

2023年度10月「和食だし体験講座」アンケート調査結果の概要

第71回日本栄養改善学会 学術総会(2024年9月8日:於 大阪公立大学)にてポスター発表

※黒枠の図はポスター、赤枠の文章は解説

「和食だし体験講座」が小学生の料理に対する意識に及ぼす影響

○濱口郁枝¹⁾, 濱本 藤²⁾, 好村佐知子³⁾, 加島梨那¹⁾, 川内綾乃¹⁾, 大石ひとみ¹⁾, 西村佳子²⁾
1)甲南女子大学, 2)大阪ガスネットワーク(株), 3)雲雀丘学園小学校

目的 ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食:日本人の伝統的な食文化」は、将来にわたり保護・継承していくことが求められている。そこで、大阪ガスネットワーク(株)主催「和食だし体験講座」において大学生が主体的に参画し、小学生(子ども)との交流を深めた産学連携活動を行い、和食や料理に対する意識を検証した。

方法 2023年10月上旬2日間、兵庫県宝塚市内の小学校5年生143名を対象に講座を開催
アンケート調査 講座前(2023年7月中旬)、講座後(2023年10月上旬)に実施
子どもと保護者に4件法※で回答を求めた(有効回答 前129名/90.2%、後133名/93.0%)
※そう思う、どちらかというと思う、どちらかというと思わない、思わない
当てはまる、どちらかという当てはまる、どちらかという当てはまらない、当てはまらない

- ・子前: 和食・味・だしについて、食生活についてなど
後: 講座・和食について、五感・五味・うま味について、昆布・かつお節・だしについてなど
- ・保前: 子どもの食生活について、だしについてなど
後: 講座後に子どもから聞いた内容、子どもから講座の様子を聞いて感じたことなど

ポスター中の記載

アンケート調査結果について、講座前は「前」、講座後は「後」、子どもは「子」、保護者は「保」と示している。

「和食だし体験講座」の内容

- ① 和食やだしについて(説明)
- ② だしの試飲(味覚体験)
- ③ だしを引いて調理実習(みそ汁、だし殻のつくだ煮)
- ④ 試食(大学生考案のだし殻を使用した総菜を含む)



大阪ガスネットワーク



大学生(12名)が説明、指導補助に携わる



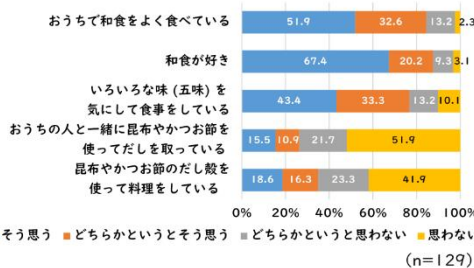
大学生考案惣菜

結果! 講座前(子): 和食・味・だしについて

●統計解析: IBM SPSS Statistics 22
●テキスト分析: ユーザーローカルAIテキストマイニング (<https://textmining.userlocal.jp/>)

- 多い**
- ・和食をよく食べている 109人/84.5%
 - ・和食が好き 113人/87.6%
- 少ない**
- ・昆布やかつお節を使ってだしを取っている 34人/26.4%
 - ・昆布やかつお節のだし殻を使って料理をしている 45人/34.9%

「そう思う」「どちらかというと思う」の合計

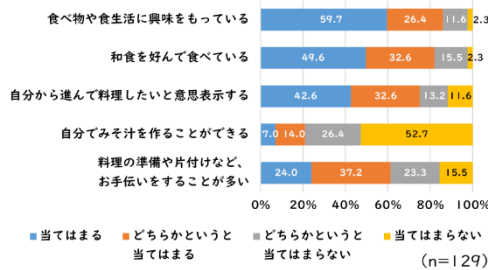


結果!

- ・「和食をよく食べている」子どもは約8割、「和食が好き」な子どもは約9割と多かった。
- ・しかし、「昆布やかつお節を使ってだしを取っている」は約3割、「昆布やかつお節のだし殻を使って料理をしている」は約3割と、少なかった。

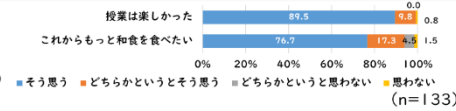
結果2 講座前(保)：子どもの食生活について

- 多い**
- ・食べ物や食生活に興味をもっている
111人/86.1%
 - ・和食を好んで食べている
106人/82.2%
- 少ない**
- ・子どもが自分でみそ汁を作ることができる
27人/20.9%
- 「当てはまる」「どちらかという当てはまる」の合計



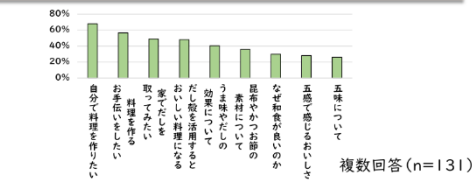
結果3 講座後(子)：講座を受けた感想

- 楽しく受講し、和食に興味をもった**
- ・楽しかった
132人/99.2%
 - ・これからもっと和食を食べたい
125人/94.0%
- 「そう思う」「どちらかというそう思う」の合計

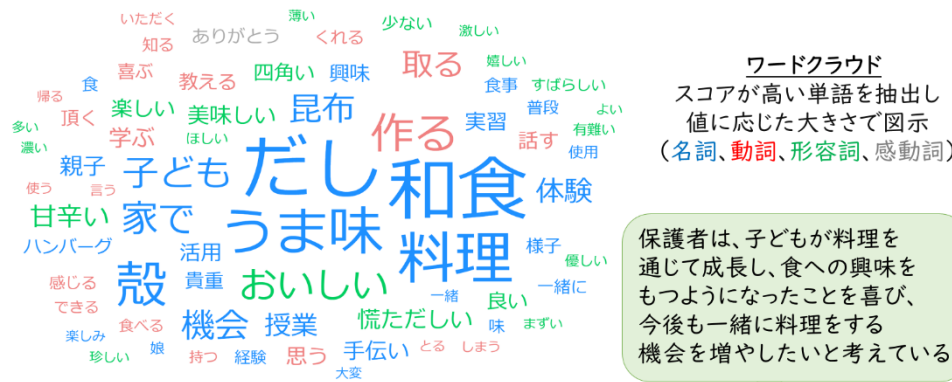


結果4 講座後(保)：講座後に子どもから聞いた内容

- だし、料理作りに対する意識が向上**
- ・自分で料理を作りたい
89人/67.9%
 - ・料理を作るお手伝いをしたい
74人/56.5%
 - ・だしを取ってみたい
64人/48.9%



結果5 講座後(保)：子どもから講座の様子を聞いて感じたこと



文章の要約

- 料理への興味の向上
楽しく学べたことで子どもが料理に関心をもつようになった。
- だしの重要性の理解
だしをしっかりと取ること塩分が少なくてもおいしく感じられることなど、だしの役割とその作り方を学んでいる。
- 親子のコミュニケーション
料理を通じて親子の会話が増えた。
- 料理体験の価値
だしと一緒に取ってみよう、など料理を通じた新たな体験が親子のコミュニケーションを図るよい機会になった。
- 食文化の理解
和食文化への理解が深まり、食の大切さを学ぶ機会となった。

自由記述 (n=70)

結果2

保護者に尋ねたところ、「食べ物や食生活に興味をもっている」子どもは約9割、「和食を好んで食べている」子どもは約8割と、多かった。しかし、「子どもが自分でみそ汁を作ることができる」は約2割と少なかった。

結果3

子どもは、講座を「楽しかった」はほぼ全員、「これからもっと和食を食べたい」は約9割と、楽しく講座を受講し、和食に興味をもってもらうことができた。

結果4

講座後に、「自分で料理を作りたい」は約7割、「料理を作るお手伝いをしたい」は約6割、「だしを取ってみたい」は約5割など、だしや料理作りに対する子どもの意識が向上したと推察される。

結果5

講座後に、保護者が子どもから講座の様子を聞いて感じたこと(自由記述)についてまとめたところ、スコアの高い単語は、「だし」、「和食」、「うま味」、「料理」、「作る」、「おいしい」などであった。
講座を受講したことにより、子どもは「料理への興味の向上」、「だしの重要性の理解」を示しており、さらに、「親子のコミュニケーション」を促進し、「料理体験の価値」、「食文化の理解」につながる機会となったようである。
そこで、保護者は、今後一緒に料理をする機会を増やしたいと考えていることがわかった。

結果5の分析方法について

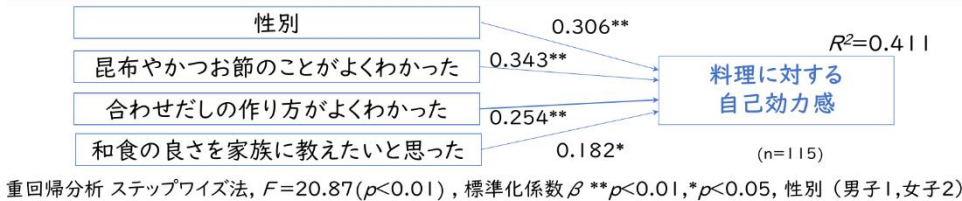
- ① 語句の統一
「おいしい」と「美味しい」は「おいしい」、「出汁」と「だし」は「だし」に統一するなど、意味は変えずに表記を揃えて分析している。
- ② テキストマイニング
ソフトを用いて、文章中に出現する単語の頻出度をまとめて図にしている(ワードクラウド)。単語ごとに表示されている「スコア」の大きさは、与えられた文書の中でその単語がどれだけ特徴的であるかを表している。通常は単語の出現回数が多いほどスコアが高くなるが、「言う」や「思う」など、どの文書にもよく現れる単語についてはスコアが低めになる。

結果6 講座後(子):ふだんのくらしや料理についての回答 因子分析結果

「料理に対する自己効力感」(Cronbach $\alpha=0.886$)	因子負荷量	共通性
自分で料理をしてみたい	0.838	0.418
家族のために料理をしたい	0.787	0.526
家で料理のお手伝いをしようと思った	0.778	0.605
料理をすることで自分にできることを増やしたい	0.748	0.701
みそ汁を自分で作れるようになりたい	0.725	0.620
自分でだしを取ってみたい	0.647	0.559
重みなし最小二乗法	因子寄与 累積寄与率(%)	3.43 57.16

因子構造を
確認
(n=133)

結果7 講座後(子):料理に対する自己効力感に及ぼす影響



考察 子ども達に、和食文化やだしに親しむ機会を提供することが、和食に興味をもち、料理をすることができるという自己効力感を高めることができると示唆された。今後は男女比較、継続調査の結果を検証する。

演題発表に関連し、開示すべきCOI 関係にある企業等はありません。

結果6

- 講座後の「ふだんのくらしや料理について」の質問について、因子分析という、質問項目の背後にどのような潜在変数があるかを調べる手法を行って分析した(回答の程度に相関のある項目をまとめる方法)。
- 「自分で料理をしてみたい」、「料理をすることで自分にできることを増やしたい」など、料理に対することで「自分ならできる」と考え、料理に対する自己効力感をもてるようになったと推察される。
- 「自己効力感」とは、目標達成に向けて「自分ならできる」と信じる力であり、講座を受けた後に、子どもが料理に対して自信をもてるようになった。そしてそれが他のことにもポジティブに臨むことができる好循環を生む可能性がある。

結果7

- 結果6でまとめた「料理に対する自己効力感」に含まれる6項目の回答の合計得点を算出し得点化した。また、左側の質問項目についても同様に回答を得点化した。
- 重回帰分析という手法を用いて、左側の4つの項目(矢印→)から、右の「料理に対する自己効力感」に影響を及ぼす程度を分析した(因果関係)。
- 矢印上の数値は、標準偏回帰係数(β 値)であり、影響の程度を示している。*が危険率5%($p<0.05$)、つまり5%は偶然かもしれないが、95%は影響を与えているといえる。**は危険率1%($p<0.01$)、つまり1%は偶然かもしれないが、99%は影響を与えていると統計的にいえる。
- 左側の質問項目の得点が大きい子ども程、「料理に対する自己効力感」の得点が高い、つまり影響を与えていることを表す。
- 性別は、ダミー変数である(数値で入力するため、1を男子、2を女子としている)。 β 値は0.306というプラスの数値なので、女子の方が、「料理に対する自己効力感」の得点が高いことがわかる。
- 「昆布やかつお節のことがよくわかった」が0.343、「合わせだしの作り方がよくわかった」が0.254と、だしや料理のことが理解できたことが自己効力感につながっているとわかる(男女総合得点)。
- 「料理に対する自己効力感」の右上に書いている R^2 は、決定係数(寄与率)であり、4つの項目で、「料理に対する自己効力感」をどの程度説明されているかを示す指標である。この結果は $R^2=0.411$ であった。つまり、この4つの項目だけで「料理に対する自己効力感」を41.1%も説明できているということになる。

★まとめ★

子ども自身がだしや料理について理解し、教えたいという気持ちを高めることが、子どもに自信をもたせて料理をしたいという意識を高めることがわかった。

したがって、このような講座を通して、子ども達に、和食文化やだしに親しむ機会を提供することは、和食に興味をもち、料理をすることができるという自己効力感を高めることにつながると考えられる。

今後も、若い世代に和食を継承していくために、講座を継続して実施することが必要である。

調査にご協力いただいた皆様ありがとうございました。

2024年10月

甲南女子大学 人間科学部生活環境学科 教授 濱口郁枝

「和食だし体験講座」が小学生の料理に対する意識に及ぼす影響

○濱口郁枝¹⁾、濱本藤²⁾、好村佐知子³⁾、加島梨那¹⁾、川内綾乃¹⁾、大石ひとみ¹⁾、西村佳子²⁾

¹⁾甲南女子大学、²⁾大阪ガスネットワーク（株）、³⁾雲雀丘学園小学校

【目的】ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食：日本人の伝統的な食文化」は、将来にわたり保護・継承していくことが求められている。そこで、大阪ガスネットワーク（株）主催「和食だし体験講座」において大学生が主体的に参画し（指導の補助とレシピ提案）、児童との交流を深めた産学連携活動を行い、児童の和食や料理に対する意識について検証した。

【方法】2023年10月に兵庫県宝塚市内の小学校5年生 143名を対象に同講座を開催し、前後に児童と保護者にアンケート調査を実施した。

【結果】「そう思う・当てはまる」、「どちらかというと思う・当てはまる」の回答についてまとめた結果、講座前の調査では、「和食をよく食べている」児童は84.5%、「和食が好き」は87.6%と多かった。しかし、児童が「自分でみそ汁を作ることができる」と回答した保護者は20.9%と少なかった。和食とだしに関する説明と、だしをとり、みそ汁に仕上げ、だし殻を活用した佃煮の調理実習を内容とする講座直後の調査では、「楽しかった」と回答した児童は99.2%、「これからもっと和食を食べたい」は94.0%であった。また講座後に、「自分で料理を作りたい」、「だしを取りたい」と保護者に話すなど、料理作りに対する意識が向上した。次に、「自分で料理を試してみたい」など6項目の因子「料理に対する自己効力感」を従属変数とし、和食、味、だしに関する項目を独立変数として重回帰分析を行った。その結果、「昆布やかつお節のことがよくわかった（ $\beta=0.343$ ）」、「合わせだしの作り方がよくわかった（ $\beta=0.254$ ）」、「和食の良さを家族に教えたい（ $\beta=0.182$ ）」が有意に影響を及ぼすことが確認された。

【考察】子ども達が幼少期から和食文化やだしに親しむ機会を提供することが、和食に興味をもち、料理をすることができるという自己効力感を高めることができると示唆された。