

平成 23 年度 京都府立大学地域貢献型特別研究 (ACTR) 成果

|   |     |                           |                              |
|---|-----|---------------------------|------------------------------|
| 分類<br>番号  | A16 | 取組<br>名称                  | 地元産農林水産物を活用した食育の推進による健康づくり研究 |
| 研究代表者： 生命環境科学研究科 健康科学研究室 教授：東 あかね   |     |                           |                              |
| 研究担当者： 京都府立大学 農業経営学研究室 中村貴子、他 4 名<br>外部分担者・協力者（宮津市長澤伸司、高岡弘美、府海洋センター傍島直樹、他 9 名）  |     |                           |                              |
| 主な連携機関  |     |                           |                              |
| 宮津市産業振興室、同健康福祉室、宮津市内保育所・幼稚園、  |     |                           |                              |
| 【研究活動の要約】   |     |                           |                              |
| <p>要旨：本研究は、幼児の生活習慣・食生活の実態と地元産食材に対する母親の関心や利用状況を明らかにし、地元産食材を活用した健康づくり、および食育推進に役立てることを目的とした。</p> <p>① <u>幼児を対象とした食と調査</u>：宮津市の全保育所・幼稚園に通所する幼児の母親を対象に子どもの食生活・生活習慣調査を実施した。その結果に基づき、地元産食材アカモクを教材とした食育を実施、その効果を、母親のアカモクに対する関心や活用の程度を指標に、質問紙により評価した。</p> <p>② 直売所「宮津まごころ市」の経営に関する分析<br/>農家に対するヒアリング調査と、直売所の利用者へのインタビュー調査により、直売所の経営分析を行い、地域農業の振興の在り方を検討した。</p>   |     |                           |                              |
| 【研究活動の成果】   |     |                           |                              |
| <p>① 幼児に対する授業と保護者向けの配布物を用いた食育が、幼児の食習慣に影響を与えることが示された。食育にアカモクを用いることで幼児に地元食材への興味を持たせ、さらに保護者への食情報の伝達が可能なことが示された。アカモクの健康増進作用にも注目し、今後も継続的に幼児期からの食育を行っていく必要がある。</p> <p>② 農業経営の観点より、宮津市の農家と直売所「宮津まごころ市」の実態を明らかにした。また、直売所利用者138名を対象に、利用の実態を調査し124名（90%）より回答を得た。その結果、利用者は直売所の商品に鮮度の良さや、低価格、地元産の野菜や卵等を求めていることを明らかにした。これらの結果は、直売所の発展と農業振興の基礎資料として活用される。</p> <p>③ 地元産食材を用いたレシピ集を管理栄養士が作成し、保育所・幼稚園と直売所において配布した。</p> |     |                           |                              |
| 【研究成果の還元】   |     |                           |                              |
| <p>H23/9 宮津市保育所・幼稚園の幼児を対象に食育、保護者に基礎調査の結果を配布（約 60 名）</p> <p>H23/12 宮津市保育所・幼稚園の幼児を対象に食育</p> <p>H23/9～H24/3 直売所においてレシピ集を配布</p> <p>報告書：1. 地元産農林水産物を活用した食育の推進による健康づくり研究 報告書（府大図書館で閲覧可）<br/>2. 京都府立大学健康科学研究室卒論・修士論文要旨集（府大図書館で閲覧可）</p> <p>宮津市、宮津市保育所・幼稚園 12 カ所、京丹後市、京都府保健所 7 か所、管理栄養士養成校 4 校等に配布</p>   |     |                           |                              |
| 【お問い合わせ先】 生命環境科学研究科 健康科学研究室 教授：東あかね   |     |                           |                              |
| Tel: 075-703-5416   |     | E-mail: higashi@kpu.ac.jp |                              |

## ①□ 宮津市幼児食生活調査結果

### 宮津の特産品 アカモク

- 近年、宮津市で食用として生産されている海藻
- アカモクはワカメの13.4倍のカリウム、2.0倍のカルシウム、4.7倍のマグネシウムを含む



⇒ **健康増進作用が期待される**

アカモクを食べたことがある保護者の子どもの特徴

- 標準体格の者が多い
- 主食・主菜・副菜のそろった朝食を食べている

⇒ **アカモクを食べたことがある保護者は食に対する関心が高く、幼児の食・生活に良い影響を与えることが考えられる**

### 食育内容①

#### ☆食育授業(約15分)

4枚のアカモクカードでアカモクについて学ぶ。

- 「**ねばねば**」...実際にねばねばのアカモクを触る。
- 「**ぐんぐん**」... 成熟期のアカモクは5～6mlに成長する。
- 「**へんしん**」... お湯につけると変色することを実験する。
- 「**みやづ**」... 宮津の海でアカモクは育つ。



### 食育内容②

#### ☆アカモクの試食

- 9月(介入群) アカモクそうめん
- 12月(対照群) アカモクおやき

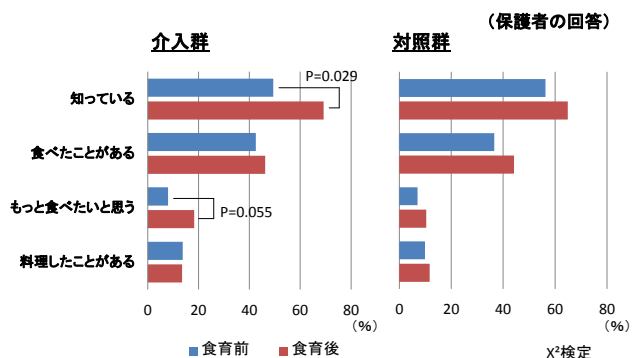


#### ☆保護者向け配布物(9月)

- 食育授業の内容(介入群のみ)
  - アンケート調査結果報告
  - 地場産物を使用したレシピ
- (②、③は宮津市内全園に配布)



### 結果① 介入群および対照群における食育前後のアカモクの利用の比較



## ②□ 直売所

「宮津まごころ市」



年齢別にみた購入目的

| 上段：人<br>下段：% | 合計         | 野菜         | 果物        | 米        | 卵         | 菓子類      | 農産加工      | 弁当惣菜      | 水産加工     | 目的なく       | 休憩       | 土産 | その他      |
|--------------|------------|------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|------------|----------|----|----------|
| 合計           | 124<br>100 | 93<br>75.0 | 11<br>8.9 | 4<br>3.2 | 12<br>9.7 | 5<br>4.0 | 11<br>8.9 | 6<br>4.8  | 6<br>4.8 | 15<br>12.1 | 1<br>0.8 | -  | 3<br>2.4 |
| 30歳代未満       | 3<br>100   | -          | -         | -        | -         | -        | 1<br>33.3 | -         | -        | 2<br>66.7  | -        | -  | -        |
| 30歳代         | 13<br>100  | 8<br>61.5  | -         | 1<br>7.7 | 4<br>30.8 | -        | -         | 1<br>7.7  | -        | 2<br>15.4  | -        | -  | -        |
| 40歳代         | 15<br>100  | 12<br>80.0 | -         | 1<br>6.7 | 1<br>6.7  | -        | -         | -         | -        | 3<br>20.0  | -        | -  | -        |
| 50歳代         | 28<br>100  | 20<br>71.4 | 3<br>10.7 | -        | 1<br>3.6  | 2<br>7.1 | 2<br>7.1  | -         | 2<br>7.1 | 5<br>17.9  | -        | -  | 1<br>3.6 |
| 60歳代         | 29<br>100  | 22<br>75.9 | 2<br>6.9  | 1<br>3.4 | 3<br>10.3 | 2<br>6.9 | 4<br>13.8 | 3<br>10.3 | 1<br>3.4 | 3<br>10.3  | 1<br>3.4 | -  | 1<br>3.4 |
| 70歳代以上       | 36<br>100  | 31<br>86.1 | 6<br>16.7 | 1<br>2.8 | 3<br>8.3  | 1<br>2.8 | 4<br>11.1 | 2<br>5.6  | 3<br>8.3 | -          | -        | -  | 1<br>2.8 |

資料：アンケート調査より作成

