

学生による地域食育活動報告

上原 正子・井戸田 道智代

愛知みずほ大学短期大学部

キーワード 地域 食育 箸の持ち方

1 概要

昨年 11 月 19 日(土)及び 20 日(日)の 2 日間、本学学生による食育活動を行った。本学のこのような取組は 4 年目となる。平成 23 年 3 月に示された第二次食育推進基本計画における食育は、「啓発から実践へ」とさらに進んだものとなっており、栄養士養成施設においても食にかかわる専門性を持つ学生の育成を図る立場から、食育に関する地域の実践を支援する取組を進めていくことが期待されている。

(1) 場所

名古屋市熱田区 E 大型店舗(写真 A)

(2) 内容

① 米や魚に関するクイズ(写真 B)

学生は 4 班に分かれ、4 つの異なったクイズとヒントとなる資料を作成した。採点は学生が行った。米や魚に関する知識をクイズ形式にすることにより、大型店舗に訪れた人が参加しようとする機運が高まるように工夫した。

② 米の計量ゲーム(写真 C)

精白米を 80g 計量するゲームである。一般的に 1 人 1 食当たりのご飯の量は精白米 80g 程度である。秤を用意し「ぴったり当たったらお米をプレゼント」というゲームを通して米への関心を高め、消費拡大への啓発をねらいとした。併せて、「今日の朝食は？」と尋ね、地域における朝食の主食について調査した。

③ 箸による豆運びゲーム(写真 D)

箸を使って大豆を器から器へ移す作業を行う。時間は 30 秒間。いくつ豆を運ぶことができたに挑戦するゲームであるが、年代を聞き取り、箸の持ち方と移動させた豆の数を写真に撮り、箸の持ち方と移動した数、年代と移動した数についてデータとした。

④ 魚自慢料理(写真 E)

魚についての啓発活動として行った。魚の利用法について献立、調理方法を聞き取った。また、あらかじめ「ちらし」として作成した資料を、説明しながら配布した。

⑤ 子どもの食育コーナー(写真 F)

東海農政局消費生活課作成の食育シールブック「だいすき」を活用して行った。3 歳から小学生までを対象に 4 種類のシールの中から選択し実施した。

(3) その他

箸を使用した豆運びゲームは、昨年度も実施しており、その結果から箸の持ち方の差が豆運び数(作業性)に影響があるのではないかと疑問が起こっていた。今年度の実施にあたってはこの点をデータとするため、箸の持ち方や年代、移動させた豆の数を画像として保存した。

2 結果

(1) 参加者数

19・20 日の 2 日間に参加した人数は次の表のとおりである。

表 1 食育活動への参加者数

	19 日	20 日
① 米と魚のクイズ	230	250
② 米の計量クイズ	55	80
③ 箸による豆運びゲーム	163	177
④ 魚自慢料理	137	41
⑤ 子どもの食育コーナー	80	85
合計	665	633

(2) 箸による豆運びゲーム

このゲームには幼児から 80 歳代まで 340 人の参加があった。その中で画像がとれていた者は、278 人であり、さらに画像の不備や、年代の聞き忘れなどがみられた。このことから有効データは 198 人であった。

次の表 2 はこの有効データを年代別にしたものである。なお男女区分は行っていない。

表 2 年齢区分別データ数

単位: 人

幼児	小低	小高	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代
32	25	24	6	11	20	31	19	19	11



様々な箸の持ち方が認められた。

つかみ・にぎり箸、交差型、親指と人差し指の2本の指で持つ(中指が静箸の下)、親指が箸の上の方に固定されているため人差し指と中指2本が動いている、3本の指が動いているものの薬指が静箸を支えておらず不安定さがある、などの傾向がみられた。正しい持ち方は、動箸は親指・人差し指・中指の3指で持ち、静箸は薬指の先端と親指・人差し指の股部において固定するといわれており、力点がどこにあるかによって箸による機能が異なるとされている。

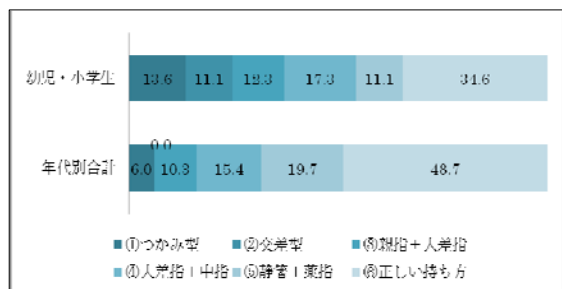


図1 箸の持ち方比較 単位:%

運んだ豆の数を年代別に比較すると幼児・小学生は幼児 3.7 個、小学校低学年 7.7 個、小学校高学年 11 個と順に増えており、手の機能の発達とともに、箸を使う機能の発達を示しているといえる。

表3 幼・小の年齢別豆の移動数 単位:個

	幼児 3歳~5歳	小・低学年 6歳~8歳	小・高学年 9歳~11歳
移動数	3.7 個	7.7 個	11 個

表4 年代別豆の平均移動数 単位:個

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代
移動数	11.2	14.4	14.7	15.1	14.6	12.2	12.0

日本人の食事作法の基本を成す箸の使い方について研究を重ねることは、食文化が担ってきた手指の機能発達延いては人間の発達に関わっていくことであると考える。今後はこのデータを分析し、年代別にみた箸の機能性と箸の持ち方に見る機能性についてまとめていきたい。

本校の学生による地域活動は、4 年間の実績により「みずほ=食育」のイメージが作られつつある。学生による食育活動が地域の食育の定着に寄与することを望む。

参考文献

箸の文化史 一色八郎著 御茶の水書房

資料:写真

