

## 学校給食における児童の食行動の変容と 食事観の形成に関する研究動向

野邊 政雄 ・ 岡本 真依\*

本稿の目的は、学校給食の機能に着目し、児童の食行動や食事観の形成に影響を与える要因についての研究動向をまとめ、現代における「共食」を目指した給食指導の留意点を明らかにすることである。先行研究は次の三つに分類・整理した。一つめは、児童の給食指導を担う教師の影響を探究したものである。二つめは、児童の発達段階の影響を調査したもので、三つ目は食環境の影響に焦点を当てたものである。

先行研究の動向から明らかになったことは、二点ある。一点目は、児童の食事に対する意識を捉える場合は調査票を用いた量的調査を、児童の食行動の変容を追究する場合は質的調査を各研究者が利用していたことである。二点目は、児童の食事観は家庭だけでなく給食においても様々な影響を受け、形成されるということである。したがって、教師や研究者は、「共食」を目指した給食指導に、児童の社会化を促す役割が含まれているということを認識する必要がある。

**Keywords** : 学校給食, 共食, 児童, 食行動, 食事観

### 1 本稿の目的

今日、日本における食事の形態は様々である。ひとりで食べる「孤食」、同じ食卓にいても違うものをそれぞれ食べるという「個食」をはじめ、新しい食事形態が登場し、誰かと一緒に食べるという「共食」の形態は当たり前ではなくなってきた(外山2008)。ここで、特に問題視すべきは、「孤食」である。なぜなら、「孤食」による家庭のコミュニケーションの減少は、子どもの社会化を妨げるからである(瀧日2010)。さらに、今後「孤食」が増加していくのであれば、食卓におけるマナーや振る舞いなどの教育を、家庭のみで行うことは難しくなってくる。ゆえに、その問題の解決には、家庭外での食事においても、子どもに社会性を養うための教育を行っていくことが必要である。

この問題に対して、現在、家庭外の教育として一定の効果が上がってきている取り組みがある(高田

2008)。それは学校給食である。児童は日常の学校給食によって他の児童と「共食」をすることができる。さらに、学校で行う交流給食によって、地域の高齢者や異年齢集団とも「共食」をすることができる。このように学校給食は児童が他の人々と「共食」をする絶好の機会であるといえる。

さて、担任教師や学校栄養士により、給食指導は日常の学校給食でも長期的・継続的に行われている。児童の食事観は、そうした機会を通じ、児童と食事をともしする教師の指導力や意識に大きく影響を受け、形成されていく(本図2007;古島2006)。

現場で行われている教師の給食指導は大きく二種類に分けられる。一つは、給食時間に児童が他者と会話することを否定し、時間内に「完食」させるといった指導である。もう一つは、子どもの給食時の食事をコミュニケーションの一場面と考え、「共食」の重要性を意識させることを目指した指導である。

---

岡山大学教育学研究科社会・言語教育系社会科教育講座 700-8530 岡山市北区津島中3-1-1

\*岡山大学大学院教育学研究科

Research trends concerning school children's change of eating behavior during school lunches and their formation of sense of eating with company

Masao NOBE and Mai OKAMOTO\*

Division of Social Studies and Language Education, Graduate School of Education, Okayama University, 3-1-1 Tsushima-naka, Kita-ku, Okayama city 700-8530

\*Graduate School of Education (Master's Course), Okayama University

筆者は、児童の社会性の育成を重視する場合には、後者の指導が必要だと考える。しかし、実際に現場で行われる指導としては前者が多く、そこでの食事は、黙って他者とかわらずに給食をひとりだけで食べるという「孤食」の形態となっており、「共食」による社会性の育成は重視されていない（飯島 2005）。こうした現状は、児童の社会化を促す「共食」の場として学校給食を捉える際に、どのような指導が求められるのかを、研究者をはじめ、現場の教師が正確に認識していないことが原因と考えられる。したがって、まず現場の教師には「共食」を重視する意識を高めるとともに、児童が共食をする場の雰囲気や時間を保証する指導を行うことが求められる（松本 2009）。また、その指導の効果についても、具体的に指導が児童の食行動・食事観にどのような影響を与えるのかを教師や研究者が認識しておくことが必要である。

そこで、本論文では、学校給食において、児童の食行動や食事観の形成過程に影響を及ぼしている要因を探究した研究に焦点を当て、その研究動向をまとめる。これによって、現代における給食指導の留意点・その効果について明らかにしていきたい。

## 2 方法

主に国立情報学研究所論文情報ナビゲータ CiNii のデータベース、公立図書館の文献データベースを使って、関連する文献を収集した。そして、収集した論文を分類し、まとめていった。本稿で取り上げる学校給食の論文は、家庭科教育、教育心理学、社会心理学といったさまざまな分野から研究がなされているものがあつたが、テーマや研究内容を参考に三つの観点から分類を行った。

### <分類における視点>

- ①教師による働きかけの影響に関する研究
- ②児童の発達段階の影響に関する研究
- ③食事をする際の雰囲気（食環境）による影響に関する研究

## 3 教師による働きかけの影響に関する研究

多くの教師は、当番活動においては児童が全体のために働くということを、食事場面においては児童が時間内に決められた栄養分を摂取するというところを、給食時間における一義的な目標とみなし、指導している（本図 2007）。また、教師は、作ってくれた人や生産者に感謝をして食べるという点も強調することが多い（飯島 2005）。児童はそれらのことを

教師から繰り返し指導されるため、「給食は残さず食べなければならない」ということを食行動や意識に根付かせている。しかし、近年、教師の工夫により、残さず食べるだけでなく、会話を楽しみながら食べる「共食」を重視した指導も登場してきている。さらに、そうした教師の取り組みに焦点を当てた研究もわずかながら行われるようになった。こうした変化は、学校給食法の改正を受け、給食の効果として児童の「社交性の育成」が注目を浴びるようになったためだと考えられる（高田 2008）。

松本（2009）は、食育推進校の小学校児童に調査票調査を行い、教師の指導により児童の好き嫌いが少なくなり、健康状態が好転したこと、また「食事に対する配慮が良好になった」ということを明らかにした。さらに、松本は保護者にも調査を行い、児童の食生活習慣が給食指導によって好転したことを裏付けた。この研究は、学校全体で食育に取り組むことで、各教師の給食指導が子どもの生活習慣、食への嗜好、楽しく食べることを重視する食事観に大きな影響を与えるということを明らかにしたといえる。

この研究は、調査票調査によって教師の給食指導の捉え方や児童の食行動・意識の変容を探ることで、教師の指導が児童生徒の食行動や食事観を変化させるということを検証したものである。児童だけでなく保護者にも調査を行ったのは、児童だけに行動や意識に関する調査票調査を行う場合、幼いために質問の意図がわからない、自身の行動のあり方が把握できていないなどの問題が生じ、データの信憑性が薄れてしまうからだと筆者は考える。したがって、調査票調査を行うときには、児童だけでなく担任教師や児童の保護者にも調査を実施し、児童の視点以外に担任教師や児童の保護者の視点からも児童の意識・行動変容を探っていく必要がある。

教師の指導が児童の「共食」における食事観に影響を与えるとする研究は、松本のもの以外にみられなかった。これには二つの原因があると考えられる。一つは、現場の教師の給食指導が、給食を残さず食べることを重視した栄養面の指導に偏っているためである。そして、もう一つは、教師と児童の給食時のかかわりを捉えた研究の多くが、給食の目的を「児童の食習慣の形成」「偏食の矯正」として、調査を行っていたためである（桑原ら 1971）。近年では楽しく食べる「共食」を重視した指導がなされるようになったから、今後、「共食」による児童の「社交性育成」の観点から給食の効果を探究する研究が増えていこう。

#### 4 児童の発達段階の影響に関する研究

幼児や児童の段階では、自身の食のスタイルを独自に選択し、変えていくことは難しい(今田ら 1998)。そこで、子どもが自らの生活習慣を変えていくためには、自身の食を通じた意識の変化や生活習慣の見直しだけでなく、保護者や教師に指導を受けることも必要となる。ゆえに、幼児や児童の給食時間における食行動や食事観は、他者からの直接的・間接的な影響を受けるなかで、発達段階とともに確立されていくといえる(外山 1991; 高田 2008)。ここでは、児童の給食時における食行動や食事観の形成に発達段階が及ぼす影響に関する研究の動向を述べていく。

まず、児童の食行動の変容に発達段階がどうかかわっているかを追究した研究として、東山・今村(2010)のものがある。この研究では、小学校児童の給食時間における行動観察を行い、児童が発達に応じて、いかに食行動を変化させるかを明らかにしている。観察記録の分析からは、高年齢及び食欲旺盛な児童は、主食と副食を交互に食べることができ、また、食事中に他のことに関心を向けることなく与えられた量を食べることができるといったことが明らかになった。さらに、高学年で食の細い児童に関しては、食事中に他のことに関心を向けることがあっても、その行動は長続きせず、すぐにまた食事を始める様子が観察された。東山らはその要因について、高学年になると、食事中、他のことに関心が向いても、栄養摂取という給食の目的を短時間で思い出し、行動を調整したり、自制したりすることができるからであると推測した。

以上から、発達段階が上がるにつれて、児童は食行動を調整することができるようになるため、給食における食行動が変容したといえる。しかし、この研究には、研究者の視点で児童の観察を行っているため、客観的な根拠が示されていないという問題がある。この問題は、調査票調査によって研究を行うことで、解決できるであろう。

次に、児童が食事を「楽しい団らんの場合」や「会食」として捉える考え方がいつ生まれるかを明らかにしたものとしては、外山(1990)の研究がある。外山は、小学校二年生から大学生、対象となった小学生の保護者まで、幅広い年代に「食事らしい食事」についての調査票調査を行った。そして、小学校高学年以上になると、児童は食事を栄養摂取と捉えるだけでなく、「会食」や「共食」といった食事の社会的意味を重視するようになるということを明らかにした。

その後の研究において、外山(1991)は食事についての社会的意味の獲得には、食知識を増やして

いくことが必要であるという仮説を立て、この仮説を検証した。調査は、ある質問に対して調査対象者に答えを説明させるという方法で行った。その質問は、食事のマナーについての手順課題、栄養についての生理課題、「共食」についての意義を問う社会課題の三つで構成されている。調査対象者は、小学校二年生から大学生、小学生の保護者であった。外山は、調査対象者が質問について記述した内容を分析した。その分析結果によれば、小学校高学年以上の児童は、栄養学・医学的な知識を獲得し、それを根拠に「会食」「共食」といった社会的意味知識を獲得することで、「共食」の重要性を認識していた。そして、児童の年齢が上がるごとに、児童は食事の意味に「共食」の重要性を意識した回答をする傾向があった。以上から、外山の研究は、児童の「共食」を重視する食事観の形成が、発達段階に伴って獲得される知識によって大きな影響を受けるということを検証したものであるといえる。

しかし、外山(1990)の研究は、児童が「共食」「会食」といった食事観をいつ、いかにして児童に習得したかを明らかにしていない。それは、この研究が調査票調査による量的データの分析に基づいているため、小学校高学年児童が食事における社会的意味知識を獲得していたとしても、それを児童らが発達の過程でどのように身につけていったかを検証できなかったためである。この点を検証するには、実際にフィールドに出て、児童の実態に迫る必要がある。

また、外山(1990)は、児童の「共食」を重視する食事観の形成に、学校給食や家庭科教育における食事の場が影響を与えていると推測していた。だが、ここでまとめた二つの研究の調査では、場を限定して「共食」の意義を問う質問がなく、場と食事観形成の関連は究明されていなかった。この点を補完するには、食事の場を限定した質問を含んだ調査票調査を実施し、児童の「共食」に対する考え方を探求していくことが大切であろう。

#### 5 食事をする際の雰囲気(食環境)による影響に関する研究

子どもの「心の健康」という従属変数に対し、「食事の質」「共食頻度」「食卓の雰囲気」の3つの独立変数が強い影響力をもっているということは、これまでの研究で明らかにされてきた(川崎 2001)。川崎によれば、その3つの独立変数のなかでは、「食卓の雰囲気」が子どもの心の健康に最も大きな影響を及ぼしているという。しかし、この研究は、家族との食事観の形成に焦点を当てたものであり、給食という家族以外の集団でルールを守りながら食べる

場合の食事観の形成を探究したものではない。ここでは、給食時間の食事をする際の雰囲気（食環境）が児童の食行動や食事観にどのような影響を与えているかを追究した研究についてまとめていきたい。

まず、丸山ほか（2009）による食事状況が児童の食事に与える影響について明らかにした研究である。丸山らは、児童に①グループ給食、②無言給食、③テレビ給食の3つの環境で給食を食べさせ、その後の調査票調査によって、児童が実際に食事をする環境として何を求めているのかを検証した。調査結果によれば、②による孤食を「楽しい」食事ではないとする児童が多く、高学年になるにつれて食事の時間を大切なコミュニケーションの場と考える児童が増えたという。また、③のようにテレビを見ながら食事をする場合も、児童が他者とテレビによる話題を共有するということが大切にしていたということが判明した。

この研究からは、二つの点が明らかになっている。一点目は、多くの児童が給食時間の食事に対し、「共に食べることを求めているということである。もう一点は、教師による他者とかかわることのできる時間の保証や、様々な環境で食べる機会の提供が食事の「楽しさ」につながっているということである。

次に、古島・金子（2006）の研究である。古島らは、家庭での食卓から初めて離れ、学校給食という新しい食事を体験する小学校一年生の給食場面を参与観察により調査した。観察記録によれば、多くの児童に給食を残さず食べるという食行動においてプラスの行動変容がみられた。こうした行動変容のみられた児童は、教師からの称揚やクラスメイトとの献立についての会話によって、食べることへの意欲を高めていた。それに対して、行動変容がみられなかった児童は、担任の教諭やクラスメイトとの意思疎通が苦手であったり、関心を持たなかったりするという傾向があった。したがって、児童の学校給食における行動変容が起こるかどうかは、他者とのコミュニケーションが円滑に図れているか否かにかかってくるといえる。また、そのことを実現するためには、「楽しく食べる雰囲気や食べることに集中できる時間の保証」といった食べる意欲を高める環境作りを行うことが大切である。

これら二つの研究の共通点は、給食において児童が「食卓の雰囲気」を誰かと会話をしながら楽しく食べることのできる環境と捉えていることを明らかにしていたことである。この環境作りには、教師が給食において「残さず食べる」と「誰かと会話をしながら楽しんで食べる」のどちらの考え方を重視するかが影響を与えているだろう。

## 6 考察

学校給食における児童の食行動の変容や食事観に与える諸影響に関する研究動向についてまとめてきた。それらを受け、ここでは、二つの点を指摘したい。

一点目は、研究方法の多くが、参与観察をはじめとする質的調査、または、調査票を用いる量的調査を用いており、それぞれの調査法の利点を生かしながら結論を導いていた点である。たとえば、教師や児童の意識についての研究は、量的方法の調査が主であったが、「実際に子どもがどのように食べているのか、研究者が臨場感を備えながら食の現状を把握するにはやや困難」であることから、質的調査法を用いていた研究もあった（東山・今村 2010）。しかし、東山らは、質的調査法のみで研究を進めると、客観的な根拠が薄くなるため、今回の調査は量的調査を行うための予備的な段階としたいと述べている。したがって、人の考え方や行動の仕方について深く追究していくためには、様々な性格の違う調査法の利点を生かし、研究の精度を高めていく必要がある（佐藤 2002）。

筆者が本論文で検討した研究には、佐藤の提案する両方の調査法を用いて仮説を検証したものはなかったが、今後、子どもの食行動・食事観のような日々変化するものを研究する際には、両方の方法を同時に用いて仮説の検証を行う必要があるだろう。

二点目は、児童の食行動・食事観は、はたして給食という独自の空間のなかで形成されたものかという疑問が残るということである。先行研究では、児童が給食時間に教師や回りの児童、食べているときの環境により影響を受け、食行動・食事観を変化させていくことは明らかにされていた。しかし、食事観をより広く捉え、家庭で形成される食事観と給食で形成される食事観の各々の独自性に着目し、調査した研究はなかった。

松本（2003）によれば、「給食に対する意識は家庭における食生活環境やその影響下にある食意識・食行動と密接に関わっている」という。つまり、給食時における児童の意識・行動は、その場で形成されたものではなく、家庭での食事で培われ、表出されたものとも考えられるのである。したがって、「給食時間に」というように時間や空間を制限して児童の食行動・食事観を検証する際には、家庭での食事と給食時間での食事とを児童がどのように認識しているかを踏まえ、それぞれの環境から食行動の変化や形成される食事観を考えていく必要があると筆者は考える。

引用文献

- 1) 今田純雄・長谷川智子・坂井信之, 1998, 「人はなぜ食べるのか(2): 子どもの食行動の発達 (Birch and Fisher, 1996より)」『広島修大論集』39 (2): 453-489.
  - 2) 飯島敏文, 2005, 「『食』の教育的契機への郷土論的アプローチ——経験される対象としての『食』の陶冶価値と教材化の視点——」『大阪教育大学紀要 第IV部門』53 (2): 1-15.
  - 3) 川崎末美, 2001, 「食事の質, 共食頻度, および食卓の雰囲気が中学生の心の健康に及ぼす影響」『日本家政学会誌』52 (10): 923-935.
  - 4) 桑原丙午生・浜野美代子・広瀬喜久恵, 1971, 「学校給食の効果に関する考察 (第1報) 小学校の給食の場合」『東京家政学院大学紀要』: 41-45.
  - 5) 古島そのえ・金子佳代子, 2006, 「小学校1年生児童の学校給食における食行動の観察」『横浜国立大学教育人間科学部紀要I, 教育科学』8: 15-31.
  - 6) 佐藤郁哉, 2002, 『フィールドワークの技法 問いを育てる、仮説をきたえる』新曜社: 220-247.
  - 7) 高田利武, 2008, 「交流給食と文化的自己観: 学校給食の社会心理学的研究」『社会心理学研究』24 (2): 140-163.
  - 8) 瀧日滋野, 2010, 「人との関係性・心を育む食事場面: 食事場面における求心力の意識化 (乳幼児期における食育指導のあり方, 2. 保育フォーラム, 第3部 保育の歩み (その2))」『保育学研究』48 (2): 279-282.
  - 9) 外山紀子, 1990, 「食事概念の獲得—小学生から大学生に対する質問紙調査による検討—」『日本家政学会誌』. 41 (8): 707-714.
  - 10) \_\_\_\_\_, 1991, 「スクリプトの意味的知識の発達—食事スクリプトをめぐる—」『発達心理学研究』1(2): 87-96.
  - 11) 東山幸恵・今村光章, 2010, 「給食時における学童の食行動観察の試み—栄養教育の立場からbite数・非摂食行動・摂食構成に着目して—」『岐阜大学教育学部研究報告 教育実践研究』12: 139-149.
  - 12) 松本晴美・深澤早苗, 2003年, 「中学生の食意識・食行動に及ぼす食生活環境の影響および食意識・食行動と学校給食に対する意識との関連」『日本家政学会誌』54 (11): pp. 913-923.
  - 13) 松本晴美, 2009, 「学校での食教育の推進が小学4~6年生の食生活や学校給食に対する意識および健康状態に及ぼす影響 (平成16年度と平成18年度の調査結果の比較)」『山梨学院短期大学研究紀要』29: 58-67.
  - 14) 本図愛実, 2007, 「学校運営における『食』の意味と課題——学校給食システムと食育の関連から——」『宮城教育大学紀要』42: 193-203.
  - 15) 丸山浩徳・加藤恵一・西村敬子, 2009, 「喫食状況が子どもの食事を与える影響—小学校における給食の食べ方の調査から—」『愛知教育大学家政教育講座研究紀要』39: 15-28.
- (本稿は、野邊の指導のもとで岡本が執筆した論文に、野邊が若干の修正を加えたものである。)