

管理栄養士養成課程の学生における

日常の食事づくりへの関わりの重要性

宮島 彩 (G130005)

指導教員：土田 満

キーワード：食事づくり，管理栄養士，縦断的，調理，献立作成，

はじめに

近年の管理栄養士養成課程の学生は、食材や食情報等が豊富な状況であるにも関わらず、栄養や料理に関する知識や技術も乏しく、調理能力の低下が問題視されている。これには、大学入学前からの家庭における調理への参加やその機会の低下が関わっていると松田ら¹⁾により報告されている。

日常的な家庭での食事づくりへの関わりが大学入学後の管理栄養士養成課程の学生に影響を与えるという先行研究がいくつかみられる。家庭で調理を手伝ったり、主体的に関わった経験をもつ大学生は調理技術が高く、大学教育とは別に家庭での調理経験の多少や関わり方によって、調理の知識・技術の習得に差が生じることが駒場ら²⁾により報告されている。

管理栄養士養成課程の学生の食事づくりや調理に関する横断研究は見られるが、個人の4年間を経年的に追跡した研究は散見することどまっている。本研究では大学入学後の家庭での食事づくりへの関わりが調理、献立作成等に及ぼす影響について縦断的に検討した。

方法

1. 対象者と調査時期及び調査内容

愛知県内のA大学の管理栄養士養成課程に2011年度に入学した89名の学生を対象とした。4年間に亘り、同じ学生に同じ内容のアンケート調査を実施した。

調査項目は、対象者の属性、食事づくりへの関わり、食品・調理の知識や技術、調理への関心、食生活、食嗜好、献立作成である。

2. 分析方法

大学入学時の食事づくりへの関わり総計点を3分位

(L・M・H)群に分け、中高時代の食事づくりとの関連はフリードマンの検定、1年から4年までの調理、献立作成等との関連は、二元配置の分散分析を行った。

各学年の食事づくりへの関わりの学年変化は、 χ^2 検定を行った。これに対応する学年の調理、献立作成等との関連はクラスカル・ウォリスの検定を行った。

各学年の食品・調理の知識や技術等を主成分分析、クラスター分析により類型化した。

統計解析にはIBM SPSS Statistics ver.21.0およびver.22.0を用いた。

結果

4年間継続して回答が得られた対象者は、調理や食生活の調査で73名、献立作成の調査で71名であった。

1. 大学入学時食事づくりへの関わりと中高時代の関連
中高時代の食事づくりへの関わりの項目のうち、食事の買い物以外の項目に有意差が認められた(表1)。いずれも大学入学時の食事づくりへの関わりH、M群がL群より有意に高かった。

表1. 大学入学時食事づくりへの関わりと中高時代との関連

項目	入学時の食事づくりへの関わり			有意差	多重比較
	L群 (n=21)	M群 (n=26)	H群 (n=26)		
中高時代の食事づくりへの関わり(総計)	6.2 ± 2.2	8.3 ± 2.2	9.5 ± 2.5	**	L群<M群,H群
料理を作る	1.4 ± 0.8	1.7 ± 0.9	2.1 ± 0.9	*	L群<H群
料理作りを手伝う	1.6 ± 0.6	2.4 ± 0.9	2.6 ± 1.0	**	L群<M群,H群
食事の買い物をする	1.4 ± 0.6	1.6 ± 0.7	1.8 ± 0.8		
食事の残片付けをする	1.7 ± 0.8	2.5 ± 1.1	2.9 ± 1.0	**	L群<M群,H群

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

2. 大学入学時食事づくりへの関わりと1年次から4年次までの調理、献立作成等との関連

食品・調理の知識や技術のいずれの項目でも4年が1年より有意に高かった。作れる料理数においてはH群がL群よりも有意に多かった(表2)。調理への関心では料理を作る頻度等に有意な学年差、群間差が認められた。食生活では欠食等、食嗜好は好みの味の濃さに有意な学年差があり、群間差は認められなかった。

表2. 大学入学時の食事づくりへの関わりと1年から4年までの食品・調理の知識や技術との関連

項目	学年	入学時の食事づくりへの関わり			学年差 (多重比較)	群間差 (多重比較)
		L群 (n=21)	M群 (n=26)	H群 (n=26)		
知っている食品数	1年	3.0 ± 0.8	3.1 ± 0.7	3.0 ± 0.9	*	(1年<4年)
	2年	3.0 ± 0.8	2.9 ± 0.9	3.3 ± 0.8		
	3年	3.0 ± 0.8	3.1 ± 0.8	3.1 ± 0.8		
	4年	3.1 ± 0.7	3.2 ± 0.9	3.6 ± 0.6		
知っている料理数	1年	2.6 ± 0.9	2.9 ± 0.6	2.9 ± 0.7	**	(1年,3年<4年)
	2年	2.8 ± 0.9	2.9 ± 0.9	3.3 ± 0.8		
	3年	2.7 ± 0.9	3.0 ± 0.7	3.1 ± 0.8		
	4年	3.0 ± 0.8	3.2 ± 0.9	3.3 ± 0.8		
食品の重量・概量の理解	1年	1.2 ± 0.7	1.5 ± 0.7	1.4 ± 0.6	**	(1年<2年3年<4年)
	2年	2.0 ± 0.7	2.1 ± 0.6	2.1 ± 0.7		
	3年	2.0 ± 0.7	2.5 ± 0.6	2.3 ± 0.6		
	4年	2.5 ± 0.5	2.6 ± 0.5	2.5 ± 0.6		
作れる料理数	1年	1.7 ± 0.9	2.2 ± 0.9	2.3 ± 0.9	**	(1年<2年3年<4年) (L群<H群)
	2年	2.1 ± 0.9	2.5 ± 1.0	2.9 ± 1.0		
	3年	2.1 ± 0.8	2.6 ± 0.8	2.7 ± 0.8		
	4年	2.6 ± 1.0	2.9 ± 0.8	3.0 ± 0.8		

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

献立作成については、全ての項目で有意な学年差があった。群間差は食品の価格等で認められた。

3. 大学入学時食事づくりへの関わりの学年変化

大学入学時から4年までの食事づくりへの関わりの平均値には有意な学年変化は認められなかった。

4. 各学年の食事づくりへの関わりと対応する学年の食品・調理の知識や技術、献立作成等との関連

1年では、作れる料理数等に有意差が認められた。2年では、食品の重量・概量の理解等、3年では、料理を作る頻度、4年では、料理を作る頻度等において有意な学年差が認められた。

献立作成も同様に1年では、1食の食事としての栄養素量の概量、2年では、食品の価格等、3年では、純使用量から使用量の算出の仕方等、4年では食品の季節・旬等に有意差が認められた。

5. 主成分分析、クラスター分析による食事づくりへの関わりの検討

1年では「積極的群」の食事づくりへの関わり L群は26.7%、M群は40.0%、H群は33.3%であった(図1)。

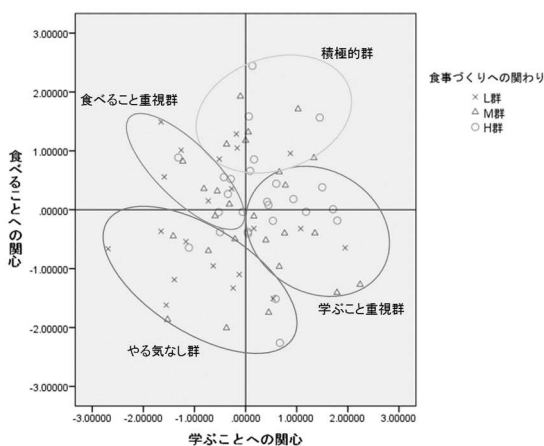


図1 各クラスターにおける食事作りへの関わりの分布 (1年)

2年、3年、4年では、「積極的群」におけるH群の割合が他の群よりも高かった。

考察

佐々木³⁾による栄養士養成課程における食事づくりへの関わりの調査で、中高時代の食事への関わりが大学入学後の食事づくりへの積極性に関与していることが明らかにされている。本研究でも同様の結果が得られ、中高時代から食事づくりに関わることの重要性が示唆された。

食事づくりへの関わりと食品・調理の知識や技術との関連では、日常生活で食事づくりに多く関わることが、作れる料理数を増やすと推察される。調理への関心は経年的に増加するが、健康的な食生活や食嗜好には反映せず、健康を考慮した食事づくりができていないことでもあり、改善すべき点である。

献立作成では、全ての項目で学年差が認められ、4年が他の学年より有意に高かった。学年を経て大学での学びを深めていき、更に日常の食事づくりに多く関わり、調理経験を増やすことで、調理の知識や献立作成の理解が向上することが推察された。

駒場ら²⁾の食事づくり力の調査では、食事づくりに要する力は、成人後でも調理経験を積むことで高めることができるという報告されている。入学時の食事づくりへの関わりを促す指導が重要であり、その後の食事づくりへの関わりに影響を与えることが示唆される。

主成分分析・クラスター分析から食事づくりへの関わりが高い人は積極的群に多く属し、家庭で食事づくりに関わる中で調理経験を積み、成功体験を増やすことが、自己肯定感を高め、積極性に関与している。

大学教育により、調理の知識・技術が学年によって向上していくのは当然であるが、縦断的に行われた本研究において、大学教育とは別に家庭で調理経験を積むことが、大学教育での知識をより定着させ、調理の知識・技術等が向上することが示唆される。

参考文献

- 1) 松田 他：管理栄養士養成課程学生の調理力の実態とその解析;第2報 -調理経験と技術習得の関係-：女子栄養大学紀要, Vol.41, 33-39, 2010
- 2) 駒場 他：女子大学生の「食事づくり力」測定のための質問紙の開発 -栄養学を専攻する女子大学生を対象とした検討-：栄養学雑誌, Vol.72 21-32, 2014
- 3) 佐々木：学生の献立作成課題の取り組みの実態と自己評価：仙台白百合女子大学紀要 11, 107-117, 2007