

族と一緒に食事をすることは、「1.大切であるのでなるべく一緒に」、「2.大切であると思うが忙しければ仕方がない」を加えると、おおむね70%以上であった（表12）。

家で食事をするときあいさつをするか？では、他が70%以上「1.いつもする」と答えたのに比べ、モデル教育群の男子が61.2%と低かった（表13）。

家族と食事をしながら、食べ物や栄養や健康について話をすることは、「4.あまりない」「5.全くない」をあわせると35%~50%であり、それらの話題について友人とは、65%以上が「4.あまりない」、「5.まったくない」と回答していた（表20,21）。

「外食をする時や食品を買うときに食品のラベルやカロリーの表示などをみるか」では、「4.ほとんど見ない」と「5.わからない」をあわせると、モデル教育群の男子が約60%と他に比べて多かった（表22）。さらに、「選ぶことができるか」という質問も同様の傾向であった（表23）。

「元気で健康な生活をするために大切なことは」の質問では、栄養を考えて食事をする、野菜をたくさん食べる、給食をきちんと食べるのすべての質問項目で、モデル教育群の男子は他の群より「1.とても大切」と答えた者が10%以上少なかった（表24）。また、自分がやれるという自信も、有意に少なかった（表25）。

「もしも朝食が用意されていなかったら」という質問では、男子に比べ女子が「1.自分で作る」と答えた者が多かった。また、「4.食べない」と答えた者も3.6%~12.8%存在した（表26）。

「健康を考えておやつを選ぶとしたら」という質問では、シャーベット V.S.アイス

クリームで比較群の男女間で有意差がなかった以外は、すべてに男女差が見られ、女子の方が健康によい方を選ぶ者が多かった（表27）。さらに、「からだによい食事を作ってくれるように、保護者に頼むことができるか」という質問では、男子に比べ、女子で「1.かなりできる」と答えた者が多かった。一方、「5.ぜんぜんできない」と答えた者も1.9~19.40%存在した（表28）。

「家族はあなたが体によい食事をすると思ふか」という質問で、「1.非常に喜ぶ」と答えた者が、他では40%前後であったのに比べ、モデル教育群の男子で23.5%と有意に少なかった（表29）。一方、「あなたが勉強でよい成績をとると喜ぶと思ふか」では、58.2%~72.2%と有意差は見られなかった（表30）。

「からだや健康についてもっと勉強したいか」では、モデル教育群の男子で、「4.あまりしかくない」「5.ぜんぜんしたくない」が併せて40%程度と、他に比べ多かった（表31）。

次の用語を知っているかでは、主食では80%前後、主菜では40%前後、副菜では、20%前後であった（表32,34,36）。

「やせたいと思って食事制限をしたことがあるか」では、70%程度は、「4.したことがない」と答えていた（表39）。また、現在の体重をどう思うかでは、「1.もっと太りたい」が10%前後、「2.もっとやせたい」が30%前後であった（表40）。

学校の体育のほかに、多くの者は定期的に運動を行っていたが、「5.ほとんどない」も5%前後見られた（表41）。塾やお稽古ごとには、80%程度の者が通っており（表42）、そのために「夕食の時間が遅くなったり、2

「回食べたりすることがあるか」では40-50%程度の者が、「1.よくある」「2.ときどきある」と答えていた。

健康日本21の地方計画版である「健康せたがやプラン」については、全く知らない者が44.6～75.9%見られた(表44)。また、「将来も世田谷に住みたいか」では、「1.将来も住みたいと思う」と答えた者は15.3～38.6%であった(表45)。

「タバコを吸ってみたいか」では、「2.吸いたくない」と答えた者は、76.9～90.4%(表46)で、体によくないと思うと95%以上の者が答えた(表47)。アルコールについては、「2.飲みたくない」と答えた者が30～50%程度で、80%程度の者が「2.体によくないと思う」と答えていた(表48,49)。

D.考察

モデル教育群の男子に、食事をおいしく食べていない、楽しくない傾向がみられ、買い物を家族とせず、外食や食品を買うときに食品のラベルやカロリーの表示などを見なかったり、さらには選べなかったり、といった者が比較群と比べて多かった。また、健康で元気な生活をするために、栄養を考えて食事をする、野菜をたくさん食べる、給食をきちんと食べることがとても大切であると考えている者が少なく、自分がやれるという自信がある者も少なかった。

E.結論

特に、モデル教育群の男子に食生活上の課題があることが明らかになった。この実態を配慮した教育プログラムの開発、及び評価法を検討する必要があると考えられた。

表1 対象者の性別、人数

学校別	性別	性別		合計
		男	女	
S(モデル教育群)		32	32	64
Y(モデル教育群)		66	51	117
M(比較群)		29	26	55
K(比較群)		73	66	139
T(比較群)		31	15	46
G(比較群)		63	51	114
合計		294	241	535

表2 「健康とは何か？」で最も自分の考えに近いもの(問1)

N=534(%)

群別	性別	1 しあわせ	2 心も体もじょうぶ	3 勉強ができる	4 生きがいがある	5 意識しない	6 長生き
モデル教育群	男	2 (2.0)	19 (19.4)	0 (0.0)	1 (1.0)	1 (1.0)	13 (13.27)
	女	2 (2.4)	32 (38.6)	0 (0.0)	1 (1.2)	1 (1.2)	1 (1.20)
	計	4 (2.2)	51 (28.2)	0 (0.0)	2 (1.1)	2 (1.1)	14 (7.73)
比較群	男	6 (3.1)	45 (23.1)	0 (0.0)	8 (4.1)	1 (0.5)	8 (4.10)
	女	12 (7.6)	40 (25.3)	2 (1.3)	2 (1.3)	0 (0.0)	8 (5.06)
	計	18 (5.1)	85 (24.1)	2 (0.6)	10 (2.8)	1 (0.3)	16 (4.53)

7 病気でない	8 調子よい(食・眠・便)	9 仲がよい	10 体が丈夫	11 友人関係うまくいく	12 規則正しい
12 (12.2)	12 (12.2)	0 (0.0)	26 (26.5)	2 (2.0)	5 (5.10)
6 (7.2)	9 (10.8)	1 (1.2)	22 (26.5)	1 (1.2)	5 (6.02)
18 (9.9)	21 (11.6)	1 (0.6)	48 (26.5)	3 (1.7)	10 (5.52)
19 (9.7)	16 (8.2)	4 (2.1)	67 (34.4)	6 (3.1)	8 (4.10)
10 (6.3)	19 (12.0)	2 (1.3)	49 (31.0)	3 (1.9)	8 (5.06)
29 (8.2)	35 (9.9)	6 (1.7)	116 (32.9)	9 (2.5)	16 (4.53)

13 やる気	14 人を好き	15 その他	16 わからない	無効回答	合計
1 (1.0)	1 (1.0)	2 (2.0)	1 (1.0)	0 (0.0)	98 (100.0)
0 (0.0)	1 (1.2)	1 (1.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	83 (100.0)
1 (0.6)	2 (1.1)	3 (1.7)	1 (0.6)	0 (0.0)	181 (100.0)
3 (1.5)	0 (0.0)	1 (0.5)	2 (1.0)	1 (0.5)	195 (100.0)
1 (0.6)	1 (0.6)	0 (0.0)	1 (0.6)	0 (0.0)	158 (100.0)
4 (1.1)	1 (0.3)	1 (0.3)	3 (0.8)	1 (0.3)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

表3 自分のことを健康と思うか(問2)、しあわせだと思うか(問3)

N=534(%)

群別	性別	1.健康である	2.まあ健康である	3.どちらともいえない	4.あまり健康ではない	5.健康ではない	合計
モデル教育群	男	31 (31.6)	42 (42.9)	16 (16.3)	5 (5.1)	4 (4.1)	98 (100.0)
	女	32 (38.6)	33 (39.8)	14 (16.9)	1 (1.2)	3 (3.6)	83 (100.0)
	合計	63 (34.8)	75 (41.4)	30 (16.6)	6 (3.3)	7 (3.9)	181 (100.0)
比較群	男	77 (39.5)	87 (44.6)	21 (10.8)	10 (5.1)	0 (0.0)	195 (100.0)
	女	60 (38.0)	68 (43.0)	19 (12.0)	9 (5.7)	2 (1.3)	158 (100.0)
	合計	137 (38.8)	155 (43.9)	40 (11.3)	19 (5.4)	2 (0.6)	353 (100.0)

群別	性別	1.とてもしあわせ	2.まあまあしあわせ	3.どちらともいえない	4.あまりしあわせではない	5.全然しあわせではない	合計
モデル教育群	男	31 (31.6)	38 (38.8)	23 (23.5)	3 (3.1)	3 (3.1)	98 (100.0)
	女	38 (45.8)	30 (36.1)	11 (13.3)	1 (1.2)	3 (3.6)	83 (100.0)
	合計	69 (38.1)	68 (37.6)	34 (18.8)	4 (2.2)	6 (3.3)	181 (100.0)
比較群	男	83 (42.6)	74 (37.9)	28 (14.4)	7 (3.6)	3 (1.5)	195 (100.0)
	女	77 (48.7)	51 (32.3)	20 (12.7)	9 (5.7)	1 (0.6)	158 (100.0)
	合計	160 (45.3)	125 (35.4)	48 (13.6)	16 (4.5)	4 (1.1)	353 (100.0)

健康	群間の有意差	男女間の有意差	幸せ	群間の有意差	男女間の有意差
男	p<0.05	モデル教育群	男	n.p.	モデル教育群
女	n.p.	比較群	女	n.p.	比較群

表4 「だるい」とか「疲れた」と感じることもあるか(問4)

N=534(%)

群別	性別	1.いつも	2.時々	3.どちらともいえない	4.あまり感じない	5.ぜんぜん感じない	合計
モデル教育群	男	14 (14.3)	54 (55.1)	8 (8.2)	17 (17.3)	5 (5.1)	98 (100.0)
	女	11 (13.3)	39 (47.0)	11 (13.3)	20 (24.1)	2 (2.4)	83 (100.0)
	合計	25 (13.8)	93 (51.4)	19 (10.5)	37 (20.4)	7 (3.9)	181 (100.0)
比較群	男	18 (9.2)	111 (56.9)	25 (12.8)	36 (18.5)	5 (2.6)	195 (100.0)
	女	11 (7.0)	103 (65.2)	21 (13.3)	18 (11.4)	5 (3.2)	158 (100.0)
	合計	29 (8.2)	214 (60.6)	46 (13.0)	54 (15.3)	10 (2.8)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	p<0.05	比較群	n.p.

表5 気持ちがぐらくなったり、何もやる気がしないことがあるか(問5)

		N=534(%)							
群別	性別	1.よくある	2.時々ある	3.どちらともいえない	4.あまりない	5.全然ない	合計		
モデル教育群	男	18 (18.4)	30 (30.6)	14 (14.3)	25 (25.5)	11 (11.2)	98 (100.00)		
	女	10 (12.0)	32 (38.6)	10 (12.0)	23 (27.7)	8 (9.6)	83 (100.00)		
	合計	28 (15.5)	62 (34.3)	24 (13.3)	48 (26.5)	19 (10.5)	181 (100.00)		
比較群	男	16 (8.2)	65 (33.3)	32 (16.4)	66 (33.8)	16 (8.2)	195 (100.00)		
	女	8 (5.1)	53 (33.5)	32 (20.3)	57 (36.1)	8 (5.1)	158 (100.00)		
	合計	24 (6.8)	118 (33.4)	64 (18.1)	123 (34.8)	24 (6.8)	353 (100.00)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

表6 食事をおいしく食べているか(問6)

		N=534(%)							
群別	性別	1.いつも	2.時々	3.どちらともいえない	4.あまりしていない	5.全然していない	合計		
モデル教育群	男	60 (61.2)	17 (17.3)	15 (15.3)	4 (4.1)	2 (2.0)	98 (100.00)		
	女	61 (73.5)	17 (20.5)	5 (6.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	83 (100.00)		
	合計	121 (66.9)	34 (18.8)	20 (11.0)	4 (2.2)	2 (1.1)	181 (100.00)		
比較群	男	142 (72.8)	33 (16.9)	19 (9.7)	1 (0.5)	0 (0.0)	195 (100.00)		
	女	121 (76.6)	27 (17.1)	8 (5.1)	2 (1.3)	0 (0.0)	158 (100.00)		
	合計	263 (74.5)	60 (17.0)	27 (7.6)	3 (0.8)	0 (0.0)	353 (100.00)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	p<0.05	モデル教育群	p<0.05
女	n.p.	比較群	n.p.

表7 楽しく食事をしているか(問7)

		N=534(%)							
群別	性別	1.いつも	2.ときどき	3.どちらともいえない	4.あまりしていない	5.全然していない	合計		
モデル教育群	男	44 (44.9)	32 (32.7)	15 (15.3)	5 (5.1)	2 (2.0)	98 (100.00)		
	女	57 (68.7)	18 (21.7)	5 (6.0)	3 (3.6)	0 (0.0)	83 (100.00)		
	合計	101 (55.8)	50 (27.6)	20 (11.0)	8 (4.4)	2 (1.1)	181 (100.00)		
比較群	男	124 (63.6)	44 (22.6)	24 (12.3)	2 (1.0)	1 (0.5)	195 (100.00)		
	女	109 (69.0)	33 (20.9)	8 (5.1)	5 (3.2)	3 (1.9)	158 (100.00)		
	合計	233 (66.0)	77 (21.8)	32 (9.1)	7 (2.0)	4 (1.1)	353 (100.00)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	p<0.05	モデル教育群	p<0.05
女	n.p.	比較群	n.p.

表8 食事のことで気をつけたり、実行したりしていることがあるか(問8)

		N=534(%)		
群別	性別	1.ある	2.ない	合計
モデル教育群	男	25 (25.5)	73 (74.5)	98 (100.0)
	女	39 (47.0)	44 (53.0)	83 (100.0)
	合計	64 (35.4)	117 (64.6)	181 (100.0)
比較群	男	91 (46.7)	104 (53.3)	195 (100.0)
	女	94 (59.5)	64 (40.5)	158 (100.0)
	合計	185 (52.4)	168 (47.6)	353 (100.0)

表9 朝食を食べるか?(問9)

		N=534(%)							
群別	性別	1.毎日	2.週に4.5日	3.週に2.3日	4.ほとんど食べなし	無効回答	合計		
モデル教育群	男	85 (86.7)	9 (9.2)	1 (1.0)	3 (3.1)	0 (0.0)	98 (100.00)		
	女	76 (91.6)	4 (4.8)	1 (1.2)	2 (2.4)	0 (0.0)	83 (100.00)		
	計	161 (89.0)	13 (7.2)	2 (1.1)	5 (2.8)	0 (0.0)	181 (100.00)		
比較群	男	163 (83.6)	21 (10.8)	4 (2.1)	6 (3.1)	1 (0.5)	195 (100.00)		
	女	145 (91.8)	5 (3.2)	2 (1.3)	5 (3.2)	1 (0.6)	158 (100.00)		
	計	308 (87.3)	26 (7.4)	6 (1.7)	11 (3.1)	2 (0.6)	353 (100.00)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

表10 朝食を大人と食べるか(問10)

N=534(%)

群別	性別	1.毎日	2.週に4.5日	3.週に2.3日	4.週に1日	5.ほとんど食べない	無効回答
モデル教育群	男	32 (32.7)	17 (17.3)	16 (16.3)	9 (9.2)	24 (24.5)	0 (0.00)
	女	39 (47.0)	9 (10.8)	13 (15.7)	6 (7.2)	16 (19.3)	0 (0.00)
	計	71 (39.2)	26 (14.4)	29 (16.0)	15 (8.3)	40 (22.1)	0 (0.00)
比較群	男	77 (39.5)	22 (11.3)	25 (12.8)	23 (11.8)	46 (23.6)	2 (1.03)
	女	72 (45.6)	22 (13.9)	20 (12.7)	14 (8.9)	30 (19.0)	0 (0.00)
	計	149 (42.2)	44 (12.5)	45 (12.7)	37 (10.5)	76 (21.5)	2 (0.57)

合計
98 (100.0)
83 (100.0)
181 (100.0)
195 (100.0)
158 (100.0)
353 (100.0)

群間の有意差	
男	n.p.
女	n.p.

男女間の有意差	
モデル教育群	n.p.
比較群	n.p.

表11 夕食を大人と食べるか(問11)

N=534(%)

群別	性別	1.毎日	2.週に4.5日	3.週に2.3日	4.週に1日	5.ほとんど食べない	合計
モデル教育群	男	61 (62.2)	19 (19.4)	11 (11.2)	2 (2.0)	5 (5.1)	98 (100.00)
	女	64 (77.1)	10 (12.0)	7 (8.4)	1 (1.2)	1 (1.2)	83 (100.00)
	計	125 (69.1)	29 (16.0)	18 (9.9)	3 (1.7)	6 (3.3)	181 (100.00)
比較群	男	127 (65.1)	43 (22.1)	17 (8.7)	6 (3.1)	2 (1.0)	195 (100.00)
	女	104 (65.8)	34 (21.5)	15 (9.5)	3 (1.9)	2 (1.3)	158 (100.00)
	計	231 (65.4)	77 (21.8)	32 (9.1)	9 (2.5)	4 (1.1)	353 (100.00)

群間の有意差	
男	n.p.
女	n.p.

男女間の有意差	
モデル教育群	n.p.
比較群	n.p.

表12 家族と一緒に食事をする事は？(問12)

N=534(%)

群別	性別	1.とても大切なので なるべく一緒に	2.大切だと思うが忙 しければ仕方がない	3.そろってもそろわ なくてもどちらでも	4.できれば別々の 方がよい	5.何とも思わない	6.わからない
モデル教育群	男	30 (30.6)	39 (39.8)	15 (15.3)	1 (1.0)	11 (11.2)	2 (2.04)
	女	32 (38.6)	38 (45.8)	7 (8.4)	0 (0.0)	3 (3.6)	3 (3.61)
	合計	62 (34.3)	77 (42.5)	22 (12.2)	1 (0.6)	14 (7.7)	5 (2.76)
比較群	男	77 (39.5)	78 (40.0)	10 (5.1)	4 (2.1)	13 (6.7)	10 (5.13)
	女	87 (55.1)	60 (38.0)	4 (2.5)	2 (1.3)	2 (1.3)	2 (1.27)
	合計	164 (46.5)	138 (39.1)	14 (4.0)	6 (1.7)	15 (4.2)	12 (3.40)

無効回答	合計
0 (0.0)	98 (100.0)
0 (0.0)	83 (100.0)
0 (0.0)	181 (100.0)
3 (1.5)	195 (100.0)
1 (0.6)	158 (100.0)
4 (1.1)	353 (100.0)

群間の有意差	
男	p<0.05
女	n.p.

男女間の有意差	
モデル教育群	n.p.
比較群	p<0.05

表13 家で食事をするときあいさつをするか(問13)

N=534(%)

群別	性別	1.いつもする	2.時々する	3.たまにする	4.全然しない	合計
モデル教育群	男	60 (61.2)	19 (19.4)	9 (9.2)	10 (10.2)	98 (100.0)
	女	69 (83.1)	11 (13.3)	2 (2.4)	1 (1.2)	83 (100.0)
	合計	129 (71.3)	30 (16.6)	11 (6.1)	11 (6.1)	181 (100.0)
比較群	男	143 (73.3)	33 (16.9)	15 (7.7)	4 (2.1)	195 (100.0)
	女	122 (77.2)	23 (14.6)	10 (6.3)	3 (1.9)	158 (100.0)
	合計	265 (75.1)	56 (15.9)	25 (7.1)	7 (2.0)	353 (100.0)

群間の有意差	
男	p<0.05
女	n.p.

男女間の有意差	
モデル教育群	p<0.05
比較群	n.p.

表14 家で食事を作ったり、もりつけたり、皿を並べたりするか(問14)

		N=534(%)								
群別	性別	1.ほぼ毎日	2.週3,4回	3.週1,2回	4.月に1,2回程度	5.ほとんどない	無効回答			
モデル教育群	男	28 (28.6)	15 (15.3)	26 (26.5)	12 (12.2)	16 (16.3)	1 (1.02)			
	女	48 (57.8)	20 (24.1)	8 (9.6)	5 (6.0)	2 (2.4)	0 (0.00)			
	合計	76 (42.0)	35 (19.3)	34 (18.8)	17 (9.4)	18 (9.9)	1 (0.55)			
比較群	男	58 (29.7)	51 (26.2)	41 (21.0)	23 (11.8)	21 (10.8)	1 (0.51)			
	女	70 (44.3)	39 (24.7)	34 (21.5)	10 (6.3)	5 (3.2)	0 (0.00)			
	合計	128 (36.3)	90 (25.5)	75 (21.2)	33 (9.3)	26 (7.4)	1 (0.28)			

合計
98 (100.0)
83 (100.0)
181 (100.0)
195 (100.0)
158 (100.0)
353 (100.0)

群間の有意差
男 n.p.
女 n.p.

男女間の有意差
モデル教育群 p<0.01
比較群 p<0.01

表15 家族と一緒に食べ物の買い物をすることがあるか(問15-1)

		N=534(%)								
群別	性別	1.ほぼ毎日	2.週3,4回	3.週1,2回	4.月に1,2回程度	5.ほとんどない	無効回答			
モデル教育群	男	3 (3.1)	11 (11.2)	44 (44.9)	24 (24.5)	16 (16.3)	0 (0.00)			
	女	7 (8.4)	21 (25.3)	41 (49.4)	9 (10.8)	5 (6.0)	0 (0.00)			
	合計	10 (5.5)	32 (17.7)	85 (47.0)	33 (18.2)	21 (11.6)	0 (0.00)			
比較群	男	13 (6.7)	28 (14.4)	77 (39.5)	45 (23.1)	30 (15.4)	2 (1.03)			
	女	8 (5.1)	30 (19.0)	80 (50.6)	29 (18.4)	11 (7.0)	0 (0.00)			
	合計	21 (5.9)	58 (16.4)	157 (44.5)	74 (21.0)	41 (11.6)	2 (0.57)			

合計
98 (100.0)
83 (100.0)
181 (100.0)
195 (100.0)
158 (100.0)
353 (100.0)

群間の有意差
男 n.p.
女 n.p.

男女間の有意差
モデル教育群 p<0.01
比較群 p<0.05

表16 買い物をする場所(問15で1, 2, 3に○をつけたもののうち) (問15-2)

		N=363(%)						
群別	性別	1.近くの店が多い	2.遠くの店が多い	3.遠い・近い半々	4.わからない	無効回答	合計	
モデル教育群	男	31 (53.4)	9 (15.5)	16 (27.6)	2 (3.4)	0 (0.0)	58 (100.00)	
	女	29 (42.0)	3 (4.3)	36 (52.2)	1 (1.4)	0 (0.0)	69 (100.00)	
	合計	60 (47.2)	12 (9.4)	52 (40.9)	3 (2.4)	0 (0.0)	127 (100.00)	
比較群	男	50 (42.4)	16 (13.6)	51 (43.2)	0 (0.0)	1 (0.8)	118 (100.00)	
	女	43 (36.4)	8 (6.8)	65 (55.1)	2 (1.7)	0 (0.0)	118 (100.00)	
	合計	93 (39.4)	24 (10.2)	116 (49.2)	2 (0.8)	1 (0.4)	236 (100.00)	

群間の有意差
男 n.p.
女 n.p.

男女間の有意差
モデル教育群 p<0.05
比較群 n.p.

表17 自分ひとりで食べ物を買うことがあるか(おやつも含む) (問16-1)

		N=534(%)								
群別	性別	1.ほぼ毎日	2.週3,4回	3.週1,2回	4.月に1,2回程度	5.ほとんどない	合計			
モデル教育群	男	6 (6.1)	21 (21.4)	33 (33.7)	20 (20.4)	18 (18.4)	98 (100.00)			
	女	5 (6.0)	15 (18.1)	34 (41.0)	13 (15.7)	16 (19.3)	83 (100.00)			
	合計	11 (6.1)	36 (19.9)	67 (37.0)	33 (18.2)	34 (18.8)	181 (100.00)			
比較群	男	9 (4.6)	29 (14.9)	70 (35.9)	48 (24.6)	39 (20.0)	195 (100.00)			
	女	9 (5.7)	23 (14.6)	50 (31.6)	34 (21.5)	42 (26.6)	158 (100.00)			
	合計	18 (5.1)	52 (14.7)	120 (34.0)	82 (23.2)	81 (22.9)	353 (100.00)			

群間の有意差
男 n.p.
女 n.p.

男女間の有意差
モデル教育群 n.p.
比較群 n.p.

表18 買い物をする場所(問16で1, 2, 3,に○をつけたもののうち) (問16-2)

		N=304(%)							
群別	性別	1.近くの店が多い	2.遠くの店が多い	3.遠い・近い半々	4.わからない	無効回答	合計		
モデル教育群	男	39 (65.0)	4 (6.7)	13 (21.7)	3 (5.0)	1 (1.7)	60 (100.00)		
	女	41 (75.9)	1 (1.9)	12 (22.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	54 (100.00)		
	合計	80 (70.2)	5 (4.4)	25 (21.9)	3 (2.6)	1 (0.9)	114 (100.00)		
比較群	男	86 (79.6)	5 (4.6)	15 (13.9)	2 (1.9)	0 (0.0)	108 (100.00)		
	女	70 (85.4)	2 (2.4)	10 (12.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	82 (100.00)		
	合計	156 (82.1)	7 (3.7)	25 (13.2)	2 (1.1)	0 (0.0)	190 (100.00)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

表19 近くの店で、食べ物や栄養や健康についてのポスターを見たり、お店の人と話したりすることがあるか(問17)

		N=534(%)						
群別	性別	1.何度もある	2.数回(2,3回)ある	3.ほとんどない	4.覚えていない	合計		
モデル教育群	男	13 (13.3)	11 (11.2)	52 (53.1)	22 (22.4)	98 (100.0)		
	女	14 (16.9)	27 (32.5)	28 (33.7)	14 (16.9)	83 (100.0)		
	合計	27 (14.9)	38 (21.0)	80 (44.2)	36 (19.9)	181 (100.0)		
比較群	男	21 (10.8)	44 (22.6)	105 (53.8)	25 (12.8)	195 (100.0)		
	女	23 (14.6)	48 (30.4)	71 (44.9)	16 (10.1)	158 (100.0)		
	合計	44 (12.5)	92 (26.1)	176 (49.9)	41 (11.6)	353 (100.0)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	p<0.05	モデル教育群	p<0.01
女	n.p.	比較群	n.p.

表20 家族と食事をしながら、食べ物や栄養や健康について話をするがあるか(問18)

		N=534(%)							
群別	性別	1.よくある	2.時々ある	3.どちらともいえない	4.あまりない	5.まったくない	合計		
モデル教育群	男	10 (10.2)	22 (22.4)	12 (12.2)	27 (27.6)	27 (27.6)	98 (100.00)		
	女	9 (10.8)	27 (32.5)	14 (16.9)	22 (26.5)	11 (13.3)	83 (100.00)		
	合計	19 (10.5)	49 (27.1)	26 (14.4)	49 (27.1)	38 (21.0)	181 (100.00)		
比較群	男	15 (7.7)	70 (35.9)	26 (13.3)	49 (25.1)	35 (17.9)	195 (100.00)		
	女	18 (11.4)	61 (38.6)	23 (14.6)	46 (29.1)	10 (6.3)	158 (100.00)		
	合計	33 (9.3)	131 (37.1)	49 (13.9)	95 (26.9)	45 (12.7)	353 (100.00)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	p<0.05

表21 友だちと、食べ物や栄養や健康について話をするがあるか(問19)

		N=534(%)							
群別	性別	1.よくある	2.時々ある	3.どちらともいえない	4.あまりない	5.まったくない	無効回答		
モデル教育群	男	2 (2.0)	3 (3.1)	8 (8.2)	22 (22.4)	63 (64.3)	0 (0.0)		
	女	0 (0.0)	8 (9.6)	8 (9.6)	34 (41.0)	33 (39.8)	0 (0.0)		
	合計	2 (1.1)	11 (6.1)	16 (8.8)	56 (30.9)	96 (53.0)	0 (0.0)		
比較群	男	0 (0.0)	19 (9.7)	20 (10.3)	75 (38.5)	80 (41.0)	1 (0.51)		
	女	3 (1.9)	20 (12.7)	30 (19.0)	68 (43.0)	37 (23.4)	0 (100.00)		
	合計	3 (0.8)	39 (11.0)	50 (14.2)	143 (40.5)	117 (33.1)	1 (0.28)		

合計		群間の有意差		男女間の有意差	
98	(100.0)	男	p<0.01	モデル教育群	p<0.01
83	(100.0)	女	p<0.05	比較群	p<0.01
181	(100.0)				
195	(100.0)				
158	(100.0)				
353	(100.0)				

表22 外食する時や食品を買う時に、食品のラベルやカロリーの表示などをみるか(問20)

		N=534(%)							
群別	性別	1.いつも見る	2.時々見る	3.あまり見ない	4.ほとんど見ない	5.わからない	合計		
モデル教育群	男	8 (8.2)	15 (15.3)	19 (19.4)	42 (42.9)	14 (14.3)	98 (100.00)		
	女	13 (15.7)	27 (32.5)	14 (16.9)	23 (27.7)	6 (7.2)	83 (100.00)		
	合計	21 (11.6)	42 (23.2)	33 (18.2)	65 (35.9)	20 (11.0)	181 (100.00)		
比較群	男	23 (11.8)	44 (22.6)	34 (17.4)	75 (38.5)	19 (9.7)	195 (100.00)		
	女	26 (16.5)	61 (38.6)	28 (17.7)	36 (22.8)	7 (4.4)	158 (100.00)		
	合計	49 (13.9)	105 (29.7)	62 (17.6)	111 (31.4)	26 (7.4)	353 (100.00)		

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	p<0.05
女	n.p.	比較群	p<0.01

表23 食品やおやつを買う時、食品のラベルやカロリーを見て選ぶことができるか(問21)

		N=534(%)						
群別	性別	1.かなりできると思う	2.少しできると思う	3.どちらともいえない	4.あまりできないと思	5.まったくできない	合計	
モデル教育群	男	8 (8.2)	25 (25.5)	26 (26.5)	15 (15.3)	24 (24.5)	98 (100.00)	
	女	13 (15.7)	26 (31.3)	25 (30.1)	14 (16.9)	5 (6.0)	83 (100.00)	
	合計	21 (11.6)	51 (28.2)	51 (28.2)	29 (16.0)	29 (16.0)	181 (100.00)	
比較群	男	24 (12.3)	54 (27.7)	60 (30.8)	30 (15.4)	27 (13.8)	195 (100.00)	
	女	27 (17.1)	60 (38.0)	47 (29.7)	19 (12.0)	5 (3.2)	158 (100.00)	
	合計	51 (14.4)	114 (32.3)	107 (30.3)	49 (13.9)	32 (9.1)	353 (100.00)	

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	p<0.05
女	n.p.	比較群	p<0.01

表24 あなたが元気で健康な生活をするために大切なこと(5段階選択肢で「1.とても大切」と答えた者)(問22)

		N=534(%)					
群別	性別	栄養を考えて食事をする	野菜をたくさん食べる	給食をきちんと食べる	合計		
モデル教育群	男	48 (49.0)	41 (41.8)	51 (52.0)	98 (100.0)		
	女	56 (67.5)	55 (66.3)	62 (74.7)	83 (100.0)		
	計	104 (57.5)	96 (53.0)	113 (62.4)	181 (100.0)		
比較群	男	127 (65.1)	121 (62.1)	136 (69.7)	195 (100.0)		
	女	123 (77.8)	115 (72.8)	108 (68.4)	158 (100.0)		
	計	250 (70.8)	236 (66.9)	244 (69.1)	353 (100.0)		

群間の有意差	男	P<0.01	P<0.01	P<0.01		
	女	n.p.	n.p.	n.p.		
男女間の有意差	モデル教育群	P<0.01	P<0.01	P<0.01		
	比較群	n.p.	n.p.	n.p.		

表25 あなたは健康な生活をするために「自分はやれる」という自信はあるか(5段階選択肢で「1.かなりできると思う」と答えた者)(問23)

		N=534(%)					
群別	性別	栄養を考えて食事をする	野菜をたくさん食べる	給食をきちんと食べる	合計		
モデル教育群	男	7 (7.1)	30 (30.6)	52 (53.1)			
	女	10 (12.0)	41 (49.4)	57 (68.7)			
	計	17 (9.4)	71 (39.2)	109 (60.2)			
比較群	男	29 (14.9)	82 (42.1)	133 (68.2)			
	女	21 (13.3)	80 (50.6)	83 (52.5)			
	計	50 (14.2)	162 (45.9)	216 (61.2)			

群間の有意差	男	P<0.01	n.p.	n.p.		
	女	n.p.	n.p.	n.p.		
男女間の有意差	モデル教育群	P<0.01	P<0.01	n.p.		
	比較群	n.p.	n.p.	n.p.		

表26 もしも朝食が用意されていなかったら(問24)

		N=534(%)						
群別	性別	1.自分で作る	2.家にあるものを食べる	3.買いに行つて食べる	4.食べない	5.その他	合計	
モデル教育群	男	25 (25.5)	55 (56.1)	8 (8.2)	8 (8.2)	2 (2.0)	98 (100.00)	
	女	45 (54.2)	33 (39.8)	1 (1.2)	3 (3.6)	1 (1.2)	83 (100.00)	
	計	70 (38.7)	88 (48.6)	9 (5.0)	11 (6.1)	3 (1.7)	181 (100.00)	
比較群	男	47 (24.1)	102 (52.3)	9 (4.6)	25 (12.8)	12 (6.2)	195 (100.00)	
	女	60 (38.0)	78 (49.4)	2 (1.3)	10 (6.3)	8 (5.1)	158 (100.00)	
	計	107 (30.3)	180 (51.0)	11 (3.1)	35 (9.9)	20 (5.7)	353 (100.00)	

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	P<0.01
女	n.p.	比較群	P<0.05

表27 健康を考えておやつを選ぶとしたら(健康によい方を選んだ者)(問25)

		N=534(%)					
群別	性別	1.くだもの(VSポテトチップ、わからない)	2.シャーベット(VSアイスクリーム、わからない)	3.お茶(VS炭酸飲料、わからない)	合計		
モデル教育群	男	65 (66.3)	45 (45.9)	63 (64.3)			
	女	79 (95.2)	51 (61.4)	75 (90.4)			
	計	144 (79.6)	96 (53.0)	138 (76.2)			
比較群	男	155 (79.5)	100 (51.3)	142 (72.8)			
	女	140 (88.6)	82 (51.9)	133 (84.2)			
	計	295 (83.6)	182 (51.6)	275 (77.9)			

群間の有意差	男	P<0.01	n.p.	n.p.		
	女	n.p.	n.p.	n.p.		
男女間の有意差	モデル教育群	P<0.01	P<0.05	P<0.01		
	比較群	P<0.05	n.p.	P<0.05		

表28 からだによい食事を作ってくれるように、保護者に頼むことができるか？(問26)

N=534(%)

群別	性別	1. かなりできる	2. 少しできる	3. どちらともいえない	4. あまりできない	5. ぜんぜんできない	合計
モデル教育群	男	28 (28.6)	16 (16.3)	26 (26.5)	9 (9.2)	19 (19.4)	98 (100.0)
	女	31 (37.3)	25 (30.1)	19 (22.9)	5 (6.0)	3 (3.6)	83 (100.0)
	計	59 (32.6)	41 (22.7)	45 (24.9)	14 (7.7)	22 (12.2)	181 (100.0)
比較群	男	45 (23.1)	53 (27.2)	71 (36.4)	13 (6.7)	13 (6.7)	195 (100.0)
	女	71 (44.9)	44 (27.8)	33 (20.9)	7 (4.4)	3 (1.9)	158 (100.0)
	計	116 (32.9)	97 (27.5)	104 (29.5)	20 (5.7)	16 (4.5)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	P<0.01	モデル教育群	P<0.01
女	n.p.	比較群	P<0.01

表29 家族はあなたが体によい食事をすると思ふと思うか？(問27)

N=534(%)

群別	性別	1.非常に喜ぶと思う	2.少しは喜ぶと思う	3.あまり喜ばない	4.まったく喜ばない	5.わからない	合計
モデル教育群	男	23 (23.5)	32 (32.7)	14 (14.3)	7 (7.1)	22 (22.4)	98 (100.0)
	女	32 (38.6)	31 (37.3)	5 (6.0)	2 (2.4)	13 (15.7)	83 (100.0)
	計	55 (30.4)	63 (34.8)	19 (10.5)	9 (5.0)	35 (19.3)	181 (100.0)
比較群	男	82 (42.1)	66 (33.8)	10 (5.1)	6 (3.1)	31 (15.9)	195 (100.0)
	女	72 (45.6)	55 (34.8)	8 (5.1)	1 (0.6)	22 (13.9)	158 (100.0)
	計	154 (43.6)	121 (34.3)	18 (5.1)	7 (2.0)	53 (15.0)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	P<0.01	モデル教育群	P<0.05
女	n.p.	比較群	n.p.

表30 家族はあなたが勉強で良い成績をとると喜ぶと思うか？(問28)

N=534(%)

群別	性別	1.非常に喜ぶと思う	2.少しは喜ぶと思う	3.あまり喜ばない	4.まったく喜ばない	5.わからない	合計
モデル教育群	男	57 (58.2)	29 (29.6)	3 (3.1)	3 (3.1)	6 (6.1)	98 (100.0)
	女	59 (71.1)	19 (22.9)	1 (1.2)	2 (2.4)	2 (2.4)	83 (100.0)
	計	116 (64.1)	48 (26.5)	4 (2.2)	5 (2.8)	8 (4.4)	181 (100.0)
比較群	男	119 (61.0)	54 (27.7)	6 (3.1)	5 (2.6)	11 (5.6)	195 (100.0)
	女	114 (72.2)	35 (22.2)	4 (0.5)	1 (0.6)	4 (2.5)	158 (100.0)
	計	233 (66.0)	89 (25.2)	10 (2.8)	6 (1.7)	15 (4.2)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

表31 からだや健康についてもっと勉強したいか？(問29)

N=534(%)

群別	性別	1.とてもしたい	2.少しはしたい	3.どちらともいえない	4.あまりしたくない	5.ぜんぜんしたくない	合計
モデル教育群	男	11 (11.2)	20 (20.4)	28 (28.6)	12 (12.2)	27 (27.6)	98 (100.0)
	女	9 (10.8)	25 (30.1)	31 (37.3)	14 (16.9)	4 (4.8)	83 (100.0)
	計	20 (11.0)	45 (24.9)	59 (32.6)	26 (14.4)	31 (17.1)	181 (100.0)
比較群	男	24 (12.3)	75 (38.5)	62 (31.8)	21 (10.8)	13 (6.7)	195 (100.0)
	女	37 (23.4)	72 (45.6)	39 (24.7)	8 (5.1)	2 (1.3)	158 (100.0)
	計	61 (17.3)	147 (41.6)	101 (28.6)	29 (8.2)	15 (4.2)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	P<0.01	モデル教育群	P<0.01
女	P<0.01	比較群	P<0.01

表32 主食ということばを知っているか(問30-(1)-1)

N=534(%)

群別	性別	1.はい	2.いいえ	合計
モデル教育群	男	76 (77.6)	22 (22.4)	98 (100.0)
	女	68 (81.9)	15 (18.1)	83 (100.0)
	合計	144 (79.6)	37 (20.4)	181 (100.0)
比較群	男	168 (86.2)	27 (13.8)	195 (100.0)
	女	135 (85.4)	23 (14.6)	158 (100.0)
	合計	303 (85.8)	50 (14.2)	353 (100.0)

群間の有意差	
男	n.p.
女	n.p.

男女間の有意差	
モデル教育群	n.p.
比較群	n.p.

表33 主食の主な材料となる食品はどれか あてはまる番号すべてに○ (問30-(1)-2)

群別	性別	1.ごはん	2.パン	3.肉	4.魚	5.野菜	6.スナック菓子
モデル教育群	男	59 (60.2)	50 (51.0)	19 (19.4)	16 (16.3)	12 (12.2)	24 (24.49)
	女	58 (69.9)	51 (61.4)	13 (15.7)	13 (15.7)	8 (9.6)	22 (26.51)
	合計	117 (64.6)	101 (55.8)	32 (17.7)	29 (16.0)	20 (11.0)	46 (25.41)
比較群	男	136 (69.7)	89 (45.6)	46 (23.6)	55 (28.2)	44 (22.6)	45 (23.08)
	女	110 (69.6)	69 (43.7)	24 (15.2)	39 (24.7)	26 (16.5)	30 (18.99)
	合計	246 (69.7)	158 (44.8)	70 (19.8)	94 (26.6)	70 (19.8)	75 (21.25)
		7.とうふ	8.牛乳	9.いも	10.たまご	11.ぜんぜんわからない	
		3 (3.1)	5 (5.1)	8 (8.2)	3 (3.1)	9 (9.2)	
		3 (3.6)	10 (12.0)	6 (7.2)	3 (3.6)	3 (3.6)	
		6 (3.3)	15 (8.3)	14 (7.7)	6 (3.3)	12 (6.6)	
		19 (9.7)	30 (15.4)	12 (6.2)	19 (9.7)	13 (6.7)	
		15 (9.5)	16 (10.1)	14 (8.9)	13 (8.2)	14 (8.9)	
		34 (9.6)	46 (13.0)	26 (7.4)	32 (9.1)	27 (7.6)	

*%は、それぞれの対象人数における割合

表34 主菜ということばを知っているか(問30-(2)-1)

		N=534(%)					群間の有意差
群別	性別	1.はい	2.いいえ	無効回答	合計		
モデル教育群	男	35 (35.7)	61 (62.2)	2 (2.0)	98 (100.0)	男 n.p.	
	女	34 (41.0)	49 (59.0)	0 (0.0)	83 (100.0)	女 n.p.	
	合計	69 (38.1)	110 (60.8)	2 (1.1)	181 (100.0)		
比較群	男	71 (36.4)	124 (63.6)	0 (0.0)	195 (100.0)	男女間の有意差	
	女	59 (37.3)	99 (62.7)	0 (0.0)	158 (100.0)	モデル教育群 n.p.	
	合計	130 (36.8)	223 (63.2)	0 (0.0)	353 (100.0)	比較群 n.p.	

表35 主菜の主な材料となる食品はどれか あてはまる番号すべてに○ (問30-(2)-2)

群別	性別	1.ごはん	2.パン	3.肉	4.魚	5.野菜	6.スナック菓子
モデル教育群	男	1 (1.0)	0 (0.0)	6 (6.1)	7 (7.1)	28 (28.6)	1 (1.02)
	女	2 (2.4)	2 (2.4)	9 (10.8)	9 (10.8)	29 (34.9)	1 (1.20)
	合計	3 (1.7)	2 (1.1)	15 (8.3)	16 (8.8)	57 (31.5)	2 (1.11)
比較群	男	6 (3.1)	5 (2.6)	13 (6.7)	20 (10.3)	51 (26.2)	3 (1.54)
	女	2 (1.3)	1 (0.6)	14 (8.9)	15 (9.5)	42 (26.6)	0 (0.00)
	合計	8 (2.3)	6 (1.7)	27 (7.6)	35 (9.9)	93 (26.3)	3 (0.85)
		7.とうふ	8.牛乳	9.いも	10.たまご	11.ぜんぜんわからない	
		5 (5.1)	1 (1.0)	7 (7.1)	3 (3.1)	1 (1.0)	
		1 (1.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (3.6)	4 (4.8)	
		6 (3.3)	1 (0.6)	7 (3.9)	6 (3.3)	5 (2.8)	
		9 (4.6)	1 (0.5)	12 (6.2)	6 3.1	5 (2.6)	
		7 (4.4)	0 (0.0)	7 (4.4)	2 (1.3)	9 (5.7)	
		16 (4.5)	1 (0.3)	19 (5.4)	8	14 (4.0)	

表36 副菜ということばを知っているか(問30-(3)-1)

		N=534(%)					群間の有意差
群別	性別	1.はい	2.いいえ	無効回答	合計		
モデル教育群	男	22 (22.4)	75 (76.5)	1 (1.0)	98 (100.0)	男 n.p.	
	女	14 (16.9)	69 (83.1)	0 (0.0)	83 (100.0)	女 n.p.	
	合計	36 (19.9)	144 (79.6)	1 (0.6)	181 (100.0)		
比較群	男	49 (25.1)	145 (74.4)	1 (0.5)	195 (100.0)	男女間の有意差	
	女	31 (19.7)	125 (79.6)	1 (0.6)	157 (100.0)	モデル教育群 n.p.	
	合計	80 (22.7)	270 (76.7)	2 (0.6)	353 (100.0)	比較群 n.p.	

表37 副菜の主な材料となる食品はどれか あてはまる番号すべてに○ (問30-(3)-2)

群別	性別	1.ごはん	2.パン	3.肉	4.魚	5.野菜	6.スナック菓子
モデル教育群	男	1 (1.0)	2 (2.0)	4 (4.1)	7 (7.1)	8 (8.2)	0 (0.00)
	女	1 (1.2)	1 (1.2)	3 (3.6)	3 (3.6)	4 (4.8)	0 (0.00)
	合計	2 (1.1)	3 (1.7)	7 (3.9)	10 (5.5)	12 (6.7)	0 (0.00)
比較群	男	2 (1.0)	6 (3.1)	8 (4.1)	6 (3.1)	17 (8.7)	2 (1.03)
	女	0 (0.0)	2 (1.3)	6 (3.8)	5 (3.2)	8 (5.1)	2 (1.27)
	合計	2 (0.6)	8 (2.3)	14 (3.8)	11 (3.1)	25 (7.1)	4 (1.13)
		7.とうふ	8.牛乳	9.いも	10.たまご	11.ぜんぜんわからない	
		9 (9.2)	3 (3.1)	8 (8.2)	5 (5.1)	4 (4.1)	
		7 (8.4)	3 (3.6)	4 (4.8)	5 (6.0)	3 (3.6)	
		16 (8.8)	6 (3.3)	12 (6.6)	10 (5.5)	7 (3.9)	
		17 (8.7)	5 (2.6)	19 (9.7)	19 (9.7)	8 (4.1)	
		10 (6.3)	5 (3.2)	12 (7.6)	15 (9.5)	6 (3.8)	
		27 (7.6)	10 (2.8)	31 (8.8)	34 (9.6)	14 (4.0)	

表38 次の食べ物が好きか？(5段階評価で「1. 大好き」と答えた者の割合)(問31)

群別	性別	1. 野菜	2. 青菜	3. キャベツ	4. トマト	5. にんじん	6. たまご
モデル教育群	男	29 (29.6)	32 (32.7)	28 (28.6)	42 (42.9)	29 (29.6)	54 (55.10)
	女	39 (47.0)	44 (53.0)	46 (55.4)	54 (65.1)	31 (37.3)	49 (59.04)
	計	68 (37.6)	76 (42.0)	74 (40.9)	96 (53.0)	60 (33.1)	103 (56.91)
比較群	男	64 (32.8)	74 (37.9)	88 (45.1)	84 (43.1)	67 (34.4)	104 (53.33)
	女	76 (48.1)	75 (47.5)	80 (50.6)	104 (65.8)	59 (37.3)	86 (54.43)
	計	140 (39.7)	149 (42.2)	168 (47.6)	188 (53.3)	126 (35.7)	190 (53.82)
群間の有意差		男 n.p.	P<0.05	P<0.01	n.p.	n.p.	n.p.
		女 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	P<0.05	n.p.
男女間の有意差		モデル教育群 n.p.	P<0.01	P<0.01	P<0.05	n.p.	n.p.
		比較群 P<0.05	n.p.	n.p.	P<0.01	n.p.	n.p.

群別	性別	7. ハム・ソーセージ・ベーコン	8. マヨネーズ	9. スナック菓子	10. あげ物・いため物
モデル教育群	男	72 (73.5)	32 (32.7)	54 (55.1)	48 (49.0)
	女	57 (68.7)	20 (24.1)	33 (39.8)	32 (38.6)
	計	129 (71.3)	52 (28.7)	87 (48.1)	80 (44.2)
比較群	男	129 (66.2)	48 (24.6)	74 (37.9)	102 (52.3)
	女	92 (58.2)	44 (27.8)	54 (34.2)	68 (43.0)
	計	221 (62.6)	92 (26.1)	128 (36.3)	170 (48.2)
群間の有意差		男 n.p.	n.p.	P<0.05	n.p.
		女 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
男女間の有意差		モデル教育群 n.p.	P<0.05	n.p.	n.p.
		比較群 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.

表39 あなたはやせたいと思って食事の量をへらしたり、食べなかつたりしたことがあるか(問32)

N=534(%)

群別	性別	1. よくある	2. ときどきある	3. したことがある	4. したことはない	5. 覚えていない	合計
モデル教育群	男	3 (3.1)	7 (7.1)	8 (8.2)	71 (72.4)	9 (9.2)	98 (100.00)
	女	2 (2.4)	5 (6.0)	5 (6.0)	62 (74.7)	9 (10.8)	83 (100.00)
	計	5 (2.8)	12 (6.6)	13 (7.2)	133 (73.5)	18 (9.9)	181 (100.00)
比較群	男	6 (3.1)	14 (7.2)	20 (10.3)	143 (73.3)	12 (6.2)	195 (100.00)
	女	4 (2.5)	6 (3.8)	21 (13.3)	118 (74.7)	9 (5.7)	158 (100.00)
	計	10 (2.8)	20 (5.7)	41 (11.6)	261 (73.9)	21 (5.9)	353 (100.00)
群間の有意差		男 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
		女 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
男女間の有意差		モデル教育群 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
		比較群 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.

表40 現在の体重をどう思うか(問33)

N=534(%)

群別	性別	1. もっと太りたい	2. もっとやせたい	3. ちょうどよいと思う	4. どうでもよい	無効回答	合計
モデル教育群	男	7 (7.1)	32 (32.7)	33 (33.7)	26 (26.5)	0 (0.0)	98 (100.00)
	女	6 (7.2)	22 (26.5)	33 (39.8)	22 (26.5)	0 (0.0)	83 (100.00)
	計	13 (7.2)	54 (29.8)	66 (36.5)	48 (26.5)	0 (0.0)	181 (100.00)
比較群	男	20 (10.3)	51 (26.2)	90 (46.2)	33 (16.9)	1 (0.5)	195 (100.00)
	女	12 (7.6)	54 (34.2)	79 (50.0)	13 (8.2)	0 (0.0)	158 (100.00)
	計	32 (9.1)	105 (29.7)	169 (47.9)	46 (13.0)	1 (0.3)	353 (100.00)
群間の有意差		男 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
		女 P<0.01	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
男女間の有意差		モデル教育群 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
		比較群 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.

表41 学校の体育のほかに何か運動をしているか(問34)

N=533(%)

群別	性別	1. 毎日	2. 週に5-6回	3. 週に3-4回	4. 週に1-2回	5. ほとんどない	合計
モデル教育群	男	39 (39.8)	24 (24.5)	19 (19.4)	12 (12.2)	4 (4.1)	98 (100.00)
	女	21 (25.3)	17 (20.5)	17 (20.5)	23 (27.7)	5 (6.0)	83 (100.00)
	計	60 (33.1)	41 (22.7)	36 (19.9)	35 (19.3)	9 (5.0)	181 (100.00)
比較群	男	80 (41.0)	44 (22.6)	36 (18.5)	26 (13.3)	8 (4.1)	195 (100.00)
	女	28 (17.7)	30 (19.0)	44 (27.8)	42 (26.6)	14 (8.9)	158 (100.00)
	計	108 (30.6)	74 (21.0)	80 (22.7)	68 (19.3)	22 (6.2)	353 (100.00)
群間の有意差		男 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
		女 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
男女間の有意差		モデル教育群 n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.
		比較群 p<0.01	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.	n.p.

表42 塾やおけいこに、週何回通っているか(問35)

		N=534(%)					
群別	性別	1. 週に5-6回	2. 週に3-4回	3. 週に1-2回	4. 通っていない	合計	
モデル教育群	男	25 (25.5)	31 (31.6)	22 (22.4)	20 (20.4)	98	(100.0)
	女	13 (15.7)	35 (42.2)	31 (37.3)	4 (4.8)	83	(100.0)
	計	38 (21.0)	66 (36.5)	53 (29.3)	24 (13.3)	181	(100.0)
比較群	男	60 (30.8)	77 (39.5)	37 (19.0)	21 (10.8)	195	(100.0)
	女	39 (24.7)	67 (42.4)	40 (25.3)	12 (7.6)	158	(100.0)
	計	99 (28.0)	144 (40.8)	77 (21.8)	33 (9.3)	353	(100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	p<0.01
女	n.p.	比較群	n.p.

表43 塾やおけいこに行つて、夕食の時間が遅くなつたり、2回食べたりすることがあるか(問36)

		N=534(%)						
群別	性別	1. よくある	2. ときどきある	3. ほとんどない	4. 塾やおけいこに行っていない	無効回答	合計	
モデル教育群	男	17 (17.3)	23 (23.5)	37 (37.8)	20 (20.4)	1 (1.0)	98	(100.0)
	女	21 (25.3)	23 (27.7)	35 (42.2)	4 (4.8)	0 (0.0)	83	(100.0)
	計	38 (21.0)	46 (25.4)	72 (39.8)	24 (13.3)	1 (0.6)	181	(100.0)
比較群	男	37 (19.0)	58 (29.7)	78 (40.0)	21 (10.8)	1 (0.5)	195	(100.0)
	女	23 (14.6)	43 (27.2)	78 (49.4)	12 (7.6)	2 (1.3)	158	(100.0)
	計	60 (17.0)	101 (28.6)	156 (44.2)	33 (9.3)	3 (0.8)	353	(100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	p<0.05
女	n.p.	比較群	n.p.

表44 あなたは「健康世田谷プラン」を知っているか(問37)

		N=534(%)					群間の有意差	
群別	性別	1. ぜんぜん知らない	2. 聞いたことはあるが内容は知らない	3. 内容をおよそ知っている	合計			
モデル教育群	男	58 (59.2)	39 (39.8)	1 (1.0)	98	(100.0)	男	p<0.01
	女	37 (44.6)	45 (54.2)	1 (1.2)	83	(100.0)	女	p<0.01
	計	95 (52.5)	84 (46.4)	2 (1.1)	181	(100.0)		
比較群	男	148 (75.9)	44 (22.6)	3 (1.5)	195	(100.0)	男女間の有意差	
	女	101 (63.9)	52 (32.9)	5 (3.2)	158	(100.0)	モデル教育群	n.p.
	計	249 (70.5)	96 (27.2)	8 (2.3)	353	(100.0)	比較群	p<0.05

表45 あなたは将来も世田谷に住みたいと思うか(問38)

		N=534(%)				
群別	性別	1. 将来も住みたいと思う	2. 他の場所に住みたい	3. わからない	無効回答	合計
モデル教育群	男	15 (15.3)	48 (49.0)	35 (35.7)	0 (0.0)	98 (100.0)
	女	12 (14.5)	42 (50.6)	29 (34.9)	0 (0.0)	83 (100.0)
	計	27 (14.9)	90 (49.7)	64 (35.4)	0 (0.0)	181 (100.0)
比較群	男	51 (26.2)	81 (41.5)	62 (31.8)	1 (0.5)	195 (100.0)
	女	61 (38.6)	48 (30.4)	48 (30.4)	1 (0.6)	158 (100.0)
	計	112 (31.7)	129 (36.5)	110 (31.2)	2 (0.6)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	p<0.01	比較群	n.p.

表46 タバコをすつてみたいと思うか(問45-1)

		N=534(%)				
群別	性別	1. 吸つてみたい	2. 吸いたくない	3. どちらとも思わない	無効回答	合計
モデル教育群	男	12 (12.2)	76 (77.6)	9 (9.2)	1 (1.0)	98 (100.0)
	女	3 (3.6)	75 (90.4)	5 (6.0)	0 (0.0)	83 (100.0)
	合計	15 (8.3)	151 (83.4)	14 (7.7)	1 (0.6)	181 (100.0)
比較群	男	22 (11.3)	150 (76.9)	23 (11.8)	0 (0.0)	195 (100.0)
	女	10 (6.3)	137 (86.7)	11 (7.0)	0 (0.0)	158 (100.0)
	合計	32 (9.1)	287 (81.3)	34 (9.6)	0 (0.0)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

表47 タバコはからだによいと思うか、良くないと思うか(問45-2)

		N=534(%)				
群別	性別	1.良いと思う	2.良くないと思う	3.どちらでもない	無効回答	合計
モデル教育群	男	3 (3.1)	94 (95.9)	1 (1.0)	0 (0.0)	98 (100.0)
	女	0 (0.0)	82 (98.8)	1 (1.2)	0 (0.0)	83 (100.0)
	合計	3 (1.7)	176 (97.2)	2 (1.1)	0 (0.0)	181 (100.0)
比較群	男	2 (1.0)	190 (97.4)	3 (1.5)	0 (0.0)	195 (100.0)
	女	1 (0.6)	156 (98.7)	0 (0.0)	1 (0.6)	158 (100.0)
	合計	3 (0.8)	346 (98.0)	3 (0.8)	1 (0.3)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

表48 お酒やビールを飲んでみたいと思うか(問45-3)

		N=534(%)				
群別	性別	1.飲んでみたいと思う	2.飲みたくない	3.どちらとも思わない	無効回答	合計
モデル教育群	男	52 (53.1)	30 (30.6)	16 (16.3)	0 (0.0)	98 (100.0)
	女	28 (33.7)	39 (47.0)	16 (19.3)	0 (0.0)	83 (100.0)
	合計	80 (44.2)	69 (38.1)	32 (17.7)	0 (0.0)	181 (100.0)
比較群	男	56 (28.7)	100 (51.3)	38 (19.5)	1 (0.5)	195 (100.0)
	女	47 (29.7)	83 (52.5)	28 (17.7)	0 (0.0)	158 (100.0)
	合計	103 (29.2)	183 (51.8)	66 (18.7)	1 (0.3)	353 (100.0)

群間の有意差		男女間の有意差	
男	p<0.01	モデル教育群	p<0.05
女	n.p.	比較群	n.p.

表49 お酒はからだに良いか、良くないか(問45-4)

		N=534(%)				
群別	性別	1.良いと思う	2.良くないと思う	3.どちらでもない	合計	
モデル教育群	男	9 (9.2)	73 (74.5)	16 (16.3)	98 (100.0)	
	女	1 (1.2)	66 (79.5)	16 (19.3)	83 (100.0)	
	合計	10 (5.5)	139 (76.8)	32 (17.7)	181 (100.0)	
比較群	男	9 (4.6)	146 (74.9)	40 (20.5)	195 (100.0)	
	女	4 (2.5)	128 (81.0)	26 (16.5)	158 (100.0)	
	合計	13 (3.7)	274 (77.6)	66 (18.7)	353 (100.0)	

群間の有意差		男女間の有意差	
男	n.p.	モデル教育群	n.p.
女	n.p.	比較群	n.p.

小学5年生保護者の食生活・ライフスタイル

分担研究者 武見ゆかり 女子栄養大学栄養学部 助教授

研究協力者 小林 陽子 世田谷保健所健康推進課 管理栄養士

嶋田 雅子 元女子栄養大学栄養科学研究所栄養クリニック助手 管理栄養士

研究要旨

子どもたちの食習慣形成には、保護者や周囲の影響が大きいとされる。小学校高学年の保護者世代は、国民栄養調査等の結果からも、食習慣、栄養状態の面で問題が深刻化している30～40歳代であり、この世代への健康・栄養に関する学習の機会の提供は重要な課題である。学校を拠点として保護者への栄養教育介入を試みるにあたり、介入地区2校と対照地区4校の小学5年生保護者を対象として、食生活・ライフスタイルに関するベースライン診断を実施し、課題の絞りこみを目的とした。

1. 一般住民のベースライン調査結果では、介入地区と対照地区で、食習慣にはほとんど差はみられなかった。しかし、男女とも介入地区のほうが対照地区よりも、一部食生活に積極的な傾向がみられた。

2. 食習慣上、以下のような課題をもつ人が多く、今後改善の必要性が示唆された。

身体状況：男性で高脂血症者、肥満者が多い。女性で貧血、高脂血症者が多い

主食・主菜・副菜料理の摂食状況：朝食、昼食で副菜を摂取していない

食行動：子どもをとおして学校から健康・食情報を得ている女性が多い。食生活の改善については、副菜の摂取についても脂肪の摂取についても準備段階の人が多い。

食知識：脂肪、食物せんい、脂肪の適正摂取やBMIについて知らない。

食態度：自己効力感が低い、食物選択時に優先することは、健康・栄養よりも新鮮さ、安全、安価、食の学習の機会や食環境整備への参加意欲が低い

食スキル：栄養成分表示を理解して使用できない。

周囲の人からの食支援：家族以外に食について学習する仲間がいない。

3. 以上の結果をふまえ、①子どもたちの学習と連動した学習プログラムの提供、②正しい知識に基づいた具体的でわかりやすい行動変容プログラムの提供、③新鮮、安全、安価な食物提供、④商店やスーパー、飲食店、学校などでの、具体的な行動につながる食情報提供、といった取り組みが必要と考えられた。

A. 研究目的

子どもたちの食習慣形成には、保護者や周囲の影響が大きいとされる。小学校高学年の保護者世代、すなわち、30-40歳代成人は、国民栄養調査¹⁾等の結果からも、食習慣、栄養状態の面で問題が深刻化している世代であり、この世代への健康・栄養に関する学習の機会の提供は重要な課題である。学校を拠点として保護者への栄養教育介入を試みるにあたり、ベースライン時点での食生活・ライフスタイル診断を実施し、課題を明確にすることを目的とした。

B. 研究方法

1. 研究デザイン

世田谷区内の小学校区から6校を抽出し、そのうち2校の学区を介入予定地区(以下、介入地区)、他の4校を対照予定地区(以下、対照地区)と設定し、プログラムの実施前後で介入地区と対照地区の変化を比較する準実験的デザインとした。介入地区では本研究プロジェクトチームによる児童と保護者への教育的介入と、地区内商店会の協力による支援的環境づくりプログラムを実施する。対照地区では、学校独自の健康や食に関するプログラムは通常通り実施されるが、地域における新しいプログラムは特段実施しない。

2. 調査内容

健康状態、食スキル・食態度・食行動、QOLは質問紙調査により、食物摂取面は分担研究者の佐々木が開発した自記式食事歴法質問票の簡易版(BDHQ)により栄養素、食材料の摂取状況を把握した(総括報告書表2)。

3. 対象者(表1, 2)

介入地区2校と対照地区4校の小学5年生保護者を対象とした。児童1名につき、保護者2名の協力依頼を行った。表1に配布数、回収率、有効回答率を示したが、回答者の多くは父親、または母親だったが、中には祖父母や親戚による回答もあった。

4. 調査方法・時期

児童を通じて質問紙の配布、回収を行った。調査期間は、平成14年11月~12月である。

5. 解析方法

父母の回答のうち、主な質問で回答漏れがなく、かつ研究協力に対し文書による同意が得られた者の調査票のみを解析に用いた。その結果、解析対象は、介入地区男性99名、女性163名、対照地区男性153名、女性276名となった。介入地区の有効回答率72.4%、対照地区は59.7%と、介入地区の方が回収状況が良好だったのは、担任教師による児童や保護者への協力依頼の違いによるものと考えられた。

介入地区と対照地区の比較を χ^2 検定により有意水準5%で行った。解析にはSPSS ver.10.0を用いた。

C. 研究結果

1. 対象者のQOL, 健康面, 健康行動(表3, 表4, 表5)

表3に示すように、健康度自己評価では、まあ健康である、健康であると回答した者が8割を超えていた。男性では、介入地区に「健康である」者が3割近くと多い一方、「あまり健康でない」「健康でない」が合わせて18%で、対照地区との間で有意差がみ

られた。食生活に対する満足感、食事がおいしいか、楽しいか、では、概ね良好な回答が多かった。いずれも地区間で差はみられなかった。

表4に示すように、過去1年間の健康診断時に指摘された所見で多かったのは、男性は高脂血関連の所見で4割を超え、肥満も3割前後であった。女性は、貧血が2割り、高脂血関連の所見が12~13%であった。自己申告した身長と体重から算出したBMIが $25\text{kg}/\text{m}^2$ 以上の人は、男性に多く、対照地区は30.9%と介入地区24.5%より多かったが、有意な差ではなかった。

表5に示すように、定期的な運動習慣がある人は、男性15~16%、女性20~23%である一方、現在ほとんど運動しないし、今後もしないと思うと回答した人が男女とも25%程度いた。喫煙習慣のある者は、男性で45%程度、女性では12~17%であった。いずれも地区間で差はなかった。

2. 主食・主菜・副菜の摂食状況(表6)

表6に主食・主菜・副菜の摂取頻度を示した。本研究で注目する副菜(野菜料理)の摂取状況は、副菜を週5~7回とほぼ毎日食べている者は、朝食では男性27%、女性33~42%、昼食では男性45~53%、女性39~45%、夕食では男性73~80%、女性92%であり、朝食、昼食での副菜摂取を促進する必要性が確認された。

料理の摂食状況では、男性で、朝食の主食を「週5-7回」摂取する者が介入地区に比べ対照地区に多く、有意差がみられた以外は、地区差はみられなかった。

3. 食行動(表7, 表8)

表7に食行動の結果を示した。食事づく

り面では、食事づくり頻度は、男性では週1回程度とほとんどしない人をあわせると6割を超えた。家族との買い物頻度は、男女とも「週1回程度」が半数弱、「ほとんどない」が1/4程度と、家族との買い物頻度は少ない実態が明らかになった。

食べる行動では、朝食をほぼ毎日食べる者の割合は、男性で約7割、女性では8~9割であった。男性で対照地区に食べない者が多く、地区間で有意差がみられた。

食情報の交換・活用行動では、よくある、時々あると回答した人の割合が高かったのは、食品購入時のラベル、マスコミからの情報入手であり、次いで、食卓での家族との会話だったが、女性では、外食や食品購入時の栄養成分表示の確認を「時々する」者、商店やスーパーから「時々」情報を得ている者も半数近くいた。

食品の入手場所では、表8に示すように、野菜、精肉、鮮魚、惣菜の入手場所として地区内のスーパーをあげる者が9割程度いた。

4. 食生活の行動変容段階(表9)

表9に食生活関連の行動変容段階の結果を示す。行動変容段階はProchaskaらのTranstheoretical model²⁾に従い、態度と行動の実行状況の両面から判断し、無関心段階から維持段階までの5段階とした¹⁾。各段階の定義は表9脚注、参考1のとおりである。

食生活の改善については、準備段階の者が約半数、維持段階の者は男性2割弱、女性25%であった。副菜摂取については、準備段階40~50%、維持段階が40%~50%と2峰性の分布を示した。脂肪摂取については準備段階が50~60%、維持段階が男性

25%、女性 40%程度であった。

5. 食知識・食態度・食スキル面（表 10, 表 11, 表 12, 表 13）

表 10 に食知識の結果を示す。摂取カロリーに占める脂肪の適正な割合、1 日に摂取することが望ましい食物せんの量、BMI による適正体重の目安について、正しい回答をした者は 20%前後に留まっていた。

表 11 に食に関する事項の結果期待と自己効力感の結果を示す。結果期待、自己効力感とも、地区間で有意な差はみられなかった。結果期待では「かなり重要」と高い評価をしていますが、自分が実際にできるかを問う自己効力感の回答で「かなりできる」と回答する者は、副菜摂取で、男性 20%強、女性 35%程度であった。

食品購入時に重視することは、男女とも鮮度、価格、安全性が高く半数を超えるのに対し、健康・栄養は 3 割前後に留まっていた。

地域の学習会への参加意欲では、「是非参加したい」、「少し参加したい」を合わせても、男性は 15%前後、女性は 30%前後と低かった。それに比べ、地域の食環境整備に参加意欲がある者（意見を反映させたいと多いに思う、少しは思う）の方が多い傾向にあった。

食知識・食態度・食スキルの項目では、1, 2 の項目を除き、いずれも地区間で差はみられなかった。

6. 周囲の人からの食支援面（表 14）

表 14 に示すように、健康や食生活の向上に家族が協力的、食生活の向上に対する家族の期待、健康的な生活が家族にとって重要とした人の割合は 70%以上と高かったが、

家族以外に食について学習する仲間がいる者は、男性では約 20%未満と少なかった（女性は約 50%）。

7. 食環境面（表 15）

表 15 に食環境についてどのように認識しているかの結果を示す。食物の提供面で整っている（充分、まあ整っている）とした者は、野菜は 80%以上と多かったのに対し、低脂肪食品は半数程度に留まった。また、自分に合った食物を選択する上で食品の表示や外食料理のメニューなどが整っているとした人は、40~50%であった。

食情報については食品店や学校から得られているとした者は、食品店から 20%程度に対し、子どもを通じて学校から得られている者は、男性 16~27%、女性 38%程度と多かった。

いずれも、地区間に差はみられなかった。

D. 考察

1. 介入地区と対照地区の差について

ベースライン時点での介入地区と対照地区について、若干の項目で地区差があったものの、一定の傾向はみられなかった。

2. 食習慣上の課題

食習慣上、以下のような課題をもつ人が多く、介入プログラムにおいて重点的にとりあげる必要性が確認された。

身体状況：男性で高脂血症者、肥満者が多い。

女性で貧血、高脂血症者が多い

料理の摂食状況：朝食、昼食で副菜を摂取していない。

食行動：子どもをとおして学校から健康・食情報を得ている女性が多い。食生活の改善については、副菜の摂取についても脂肪

の摂取についても準備段階の人が多い。
食知識：脂肪，食物せんい，脂肪の適正摂取や BMI について正しい知識がない。
食態度：自己効力感が低い，食物選択時に優先することは，健康・栄養よりも新鮮さ，安全，安価，食の学習の機会や食環境整備への参加意欲が低い
食スキル：栄養成分表示を理解して使用できない。
周囲の人からの食支援：家族以外に食について学習する仲間がいない。

3. 取り組みに向けて

以上の結果をふまえ，以下のような取り組みが必要と考えられた。①子どもたちの学習と連動した学習プログラムの提供，②正しい知識に基づいた具体的でわかりやすい行動変容プログラムの提供，③新鮮，安全，安価な食物提供，④商店やスーパー，飲食店，学校などでの，具体的な行動につながる食情報提供，といった取り組みが必要と考えられた。

E. 結論

学校を拠点として保護者への栄養教育介入を試みるにあたり，介入地区2校と対照地区4校の小学5年生保護者を対象として，食生活・ライフスタイルに関するベースライン診断を実施し，課題の絞りこみを行った。

一般住民のベースライン調査結果では，介入地区と対照地区で，食習慣にはほとんど差はみられなかった。しかし，男女とも介入地区のほうが対照地区よりも，一部食生活に積極的な傾向がみられた。

食習慣上，以下のような課題をもつ人が多く，今後改善の必要性が示唆された。

身体状況：男性で高脂血症者，肥満者が多い。
女性で貧血，高脂血症者が多い
主食・主菜・副菜料理の摂食状況：朝食，昼食で副菜を摂取していない
食行動：子どもをとおして学校から健康・食情報を得ている女性が多い。食生活の改善については，副菜の摂取についても脂肪の摂取についても準備段階の人が多い。
食知識：脂肪，食物せんい，脂肪の適正摂取や BMI について知らない。
食態度：自己効力感が低い，食物選択時に優先することは，健康・栄養よりも新鮮さ，安全，安価，食の学習の機会や食環境整備への参加意欲が低い
食スキル：栄養成分表示を理解して使用できない。
周囲の人からの食支援：家族以外に食について学習する仲間がいない。

以上の結果をふまえた取り組みの検討が必要と考えられた。

引用文献

- 1) 健康・栄養情報研究会：国民栄養の現状－平成12年厚生労働省国民栄養調査結果，第一出版，2002.
- 2) Prochaska JO et al.: The transtheoretical model and stages of change, in Glanz K. et al: Health Behavior and Health Education, 3rd ed., pp. 99-120, 2002.

表1 配布・回収状況

小学校区	配布数 ¹⁾	回収数	回収率(%)	有効回答数	有効回答率(%) (依頼数に対して)
介入地区 S小学校	64×2	100	78.1	93	72.7
Y小学校	117×2	180	76.9	169	72.2
介入地区計	181×2	280	77.3	262	72.4
対照地区 M小学校	57×2	78	68.4	72	63.2
K小学校	141×2	166	58.9	153	54.3
T小学校	47×2	56	59.6	50	53.2
G小学校	114×2	165	72.4	154	67.5
対照地区計	359×2	465	64.8	429	59.7

1)児童1名につき、2名の保護者に調査依頼をした

表2 対象者の属性

		男性		介入・対照地区の差	女性		介入・対照地区の差
		介入地区 (n=99)	対照地区 (n=153)		介入地区 (n=163)	対照地区 (n=276)	
年齢	20歳未満	0.0	0.7		0.0	0.0	
	20歳代	0.0	0.0		0.0	0.0	
	30歳代	18.2	11.8		34.6	33.0	
	40歳代	67.7	70.4		65.4	62.6	
	50歳代	14.1	16.4		0.0	4.0	
	60歳以上	0.0	0.7		0.0	0.4	

		男性		介入・対照地区の差	女性		介入・対照地区の差
		介入地区 (n=99)	対照地区 (n=153)		介入地区 (n=163)	対照地区 (n=276)	
職業	自営業	14.1	14.7		5.6	6.6	
	会社員・公務員	82.8	79.3		16.1	15.4	
	主婦・家事手伝い	0.0	0.0		40.4	45.1	
	学生	0.0	0.0		0.0	0.0	
	パート	0.0	1.3		31.1	27.8	
	無職	1.0	0.0		3.1	1.5	
	その他	2.0	4.7		3.7	3.7	

		男性		介入・対照地区の差	女性		介入・対照地区の差
		介入地区 (n=99)	対照地区 (n=153)		介入地区 (n=163)	対照地区 (n=276)	
家族構成	一人暮らし	0.0	0.0		0.0	0.0	
	夫婦2人	0.0	0.0		0.0	0.4	
	夫婦と子ども	91.8	79.6	$\chi^2=6.8$	83.3	76.9	
	3世代同居	7.1	17.1	$p=0.033$	10.5	15.8	
	その他	1.0	3.3		6.2	7.0	

表3 健康度の自己評価と食関連QOL

		数値:%					
		男性			女性		
		介入地区 (n=99)	対照地区 (n=153)	介入・対照 地区の差	介入地区 (n=163)	対照地区 (n=276)	介入・対照 地区の差
健康度自己評価	健康である	29.3	19.7		26.5	25.4	
	まあ健康である	52.5	69.1	$\chi^2=8.1$ p=0.045	65.4	66.7	
	あまり健康でない	16.2	8.6		6.2	6.9	
	健康でない	2.0	2.6		1.9	1.1	
食生活に対する満足度	とても満足	10.1	17.1		9.9	12.0	
	まあ満足	68.7	61.8		64.2	60.7	
	どちらとも言えない	17.2	11.8		17.9	17.5	
	あまり満足していない	3.0	7.2		8.0	9.5	
	満足していない	1.0	2.0		0.0	0.4	
食事がおいしい	いつもしている	57.6	58.6		63.6	68.5	
	ときどきしている	32.3	32.2		28.4	24.6	
	どちらともいえない	7.1	7.9		6.8	5.8	
	あまりおいしくない	2.0	1.3		1.2	1.1	
	全くおいしくない	1.0	0.0		0.0	0.0	
食事が楽しい	いつも楽しい	44.4	44.7		54.3	56.9	
	時々楽しい	43.4	42.1		38.9	34.8	
	どちらとも言えない	9.1	7.9		5.6	6.5	
	あまり楽しくない	2.0	3.9		1.2	1.8	
	全く楽しくない	1.0	1.3		0.0	0.0	

* 割合は、欠損値を除く合計人数で除して求めた。

表4 身体状況

		数値:%					
		男性			女性		
		介入地区 (n=99)	対照地区 (n=152)	介入・対照 地区の差	介入地区 (n=89)	対照地区 (n=105)	介入・対照 地区の差
これまでに検診で指摘された所見	高血圧	14.4	18.5		3.2	5.8	
	高脂血症	40.6	43.4		13.8	12.1	
	糖尿病・疑陽性	13.5	9.8		2.0	2.7	
	肥満	25.3	32.6		17.3	13.2	
	貧血	2.1	2.8		19.7	21.2	
BMI	18.5未満	1.0	1.3		10.7	15.9	
	18.5-25未満	74.5	67.8		77.4	74.8	
	25以上	24.5	30.9		11.9	9.3	

* 割合は、欠損値を除く合計人数で除して求めた。