによる共分散構造分析を行った。

家庭の食育が子どもの食行動の問題に与える影響について、モデルのパス係数（標準化解）は、家庭の食育から子どもの食物選択の幅の狭さに向かうパスと、家庭の食育から子どもの食事中の気の散りやすさに向かうパスが有意であり、それぞれ負の影響を与えていた。

#### 4. 考察

分析の結果、家庭の食育と子どもの食行動の問題に関する因果モデルは、仮説モデル 1 の通り、母親による家庭の食育が、子どもの食物選択の幅の狭さと、食事中の気の散りやすさに影響を与えることが示された。支持されなかった仮説モデル 2 は、家庭の食育と子どもの食行動の問題との双方向の因果関係を想定したが、有意なパスはみられなかった。家庭の食育と子どもの食行動は相互に影響していることが考えられるが、その関連性は複雑であり、現在のところ、統計的に明らかにすることには限界があると考えられる。

以上のことから、家庭の食育と子どもの食行動の問題に関する因果モデルによって、

従来の食育の効果として期待されているように (e.g., 内閣府, 2005a), 家庭の食育は, 子どものより良い生活習慣を獲得する一助となることが示唆された。

## 補足 研究 3-2 家庭の食育と子どもの自尊感情の関連性について

### 1. 目的

家庭の食行動と子どもの自尊感情に関連があるという報告は多いが (e.g., 伊東他, 2007; Sira & White, 2010), その研究の多くは家族や養育者による他者評定であった。研究 2-3 は子ども自身に回答させる描画 (自画像) を用いて, Machover (1949), 高橋 (1974), 三上 (1995) などが指摘しているように, 自画像の大きさが大きいほど自尊感情が高いという説を基に, 長さ (cm) と面積 (cm<sup>2</sup>) を測定し, 数値に各児の自尊感情が投影されるとみなして, 家庭の食育との関連性の検討を行う。

### 2. 方法

東京都内の私立幼稚園 5 園を対象幼稚園とした。各幼稚園の園児 (3~5 歳) とその幼児の食事を作る母親, 親と子を調査対象者とした。配布数は 751 部, 回収は 319 組 (回収率: 42%) であった。本調査は, 描画による分析を行うため, その中から各幼稚園の年長園児 (4~5 歳) を抽出したところ, 123 組の親子が該当し調査対象者とした。

母親が回答した質問紙は, 研究 1 で作成した家庭の食育尺度であった。子どもに配布した用紙は, 人物画を描画のための, B4 (25.7 cm×36.4cm) の白紙画用紙であった。描画は全て, 鉛筆で行った。

本調査は, 幼稚園から子どもに調査用紙と描画用紙が入った封筒を配布してもらい, 母親が調査用紙に回答し, 母親の教示によって子どもが描画を行う手順であった。調査で用いた人物画は, 幼児自身の自画像であった。

### 3. 結果

食育実践, および, 合計得点と, 描画による自尊感情に有意な差が見られた。さらに, 家庭の食育尺度と描画による自尊感情との間に 2 次相関の関連みられた。

この結果は, 食育は本研究で用いた食育尺度であれば, 中群と低群に相当する 125 点 (平均+1SD 以下) までは効果がみられないが, 高群に相当する 126 点 (平均+1SD) を超えると, 緩やかなカーブを描き上昇する傾向にあると解釈された。

### 4. 考察

家庭の食育と子どもの自尊感情の分散分析において, 食育実践と食育合計の高群は, 中群と低群に比べ, 有意に子どもの自尊感情が高かった。一方, 食育意識と食事に関する子どもの躰では, 有意な差はみられなかった。母親が家庭の食育を実践することによって, 子どもは食事による栄養摂取だけでなく, 室田 (2005) が指摘しているような家族の関わり合いによって, 子どもの自尊感情へと繋がることを示唆された。食育と心の発達に関連してこれまでも言及されているが, 本研究では, 母親による家庭の食育と, 子どもによる自画像の描画評定から算出された子どもの自尊感情には, 関連があることが明らかになった。

## 第 4 節 研究 4 家庭の食育モデルの作成と検討

### 1. 目的

研究 4 では, これまでの研究 1 から研究 3 までの結果から, 家庭の食育に関する仮説モデルを導き出し, 家庭の食育に関する因果モデルの作成と検証を行う。

### 2. 方法

首都圏の私立幼稚園 9 園を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約 1600 部, 回収は 857 部 (回収率: 約 54%) であった。

質問紙は, 研究 1-1 で作成した家庭の食育尺度, 研究 1-3 で作成した, 調理に関する認知的評価尺度, 育児ストレス認知尺度 (中嶋他, 1999a; 1999b; 種田他, 2004), 子育てレジリエンス尺度 (尾野他, 2012), 家族機能測定尺度 (草田・岡堂, 1993; 草田, 1995), 育児ストレイン尺度 (坂間, 2000) の下位尺度である, “夫からのサポート感” を使用した。

### 3. 結果

これまでの研究の結果を基にして、家庭の食育の仮説モデルを作成した。まず、研究 1、研究 2 において、調理に関する認知的評価と家族機能が、家庭の食育に直接的に影響を与えていることが示唆された。また、研究 2 において、育児ストレス、子育てレジリエンスおよび家族機能は、調理に関する認知的評価と関連しており、家庭の食育に間接的に影響を与えていることが示唆された。研究 3 において、家庭の食育は、子どもの食行動に影響を与えていることが示唆された。また、Brenda et al. (1998) のモデルから、子育てレジリエンスは、育児ストレスに影響を与えることが考えられた。

分析の結果、子どもの食行動の問題を直接規定したのは、家庭の食育であった。そして、家庭の食育を直接規定したのは、調理に関する認知的評価と家族機能であった。調理に関する認知的評価について、調理の負担感と安全性への関心を直接規定したのは、育児ストレスであり、調理の楽しさを直接規定したのは、子育てレジリエンスと家族機能であった。子育てレジリエンスを直接規定したのは、家族機能であった。育児ストレスを直接規定したのは、子育てレジリエンスであった。これらの結果は、子育てレジリエンス、育児ストレス、家族機能は、調理に関する認知的評価に影響を与え、その調理に関する認知的評価と家族機能は、家庭の食育に影響を与え、最終的に子どもの食行動の問題へ繋がるモデルであり、仮説モデルを支持する結果であった。

### 4. 考察

以上の結果から、家庭の食育を促進するためには、食育の背景にある調理に関する認知的評価に着目することが必要であることが明らかとなった。同時に、家族機能を良好に保つことにより、家庭の食育にも調理に関する認知的評価にもより良い影響が期待され、家族に対する食育を展開する必要があると考えられる。

家庭の食育を規定している諸要因と、家庭の食育が子どもに与える影響についての因果モデルを検討した結果、家庭の食育は、調理に関する認知的評価、家族機能、子育ての側面にアプローチすることで、直接的および間接的に、家庭の食育が促進されることが示唆された。したがって、従来の啓発活動やスキルに関するサポートだけでなく、母親の子育てに関する支援や家族関係についてもサポートしながら、母親の調理の負担感を軽減し、調理の楽しさを向上させることで、家庭の食育の促進に繋がることが考えられる。

## 第 3 章 総合考察と結論

### 第 1 節 総合考察

#### 第 1 項 家庭の食育と育児ストレス、子育てレジリエンス、家族機能、夫からのソーシャル・サポート、調理に関する認知的評価との関連性について

幼児の母親は、食育に関する意識が発展途上であり (e.g., 三田村, 2013), 調理に関する認知的評価も同様であると考えられ、母親の調理に関する認知的評価は、子どもの成長と共に発展していく可能性がある。そのため、調理に関する認知的評価に影響を与えている、育児ストレス、子育てレジリエンス、家族機能の要因は重要であると考えられる。同時に、啓蒙活動やスキルの獲得など、母親を対象とした食育の在り方にも問題がある。現代の育児状況の問題として、マニュアル通りの子育てを子どもに強要する母親がいる (永谷他, 2012)。食育に関する情報の多くは、テレビ、新聞や雑誌などから得ており (堀江・小嶋, 2009), 母親はたくさんの情報を入手し、自身の育児と照らし合わせながら一喜一憂する。望ましい家庭の食育像を普及させる活動では、自身の食育状況を比較し、落胆することで調理の負担感が増え、食育を停滞させる可能性が大いにある。したがって、母親の調理に関する認知的評価を把握し、母親にとってもプラスとなる食育の動機づけや、負担感を低減させる食育の活動が、継続した家庭の食育に繋がると考えられる。

#### 第 2 項 家庭の食育が子どもの心身に与える影響について

家庭の食育は、子どもの心身の健康に影響を与えることが明らかとなり、食育基本法 (内閣府, 2005a) の第 5 条で示されているように、家庭における食育の有用性が示唆さ

れた。本研究で用いた家庭の食育尺度は、家庭の食育を包括的に測定することができる。そのため、これまで指摘されているような、共食、栄養的側面、食物の栽培など、1つの食育にこだわらなくても、現実可能な食育の活動を選択することによって、子どもにより良い影響を与えるものと考えられる。したがって、パターン化された望ましい食育を画一的に提示すべきではないと考えられる。今後は、母親のおかれている環境や状況にも配慮しながら、母親が実現可能な食育を選択することでより良い効果が期待されることを、広く普及させていく必要がある。

### 第3項 これからの家庭の食育について

これまでの食育に関する活動において、調理や栄養のスキル、知識に関する教育、啓発活動、実践的活動が行われてきたが、このような食育に関する活動を断片的に何度か行えば良いというのが食育ではない。食育は、日常生活での食行動に付随しており、母親は、食に関する専門家でなく、他の家事行為や育児に追われ多忙であるため、どのように食育を展開し、日常生活に定着させるかが大きな課題である。研究4で示したように、家庭の食育に従事する母親の、育児ストレス、子育てレジリエンス、家族関係、調理に関する認知的評価は、家庭の食育に影響を与えていた。家庭の食育は、母親が子どもに対して働きかける食育にだけ着目するのでは不十分であり、母親を取り巻く状況や環境も、家庭の食育を促進させるためには無視できない要因である。したがって、食育の原理や原則を知り、実践することは重要であるが、現実的な視点で考えると、画一的な食育像を強要するのでは、家庭の食育は促進されないと考えられる。母親がどのような状況や環境におかれているか、子育てや家族関係にも着目しつつ、母親の調理の負担にならず、調理の楽しさを向上させるような、状況に応じて柔軟に行う食育が、家庭において継続して実践できるようになることが望ましいと考えられる。

以上のことから、共食や栄養的側面など、一部の食育に関する活動にこだわらず、実現可能な食育の活動を選択し、食卓において躰を行うのが、家庭の食育であると考えられる。また、母親の調理に関する認知的評価、日常の子育てや家族関係が、家庭の食育に影響を与えていることから、母親の環境や状況などにもアセスメントした食育の活動を展開することによって、子どもへのより良い影響が期待できると考えられる。

## 第2節 結論

本研究において焦点を当てた、幼児の家庭における食の健康教育は、生涯における食習慣の獲得に影響を与えるものである。本研究によって家庭の食育を規定する要因、すなわち母親の子育てや調理に関する認知的評価、家族関係が、家庭の食育を介して、子どもの食行動に影響を与えていた。そのため、家庭の食育を促進するためには、従来のスキルや知識の獲得を目指した、これまでの食育啓蒙活動に加え、母親が置かれている環境や状況にも着目した食の健康教育の展開が、家庭の食育を促進する上で重要であることが明らかとなった。また、共食や栄養などの一つの食育に関する活動に固執し、画一的な食育像を強要するのではなく、食育の原理や原則を理解しつつ、各家庭において創意工夫を凝らした柔軟な食育こそ、子どもにとってより良い影響があるという知見が得られた。

以上のことから、幼児の家庭における食育について、幼児の母親に焦点を当て、家庭の食育を規定する諸要因を明らかにした本研究の結果は、家庭の食育を促進するために、貢献できるものと考えられる。