

〔原著〕

## スケッチ法を用いた大東町の小中学生による理想の食事像

遠藤和子\* 金井 Pak 雅子\* 谷口千絵\* 尾岸恵三子\*

## CHILDREN'S DESIRABLE MEAL : USING SKETCH METHOD

Kazuko ENDOU \* Masako KANAI PAK \* Chie TANIGUCHI \* Emiko OGISHI \*

本研究の目的は、理想の食事のスケッチを用いて大東町の小中学生が食事に求めるものを年代による違いから抽出することである。対象は、小学5年生33名と中学2年生33名である。調査票の配布、回収は学校の担任教諭に依頼し、調査協力及び記名を任意とした。スケッチの分析方法は、概観、食物構成、人の描かれ方、食物に対する欲求について計量可能なものは数値化し、受ける印象などの主観的なものの分析は各研究者の抽出した内容から全員で了解を得た。結果は、小学生と中学生の違いが、スケッチの概観、環境の書き込みに見られた。小学生では、環境の書き込みのあるものが69.7%で、屋外の食事場面が27.3%を占めた。中学生では食物のみの表現が37.5%みられ、食物が比較的大きく描かれていたが、和食を理想とする表現が36.4%であった。人は小学生で97.0%、中学生は62.5%が描いていた。小学生は、食事に楽しさ、連帯感を求めており、中学生では食物そのものへの要求は高いが、適切な食事内容や量についての知識に自信がなく介入を必要とすると考えられた。

キーワード：スケッチ法、小中学生、理想の食事、共食観

The purpose of this study is to delineate children's desirable meals using a sketch method. The participants are 5th graders (n=33) and 8th graders (n=33) who are living in Daito-Cho. The survey questionnaire was distributed and collected by the classroom teachers. The participants were told that participation of the survey was optional. The following contents were analyzed : general views, composition of food, how people were drawn, and desires for food. The measurable contents were converted into numerical values and subjective contents were analyzed and delineated its contents with discussion by researchers. As a result, 5th graders' sketches were different from 8th graders' in terms of general views and drawing environment in the sketches. Among 5th graders, 69.7% of them drew environment in the sketches with 27.3% indicated eating in outdoor. Among 8th graders, 37.5% of them drew nothing but food with a larger size. Among 5th graders, 97.0% of them indicated their ideal meal as Japanese food where as it was 62.5% of 8th graders. Fifth graders seek out pleasure and a sense of solidarity with meals. Eighth graders had strong needs for food itself but less confidence with knowledge regarding appropriate amount. It can be said that educational intervention for 8th graders is necessary.

Keyword : sketch method, 5th graders & 8th graders, desirable meals, eating together

---

\*東京女子医科大学看護学部 (Tokyo Women's Medical University, School of Nursing)

## I. はじめに

食の営みは、従来、家庭内で日常的に自然と伝わってきたと考えられていたが、現代においては意図的なかわりをする事によって形成されてゆくといえる。子ども達の食生活をみると、都市部に比べて良好とされてきた地方においても、伝統食の伝承が薄れてきている<sup>1)</sup>ことや、ひとり食べるの実態と問題<sup>2) 3)</sup>が指摘されている。もはや伝統食の知識は、家庭内で親から子へと継承された割合は少なく、むしろ学校の授業などによるものと考えられる<sup>4)</sup>といわれ、これまで日常的な家族単位の営みであった食の伝承が、地域ぐるみのかかわりによる伝承へと変化してきていることを示している。この実態は、子どもたちの共食観の形成にも深く影響している。

小中学生の食事の場面も、塾通いやファーストフードの影響などライフスタイルの変化から、食物を自ら選択する機会が増加している。そして、成長期の子どもたちの食に対する関心は、何を食べるかに向きがちであるが、現実的に口にする食物の選択には、食物の内容よりも環境要因である人的、物理的環境が関係し、誰と食べるかに大きく影響を受ける。特に中学生は交友関係の広がり食生活にも変化を与えるため、何を食べるかのみならず、どう食べるか、中でも誰と食べるのかに注目し、その行動を支える共食観をどう育てるかが重要となる。

スケッチ法は無意識層を含めて人格を全体的に把握する際の投影法の1つとして位置づけられる。投影とは表現者の内的なものが外に現れることを言い、スケッチには自分の生きている日常の世界や、周囲の社会をどのように捉えているかが投影するとされる。自記式の言語によらない手法であることから、児童を対象とした調査も可能であり、小学生低学年の健康への見解を抽出することへの試み<sup>5) 6)</sup>も報告され、最近では健康教育にも応用されている<sup>7) 8)</sup>。日本では子どもの描画療法として、不登校児を対象としたものや、家族関係を表現したものがみられる。松本は、阪神淡路大震災をきっかけに健常児も対象となり、なおかつ治療の場でなく子どもの日常の場で行われるようになった<sup>9)</sup>と研究の広がりを報告している。

また、食卓のスケッチには家族力動が色濃く現れることから、心理治療において家族関係の分析に用いられており<sup>10)</sup>、栄養学では足立による子どもたちの食卓<sup>2) 3)</sup>、看護学では尾岸の看護学生の理想の食事像<sup>11)</sup>、入院患者を対象とした食事への要求<sup>12) 13)</sup>が報告され

ている。これらの先行研究のうち、子どもが描いた理想の食事では、食事内容について検討され、食材料や料理の多様性、エネルギー、脂肪の量について問題があることが指摘されている。しかし年代や発達の違いに着目して食卓に求めるものを分析したものは見当たらない。

スケッチ法は、その分析方法が検討課題とされている<sup>14)</sup>ものの、表現者がうまく語れない部分を「示す」ものとして有用である。そこで本研究では、表現された理想の食事像から小中学生自身が食事に何を求めているのかを、小中学生の視点から把握するために活用できると考え、他に文章による記述と日常の食生活の把握を加えることで、小中学生が考える理想の食事像を検討することにした。

## II. 研究目的

本研究の目的は、理想の食事のスケッチを用いて大東町の小中学生が食事に求めるものを年代による違いから抽出することである。具体的には、食事に求めるものを、人を含めた環境と食物の視点から明らかにし、さらに共食観について検討する。

## III. 研究方法

### 1. 用語の定義

共食観：家族や友人など、人と食事の時間と空間を共にすることについての考え。そこで生じる思いや観念といった精神的側面も含む。民俗学等で扱われる「供食」は、神と食物や空間を共有する観念的なものであるが、精神的側面を含む点で共通する。

### 2. 調査対象

調査対象は、大東町に居住する小学5年生と中学2年生である(以下、小学生、中学生と称す)。今回の分析には、同地区にある小中学校の各々1クラスを用いた。調査票の回収率は小学生が100.0%、中学生は94.3%であった。有効回答者数は、ともに33名であった。対象の選択として5年生を選んだ理由は、スケッチを用いた先行研究があることで調査票の記入が可能と考えられたことによる。また、中学2年生は、「ゆれる14才」と言われるように思春期の特徴を示す年齢と考えられたためである。対象地域は、農家人口が町民全体の30.0%を占める3世代同居割合の高い地域である。

### 3. 調査期間

調査期間は、2000年9月から11月までの任意の1日である。地域や学校行事等の影響を受けにくいふだんの食生活が営まれている期間の1日を学校毎に設定した。

### 4. 調査方法

調査方法は、集合法による自記式質問紙調査とし、調査票の配布、回収を担当の教諭に依頼した。その際、倫理的配慮として、調査協力はあくまで任意であることを伝え、調査票への記名を任意とした。調査に当たる担任へは具体的な記入方法の説明を統一するためにマニュアルを配布し、これに従って調査項目並びにスケッチの記入について口頭での説明を依頼した。また、スケッチには子どもたちの自由な表現を妨げないように内容に関しての指示、評価、コメントは避けること、調査は強制では無く自由意志で行われること、結果は個人名が特定されることが無いように配慮されること、調査協力は学校での評価等に影響しないことの説明を依頼した。その上で、同意した子どもたちについて調査票の回収を行った。

### 5. 調査内容

調査内容は、①理想の食事のスケッチ、②理想と現実との違い、③食事をするとき大切に思うこと、④ふだんの食生活についてである。①は描画、②③については文章で記述とした。④は選択肢を用いて回答を得た。調査内容の記入のし方は調査票に明記した。①理想の食事のスケッチでは、「1. あなたの思う理想の食事を描いてください。人も食べ物もわかるように絵に描いてみましょう。」②理想と現実との違いでは、「理想と現実の違うところはどのようなところでしょう？」③大切に思うことでは、「食事をするとき大切に思うことはどのようなことですか。文章で表現してみてください。」とした。

### 6. 分析方法

スケッチの分析方法は、概観、環境、食物構成、人の描かれ方について、可能なものは数量化し、受ける印象などの主観的なものは5名の研究者各々が感じたことを抽出し全員で了解を得たものをデータとして分析した。その際、生活の様子の把握及び客観性を考慮して、調査対象者とは別の小学5年生と中学生の子どもを持つ母親2名、父親2名からの意見も求めた。

## IV. 結果

### 1. スケッチについて

#### ①全体の概観について

スケッチを記入したものは、小学生が100.0%、中学生は97.0%であった。小学生のスケッチの代表的なものを図1に示す。小学生の特徴は、輪郭がはっきりした力強いタッチで画面いっぱいに表現されており、人や食物、環境に対する書き込みがみられる。全体的に元気良く生き活きとした内容が伝わることであった。このようなものは小学生の69.7%であった。

中学生の代表的なものを図2に示す。中学生ではこのように人や環境の書き込みが少なく、抽象化されシンプルになっている。環境や人の書き込みが一切無く、食物のみを表現しているものはスケッチを記入した中学生の37.5%にみられた。同時に、食物だけが画面いっぱい、または、他のものに比べて大きいという特徴があった。

#### ②環境について

環境の描かれかたを表1に示す。環境では、屋内を描いたものが全体の58.5%であった。このうち小学生では57.6%、中学生でも59.4%と差がなかった。しかし、屋外をみると、小学生は42.4%であり、中学生は3.1%に過ぎなかった。小学生が屋外を書いたものを図3に示す。

調理の様子を含めて描いたものは、全体の16.1%であり、このうち小学生は29.0%、中学生は3.2%であった。調理の内容は、バーベキュー、鉄板焼き、鍋料理などである。

食卓の配膳をみると、「全て各自に盛りつける」ものが全体の50.8%であり、小学生が27.3%であるのに対し、中学生は75.0%であった。「主食は各自で主菜が中央」の取り分ける料理を表現したものが、全体の20.0%であり、小学生は21.2%、中学生は18.7%であった。

#### ③食物構成について

描かれた食物構成を表2に示す。主食・主菜・副菜の揃い方をみると、核料理、即ち、主食・主菜・副菜が揃うものが、全体の47.6%、小学生は45.4%、中学生は50.0%であった。

主食の内容をみると、米飯が小学生の66.6%、中学生の79.3%であり、ラーメン、パスタ等の麺類は全体のわずか6.0%であった。小学生のスケッチを図4に示す。図のように、ご飯、みそ汁、魚、野菜を主体とした地域の食文化を反映した日本食が表現されたものは、小学生の15.2%、中学生の36.4%であった。食物構成からみる



图1 小学生A

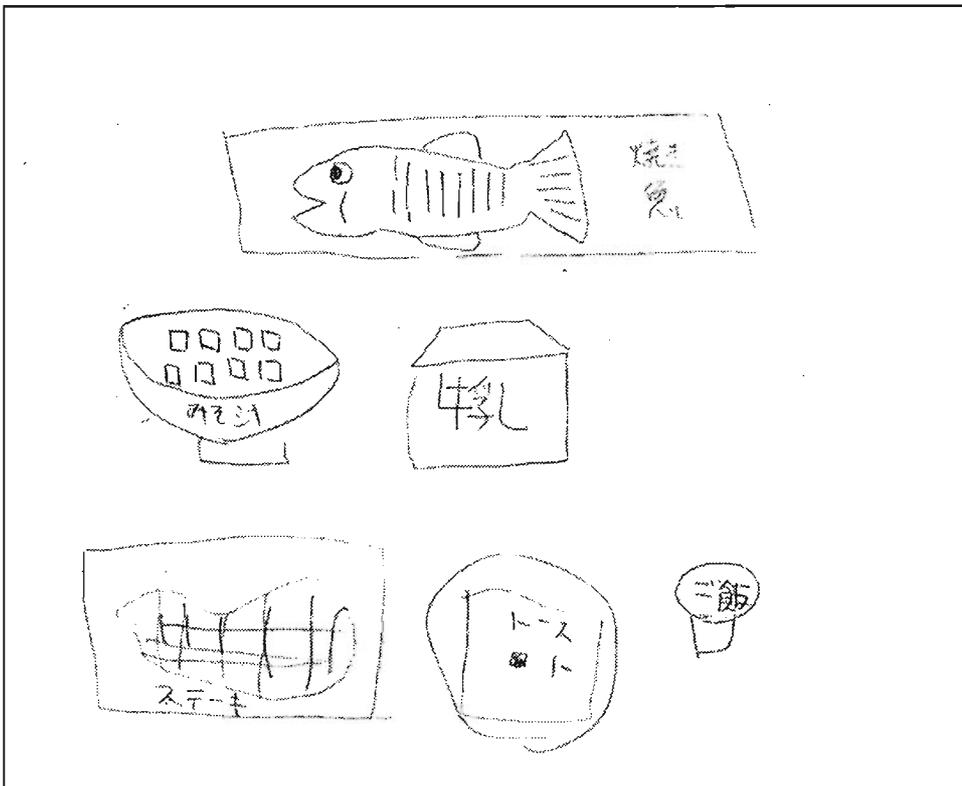


图2 中学生B

表1 環境の描かれかた

環境	数値:%		
	全体 n=65	小学生 n=33	中学生 n=32
屋内	58.5	57.6	59.4
屋外	23.1	42.4	3.1
不明	18.4	0.0	37.5
調理の様子			
描かれている	16.1	29.0	3.2
描かれていない	83.9	71.0	96.8
食卓の配膳			
全て各自に盛りつける	50.8	27.3	75.0
主食は各自・主菜中央	20.0	21.2	18.7
その他	27.7	50.8	3.1
不明	3.0	0.0	3.1

表2 描かれた食物構成

食物構成	数値:%		
	全体 n=65	小学生 n=33	中学生 n=32
主食・主菜・副菜の揃い方			
主食・主菜・副菜	47.6	45.4	50.0
主食・主菜のみ	10.8	9.1	12.5
主食・副菜のみ	3.1	0.0	6.3
主菜・副菜のみ	10.8	21.2	0.0
主食のみ	15.4	9.1	21.8
主菜のみ	12.3	15.2	9.4
主食の内容			
飯	74.0	66.6	79.3
パン	6.0	14.3	0.0
麺類	6.0	4.8	6.9
複数	14.0	14.3	13.8
飲み物			
お茶	42.4	57.2	31.6
牛乳	27.2	35.7	21.1
お茶+ビ-ル	6.1	7.1	5.2
お茶+牛乳	6.1	0.0	10.5
味噌汁	24.6	15.2	34.4
その他	18.2	0.0	31.6
食品数			
1~3	43.1	54.5	31.3
4~5	43.1	36.4	50.0
6以上	13.8	9.1	18.7



図3 小学生C

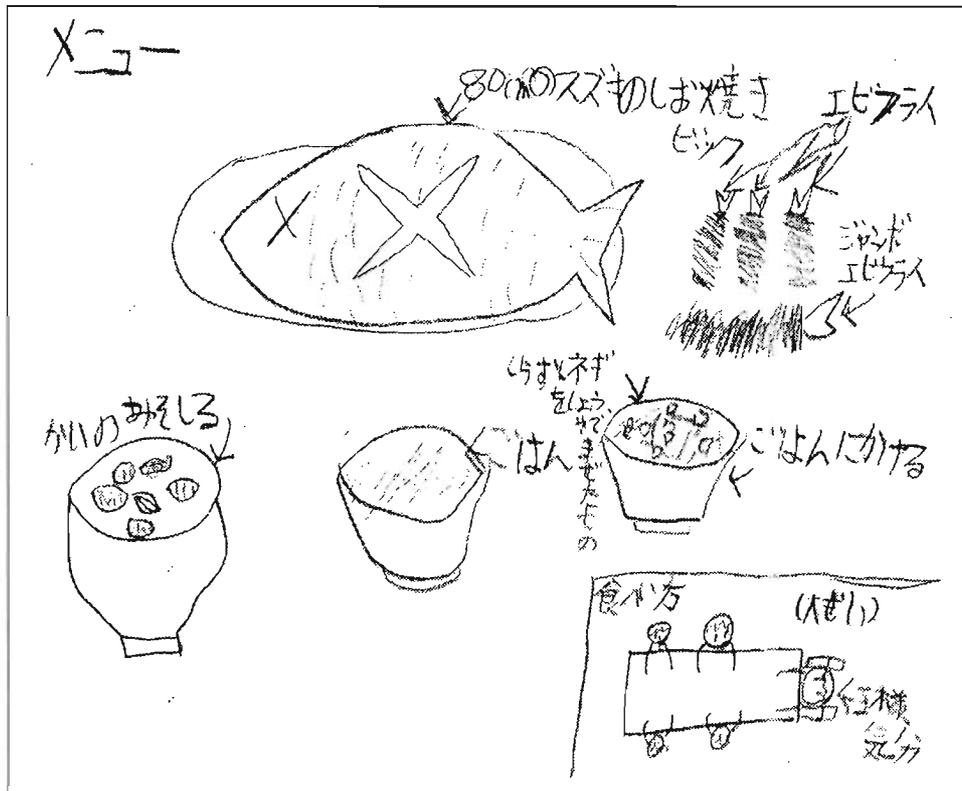


図4 小学生D

表3 人の描かれかた

	全体 n=65	小学生 n=33	中学生 n=32	数値:%	
				P値	
<b>人</b>					
描かれている	80.0	97.0	62.5	.001	***
描かれていない	20.0	3.0	37.5		
<b>大人</b>					
描かれている	26.9	21.9	35.0		
描かれていない	15.4	12.5	10.0	.68	
不明(特定不能)	57.7	65.6	55.0		
<b>子ども</b>					
描かれている	40.3	37.5	45.0		
描かれていない	0.0	0.0	0.0	.77	
不明(特定不能)	59.6	62.5	55.0		
<b>笑顔</b>					
描かれている	67.3	75.0	55.0	.23	
描かれていない	32.7	25.0	45.0		
<b>会話</b>					
ある	53.8	65.6	35.0	.016	*
ない	46.2	34.4	65.0		

$\chi^2$  検定 \*\*\*:P<.001 \*:P<.05

と、米饭を中心とした和食を理想とするものが多い結果であった。また、この核料理の揃った和食を理想とした中学生を居住形態から見ると、核家族が52.9%、祖父母と同居は47.1%と核家族に若干多くみられた。

④人について

人の描かれかたを表3に示す。人が描かれているものは、全体の80.0%にみられた。このうち小学生は97.0%

で、中学生が62.5%であり、小学生には中学生より有意(p=.001)に人が描かれていた。そのうち大人が描かれているものは、小学生の21.9%、中学生の35.0%であった。このうち中学生のものを図5に示す。家族の構成員に笑顔が表現されているものは、小学生が75.0%、中学生は55.0%であった。また、会話があると読みとれたものが、小学生で66.7%、中学生は39.4%であり、小

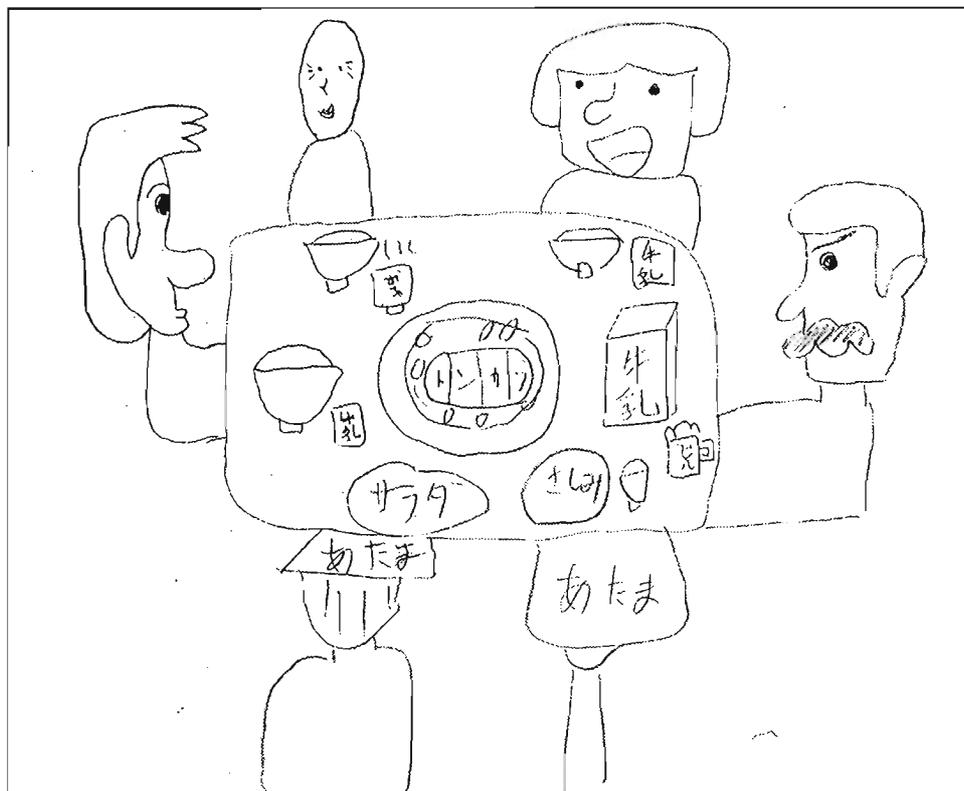


図5 中学生E

学生には中学生よりも有意 ( $p=0.16$ ) に会話が表現されていた。小学生のものは、図1のように鍋を囲んだり、図3のように野外での食事、バーベキューをするなど、食事を作る過程を共有するものが34.4%あり、登場人物の表情、会話に楽しさが表現されていた。

## 2. 理想と現実との違い

理想と現実との違いとして記述されたことを表4に示す。小学生は30名(90.9%)、中学生は28名(84.8%)から回答が得られた。これらを内容から、①食物について、②人について、③環境について、④その他の4つのカテゴリーに分類した。

小学生は、4つのカテゴリー全てに意見が出されており、「食物」のカテゴリーでは「好きなものがでない」などの献立に対する意見がみられた。他に、「人」では「みんなで食べてない」、「環境」では「動物と一緒にない」「川が汚い」などがあった。また、「その他」に「楽しくない」「外で食べない」が含まれていた。

中学生では、「食物」のカテゴリーに含まれる記載が目立った。「好きなものが食べられない」など、献立に対する意見が出されているが、「栄養のバランス」や「焼き方が違う」など栄養や、調理方法に関する内容が含まれていた。

## 3. 食事をするときに大切だと思うこと

食事をするときに大切だと思うことについて記述されたものを図6に示す。小学生では「みんなで食べる・一緒に食べる」が53.1%と最も多かった。次に多いものは「マナーを守る」が25.0%、「楽しく食べる」が18.8%であった。中学生では「マナーを守る」「楽しく食べる」「話をする」が、それぞれ25.0%で最も多く、次に「栄養バランス」をあげたものが21.2%であった。

## 4. ふだんの食生活について

ふだんの食生活について選択肢にて回答を得たものを表5に示す。「食事が楽しい」について「そう思う」と回答したものは、全体の23.1%であった。小学生は「そう思う」が27.3%、「思わない」が12.1%であった。中学生では、「そう思う」が18.8%、「思わない」が19.8%であり、小学生と同様の傾向を示した。

「ご飯の準備や後片づけ」について「毎日している」と回答したものは、全体の27.3%であり、小学生が30.3%、中学生は24.2%であった。小学生にやや多いものの、ほぼ同様の傾向であった。

「畑や菜園の手伝い」について「する」と回答したものは、全体の60.6%であった。小学生は42.4%、中学生は18.2%と違いがみられた。

表4 理想と現実との違い

複数以上の記載数：(件)

	小学生 n=30	中学生 n=28
食物	好きなものがでない (3) 嫌いなものも食べさせられる (2) (理想は) うまそうな食べ物 ステーキが食べたい ハンバーグがこんなに高級じゃない 毎日洋食がいい 毎日オムライスがいい 果物が多い	自分の好きなものが食べられない (2) 肉のボリューム 肉中心が良いのにそう行かない 餃子がない (理想は) 主菜・副菜がしっかりしている たくさんの食品を食べていない (現実) 品が少ない フルコースを食べてみたい 栄養のバランス 理想の方が栄養の偏りがすごい カロリーが高い お母さんは北京ダックを作れない (2) 時間がなくて手抜きが目立つ 焼き方が違う 漬け物の配置 大根のおろしかた
人	みんなで食べてない (2) 父母が席に着かないうちに子どもが食べる おじいさんたちと食べていない 母がいない 家族が欲しい 家族の多さ (少ないのが理想)	全員が揃わない (5) 父と一緒にない (2) 祖父母と食べていない
環境	川が汚い (2) 明るさ (理想は) TVを観ること 風景 動物と一緒にない (4)	
その他	(現実) 楽しくない (2) 外で食べない (8)	値段 原始時代と現代

複数記載あり

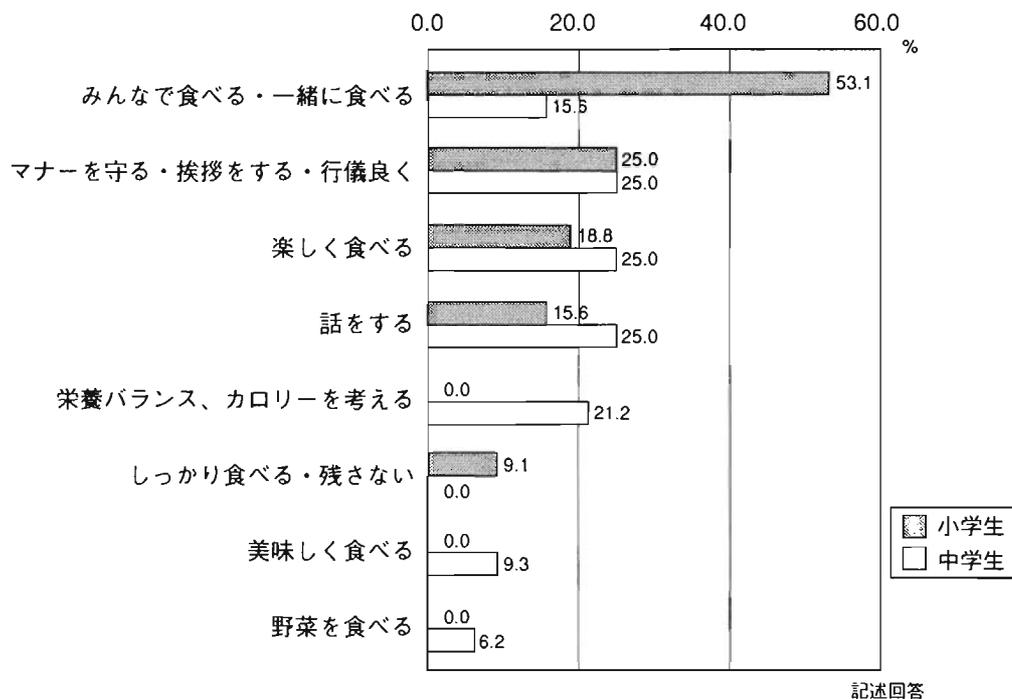


図6 食事をするとき大切に思うこと

表5 ふだんの食生活

	全体			P値
	全体 n=66	小学生 n=33	中学生 n=33	
食事が楽しい				
そう思う	23.1	27.3	18.8	.62
ややそう思う	61.5	57.6	65.6	
思わない	15.4	12.1	18.8	
ひとりで食べる				
朝、夕共にひとり	6.2	0.0	12.5	—
インスタントを減らしたい				
そう思う	71.2	72.7	69.7	.99
思わない	28.8	27.3	30.3	
ご飯の準備や後片づけの手伝い				
毎日している	27.3	30.3	24.2	.82
たまに手伝う	62.1	60.6	63.6	
していない	10.6	9.1	12.1	
畑や菜園の手伝い				
する	60.6	42.4	18.2	.06
しない	69.7	57.6	81.8	
自分に適切な食事内容や量を知っているか注 <sup>1)</sup>				
知らない			51.5	
多少知っている			48.4	
知っている			0.0	
健康や食事に関する情報を積極的に交換しているか注 <sup>1)</sup>				
あまりない			66.7	
ときどき			30.3	
いつも			3.0	
自分の食事や健康を今後どのようにしたいか注 <sup>1)</sup>				
今より良くしたい			30.3	
今のままでよい			45.5	
特に考えていない			24.2	

注<sup>1)</sup> 中学生のみ回答 $\chi^2$ 検定

次は中学生のみに調査した項目であるが、「自分に適切な食事内容や量を知っているか」については、「知らない」が51.5%、「多少知っている」が48.4%であった。「自分の食事や健康を今後どのようにしたいか」では、「今より良くしたい」が30.3%、「今のままでよい」が45.5%であった。

他に、「ひとりで食べる」については、小学生で「朝夕ともにひとり」と回答したものは無かった。中学生では12.1%であった。彼らのスケッチには図7に示すように、線が細く、人物の表現が無く、食事像が簡素であった。また、食事のときに大切だと思うことでは、「自分に合った環境で食べる」「ありがたみを知る」「おいしく食べる」であった。

## V. 考 察

### 1. 食事に求めるもの

今回の結果から、食事に求めるものを環境、食物構

成、人から見ると、小学生と中学生の違いは環境に最も現れていた。

小学生では、環境に対する書き込みが多く、スケッチ全体の概観も元気良く生き生きとしたものが多いことから、食事に対する期待は楽しさにあると読みとれた。特に、「動物と食べたい」、「外で食べたい」については、スケッチと共に理想と現実との違いとして記述回答にも現れていた。このことは、もっと食事の場面に演出を期待する、つまり大人に対して食事の機会を重要視して欲しいと訴えていると考えられた。

また、小学生に調理場面を含めて描いたものが約3割あった。これは、その場面がバーベキューや鉄板焼きなど、会話をしながらそれぞれの人が手を出せる場面であることから、食事を一緒に作ることでの連帯感、レジャー感覚を求めていると読みとれた。このことは家族と一緒に作業することやおしゃべりすることでの満足感、心のふれあいを感じることを期待しているものと考えられる。

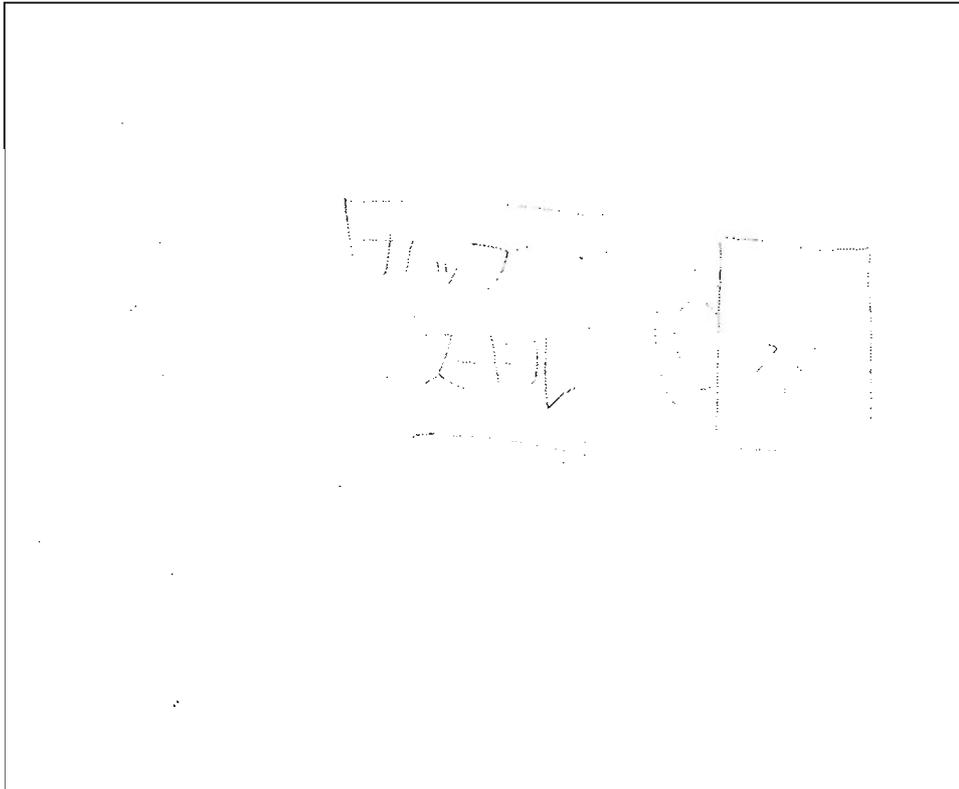


図7 中学生 F

中学生になると、人が描かれていないものが約4割あり、図2のように食物が中心になって書き込みの少ない表現が多いことから、食事には環境よりも食べ物自体への要求が高まっていると読みとれた。この時期は身体的発達により、一生のうちで一番エネルギーを必要とする時期である。この身体的な欲求がスケッチに表現されていると考えられた。一方で、中学生は内面を素直に表現することの抵抗感、相手の求めるものを察知して応えようとするなど思春期特有の感情からこのような表現となっていることも考えられる。

食物構成についてみると、小中学生とも核料理の揃うものが約5割で、主菜を魚とする日本型の食生活を描いたものが中学生で約4割見られた。中学生が理想の食事としてこの内容を上げていることは注目される。日本型の食生活については、子どもの生活習慣病予防の観点から学校給食にも日本型食生活の復活策を講じることが重要<sup>15)</sup>と指摘されている。予想に反して中学生自身が日本型の食事を理想としたのは、この食事が多世代同居の家庭で見慣れた献立でありイメージが付きやすいと考えられたが、結果はむしろ核家族のものに若干多いというものであった。これは、先行文献<sup>1)</sup>にあるように、日常の伝承よりも、家庭科の授業などで栄養に関する知識が増加することに加えて、理想と現実の違いで、「焼き方が違う」など調理に対する注文が出

ることなどから、この年代では嗜好がはっきりしてくる時期であることも影響すると考えられる。また、「畑や菜園の手伝いをする」ものが小学生で42.4%あり、中学生では18.2%と減少するものの、この地域では、子どもの頃から食材に対する知識が養われていることも考えられる。スケッチには図4のように料理に詳しい素材の書き込みしたものが多くみられていた。加えて、両親が40～50歳代の生活習慣病が身近な年代になることから、家庭内で情報が入りやすいことも関係していると考えられる。これらの点からも子どもたち自身が日本型の食事内容を理想とするには、先行文献が示すように<sup>1)</sup>家庭内の伝承よりも地域社会から情報として入手することが大きな要因となると考えられ、これは今後の介入を考える上で重要といえる。

## 2. 共食観

人の描かれ方から共食観について見ると、小学生の9割以上、中学生も6割に人の表現がみられた。大人の表現は全体の3割弱であったが、食事をするときに大切なこととして「みんなで食べること」を記述したものが多く、現実との違いとして「みんなで食べていないこと」を記述したものが多かったことから、子どもたちは家族の共食を重視していると考えられ、この傾向は小学生により顕著と言える。共食観の違いは、

実際の食事の共有状況や食事への精神的満足感、家族の人間関係などと関連があること、理想の食事像が現実より貧しい方向に向かっていること、この傾向は忙しければ仕方ないと“諦めた共食観”を持つものに強くみられたこと<sup>16)</sup>の3点が報告されている。このことから共食観の問題は現実の食生活の形態を反映すると考えられる。

そこで、中学生の、朝夕ともにひとりで食べているものが食事のときに大切と思うことをみると、「自分で合った環境で食べる」「ありがたみを知る」と回答していた。これは、大人びた自立した食事観が形成されていると考えることもできる。反面、中学生の調査で共食率の低いものは、食品摂取状況と食習慣との関係から問題を指摘したもの<sup>17)</sup>、野菜の摂取頻度が低い、食についての悩みの保有率が高いなどの問題を指摘したもの<sup>18)</sup>が報告されている。このようにひとり食べには問題が指摘されがちであるが、現実的にはそれが分かって改善できない事情もそれぞれの家庭にはある。重要なのは、ひとり食べを単純に否定するだけでなく子どもたちにこの傾向があることをふまえた上で、食事の共有以外に話をする場を持つなどの家庭でのかわり、学校での介入を工夫することではないだろうか。即ち、共食するという形が大事というのではなく、そこに潜んでいる大事なものを子どもたち自身と子どもたちを取り巻く周囲の大人達が、共に見つめること、そしてそのプロセスを体験することこそ重要であり、これは共食観の形成に深く影響すると考えられる。

中学生は人よりもむしろ食物の内容に関心が向くが、実際に自分に適切な食事内容や量の知識があるかを問うと、半数以上が「知らない」と回答し、3割は「今より良くしたい」としている。埼玉県民栄養調査では、適切な内容・量を知っていると回答したものは60%以上<sup>19)</sup>であり、中学生の知識に自信のなさが現れている。自分で食事を選択する機会の増加やダイエット志向の問題を抱えた年代であることからこの時期にこそ自分の体に合った適切な知識を得ることが必要であると考えられる。

その際、スケッチが示しているように、共食をすることで培っている人間的ふれあいをする場を持つ、食物選択のための知識を付けることを通して大人と子どもが共に体験したり共有したりする機会を作るなど、家庭、学校、地域社会の連動が重要となると考えられた。

本研究の限界として、スケッチ法を用いたことで、結果の数量化が困難なことで再現性がないことがあ

る。他にもこの方法には、倫理的な問題の考慮を必要とすることを課題とする<sup>20)</sup>指摘もある。今回、食事風景を分析する上で読みとりの指標に用いたものは客観性を重視したため、かなり大まかなものとなった。指標については今後の検討課題としたい。

## VI. まとめ

今回の結果から、大東町の小中学生が食事に求めるものは、小学生では楽しさや連帯感を感じることであり、中学生では食物そのものへの要求が高いといえる。しかし、中学生では適切な食事内容や量についての知識に自信が無く、現実を踏まえた共食観を育成する上でも学校や地域社会による介入を必要とすると考えられた。

## 謝辞

本研究をまとめるに当たり、ご協力頂きました大東町の小中学生の皆さん、並びに各学校の先生、教育委員会の皆様に深く感謝致します。

なお、本研究は、平成12年度 MONAC 大東町健康調査プロジェクトの助成を受けて実施しました。

## 引用文献

- 1) 酒井治子、小竹佐知子、堤マサエ：長寿社会を支える家族と子どもの食生活－長寿村<桐原>の世帯形態の変化と現状分析－、山梨県立女子短大「地域研究」創刊号,1-13,2000.
- 2) 足立己幸、NHK「おはよう広場」斑：なぜひとりで食べるの、NHK 出版,1983.
- 3) 足立己幸、NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト：知っていますか子どもたちの食卓、NHK 出版,2000.
- 4) 小竹佐知子、酒井治子、堤マサエ：かつての長寿村<桐原>の食生活及び家族形態実態調査－かつての長寿村がたどった農村家族の姿・昭和から平成までをたどる－、第6回「健康文化」研究助成論文集,平成10年度,26-31,2000.
- 5) Andrew S.T. Macgregor, Candace E. Currie：Eliciting the views of children about health in schools through the use of the draw and write technique, Health Promotion International, 13 (4), 307-318, 1998.
- 6) Pat Pridmore：Visualizing Health：Exploring Perception of Children Using The 'Draw and

- Write' Method, Promotion et Education, 3  
(4) ,11-15, 1996.
- 7) McWhirter JM, Collins M. Bryant I. et. :  
Evaluating 'Safe in the Sun' a curriculum  
program for primary school, Health Education  
Research, 15 (2) ,203-217,2000.
  - 8) Starkey F., Orme J. : Evaluation of a primary  
school drug drama project : methodological issues  
and key findings, Health Education Research,  
16 (5) ,609-622,2001.
  - 9) 松本真理子 : 子どもの描画療法における歴史と将来の展望 日米の文献的考察をふまえて, 心理臨床  
学研究 ,17 (2) ,198-208,1999.
  - 10) 三宅薫 : 摂食障害の病理と援助に関する考察, 精神保健看護学会誌 ,2,1,10-19,1993.
  - 11) 尾岸恵三子 : 看護学生が描く理想の食事像の  
一考察, 東京女子医科大学看護短期大学研究紀  
要 ,14,61-68,1992.
  - 12) 尾岸恵三子 : 成人期の入院患者が描く病院の理想  
の食事像－スケッチ法をもちいての検討－, 東京  
女子医科大学看護短期大学研究紀要 ,15,29-36,1993.
  - 13) 尾岸恵三子 : 入院患者の食事への要求に関する研  
究 (第Ⅱ報)－スケッチ法をもちいて－, 東京女  
子医科大学看護短期大学研究紀要 ,18,47-53,1996.
  - 14) 足立己幸 : 比較スケッチ調査法の試み, 日本家政学  
会誌 ,38 (11) ,1035-1041,1987.
  - 15) 山城雄一郎 : 学校給食の実態, 小児科診療 ,9  
(51) ,1447-1453,1997.
  - 16) 武見ゆかり、足立己幸 : 子どもたちの家族との  
“共食観” からみた孤食の問題, 小児内科 ,26, 増刊  
号 ,48-56,1994.
  - 17) 佐藤有紀子、中野正孝、野尻雅美 : 中学生の食  
品摂取状況と食生活習慣との関係, 学校保健研  
究 ,39,299-307,1997.
  - 18) 河野美穂、足立己幸 : 中学生の塾通いの夕食への  
影響及びその健康・食行動との関係, 小児保健研  
究 ,53 (3) ,432-442,1994.
  - 19) 田中久子、荒井今日子、中村里美他 : 特集 /QOL  
の向上を目指し、栄養・食生活からの健康目標設定・  
評価のための点検票作成、理想のプロポーシ  
ョンをめざして～思春期～, 栄養日本 ,43 (9) ,6-7,2000.
  - 20) Backett-Milburn K. McKie L. : A Critical  
Appraisal of the Draw and Write Technique,  
Health Education Research, 14 (3) , 387-398, 1999.