

管理栄養士養成課程の学生による「和食でのおもてなし献立」の 食事スケッチの特徴

—「和食継承」に着目した科目「栄養教育実習Ⅱ」を通して—

久保 麻季 酒井 治子 會退 友美

本研究の目的は、管理栄養士養成課程の学生が描いた「和食でのおもてなし献立」の特徴を明らかにすることである。平成28年度栄養教育実習Ⅱを履修した3年生79人を対象に食事スケッチ法を行った。スケッチから、料理構成、食材や調理法等の計25項目についてコード化し分析した。もてなす対象は家族が最も多かった。食事の構成として、主食・主菜・副菜・汁物がそろった食事をスケッチした者が多く、主食は「白飯」、主菜は「魚料理」、汁物は「味噌汁」が最も多く描かれていた。調理法は主菜では「焼く」、副菜では「煮る」が最も多く、調味料では、主菜では「塩」と「醤油」、副菜では「醤油」が最も多かった。食器に漆器をスケッチした者が52人(68.4%)、食具に箸をスケッチした者が60人(78.9%)という特徴もみられた。今後、管理栄養士養成の学年進行に伴い「和食でのおもてなし献立」への認識の経時的な変化を、他教科等での学習効果を含めて確認していきたい。

キーワード：和食 食事スケッチ法 管理栄養士 栄養教育

1. 緒言

2013年、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録され、日本では和食の保護・継承に向けての動きが広がっている。第3次食育推進基本計画では、「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民を増やす」との重点課題の取り組みを掲げている¹⁾。農林水産省でも和食の保護・継承のためさまざまな取り組みを行っている²⁾。これらのことから、和食文化を次世代に継承する取り組みは、重要性を増しているといえる。

若者世代である大学生の食生活の実態をみると、驚見ら³⁾が女子短期大学生に行った食生活調査では、調査した半数の食事で魚や肉、野菜を主材料にした料理がない、つまり、主菜、副菜の

摂取量が低いことを明らかとしている。また、平成28年国民健康・栄養調査⁴⁾によると、朝食欠食率は男女ともに20歳代で最も高いといわれている。

一方、本学の管理栄養士養成課程では、管理栄養士に必要な知識と技術を段階的に修得できるよう、様々な専門科目を開講している。本学科の専門科目である「栄養教育実習Ⅱ」においては、学習者の行動変容につながる栄養教育を計画し、評価する力の育成を目標としている。平成28年から和食の文化継承をテーマに対象者が和食を食べる行動を高める集団教育の提案を実施している。

和食の保護・継承に向けて、和食を取り入れた授業は様々なところで行われている。主に、対象者は小学生や中学生が多く見受けられる^{5)~7)}。大学生に対し、講義等で和食を教える食育の事例はあるものの、15回の授業に和食を取り入れた

実践報告は少ない^{8) 9)}。

そこで、本研究では、食事スケッチ法を用いて調査をすすめた。食事スケッチ法とは、足立ら¹⁰⁾が開発した方法であり、通常とは異なった視覚から食事をとらえる機会になることや料理の相互のつながりで把握しやすいことなど、これらを自己点検できる特徴がある。先行研究として、酒井¹¹⁾もこの方法を用いて小・中学生の食事パターンについての研究を行っている。学生自身が誰のためにどのような食事でもてなしたいのか、自らの食事観を客観的に認識する力を育成したいと考えたため、“和食でのおもてなし料理を考えよう！”と題したスケッチをしてもらった。

以上のことから、本研究の目的は、学生自身が自らの和食に関する食事観を見つめ、さらに、管理栄養士養成施設の教育の在り方を検討していくために、管理栄養士養成課程の学生が描いた「和食でのおもてなし献立」の特徴を明らかにすることである。

2. 方法

2-1 対象者と調査時期

平成28年、後期授業科目「栄養教育実習Ⅱ（1単位）」を履修した本学学生である管理栄養士養成課程3年生計127人を対象に食事スケッチ法を行った。スケッチは、10月上旬、第3回の授業時に描いてもらい回収した。回収できたのは、79人（回収率62.2%）であった。調査時期が、学生の学外実習期間と重なったため、回収率が低くなった。収集したデータは連結可能匿名化とし、個人情報の取り扱いに配慮した。

2-2 分析方法

2-2-1 調査項目

スケッチは、おもてなし献立のスケッチのほかにも、もてなす対象者とお品書きも記入してもらった。また、スケッチの下欄には、なぜそのメニューのスケッチをしたのか理由を記載してもらった。スケッチから、料理構成、食材や調理法、食器の種類、食具の有無等の計25項目に分けコード化した。25項目の具体的な内容は以下に示す。しかし、お弁当を描いている者は、すべて「不明」

とした。①主食の有無、②ご飯の有無、③ご飯の種類、④汁の有無、⑤汁の種類、⑥主菜の有無、⑦主菜の食材、⑧主菜の調理方法、⑨主菜の味付け、⑩副菜の有無、⑪副菜の食材、⑫副菜の調理方法、⑬副菜の味付け、⑭漬物の有無、⑮デザートの有無、⑯飲み物の有無、⑰漆器の有無、⑱食器の絵柄の有無、⑲箸の有無、⑳箸置きの有無、㉑食器の配置の適正、㉒季節の有無、㉓季節の設定（春夏秋冬）、㉔装飾の有無（食べられないものと食べられるもの）、㉕色（白、黒、黄、赤、緑）である。

一連の作業は分析者3人が独立して調査項目を調べ、回答に相違が生じた場合には、全員の意見が一致するまで検討し判定した。結果は単純集計を行い、まとめた。

2-2-2 分類の基準

対象者によってスケッチにばらつきがでたため、基準とした注意点を以下に示す。特に注意したのは、⑦主菜の食材、⑧主菜の調理方法、⑨主菜の味付け、⑫副菜の調理方法、⑬副菜の味付け、⑰漆器の有無、⑱食器の絵柄の有無、㉑食器の配置の適正、㉒季節の有無、㉔装飾の有無（食べられないものと食べられるもの）、㉕色（白、黒、黄、赤、緑）の有無の11項目である。

⑦主菜の食材の判別について、例えば、肉じゃがは主菜として描いている者、副菜として描いている者がいたため、食器の配置を見て判断した。主菜、副菜ともに1品目、2品目、3品目と記載したが、順位をつけたものではなく、学生のスケッチとお品書きを見て判断した。

⑧主菜の調理方法、⑨主菜の味付け、⑫副菜の調理方法、⑬副菜の味付けについては、対象者に記入してもらったお品書きをチェックしながら、『食事コーディネートのための主食・主菜・副菜料理成分表¹²⁾』を参考に分析した。『食事コーディネートのための主食・主菜・副菜料理成分表¹²⁾』に記載されていない料理があった場合は、なるべく近い料理を選んだ。

⑰漆器の有無では、ご飯茶碗や味噌汁碗が黒く塗られていた場合に漆器があると判断した。スケッチが上から見た状態で描かれていた場合は不

明とした。

⑩食器の絵柄の有無では、何かしら食器に模様が描かれている場合は「有り」とした。ただし、食器に色がぬられているだけでは「無し」とした。漆器と同様、スケッチが上から見た状態で描かれていた場合は「不明」とした。

⑪食器の配置の適正に関しては、『和食の教科書¹³⁾』を参考に、食器の配置の写真に従って、同じであれば正しい、異なっていれば正しくないとした

⑫季節の有無では、スケッチ全体を見て料理の季節の組み合わせが間違っていなければ「有り」、季節の組み合わせが間違っていれば「無し」とした。間違っている例をあげると、蛤のお吸い物に対して栗ご飯といった場合である。

⑬装飾では、2つに分類した。1つは、懷紙や木の葉を飾るなど食べられない装飾である。もう1つは、飾り切りなどの食べられる装飾である。

⑭色については白、黒、黄、赤、緑に設定した。食は五色で美しく盛り付けるのが基本とされており、これは、中国の「陰陽五行」という考え方によるものである¹³⁾。また、これらは食材の色を示しているため、着色しているものは「無し」とした。さんまなどの魚の皮は黒く色が塗られていても「無し」とした。

3. 結果

3-1 食事をもてなす対象 (表1)

食事をもてなす対象は、家族26人(32.9%)が最も多く、次いで、祖父母19人(24.1%)であった。外国人12人(15.2%)も多いことも特徴的であった。身近な人のみならず、世界の人にも注目していることが特徴的であった。具体的なスケッチは、母へのおもてなし献立例(図1)、祖母へのおもてなし献立例(図2)を示す。

3-2 主食と汁物の数や種類

主食をスケッチした者は全員79人(100%)であった。内容は、白飯34名(43.0%)が最も多く、次いで、混ぜご飯32人(40.5%)であった。混ぜご飯の具体的な料理名として、さつまいもご飯やキノコの炊き込みご飯が描かれていた。

汁物をスケッチした者は77人(97.5%)であり、内容は、味噌汁51人(64.6%)、お吸い物26人(32.9%)であった。お吸い物では、けんちん汁や筍とわかめのお吸い物、松茸のお吸い物などがあった。味噌汁では、とうふとわかめの味噌汁やきのこの味噌汁、あさりの味噌汁などであり、わかめや豆腐の具材が多く描かれていた。

3-3 主菜の数、食材の種類、調理法、調味料 (表2)

主菜は、最も多い者で3品以上スケッチした者がいた。主菜を1品スケッチした者は74人(93.7%)であり、ほとんどの者が主菜を1つ以上描いていた。主菜を2品以上スケッチした者は、27人(34.2%)、主菜を3品以上スケッチした者は3人(3.8%)であった。

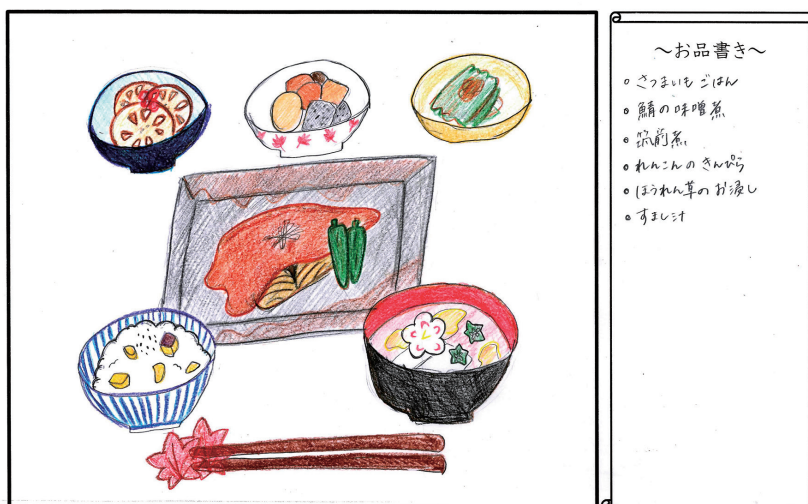
主菜の食材では、1品目は、魚65人(87.8%)であり、次いで、肉5人(6.3%)であった。2品目では、卵15人(66.5%)が最も多く、3品目でも卵3人(100.0%)が最も多かった。肉や豆腐を主菜の料理で描いている者は少なかった。主菜1品目の具体的な料理名として、さんまの塩焼きや焼き鮭、金目鯛の煮つけ、鯖の味噌煮などが多くスケッチされていた。2品目や3品目では、卵焼きや茶碗蒸しが多かった。

主菜の調理方法では、1品目は、焼く42人(56.8%)が最も多く、次いで、煮るが15人(20.3%)であった。主菜2品目以降では、蒸す10人(37.0%)や揚げる6人(22.2%)といった調理法の料理が多くスケッチされていた。具体的な料理名として、揚げ物では天ぷら、蒸し物では魚の蒸し物であった。

主菜の味付けでは、主菜1品目では、塩と醤油を用いた料理が多く描かれ、塩と醤油ともに27人(36.5%)と最も多かった。次いで、味噌を用いた料理が多く描かれ、12人(16.2%)であった。主菜の2品目以降の食材で卵が多く描かれていたが、具体的に卵焼きや茶碗蒸しが多く、それらの味付けは記載されていなかった。そのため主菜2品目以降の味付けは、その他が多くなっている。

母につくる!

和食でおもてなし料理を考えよう!



～お品書き～

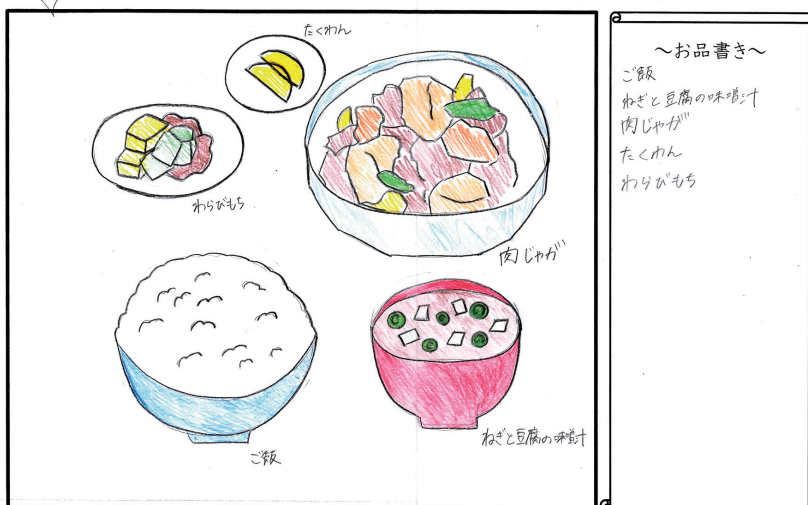
- ・ごつまいもごはん
- ・豚汁
- ・味噌汁
- ・れんこんのあんかけ
- ・ほうれん草のお浸し
- ・すまし汁

- ・お米というものを、ごはんをさつまいもごはんにし、豚汁・味噌汁にモロヘイを使ったものを加える。
- ・安く済ませるため、全体的にほろりとしたメニューにした。

図1 学生がスケッチした母へのおもてなし献立例

祖母への
おもてなし料理

和食でおもてなし料理を考えよう!



～お品書き～

- ・ご飯
- ・ねぎと豆腐の味噌汁
- ・肉じゃが
- ・たくわん
- ・わらびもち

なぜこのメニューか??

祖母が作ってくれるメニューで一番好きなものをまとめ、逆におもてなしをしようと思ったため。

祖母が作る

図2 学生がスケッチした祖母へのおもてなし献立例

表 1 もてなす対象者

対象者	n=79 (%)
家族（兄弟含む）	26 (32.9)
祖父母	19 (24.1)
外国人	12 (15.2)
友だち	5 (6.3)
親戚	2 (2.5)
自分自身	2 (2.5)
彼氏	2 (2.5)
その他	4 (5.1)
無回答	7 (8.9)

表 2 主菜の数、食材の種類、調理法、調味料

(%)

	主菜 1 品目	主菜 2 品目	主菜 3 品目	具体的な料理名
主菜の食材	n=74	n=27	n=3	
魚	65 (87.8)	7 (25.9)	0 (0.0)	さんまの塩焼き、鯖の味噌煮 など
肉	5 (6.8)	1 (3.7)	0 (0.0)	とんかつ、豚肉の生姜焼き など
卵	3 (4.1)	15 (55.6)	3 (100.0)	だし巻き卵、茶碗蒸し など
豆腐	1 (1.3)	4 (14.8)	0 (0.0)	揚げだし豆腐、冷ややっこ など
主菜の調理法				
生	8 (10.8)	4 (14.8)	0 (0.0)	ちらし寿司、お刺身盛り合わせ など
焼く	42 (56.8)	6 (22.2)	1 (33.3)	ぶりの照り焼き、焼き鮭 など
煮る	15 (20.3)	1 (3.7)	0 (0.0)	さんまの梅煮、ブリ大根 など
揚げる	6 (8.1)	6 (22.2)	2 (66.7)	天ぷら など
蒸す	3 (4.1)	10 (37.0)	0 (0.0)	茶碗蒸し、タラの蒸し物 など
ゆでる	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
和える	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
炒める	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
漬ける	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
主菜の調味料				
醤油	27 (36.5)	5 (18.5)	0 (0.0)	金目鯛の煮付け など
塩	27 (36.5)	1 (3.7)	0 (0.0)	鮭の塩焼き、鮎の塩焼き など
味噌	12 (16.2)	1 (3.7)	0 (0.0)	鯖の味噌煮 など
甘い	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
酢	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
その他	8 (10.8)	20 (74.1)	3 (100.0)	お好み焼き、茶碗蒸し、卵焼き など

*主菜をスケッチしなかった者を除く

表3 副菜の数、食材の種類、調理法、調味料

(%)

	副菜1品目	副菜2品目	副菜3品目	副菜4品目	具体的な料理名
副菜の食材	n=69	n=33	n=5	n=1	
野菜	48 (69.6)	24 (72.7)	3 (60.0)	1 (100.0)	ほうれん草のおひたし、きんぴらごぼう など
豆類	7 (10.1)	4 (12.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	冷ややっこ、黒豆 など
いも	7 (10.1)	3 (9.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	肉じゃが、かぼちゃの煮物
海藻	2 (2.9)	1 (3.0)	1 (20.0)	0 (0.0)	わかめときゅうりの酢の物 など
きのこ	2 (2.9)	1 (3.0)	1 (20.0)	0 (0.0)	三種のきのこ盛り合わせ、ほうれん草となめこのおろし和え など
その他	3 (4.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	あさりの酒蒸し、イクラとみぞれ酢 など
副菜の調理法					
生	1 (1.4)	6 (18.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	キャベツとにんじんのサラダ、ミニサラダ など
焼く	2 (2.9)	2 (6.1)	1 (20.0)	0 (0.0)	季節野菜の焼き浸し など
煮る	39 (56.5)	1 (3.0)	1 (20.0)	0 (0.0)	ひじきの煮物、切り干し大根 など
揚げる	1 (1.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	野菜の天ぷら
蒸す	1 (1.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	あさりの酒蒸し
ゆでる	2 (2.9)	10 (30.3)	1 (20.0)	0 (0.0)	ほうれん草のおひたし、枝豆 など
和える	16 (23.2)	9 (27.3)	2 (40.0)	1 (100.0)	ほうれん草のごま和え など
炒める	7 (10.1)	5 (15.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	きんぴらごぼう、れんこんのきんぴら など
漬ける	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
副菜の調味料					
醤油	52 (75.4)	25 (75.8)	3 (60.0)	0 (0.0)	ひじきの煮物、切り干し大根 など
塩	2 (2.9)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	枝豆、キャベツとにんじんのサラダ など
味噌	0 (0.0)	1 (3.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	味噌田楽
甘い	2 (2.9)	1 (3.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	さつまいもの甘煮 など
酢	4 (5.8)	4 (12.1)	1 (20.0)	0 (0.0)	わかめときゅうりの酢の物、紅白なます など
その他	9 (13.0)	2 (6.1)	1 (20.0)	0 (0.0)	ほうれん草ともやしの小町和え、冬瓜の銀あんかけ など

*副菜をスケッチしなかった者を除く

表4 漬物、デザート、飲み物の具体的な料理名

n=79 (%)

	スケッチした者	具体的な料理名
漬物	27 (34.2)	たくあん、かぶの漬物 など
デザート	18 (22.8)	柿、梨、桜餅、抹茶プリン など
飲み物	8 (10.1)	緑茶、静岡のお茶 など

表5 五色を描いた者の割合と具体的な料理名

n=79 (%)

	スケッチした者	具体的な料理名
白色	74 (93.7)	白飯、冷ややっこ など
緑色	73 (92.4)	ほうれん草のおひたし、青じそ など
黄色	53 (67.1)	卵焼き、さつまいもご飯 など
赤色	53 (67.1)	肉じゃが (にんじん)、かぼちゃの煮物 など
黒色	37 (46.8)	ひじきの煮物、味噌田楽 など

3-4 副菜数や食材の種類、調理法、調味料 (表3)

副菜は最も多くて4品以上スケッチした者がいた。副菜を1品以上スケッチした者は、69人(87.3%)であった。副菜を2品以上スケッチした者は33人(41.8%)、3品以上スケッチした者は5人(6.3%)、4品以上スケッチした者は1人(1.3%)であり、約半数の者が副菜を2品以上スケッチしていた。

副菜1品目の食材で最も多かったのは、野菜48人(69.6%)であり、次いで豆類といもの7人(10.1%)であった。2品目以降でも野菜が最も多かった。具体的な料理名として、野菜では、ほうれん草のおひたしやきんぴらごぼうであった。豆類では、冷ややっこや黒豆、いもでは、肉じゃがやかぼちゃの煮物がスケッチされていた。

副菜1品目の調理方法では、煮る39(56.5%)が最も多く、次いで和える16人(23.2%)であった。2品目では、ゆでる10人(30.3%)であり、次いで、和える9人(27.3%)、生6人(18.2%)、炒める5人(15.2%)の順であった。3品目以降では、和える2人(40.0%)が最も多かった。副菜は、主菜の調理方法に比べ、ゆでるや和えるといった多くの調理法が用いられたスケッチがなされていた。

副菜1品目の味付けでは、醤油52人(75.4%)が最も多かった。2品目以降では、醤油25人(75.8%)、次いで酢4人(12.1%)であった。副菜では、おひたしや煮物が多くスケッチされていたため、醤油が多い結果となった。

3-5 漬物、デザート、飲み物の有無(表4)

漬物を、スケッチした者は27人(34.2%)であり、具体的に、たくわんやかぶの漬物、浅漬け等が多くスケッチされていた。

デザートをスケッチした者が18人(22.8%)であった。具体的に、柿や梨などの果物や、栗巾着や桜餅、抹茶プリンやクリームあんみつ等、さまざまなデザートがあげられた。

飲み物をスケッチした者は8人(10.1%)にとどまった。飲み物の内容は、お茶が多かった。

3-6 漆器、箸、箸置き、食器の絵柄の有無

漆器をスケッチした者は53人(67.1%)、スケッチが上から見た状態で、判別できない者は3人(3.8%)であった。

食器の絵柄をスケッチした者は38人(48.1%)、スケッチが上から見た状態で、判別できない者は4人(5.1%)であった。

箸をスケッチした者は60人(75.9%)、箸置きをスケッチした者は、箸をスケッチした者60人の内の49人(62.0%)、スケッチが上から見た状態で、判別できない者は1人(1.3%)であった。

3-7 食器の配置の適正

食器の配置が正しくスケッチできていた者は30人(38.0%)であり、正しくない者は46人(58.2%)、スケッチが上から見た状態で、判別できない者は3人(3.8%)であった。食器の配置が正しくない者の割合が、正しくスケッチできていた者の割合に比べて高い結果となった。

3-8 季節の有無と季節の設定

季節を設定してスケッチした者は31人(39.2%)であった。季節を設定してスケッチした31人のうち、春は4人(5.1%)、夏は1人(1.3%)、秋は24人(30.4%)、冬は2人(2.5%)、不明は48人(60.7%)であった。調査時期が秋であったため、秋を設定してスケッチした者の割合が高かったと考えられる。

3-9 装飾の有無

装飾(食べられない物)をスケッチした者が20人(25.3%)であった。具体的に、懷紙や笹の葉が多くスケッチされていた。

装飾のために、飾り切り等をスケッチした者が45人(57.0%)であった。花型のにんじんやハートマーク型のハンバーグがあげられた。

3-10 料理の色の有無(表5)

白色の料理をスケッチした者は74人(93.7%)、緑色の料理をスケッチした者は73人(92.4%)、黄色の料理をスケッチした者は53人(67.1%)、赤色の料理をスケッチした者は53人(67.1%)、

黒の料理をスケッチした者は37人(46.8%)、であった。具体的に、白色ではご飯や豆腐などであり、緑色では、葉っ葉類や青じそなどがスケッチされていた。赤色では、にんじんやかぼちゃなどがあげられ、黄色では、さつまいもやたまごなどがあった。黒では、ひじきやこんにゃくなどがあげられた。白、緑、赤、黄が多くスケッチされていたなか、黒は約半数の者しかスケッチしていなかった。

4. 考察

本研究は食事スケッチを通して、学生自身が自らの和食に関する食事観を見つめ、さらに、管理栄養士養成施設の教育の在り方を検討していくために、管理栄養士養成課程の学生が描いた「和食でのおもてなし献立」の特徴を明らかにしてきた。

1. 管理栄養士養成課程の学生「和食でのおもてなし献立」の特徴

主食・主菜・副菜・汁物の中身を具体的にみると、まず、主食はご飯であり、内容は、炊き込みご飯や栗ご飯等の混ぜご飯が多くスケッチされていた。調査時期が10月上旬と秋であったため、季節による影響を受けたと考えられる。

主菜では、食材は、「魚」が最も多く、次いで「卵」であった。味付けでは、「醤油」や「塩」が最も多くあげられた。調理方法では、「焼く」が最も多く、次いで「煮る」、「生」であった。つまり、主菜では、魚を用いて、塩、味噌、醤油などの味付けされた、焼いたり煮たりした料理のイメージであることが明らかとなった。具体的な料理名として、焼き魚や魚の煮物、卵焼きや茶碗蒸し等があげられる。

副菜では、食材では、約7割の者が「野菜」の料理をスケッチしていた。調理方法では、「煮る」が最も多く、次いで「和える」であった。味付けは、「醤油」が最も多かった。調理方法は、主菜と同様、「煮る」が多かったものの、「和える」、「炒める」などがあげられ、主菜に比べ副菜の方が幅広い調理法の料理がスケッチされていた。つまり、副菜は、野菜を用いて、味付けは主に醤油、さまざまな調理法を用いた料理がイメージされてい

た。具体的な料理名としては、ほうれん草のおひたしやきんぴらごぼう、小松菜のごま和えなどである。

今回の調査で、管理栄養士養成課程の学生は、主食・主菜・副菜・汁物の料理の内容は具体的にイメージできていた。こうしたスケッチが描かれたことが1・2年、3年前期までの教育効果と考えられる。

一方、食器や食具、食器の配置など、食文化を意識した食事観がまだ十分ではないことが明らかとなった。今後、食文化にも着目した教育をより一層重点化していく必要があることが示唆された。

今回のデータでは、1年次当初のスケッチがないため、前後の比較ができないこと、また、他の専攻の学生との比較ができないことから、今後、検討を深めたい。

2. 「和食でのおもてなし献立」のスケッチを通じた学習の意義

学生は、「和食でのおもてなし献立」を考えることによって、学生自身が食事観を見つめなおすきっかけにもつながった。「おもてなし献立」が課せられたことにより、自身のためではなく、誰かのために食事を考える力を養うことができたと考えられる。食事を提供する対象を考えるきっかけとなり、より具体的な食事を考えることができたと推察される。

食事スケッチ法は、食事の実態把握としての踏査法として用いる場合もあるが¹⁰⁾、食事づくりを計画するための方法¹¹⁾としても用いられてきた。どのような食事にしたいのか、作りたい食事を考え書き出してみるために用いている。そのために必要な情報、すなわち、どのような人が食べるのか、健康・栄養状態はもちろんのこと、どのような食事観・食嗜好、食文化、そして生活環境を持った人なのか、食べ手側の情報を集めなければならない。いわゆるニーズアセスメントをすることが必要とされる。

食事摂取基準をもとに、栄養素レベルでの食事を考案するのみならず、食材レベル、料理レベルから、食事の全体像を捉えることにつながって

いったことは大きな成果であると考え。

こうした視点が、今、管理栄養士を目指す資質・能力の一つとして重視されてきている。

目指す管理栄養士像について述べる。特定非営利組織栄養改善学会が提示している「管理栄養士・栄養士の栄養教育学モデル・コア・カリキュラム¹⁴⁾」では、管理栄養士として求められる基本的な資質・能力の一つに、“人々の価値観や社会的背景の多様性を理解できる”ことや“適切な栄養管理のために、対象者に寄り添い、全人的な理解ができる”等があげられている。管理栄養士養成課程では、「臨床栄養学」や「給食経営管理論」等、栄養管理していくうえで重要なカリキュラムが展開されている。しかしながら、食文化という視点での授業はあまり展開されていない。食文化に着目することで、対象者の生活や文化の行動様式にも着目することができると考える。生活習慣病やサルコペニア、フレイルといった高齢者の低栄養予防等、重点課題ばかりに目を向けるのではなく、「食文化」といった、生活の背景等を想定し、献立・栄養管理をしていくことのできる管理栄養士の養成を目指したい。

栄養管理をする際、性、年齢、身体活動レベル等だけで、目標栄養量を算出することが多く、食文化や食事観等に着目することを見落としがちである。対象者の生活に寄り添い、ニーズアセスメントに基づいた栄養教育を展開することが、対象者の行動変容をもたらすと考える。そのためには、学習の際の対象者や場の設定を十分に考慮し、対象者のニーズに沿った栄養教育を学生が展開できるよう、実践力を身に付けることが求められている。

最後に、本研究の限界点として、調査時期が秋であったため、調査の人数に偏りが出たことや、おもてなし献立に秋の食材が多くあげられたこと等が考えられる。さらに、複数の調査者で客観的な分析を試みたが、描かれたおもてなし料理は多種多様であり、色の入力など、少なからず調査者の主観的な判断も含んでいる。今回の調査の結果を踏まえ、スケッチの回答を想定し、スケッチ用紙のフォームを再検討し、精度の向上に努めたい。

このような限界点があるものの、本研究におい

て管理栄養士養成課程の学生が描いた「和食でおもてなし献立」の特徴が明らかになったことで、十分に理解が進んできた点と、より文化的な視点など、より深めていかななくてはならない点が明確になった。酒井¹⁵⁾が述べるように、管理栄養士・栄養士だからこそできる「和食文化」継承に関する独自性やその効果、さらには、そのために必要な知識・スキル等の能力の解明については十分な科学的根拠を蓄積していく必要があると考える。本研究では、3年生を対象に調査を行ったが、学年によってスケッチの内容は異なってくると考えられる。今後、管理栄養士養成の学年進行に伴い、「和食でおもてなし献立」への認識の経時的な変化を、他教科等での学習効果を含めて検討していきたい。

謝辞

本研究を遂行するにあたり、ご協力いただきました小野寺智恵さんに感謝申し上げます。

文献

- 1) 農林水産省:「第3次食育推進基本計画」啓発リーフレット, http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/dai3_kihon_keikaku.html (2020年3月22日アクセス可能)
- 2) 農林水産省:「和食文化の保護と継承」, <http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/> (2020年3月22日アクセス可能)
- 3) 鷺見裕子:女子短大生の食生活に関する研究, 高田短期大学紀要 27, 161-169, (2009)
- 4) 厚生労働省:平成28年国民健康栄養調査, 結果の概要
- 5) 高橋法子:食文化理解を育むための指導の在り方を探る—第6学年の実践を通して—, 広島大学付属3原学校園研究紀要, 6, 167-172 (2016)
- 6) 中村美咲, 川邊淳子:ESDの視点を導入した小学校家庭科における食分野の授業の検討—「ご飯とみそ汁」の題材に焦点を当てて—, 日本家庭科教育学会大会・例会・セミナー研究発表要旨集 59(0), 56(2016)
- 7) 山口美紀:調理技能を高める指導法のあり方について—2年家庭科「和食の達人」の授業分析を通して—, 佐賀大学教育実践研究, 29, 285-290 (2012)
- 8) 酒井治子, 會退友美, 久保麻季:「和食継承」に着

- 目した栄養教育実習—学生の企画と相互評価—, 東京家政学院大学紀要, 57, 95-105 (2017)
- 9) 酒井治子, 會退友美, 久保麻季:「和食継承」に着目した栄養教育実習(第二報)—対象と発信拠点の設定による効果に着目して—, 東京家政学院大学紀要, 58, 117-134 (2018)
- 10) 足立己幸: 比較食事スケッチ調査法の試み, 日本家政学会, 38 (11), 1035-1041 (1987)
- 11) 酒井治子: 上野原町の小・中学生による食事パターン—食事スケッチ法を用いて—, 山梨県立女子短大『地域研究』, 2, 67-79 (2002)
- 12) 足立己幸, 針谷順子: 食事コーディネーターのための主食・主菜・副菜料理成分表, 株式会社群羊社, 66-104 (2018)
- 13) 足立己幸: 和食の教科書, 文溪堂, 40-41 (2016)
- 14) 特定非営利組織日本栄養改善学会, 平成 30 年度管理栄養士専門分野人材育成事業「教育養成領域での人材育成」報告書, 13-15 (2019)
- 15) 酒井治子: 日本の伝統的な食文化「和食」の普及推進～子育て世代に向けた「和食育」のすすめ～, 日本栄養士会雑誌, 62 (6), 8-11 (2019)
-
- (受付 2020.3.27 受理 2020.6.30)