

## 栄養指導媒体の活用に関する調査研究

田中 律子・木藤 宏子・新井田 洋子

### Investigation of the Good Use of Nutritional Teaching Materials

Ritsuko TANAKA, Hiroko KITO and Yoko NIIDA

#### 1 はじめに

近年の、給食管理実習Ⅱの校外実習では、厨房に入っての給食管理を中心とした実習から、対象者に直接指導する食教育の指導実習が多くなってきた。

このことを踏まえ、栄養指導の効果を少しでもあげる手段として、栄養指導媒体の作成に重点をおいた授業（給食管理実習Ⅰ）を実施している。

ここで、本学の授業で作成した、栄養指導媒体作品の1部を紹介する。

折り紙で作った野菜や果物は、前報<sup>1)</sup>の報告したとおりである。

クレープペーパーという紙を利用したフードモデルの作成（写真1, 2, 3）は、既製のフードモデルより安価な材料で簡単にでき、また軽量であるため持ち運びにも便利である。食品の説明をするときに活用すると手作りの良さが指

導対象者に伝わりやすくなる。本学では、クリスマスツリー（写真4）に装飾をして展示している。

絵本作成は、身近な材料を使用して作った布製の絵本（写真5）や、市販アルバムを利用した絵本（写真6）など工夫によってはオリジナルな内容の絵本が簡単に作成することができる。

カルタ（写真7）は、栄養や健康を題材とし読み札と絵札を作っていく。絵札の大きさは対象者の状況や人数に合わせて作成する。各施設の行事やイベントのときに活用したり、日常生活活動においても小グループでの繰り返しの活用により栄養や健康について遊びの中から認識していくことができる。

しおり（写真8）は、いつでもどこでも作成することができ、指導する人からのメッセージとしてコミュニケーションの手段として活用できる。

紙芝居(写真9)は、少人数から集団まで活用することができ、手作りの良さや読み手の文章表現(説明)によってより効果的に活用することができる。

ポスター(写真10)は、掲示媒体としては広く活用されるもので、デザインや文案によっては対象者の注目を集め、栄養教育の動機付けとしての媒体としての効果は期待できる。

その他にパズルは、立体的なものから平面的なものまで身近な材料を使って作成することができ、完成する喜びから栄養の知識をインパクトあるものへと導く効果がある。また、カレンダー・壁新聞や、遊びながら活用できるすごろくなども授業に取り入れている。

本研究は、5日間の校外実習において、以上のような授業で作成した媒体の活用について調査し、今後の学内における栄養指導媒体授業の内容を検討することを目的とした。

## 2 調査方法

調査対象者は、本学の食物栄養学科2年生110名で、平成14年6月17日～21日の5日間、各施設において校外実習を実施した。施設は、学校給食51名(内 自校式 40%、センター方式 60%)、福祉施設57名(内 老人福祉施設 84%)、自衛隊2名で実習を行った。調査内容は、①栄養指導媒体の活用状況と指導対象者数、②栄養指導所要時間と活用媒体の種類、③授業におけ

る活用効果について、実習終了後、アンケート用紙(資料1)を配布しその場で回収した。

## 3 結果と考察

校外実習において栄養指導媒体を作成した学生は、110名中82名で全体の74%であった(図1)。そのうち、実際に栄養指導媒体を活用し栄養指導を実施した学生は53名で全体の48%であった。それ以外は、媒体作成はしたが栄養指導はなく、媒体の掲示や配布をしたという結果が得られた。特別養護老人ホーム、養護老人ホーム、老人保健施設、自衛隊等の施設においては対象者の状況や人数などにより媒体作成や指導の機会が得られなかったようである。指導したという回答の中の85%が学校給食施設であった。今後は学校給食における栄養士の食教育の役割がますます重要になってくると思われる。

栄養指導対象者人数は、30～50名を対象者に対する指導が最も多く見られた(図2)。多人数対象の指導では、その集団の特性を十分に把握し一人一人が興味を持ちより深い理解をしてもらうために効果的な媒体の活用は不可欠である。さらには個別の栄養指導にも対応できる栄養指導媒体の作成も検討が必要である。

栄養指導時間については、昼食時の5～15分の短い時間帯が最も多いことがわかった(図3)。給食自体が一番の指導媒体であることはいうまでもないことであるが、料理を目の前に

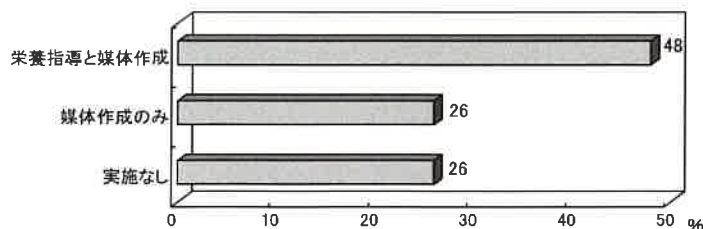


図1 栄養指導媒体の活用

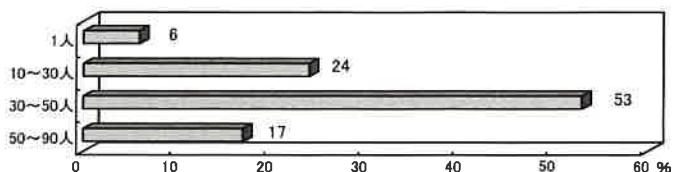


図2 指導対象者人数

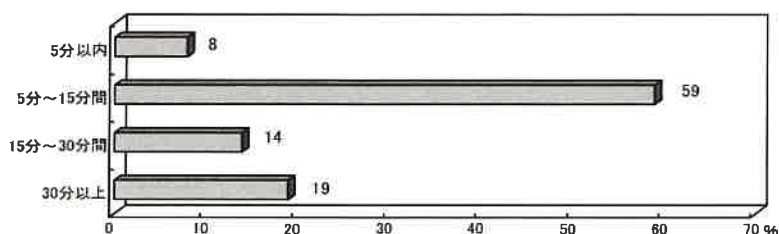


図3 栄養指導時間

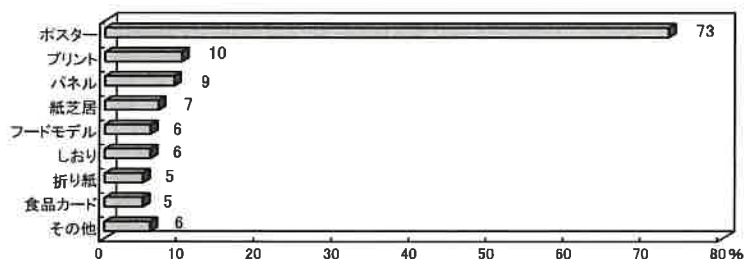


図4 活用媒体の種類

しての指導効果は希薄にならざるを得ない。しかし、学校給食においては食教育の充実から30分以上という時間の指導も多くなってきている。時間が長くなればその内容に集中させる指導力や栄養指導媒体を有効に活用しながら最後まで飽きさせずに興味を持たせた展開が必要になる。

活用媒体の種類については、ポスターの活用が圧倒的に多かった(図4)。作りやすさや平面的なものばかりではなく、立体的に作ったものを後で加えたり、いろいろなアイデアで作成できることから学生が活用したと考えられる。

また、ポスターは指導時に活用するばかりではなく掲示媒体としても効果的である。さらに、本学の授業で作成したフードモデルや折り紙の活用もあり、複数の媒体を組み合わせながら、ひとつのテーマに対してより興味を持たせた指導ができるよう工夫している様子が見られた。

授業で学んだ内容が、実際にどれだけ生かされたかを確認したところ、大変役に立ったの回答が44%、多少役に立ったが46%でほとんどの学生が役に立ったと回答があった(図5)。授業で役に立った所については、次のような回答が得られた。

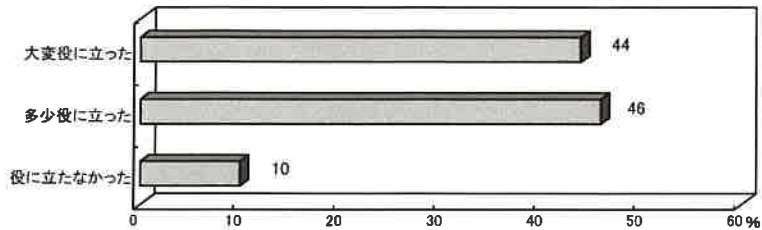


図5 授業内容の活用状況

- ・対象者に対する言葉遣いや話し方
- ・媒体の色使い・文字・絵・見やすさの技法
- ・フードモデルの作り方
- ・紙芝居の作り方
- ・1度作成していたのでスムーズにできた(実践力)
- ・折り紙の作り方とその利用

授業で実際に作成した以外にもどんな種類のものを要望するかについては次のような回答があった。

- ・媒体作成授業時間をもっと増やしてほしい
- ・動きのある媒体の作り方
- ・グラフや表の作り方
- ・エプロンシアターの作り方
- ・VTR(自作)の作り方
- ・人形劇・OHP・手芸の媒体利用法
- ・多くの折り紙の折り方
- ・配布する資料作成(給食日より)

#### 4 まとめ

平成14年度校外実習(給食管理実習Ⅱ)実施者の中110名を対象として校外実習における栄養指導媒体の活用に関するアンケート調査を実施し、以下の結果を得た。

1. 校外実習において栄養指導の実習または指導が組み込まれない場合でも栄養指導媒体の活用はされていた。

2. 栄養指導対象者人数は多人数であり、指導時間は昼食時の5～15分の中で興味を持って理解しやすくするためには媒体の活用が必要であることがわかった。
3. 多くの対象者に指導しやすい媒体としては、ポスターであった。しかし、平面的なポスターだけではなく、授業でも作成した媒体と併用した活用が多かった。
4. 授業での媒体を作成した経験は、校外実習において活用効果があり、楽しみながらスムーズに取り組めることがわかった。

以上のことから、今後も栄養指導媒体作成は、身近で伝統的な折り紙や経費がかからない手作りの作品のほか、コンピューターを利用した視聴覚媒体など、学生が積極的に活用できるような媒体を教材とした授業を展開していきたい。

#### 参考文献

- 1) 田中律子「折り紙の教材化に関する研究(第2報)―食物栄養学科における実践―」『北海道文教短期大学研究紀要第26号』2002年3月



写真 1



写真 2



写真 3



写真 4



写真 5



写真 6



写真 9



写真 7



写真 10



写真 8

資料 1

校外実習における栄養指導媒体の活用調査

1. あなたはどこの施設へ実習に行きましたか？
  - 1) 学校（センター・自校式・親子式）
  - 2) 老人福祉施設（特養・養護・経費）
  - 3) その他の福祉施設（保育園・養護施設・知的障害・身体障害）
  - 4) 自衛隊
  - 5) その他（                      ）
  
2. 栄養指導をしましたか？
  - 1) はい                      2) いいえ
  
3. 「はい」と答えた人は次の質問に教えてください
  - 1) 対象者（年齢等）                      \_\_\_\_\_
  - 2) 象者人数                                      \_\_\_\_\_
  - 3) 指導者の人数（本人含めて）                      \_\_\_\_\_
  - 4) 時間    \_\_\_\_\_
  - 5) 場所    \_\_\_\_\_
  - 6) 指導テーマ                                      \_\_\_\_\_
  - 7) 媒体の種類                                      \_\_\_\_\_
  
4. 「いいえ」と答えた人は次の質問に教えてください
  - 1) 栄養指導はしなかったが、媒体は作成しましたか？   はい   いいえ
  - 2) 「はい」と答えた人は何をどのように対象者に活用しましたか？
  
5. 媒体作成は短大で実際に授業でしたことがヒントになったりしましたか？
  - 1) 大変役に立った   2) まあまあ役に立った   3) 特に役に立たなかった

\*役に立ったと感じた人は具体的に教えてください
  
6. 授業で実際に媒体作成した以外にこんな種類の媒体作成も授業に入れてほしかったというものが  
ありましたら書いてください