

研究ノート

大学生の児童期の家庭での食教育が現在の食生活に与える影響

岡本美紀^{1)*}, 武藤慶子²⁾

(¹長崎国際大学 健康管理学部 健康栄養学科、
²長崎県立大学シーボルト校 看護栄養学部 栄養健康学科、*連絡対応著者)

Effect of Food Education at Families during Childhood of University Students upon the Present Eating Habits

Miki OKAMOTO^{1)*} and Keiko MUTO²⁾

(¹Dept. of Health and Nutrition, Faculty of Health Management, Nagasaki International University, ²Dept. of Nutrition, Faculty of Nursing & Nutrition, University of Nagasaki, *Corresponding author)

Abstract

We surveyed the disciplines and education on eating learned at families during childhood (at a higher grade of a primary school) of university students as well as the food environment and the circumstances related to eating habits, for 389 students residing in Nagasaki Prefecture. At the same time, we investigated the actual situations of eating habits of the present to analyze the effect of eating habits at families during childhood upon the present eating habits of university students, and obtained the following results:

- 1) It was suggested that the discipline given at families on eating habits during childhood would have a relationship with the tendency to make the eating habit and behavior better at the time when grown to university students.
- 2) As a result of the factor analysis, the 5 factors, i.e. 1st factor of "a concern of eating for health", 2nd factor of "desire for improved eating habits of the present", 3rd factor of "interest in cooking", 4th factor of "present view on health" and 5th factor of "eating environment at family during childhood", were extracted, which showed that, although the effect of eating habits at childhood upon the present dietary life was small, it still constituted an influencing element.

From this survey, it was suggested that the eating environment at childhood has a potential relationship with the dietary life and eating habits of the university students of the present. The eating behavior and habits dwelt particularly at childhood was suggested to be influenced by the conscious attitude of a guardian at a family. As the eating environment in the past is thought to influence the establishment of healthy eating habits and the improvement of QOL in the future, it may be necessary to enrich the eating environment at a family during childhood.

Key words

Actual situations of dietary life of a student, Food education at childhood, Eating environment at a family during childhood

要旨

長崎県内の大学生 389名を対象に、大学生の児童期（小学校高学年時）に家庭で受けた食に対するしつけや教育及び食環境、食生活状況について調査した。あわせて、現在の食生活実態調査を行い、児童期の家庭での食生活が大学生の現在の食生活への影響について分析し、以下のような結果を得た。

- 1) 児童期における家庭での食に関わるしつけが大学生になっての食習慣や食行動が良い傾向になる関連性を示唆した。

- 2) 因子分析の結果、第1因子「食事での健康への配慮」、第2因子「現在の食生活の改善意欲」、第3因子「食事づくりへの興味」、第4因子「現在の健康観」、第5因子「児童期の家庭の食環境」の5つの因子が抽出され、現在の食生活に児童期の食生活の影響は小さいながら影響を及ぼす要素であることを示した。

本調査から、児童期の食環境が現在の大学生の食生活や生活習慣と関連がある可能性が示された。特に児童期の食行動や食習慣は家庭における保護者の意識が影響していることが示唆された。過去の食環境は未来の健康な食習慣の確立や QOL の向上に影響すると考えられ、そのために児童期の家庭の食環境を充実させることが必要であると考えられた。

キーワード

「学生の食生活実態」、「児童期食教育」、「児童期の家庭の食環境」

1 緒 言

国民健康・栄養調査から若年者は食生活の乱れ、男性肥満者の割合の増加、女性の過度な痩身願望などが見られ、増大しつつある生活習慣病と食生活の関係も指摘されている¹⁻²⁾。著者らは一連の女子大学生の食生活の調査を行い、食事の満足感、食意識、栄養・食情報の活用が食における QOL を上げる要素であることを示した³⁾。

佐藤らは、小中学生で受けた栄養指導について、食教育の基本的なことは家庭で行われ、栄養や食品の知識や健康意識や社交性は学校給食を通して育まれていることを示した⁴⁾。過去の食事との関連性について、恩村や内田や梅澤らは、児童期の食事場面や食環境や食に対する考え方は大学生の性格特性や性格形成などへの関連がみられ、食事内容よりも食事場面での会話や雰囲気、食事への配慮などの重要性を示している⁵⁻⁷⁾。伊藤らは家庭での食事の摂り方が現在の食習慣、食事観や親子関係と関連し、特に家族と一緒に食事をとることが健康的な食生活につながることを示している⁸⁾。

そこで、大学生の食生活について、現在の食に関連する状況の把握だけでなく、過去に受けた食教育や身につけた生活習慣そして過去の食環境なども現在の食生活の背景として関連しているのではないかと考えた。本研究では、自覚的な学びの時期である児童期⁹⁾の状況に注目し、大学生を対象に現在の食に関する生活習慣、意

識、行動などの状況に加えて児童期の食に関する生活習慣の状況について調査を行い、それらがどのように影響を及ぼしているかを検討した。

2 方 法

1) 実施時期と調査内容

2012年9月から10月に現在と小学校高学年時の食生活に関する調査を留め置き法にて行った。調査内容は現在の食生活に関する項目(属性、生活環境、食行動、食習慣、食意識、健康観、食品選択習慣、食情報)の27項目と、小学校高学年時の食生活に関する項目(生活状況、食行動、食習慣、食意識)の13項目である。なお、「小学校高学年時」を以下、「児童期」と略する。

2) 調査対象者

調査は、長崎県内の2大学の学生389名(K大学150名、N大学239名)を対象に行った。アンケート回収数は318名(回収率83.7%)、そのうち、回答の回答を得られた男性23名、女性293名の計316名(有効回答率90.4%)を分析対象とした。

3) 分析内容

(1) 点数化

得られた調査結果から、尺度評価として検討し妥当と思われる現在の属性や児童期の生活状況を除いた33項目の得られた回答(または回答数)に対して、4段階尺度法により望ましい状

態の回答ほど高くなるように1～4点のスコア化をした。

(2) 現在の食生活状況及び児童期の食生活状況の関連

現在の食生活の項目でスコア化した23項目について、生活環境分野（1項目）、食行動分野（2項目）、食習慣分野（6項目）、食意識分野（5項目）、健康観分野（3項目）、食品選択習慣分野（5項目）、食情報分野（1項目）の7分野に分類し、それぞれの平均値を算出した。

児童期の食生活の10項目について、食行動分野（6項目）、食習慣分野（3項目）、食意識分野（1項目）の3分野に分類し、それぞれの平均値を算出した。

また、現在の食生活と児童期の食生活との関連を検討するため、現在と児童期の食生活で得られた分野別の平均値でPearsonの相関係数を用いて検討を行った。なお、相関係数は、 ± 0.20 ～ ± 0.40 で「低い（弱い）相関がある」、 ± 0.41 ～ ± 0.70 で「かなり（比較的強い）相関がある」、 ± 0.71 ～ ± 1.00 で「高い（強い）相関がある」と判断した¹⁰⁾。

(3) 因子分析による現在の食生活に与える要因

因子分析は、(1)で用いた33項目について、回答の偏り等を考慮した上で、主因子法によって因子の抽出をスクリープロット及び固有値、寄与率から総合的に判断して行った。その後、プロマックス回転を用いて、観測変数を決定した。

得られた標本の妥当性は、「Kaiser-Meyer-Olkinの標本妥当性の測度」（以下、KMO値）により判定した。

(4) 下位尺度間の関連

各グループの因子間の関連については下位尺度得点により相関係数を求め検討を行った。さらに因子分析で抽出された因子の尺度の信頼性は、Cronbachの α 係数により判定した。

4) 統計処理

Pearsonの相関係数および因子分析にはIBM

SPSS Statistics 20を使用した。統計的検定の有意水準はいずれの分析においても5%水準を採用した。なお、調査項目への記入漏れ、無記入、複数回答は欠損値として処理した。

5) 倫理的配慮

調査対象者には、得られた結果を集団として解析を行うので、個人は特定できないことをあらかじめ説明し、同意を得て調査を行った。

3 結 果

(1) 現在の食生活状況及び児童期の食生活状況の関連

現在の食生活の7分野及び児童期の食生活の3分野のスコアの平均値（表1）から現在の食生活と児童期の食生活の関連をPearsonの相関係数を用いて算出した（表2）。低い正の相関で有意性がみられたのは「児童期の食行動分野」と「現在の食習慣分野」（ $r=0.215$ ）、「児童期の食行動分野」と「現在の食意識分野」（ $r=0.205$ ）、「児童期の食習慣分野」と「現在の食行動分野」（ $r=0.203$ ）、「児童期の食習慣分野」と「現在の食習慣分野」（ $r=0.247$ ）、「児童期の食習慣分野」と「現在の食品選択分野」（ $r=0.218$ ）であった（ $p<0.001$ ）。

(2) 因子分析による現在の食生活に与える要因

因子分析の結果、5つの因子が抽出された（表3）。

第1因子は、現在の食事時や調理時に栄養のバランスの考慮や日常的な健康への配慮の3項目が抽出され「食事での健康への配慮」とした。第2因子は、食生活改善意欲や現在の食生活の評価の2項目が抽出され「現在の食生活の改善意欲」とした。第3因子は、料理の好き嫌いや食材購入の好き嫌いの2項目が抽出され「食事づくりへの興味」とした。第4因子は、現在の健康状況やストレスの自覚状況の2項目が抽出され「現在の健康観」とした。第5因子は、児

表1 質問項目および各分野の得点の平均値

時期	分野	質問項目	平均値±標準偏差
現在	生活環境	・どのくらいの頻度で食事作りをしていますか。	2.69±1.03
	食行動	・食事の際、栄養のバランスを考えていますか。 ・主食、主菜、副菜、汁物がそろった食事をしていますか。	2.48±0.54
	食習慣	・1日の食事の時間は決まっていますか。 ・食べ物の好き嫌いがありますか。 ・嫌いな食べ物が食事に出てきたときどうしますか。 ・普段、欠食することがありますか。 ・間食（夕食より前）を食べていますか。 ・夜食（夕食より後）を食べていますか。	2.88±0.43
	食意識	・料理を作ることが好きですか。 ・料理を作るとき、栄養バランスを考えていますか。 ・最近の食生活を振り返ってみて、どう思いますか。 ・今の食生活を改善すべきだと思いますか。 ・普段、健康に気をつけていますか。	2.77±0.36
	健康観	・今の健康状態はどうですか。 ・あなたは運動不足だと思いますか。 ・あなたはストレスを感じていますか。	2.88±0.42
	食品選択習慣	・食事に中食（お弁当や惣菜、パンなど）を利用しますか。 ・食事に外食（ファミリーレストランや学食など）を利用しますか。 ・食事にコンビニエンスストアの食品やファストフードを利用しますか。 （飲料、菓子類、パン類などの全ての食品を含む） ・食材の買い物（野菜や魚介類、肉類など）に行くのが好きですか。 ・どのくらいの頻度で食材を購入しますか。	2.88±0.44
	食情報	・食に関する情報に興味がありますか。	3.41±0.62
児童期 (小学校 高学年)	食行動	・食事の準備の際に手伝いをしていましたか ・食事の際に、家庭でどのようなことを言われたことがありますか。（あいさつ、箸の使い方、配膳、食べる順番、姿勢、食事マナー、その他） ・食卓に中食（お弁当や惣菜など）が出されることがありましたか。 ・外食（ファミリーレストランや食堂など）を利用することがありましたか。 ・コンビニエンスストアやファストフードを利用することがありましたか。 ・家族で食事をする時に、会話をしていましたか。	3.17±0.41
	食習慣	・食事の時、主食・主菜・副菜はそろっていましたか。 ・食事を1人や、子どもだけですることがありましたか。 ・欠食をすることがありましたか。	3.41±0.42
	食意識	・家庭で旬の食材が出されたり、郷土料理が出されたりすることがありましたか。	2.87±0.55

表2 現在と児童期の食生活分野別スコアの関連

	分野	児童期		
		食行動分野	食習慣分野	食意識分野
現在	生活環境分野	0.065	0.094	-0.061
	食行動分野	0.145**	0.203***	0.048
	食習慣分野	0.215***	0.247***	0.137*
	食意識分野	0.205***	0.160**	0.119*
	健康観分野	0.088	0.154**	0.115*
	食品選択分野	0.184***	0.218***	0.040
	食情報分野	0.117*	0.135*	0.088

Pearson の相関係数 * : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$, *** : $p < 0.001$

童期の食事バランスや児童期中食の頻度や児童期の食事の旬の食材や郷土料理の出現状況の3項目が抽出され「児童期の家庭の食環境」とした。KMO値は0.663であり、標本の妥当性が示された。

(3) 下位尺度間の関連

因子分析により高い負荷量を示した項目の平均値を算出し、第1因子「食事での健康への配慮」の下位尺度得点(平均2.68、SD 0.55)、第2因子「現在の食生活の改善意欲」の下位尺度得点(平均2.10、SD 0.65)、第3因子「食事づ

表3 現在の食生活と児童期の食生活の因子分析結果～回転後の因子パターン～

潜在変数	観測変数	観測変数の略称	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	第5因子
食事での健康への配慮 (0.782)	食事の際、栄養のバランスを考えていますか。	食事時の栄養バランス考慮	0.970	0.021	-0.089	-0.128	0.001
	料理を作るとき、栄養バランスを考えていますか。	調理時の栄養バランス考慮	0.675	0.053	0.135	-0.136	0.023
	普段、健康に気をつけていますか。	日常的な健康への配慮	0.600	-0.063	-0.001	0.280	0.006
現在の食生活の改善意欲 (0.714)	今の食生活を改善すべきだと思いますか。	食生活改善意欲	0.037	-0.772	0.110	0.004	-0.057
	最近の食生活を振り返ってみて、どう思いますか。	現在の食生活の評価	0.112	0.623	0.107	0.201	-0.047
食事づくりへの興味 (0.643)	料理を作ることが好きですか。	調理の好き嫌い	0.019	-0.002	0.762	-0.020	-0.064
	食材の買い物(野菜や魚介類、肉類など)に行くのが好きですか。	食材購入の好き嫌い	-0.008	-0.061	0.631	0.015	0.099
現在の健康観 (0.499)	今の健康状態はどうですか。	現在の健康状況	0.052	0.031	-0.050	0.668	-0.044
	あなたはストレスを感じていますか。	ストレスの自覚状況	-0.164	0.094	0.051	0.448	0.064
児童期の家庭の食環境 (0.523)	食事の時、主食・主菜・副菜はそろっていましたか。	児童期の食事のバランス	0.086	-0.136	-0.027	0.156	0.598
	食卓に中食(お弁当や惣菜など)が出されることがありましたか。	児童期中食の頻度	-0.075	0.153	0.007	-0.145	0.573
	家庭で旬の食材が出されたり、郷土料理が出されたりすることがありましたか。	児童期の食事の旬の食材や郷土料理の出現状況	0.036	0.023	0.051	0.010	0.413
説明された分散			23.68%	16.21%	12.26%	9.36%	7.47%

因子抽出法：主因子法 回転法：Kaiserの正規化を伴うプロマックス法

Kaiser-Meyer-Olkinの標本妥当性の測度：0.663

()はCronbachの α 係数

くりへの興味」の下位尺度得点 (平均3.26、SD 0.61)、第4因子「現在の健康観」の下位尺度得点 (平均2.63、SD 0.59)、第5因子「児童期の家庭の食環境」の下位尺度得点 (平均3.12、SD 0.50) とした (表4)。

内的整合性を検討するために算出した各下位尺度の Cronbach の α 係数は、第1因子「食事での健康への配慮」では $\alpha = 0.782$ 、第2因子「現在の食生活の改善意欲」では $\alpha = 0.714$ 、第3因子の「食事づくりへの興味」では $\alpha = 0.643$ 、第4因子「現在の健康観」では $\alpha = 0.499$ 、第5因子「児童期の家庭の食環境」 $\alpha = 0.523$ が得られ、高い尺度の内的整合性が確認された (表3)。

5つ因子の下位尺度についての相関では、第1因子「食事での健康への配慮」と第2因子「現在の食生活の改善意欲」、第1因子「食事での健康への配慮」と第3因子「食事づくりへの興味」、第2因子「現在の食生活の改善意欲」と第4因子「現在の食環境」に有意に低い正の相関がみられた ($p < 0.001$)。しかし第5因子「児童期の家庭の食環境」と他の因子との相関では有意性は認められた ($p < 0.01 \sim 0.05$)。しかし相関係数が小さかったため関連はあるとは

いえなかった。

4 考 察

(1) 現在の食生活状況及び児童期の食生活状況の関連

若松は大学生の幼少期に調理の手伝いや調理を行うなどの調理を通して家族から認められる家庭での食育が現在の自炊の有無に影響している可能性を示している¹²⁾。西館らは大学生の菓子摂取に、幼少期の菓子摂取状況や母親との関わり状況がある程度影響を及ぼしているとしている¹³⁾。上村らは女子大学生において幼少期に3食きちんと食べる食育を言葉での食育ではなく実践した習慣によって現在の朝食を毎日喫食することになる関連性を示唆した¹⁴⁾。伊藤らは過去の食事経験、その時期によって現在の食のライフスタイルの形成への影響力が異なることおよび家庭での食事の摂り方が現在の食習慣、食事観や親子関係と関連し、特に家族と一緒に食事をとることが健康的な食生活につながることを示している⁸⁾。これらの過去の食生活と現在の食生活についての関連についての研究では、過去における食環境が良い者は現在の状

表4 下位尺度相関、平均±SD

	第1因子 食事での健康 への配慮	第2因子 現在の食生活 の改善意欲	第3因子 食事づくりへ の興味	第4因子 現在の健康観	第5因子 児童期の家庭 の食環境	平均±SD
第1因子 食事での健康 への配慮	—	0.247***	0.327***	0.023	0.120*	2.68±0.55
第2因子 現在の食生活 の改善意欲		—	0.038	0.388***	0.182**	2.10±0.65
第3因子 食事づくりへ の興味			—	0.016	0.165**	3.26±0.61
第4因子 現在の健康観				—	0.154**	2.63±0.59
第5因子 児童期の家庭 の食環境					—	3.12±0.50

Pearson の相関係数 * : $p < 0.05$ 、** : $p < 0.01$ 、*** : $p < 0.001$

況が良くなっていることを示している。本調査の結果、現在の食生活と児童期の食生活の分野別のスコアとの関連において、児童期の食事の手伝いやしつけや中食や外食の利用や食事の会話で構成されている『児童期の食行動』の状況が良いほど、食事時間や食べ物好き嫌い、欠食や間食や食等の『現在の食習慣』や、および料理を作ることの好き嫌い、料理時の栄養バランスの考慮の有無や自分の食生活の振り返りと改善意欲や健康に気をつけるなどの『現在の食意識』の状況が良い傾向が確認された。また、児童期の食事における主食・主菜・副菜の構成状況や、欠食や孤食の『児童期の食習慣』の状況がよいほど、『現在の食習慣』や現在の栄養バランスへの考慮や食事構成の『現在の食行動』、昼食や外食や食品・食材購入の『現在の食品選択行動』の状況が良い傾向が認められた。しかし、『過去の食意識』は現在のすべての食生活分野との関連はみられなかった。これらから、児童期における家庭での食に関わるしつけや教育が大学生になっての食習慣や食行動が良い傾向になる関連性を示唆した。

(2) 因子分析による現在の食生活に与える要因

因子分析の結果、第1因子「食事での健康への配慮」、第2因子「現在の食生活の改善意欲」、第3因子「食事づくりへの興味」、第4因子「現在の健康観」、第5因子「児童期の家庭の食環境」の5つの因子が抽出された。このうち第5因子「児童期の家庭の食環境」が潜在変数として抽出され、現在の食生活に児童期の食生活は小さいながらも影響を及ぼす要素となることがうかがえた。この第5因子を構成する「(児童期の)食事バランス」、「児童期の中食の頻度」、「児童期の食事の旬の食材や郷土料理の出現状況」はすべて保護者や家庭での調理担当者の食意識が反映されていると考えられる項目で構成されていた。森脇らは保護者の食意識や食教育態度の高い者ほど、子どもの食習慣も良好であ

る者が多いことを示し¹⁵⁾、小林らは現在の食に関する習慣、特に本人の料理に関する興味や行動は、過去の食に関する環境および体験、特に保護者の食に対する自覚や意識に影響を受けていると推測されると示している¹⁶⁾。これら2つは保護者の食意識がその当時の子どもの食習慣や現在の食生活、生活習慣に影響を与えていることが示唆されており、本調査の結果からも対象者が児童であった時の保護者の食意識が10年ほど経過した現在の食生活に影響を与えていると推測された。また、第1因子の「食事での健康への配慮」、第2因子の「現在の食生活の改善意欲」、第3因子の「食事づくりへの興味」、第4因子の「現在の健康観」は現在の食生活に関わるものであり、望ましい食生活を確立するためには、過去における食に関する指導のみではなく、現在における食に関する指導も必要であることが示めされた。

各因子間の関連について第1因子の「食事での健康への配慮」と第3因子の「食事づくりへの興味」にやや強い関連がみられ、また第2因子の「現在の食生活の改善意欲」と第4因子の「現在の健康観」にもやや強い関連が見られたが、第5因子の「児童期の家庭の食環境」は他の因子との関連が見られなかった。これらから、良い食生活や生活習慣を擁立するための食教育には食事づくりや健康に関してのアプローチが適していると考えられる。

(3) 考察まとめ

本調査の結果、児童期の食生活は現在の食生活に大きく影響を与えるというものではなかったが、家庭での児童期における食生活にかかわるしつけが大学生になっての食習慣や食行動が良い傾向になる関連性を示し、児童期の食行動や食習慣は家庭における保護者の意識が影響していることを示唆した。過去の食環境は現在および未来の健康な食習慣の確立やQOLの向上に影響すると考えられ、そのために児童期の家庭の食環境を充実させることが必要であると考

えられた。

佐藤は、家庭と学校給食で教育された栄養指導の効果について、栄養指導を受けてから数年経ても学生の栄養の知識、食品の知識、食品名料理名の知識について記憶しており、「食育」の方向性として、基本的にしつけは家庭で行い、学校においては栄養や食品の知識を教えるとともに体験を通じての食育の効果が大きいことを示した⁴⁾。平成17年に公布された食育基本法において、「食」は豊かな人間性を育み、生きる力を身につけて行くために何よりも重要であり、食育はあらゆる世代に必要なものである。特に子どもたちに関する食育は心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたる健全な心身の成長と豊かな人間性を育む基礎となるとしている。子どもの食育について、第5条に食育推進活動を図る為に保護者に対して家庭が食育に重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育者に対して食育の重要性を自覚し、食育の積極的取り組みを行わなければならないとしている¹⁷⁾。また、平成23年度から5年間について定められている第2次食育推進基本計画では、コンセプトが第1次食育推進計画の「食育の周知」から「食育の実践」へとシフトしたものとなった。食育の推進に当たっては国民が食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めることを旨として、生涯にわたって間断なく食育を推進する「生涯食育社会」の構築を目指すことが必要であるとしている。また、食育の推進に関する施策についての基本的な方針では家庭を子どもへの食育の基礎を形成する場としての重要性を示す。そのためにワーク・ライフ・バランス等を考慮しつつ家庭と学校、保育所、地域社会とも連携し食育推進活動の充実を促進し、支援するとしている¹⁸⁾。現在、種々の食育推進活動が展開され、家庭における食育推進では子どもの基本的な生活習慣の定着に向けた取組の推進を図る運動(『早寝早起き朝ごはん』運動)、

学校では、学校給食の充実に加えて学習指導要領が改定され「学校における食育の推進」が明確に位置づけられ学年進行で実施されている¹⁹⁾。これらの食育推進運動等により児童等の食環境を充実させることができ、未来の食生活に良好な効果が期待できると考える。

今回の調査では、対象者は食育基本法制定以前に児童期を過ごしていたため、そのころの家庭でのしつけ等に焦点を絞った分析を行った。今後は食育基本法制定や第2次食育推進基本計画公表後に児童期を過ごした大学生に対して児童期の食教育に関する調査を行い、児童期における家庭でのしつけに加えて食教育の影響について検討をおこなうとともに法等の整備による食育の効果についても検討をしていきたいと考える。

5 謝辞

本調査研究にご理解とご協力いただきました対象者の皆様に心より御礼申し上げます。また、本分析を行うにあたり、入力、集計にてご協力いただきました長崎県立大学シーボルト校卒業生山平美咲様に心より御礼申し上げます。

6 引用文献

- 1) 厚生労働省 (2013) 「平成23年国民健康・栄養調査報告」 <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyoudl/h23-houkoku.pdf> (2013年11月15日閲覧)
- 2) 厚生労働省 (2011) 「平成21年国民健康・栄養調査報告」 <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyoudl/h21-houkoku-01.pdf> (2013年11月15日閲覧)
- 3) 岡本美紀, 武藤慶子 (2011) 「女子大学生の食事の満足感に与える要因の検討」『長崎国際大学論叢』第11巻, 105-117頁.
- 4) 佐藤玲子 (2008) 「大学生の学校と家庭における食教育の記憶」『尚絅学院大学紀要』第55集, 199-205頁.
- 5) 恩田咲希 (2013) 「大学生の回想する児童期の家庭における食事場面と現在の性格特性との関連」『九州大学心理学研究』14, 107-115頁.
- 6) 内田優也 (2008) 「児童期までの食事経験がそ

- の後の家族関係に及ぼす影響について：家族イメージ法を用いて」『心理相談センター年報』第5号，23-29頁。
- 7) 梅澤敦子，佐藤亜沙美，木谷信子，長谷川めぐみ，他（2010）「女子大学生の幼少期から食生活と青年期の性格特性」『天使大学紀要』Vol.10，42-55頁。
 - 8) 伊東暁子，竹内美香，鈴木晶夫（2007）「幼少期の食事経験が青年期の食習慣および親子関係に及ぼす影響」『健康心理学研究』20巻1号，21-31頁。
 - 9) 文部科学省（2012）「幼児期の教育と小学校教育の円滑な接続の在り方に関する調査研究協力者会議：幼児期の教育と小学校教育の円滑な接続の在り方について（報告）」http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo3/045/siryo/_icsFiles/afieldfile/2010/12/02/1299259_11.pdf（2013年11月15日閲覧）
 - 10) 小塩真司（2012）『SPSSとAmosによる心理・調査データ解析 因子分析・共分散分析まで』東京図書。
 - 11) 若松法代（2012）「大学生の食生活実態と食育の課題」『滋賀大学教育学研究科論文集』第15号，131-136頁。
 - 12) 西館有沙，徳田克己（2011）「子どもへの菓子の与え方に関する研究：母親の子どもへの菓子の与え方とそれが成長後の子どもの菓子の摂取に及ぼす影響について」『富山大学人間発達科学部紀要』5巻2号，41-49頁。
 - 13) 上村芳枝，佐々木麻衣，武智稔恵，中西真紀，岡本美恵（2010）「幼少期の食育と女子学生の朝食摂取・自覚症状との関連」『比治山大学短期大学部紀要』第45号，1-14頁。
 - 14) 佐々尚美，加藤佐千子，田中宏子，貴田康乃（2003）「大人と一緒にの食事が子どもの食意識・食態度・食知識に及ぼす影響」『日本家庭科教育学会誌』46(3)，226-233頁。
 - 15) 森脇弘子，小田光子，佐久間章子，寺岡千恵子，岸田典子（2006）「小学生の食生活・生活習慣に及ぼす調理担当者の意識」『栄養学雑誌』Vol. 64 No.2，87-96頁。
 - 16) 小林敬子（2003）「過去の食に関する環境および体験が現在および未来の食生活に及ぼす影響」『学校保健研究』45(3)，200-217頁。
 - 17) 内閣府「食育基本法」（平成17年6月17日法律第63号 最終改正：平成21年6月5日法律第四九号）
 - 18) 内閣府「第2次 食育推進基本計画」http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/2_kihonkeikaku.pdf（2013年11月15日閲覧）
 - 19) 内閣府（2013）「第1節 子どもの基本的な生活習慣の形成」『平成25年版食育白書』40-43頁 <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data/whitepaper/2013/pdf/b2sho2s1.pdf>（2013年11月15日閲覧）