

大学での食育の試み

管理栄養学科 續 順 子

はじめに

平成 17 年 7 月に施行された「食育基本法」の前文には、「食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。」と記載されています。

相山女学園は、「人間になろう」という教育理念に基づく人間教育の一環として、平成 19 年度より相山女学園食育推進センター（以下センター）を設けて、学園における食育に関する事業を総合的かつ計画的に推進しています。この小論では、センターを中心とした相山女学園での食育の取り組みの中で、主に大学での活動・研究を紹介します。

相山女学園食育推進基本指針

センターでは、学園における食育を推進するに当たって幼稚園から大学までと協働して、学園で学ぶ園児・児童・生徒・学生に培いたい「食」に関する力を明らかにした「相山女学園食育推進基本指針」を策定しています¹⁾。その概要を図 1 に示します。初版は平成 20 年 7 月に定められましたが、図 1 に示すのは、学習指導要領の改訂を受け平成 23 年 3 月に一部改訂を加えたものです。

この図 1 は上述のように学習指導要領に基づくものですが、食育の学習項目の大半は中学校までの義務教育で取り上げられ、高等学校、大学で学ぶべき事柄は、「食事バランスガイドを利用できる」「食事摂取基準を利用できる」「自らの食が次世代の健康に与える影響を知っている」と、「食品容器のリサイクルに協力する」の 4 項目にすぎません。

しかし、現実の生徒・学生がこのような食育の力を達成しているかどうかは、調査によって明らかにされることが必要です。

学園生徒・学生の食の実態調査

センターでは、平成 20 年 10 月に園児・児童・生徒・学生の「食」に関する力の現状を把握するための広範な実態調査を行っています。その内容は、センター報告として刊行されています²⁾が、図 2 では、調査結果の中から、中学生以上の一日の食事に対する質問への回答を抜き出し、まとめて示しています。

この図 2 の各調査項目への回答分布を見ると、食事の回数や摂り方、どのように食事をするかといった点で、中・高校生と大学生との間にギャップが生じていることが分かります。この調査の対象とした大学 2 年生では、「自分の食生活を適切と考えますか」「栄養バランスを考えて食べていますか」「食べ物を適切に選択できていますか」という問いに対し

培いたい「食」	培いたい「食」に関する力					すこやかな人間
	幼稚園	小学校	中学校	高等学校	大学・大学院	
健康を守り育てる「食」						
規則正しい食	生活リズムが整っている（早寝早起き、排便など）					健康な人間
バランスのとれた食	朝・昼・夕の3食を規則正しく、遅んで、よくかんで食べる	朝食など食事の重要性を知っている				
	好き嫌いをくくバランスよく食べる					
	間食（おやつ）を上手にとる	間食（おやつ）をとりすぎない	間食（おやつ）を効果的に活用できる			
	食べたものが体にどのように働くかを知っている	食べ物の体に対する働き、適量、バランスを知っている				
		栄養成分の表示が理解できる 自分の食生活を評価し改善できる 適正体重を知りコントロールできる（無理なダイエットをしない） 食事と生活習慣病との関係を知っている				
			ランチルームなどで食べ物を適切に選択できる 食に関する情報を正しく選択・判断できる			
				食事バランスガイドを利用できる 食事摂取基準を利用できる 自らの食が次世代の健康に与える影響を知っている		
安全な食	調理に興味がある・簡単な調理ができる 手洗いな衛生面に気をつける		適切に献立を考えて調理ができる		食中毒の予防方法を実践している	
			食の安全について知っている 添加物の表示が理解できる			
豊かなところをはぐくむ「食」						
家族や友だちと楽しくいただく食	家族や友だちと一緒に食事を楽しむ	食事づくりや準備を楽しむ				こころ豊かな人間
正しいマナーでいただく食	正しいマナーを実践できる					
文化を大切にできる食	いろいろな食べ物があることを知っている		日本や世界の食文化について知っている			
	旬の食べ物、地元の産物、郷土食、行事食を楽しむ	地元の産物を知っている				
		郷土食、行事食を大切にする				
感謝していただく食	自然の恵み、訪あるものの存在に気づく	食べ物の生産・加工・流通過程（フードチェーン）を知っている 食物連鎖を知っている	旬の食材を知っている			
	食べ物や作った人への感謝の気持ちをもっている・食べ物を大切にする					
環境にやさしい「食」						
環境と調和した食	食べ物を残さずに食べる		食品の廃棄を少なくする			環境にやさしい人間
		日本と世界の食料事情を知っている 食生活と環境について知っている				
	食料、エネルギー、水を大切にできる					
				食品容器のリサイクルに協力する		

図1 梶山女学園食育基本方針
平成20年7月策定、平成23年3月改訂の基本方針を一覧で示した。

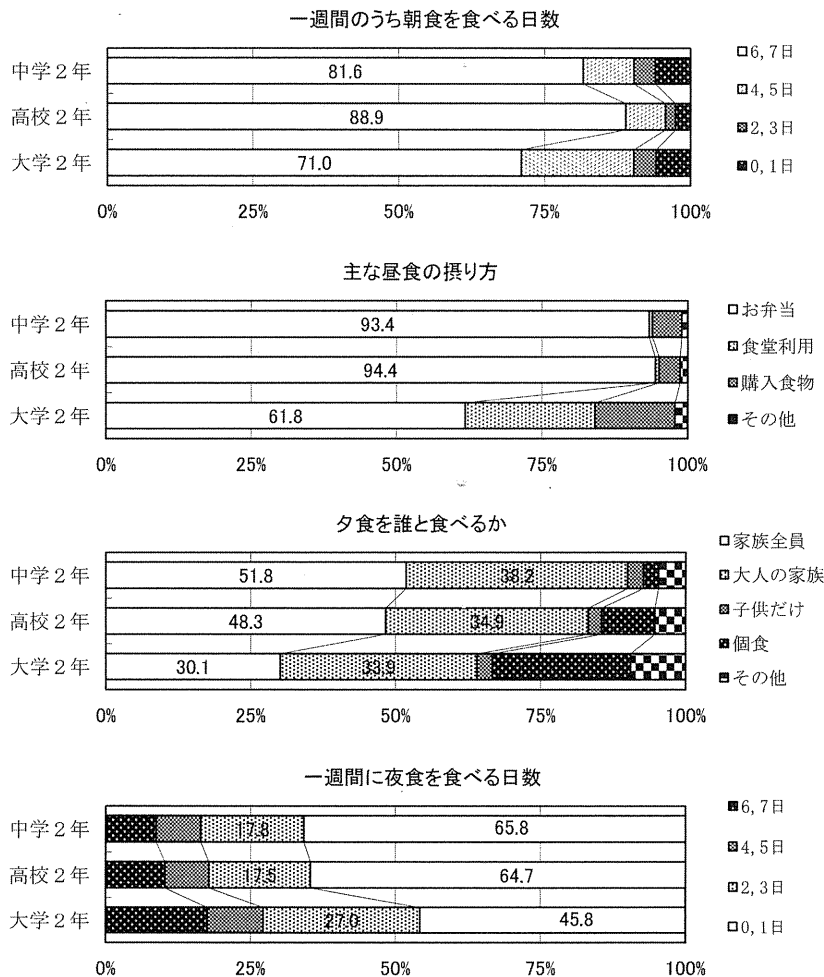


図2 椋山女学園中学、高校、大学各2年生の一日の食事動向
食育推進センターによるアンケート調査結果から抜粋

て、肯定的回答をした割合が各々 22.3%、31.6%、31.0%となっていて、大学生が十分食育の力を達成しているかどうか、疑問な点を示す結果でした。

こうした結果を受けてセンターでは、「健全な食生活を実践することができる」ようになることを支援する取り組みとして、大学初年次の全学共通科目「人間論」の中に「食と健康」のテーマを組み入れています。

大学の食環境改善へ向けて

大学での具体的な食行動の改善は、昼食に関する環境整備による支援が現実的であり、また必要と考えられます。私たちは、まず一部学生を対象にした質的調査（フォーカス・グループ・インタビュー）を行って食環境に対する問題点と解決への方策を探り³⁾、これを踏まえてより広範な学生に対する量的調査（アンケート調査）によって全体像と検討課題を明らかにすること⁴⁾を推進しています。

質的調査

一般学生を代表するものとして、本学教育学部子ども発達学科在学生に協力を依頼し、同意が得られた5名と7名のグループについてフォーカス・グループ・インタビューを実施しました。

インタビューは、①どのような食生活を送っているか、②栄養バランスに配慮した昼食を選択できているか、③昼食の選択理由はどのようなことか、④中学・高校のときの家庭科で習った知識・技術はメニュー選択に役立っているか、⑤より適切な「食の選択」ができるためのキャンパス内飲食施設への要望、⑥より適切な「食の選択」ができるためにキャンパス内（飲食施設以外）でどのような環境があるとよいか、を話題として、司会者は事前に検討・準備した台本に基づきながら、メンバーの発言を促しつつ録音を行いました。

録音から記述録を作成して、これに基づいて各話題についての回答項目を抽出し、それらをKJ法を用いて分析・整理した結果を図3に示しています。

図3に見られるように、大学生になって家で食事を摂る回数が減り栄養バランスが悪くなる中、「食生活に関する基本的な知識」が乏しく、また「適切に昼食を選択する環境」に乏しいため、昼食が適切に選択できていないと考えられました。また、「女子大らしい健康に配慮したメニュー（ヘルシーメニュー）があるとよい。」「一日に必要とされる栄養のうち、どのくらい摂れるのか表示されているとよい。」「バランスのよいパターンを示してくれると参考にする。」などの意見を踏まえた「適切に昼食を選択する環境」を整備することが適当と考えられます。実践的な料理教室の開催なども「食」に関する知識とスキルを身につける機会として検討されて良いと思われます。

量的調査

質的調査の分析・検討を基にアンケート項目を設定し、調査で得られた方向性の検証を進めました。質的調査は、一般的な大学生という視点で対象者を求めましたが、生活科学部管理栄養学科の在学生は、将来栄養教育の実践・指導を行う者として教育を受けていますから、食育についての知識もあり、食に対する意識も高いと考えられます。そこで、管理栄養学科在学生は一般学生と区分し、また、下級生と上級生もその知識量の違いを考えて分けて扱うこととしました。

集計データの統計的検討はKruskal-Wallisの検定または χ^2 検定により実施し、5%レベル以下の有意性が認められた場合には残渣分析によって残渣の絶対値が2.0以上の項目を抽出しました。これらの項目は以下に示す表中では、背景を灰色にして強調されています。

大学生の食生活

表1にまとめた食生活の実態とその自己評価に関する質問では、朝食の欠食率が全般的に明らかで、管理栄養学科上級生で朝食を「ほとんど摂っていない」比率が相対的に高い結果でした。知識と実践との乖離があると言わねばならないでしょう。

表 1 食生活に関する質問項目の集計結果と有意差検定

質問項目と選択肢	合計	一般学生	専攻下級生	専攻上級生	有意確率				
【問01】毎日朝食を食べますか？									
毎日食べる	588	76.7%	189	71.9%	208	84.2%	191	74.3%	0.002
ときどき食べない	136	17.7%	61	23.2%	32	13.0%	43	16.7%	
ほとんど食べない	43	5.6%	13	4.9%	7	2.8%	23	8.9%	
【問01-1】バランスの良い朝食を食べていますか？									
毎回そうである	83	11.5%	25	10.1%	31	13.0%	27	11.6%	0.638
ときどきそうではない	234	32.5%	92	37.1%	73	30.5%	69	29.7%	
そうではない	402	55.9%	131	52.8%	135	56.5%	136	58.6%	
【問02】毎日昼食を食べますか？									
毎日食べる	689	89.7%	236	89.7%	226	91.1%	227	88.3%	0.585
ときどき食べない	79	10.3%	27	10.3%	22	8.9%	30	11.7%	
ほとんど食べない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	
【問02-1】バランスの良い昼食を食べていますか？									
毎回そうである	156	20.4%	65	24.8%	49	19.8%	42	16.6%	0.002
ときどきそうではない	500	65.5%	172	65.6%	166	66.9%	162	64.0%	
そうではない	107	14.0%	25	9.5%	33	13.3%	49	19.4%	
【問03】毎日夕食を食べますか？									
毎日食べる	618	80.3%	199	75.7%	200	80.6%	219	84.6%	0.035
ときどき食べない	150	19.5%	62	23.6%	48	19.4%	40	15.4%	
ほとんど食べない	2	0.3%	2	0.8%	0	0.0%	0	0.0%	
【問03-1】バランスの良い夕食を食べていますか？									
毎回そうである	264	34.5%	95	36.4%	89	35.9%	80	31.1%	0.097
ときどきそうではない	452	59.0%	155	59.4%	146	58.9%	151	58.8%	
そうではない	50	6.5%	11	4.2%	13	5.2%	26	10.1%	
【問04】夜食を食べますか？									
毎日食べる	19	2.5%	3	1.1%	7	2.8%	9	3.5%	0.495
ときどき食べない	239	31.0%	85	32.3%	70	28.1%	84	32.3%	
ほとんど食べない	514	66.6%	175	66.5%	172	69.1%	167	64.2%	
【問05】自分の食生活について、どのように考えていますか？									
適切である	212	27.6%	81	31.0%	70	28.2%	61	23.6%	0.932
どちらとも言えない	271	35.3%	77	29.5%	81	32.7%	113	43.6%	
適切でない	285	37.1%	103	39.5%	97	39.1%	85	32.8%	
【問05-1】適切であると言えなくなったのは、いつ頃からですか？									
大学に入学してから	235	42.6%	73	41.0%	65	36.7%	97	49.2%	0.044
大学に入学する前から	317	57.4%	105	59.0%	112	63.3%	100	50.8%	
【問06】大学において、屋食をどのようにしていますか？									
自宅から持ってくるお弁当	572	74.8%	198	75.9%	200	81.0%	174	67.7%	0.000
学生食堂の利用	92	12.0%	47	18.0%	17	6.9%	28	10.9%	
コンビニなどの売店で購入した食べ物	93	12.2%	14	5.4%	29	11.7%	50	19.5%	
その他	8	1.0%	2	.0	1	.0	5	.0	(*)

アンケート項目ごとの回答選択肢について、回答全体の集計結果とその構成比率(%)、一般学生、管理栄養学科専攻下級生、同専攻上級生群の回答数とその構成比率(%)、および三群の回答パタンの有意確率を一覧として表示した。

一般学生では、夕食を「ときどき食べない」が約4分の1に達しています。アルバイト等により帰宅時間が遅くなることなどがその要因のようですが、大学生の生活様態がその食行動に影響を与えているようです。

大学での食行動として支援・改善を図りたい昼食の栄養バランスについての自己評価では、管理栄養学科上級生で低い評価が多く、改善の余地があると見られますが、学生食堂の利用率が全体で12%なので、より良い食事とその食育情報の提供を進めながら、利用率の向上を図ってゆくことが課題と考えています。

食事バランスの自己評価については、夕食、昼食、朝食とその評価が低下していて、食に関する知識と現実の食行動にギャップを感じている学生が少なくないことを示しているようです。学習した知識に基づいて行動できる環境を整備する努力が必要であると言えるでしょう。

学生食堂の利用改善

学生食堂の環境をどのように改善すれば、食育への関心とともに利用率を向上させられるかについて、質的調査で示された改善策への応答を表2にまとめています。

食堂での「メニューの選択理由は何か」での応答で、「栄養バランス」への注目度が高い管理栄養学科上級生の利用率が一番低いことは、学生食堂の内容や環境を改善すべき必要性が高いことが伺われます。

メニュー選択のための情報提供については、提案した五項目について全般に好意的な応答が得られましたが、多くの項目で管理栄養学科生に比べて一般学生の期待・要求が低い傾向がみられました。管理栄養学科生には既習事項の再確認となる内容が、一般学生には新たな学習を迫られるものという側面もあって、抵抗感が残るようです。提供情報の活用に必要な基礎知識習得の機会を確保する必要があると思われます。

情報提供の形態については、ランチョンマット、卓上メモといった手軽な媒体に親しみが強く、冊子状のパンフレット、フローシート、テレビ上映などにはやや抵抗感があるようです。食事前にしっかり読み込んで学習・確認することを求めても、受け入れられにくいのは頷ける反応と言えるでしょう。

希望するメニューに関する質問では、管理栄養学科下級生が新しいメニューに高い希望を寄せている状況が見られました。それだけ現実の生活での食に関する興味関心が高いと考えられます。大学生活での食環境改善を推進することで、上級生になってもそうした興味関心を維持・発展させられるよう、工夫と努力が求められていると感じています。

大学生の食の知識

表3には、調査対象者の食育学習への関心や背景についての質問応答をまとめています。

食育についての図書資料や映像教材については、管理栄養学科在学生在がその所在を良く知っていて、利用経験もあり今後の利用意欲も高いことは、当然のことと言えます。課題は、一般学生の約半数がこれらを今後とも利用しない（だろう）と、低い関心しか持てて

表2 学生食堂利用に関する質問項目の集計結果と有意差判定

質問項目と選択肢	合計	一般学生	専攻下級生	専攻上級生	有意確率
【問07】屋食時、学生食堂を利用することがありますか？					
よく利用する	101	13.1%	21.8%	19	7.7%
ときどき利用する	460	59.3%	69.1%	153	61.7%
利用しない	208	27.0%	9.2%	76	30.6%
【問07-1】メニューの選択理由は何か？（3個までの複数回答）					
栄養バランス	108	14.0%	6.5%	39	15.7%
カロリーの少ないもの	81	10.5%	9.5%	29	11.6%
(#)カロリーの多いもの	1	0.1%	0.4%	0	0.0%
好み	440	57.0%	75.7%	126	50.6%
量が少ないもの	361	46.8%	62.7%	102	41.0%
量の多いもの	9	1.2%	0.8%	4	1.6%
(#)美容にいいと思うもの	45	5.8%	7.2%	13	5.2%
値段	285	36.9%	40.3%	103	41.4%
地域・季節限定メニュー	85	11.0%	12.5%	21	8.4%
体調	55	7.1%	11.0%	12	4.8%
気温	26	3.4%	3.8%	9	3.6%
(#)その他	6	0.8%	0.8%	2	0.8%
【問07-2】メニューを選択するために、どのような情報があたら参考になりますか？					
一日に必要なカロリー	339	61.0%	62.8%	103	59.9%
参考にする	128	23.0%	19.7%	46	26.7%
どちらとも言えない	89	16.0%	17.5%	23	13.4%
参考にしない					
栄養素の豆知識					
参考にする	333	59.3%	44.9%	114	66.3%
どちらとも言えない	149	26.7%	33.5%	42	24.4%
参考にしない	77	13.8%	21.6%	16	9.3%
栄養バランスの豆知識					
参考にする	374	67.0%	56.6%	126	73.3%
どちらとも言えない	124	22.2%	26.4%	35	20.3%
参考にしない	60	10.8%	17.0%	11	6.4%
メニューのカロリー					
参考にする	492	87.7%	79.8%	164	95.3%
どちらとも言えない	40	7.1%	9.7%	7	4.1%
参考にしない	29	5.2%	10.5%	1	0.6%
メニューの栄養成分					
参考にする	373	67.3%	51.1%	125	73.5%
どちらとも言えない	123	22.2%	31.5%	37	21.8%
参考にしない	58	10.5%	17.4%	8	4.7%

次頁につづく

[問07-3]メニュー選択の情報が、どのような方法で提供されたら参考にしますか？										
リーフレット（1枚のチラシ）										
どちらとも 言えない 参考にしない	参考にする	242	43.8%	86	37.1%	79	46.2%	77	51.3%	0.008
	どちらとも 言えない	195	35.3%	87	37.5%	58	33.9%	50	33.3%	
	参考にしない	116	21.0%	59	25.4%	34	19.9%	23	15.3%	
パンフレット（冊子）										
どちらとも 言えない 参考にしない	参考にする	135	24.3%	52	22.3%	42	24.6%	41	27.2%	0.082
	どちらとも 言えない	223	40.2%	89	38.2%	65	38.0%	69	45.7%	
	参考にしない	197	35.5%	92	39.5%	64	37.4%	41	27.2%	
ランチョンマット（ファーストフード店のトレーの上にある紙）										
どちらとも 言えない 参考にしない	参考にする	475	85.3%	198	83.9%	146	85.4%	131	87.3%	0.635
	どちらとも 言えない	48	8.6%	22	9.3%	14	8.2%	12	8.0%	
	参考にしない	34	6.1%	16	6.8%	11	6.4%	7	4.7%	
フローシート（質問に対しYes、Noで答え、結論を導くもの）										
どちらとも 言えない 参考にしない	参考にする	208	37.6%	95	40.8%	51	30.0%	62	41.3%	0.320
	どちらとも 言えない	192	34.7%	71	30.5%	73	42.9%	48	32.0%	
	参考にしない	153	27.7%	67	28.8%	46	27.1%	40	26.7%	
卓上メモ										
どちらとも 言えない 参考にしない	参考にする	374	67.1%	145	61.7%	104	60.8%	125	82.8%	0.000
	どちらとも 言えない	122	21.9%	52	22.1%	48	28.1%	22	14.6%	
	参考にしない	61	11.0%	38	16.2%	19	11.1%	4	2.6%	
テレビによる上映										
どちらとも 言えない 参考にしない	参考にする	225	40.8%	85	36.8%	81	47.4%	59	39.3%	0.101
	どちらとも 言えない	200	36.2%	85	36.8%	55	32.2%	60	40.0%	
	参考にしない	127	23.0%	61	26.4%	35	20.5%	31	20.7%	
[問07-4]学生食堂でどのようなメニューが欲しいですか？										
健康状態別メニュー（貧血の活用、疲れている人用など）										
どちらとも 言えない 欲しくない	欲しい	369	67.0%	148	64.3%	115	67.6%	106	70.2%	0.426
	どちらとも 言えない	134	24.3%	60	26.1%	38	22.4%	36	23.8%	
	欲しくない	48	8.7%	22	9.6%	17	10.0%	9	6.0%	
ヘルシーメニュー（豆腐ハンバーグ、雑穀米など）										
どちらとも 言えない 欲しくない	欲しい	493	88.8%	193	82.5%	161	94.7%	139	92.1%	0.000
	どちらとも 言えない	40	7.2%	27	11.5%	4	2.4%	9	6.0%	
	欲しくない	22	4.0%	14	6.0%	5	2.9%	3	2.0%	
果物										
どちらとも 言えない 欲しくない	欲しい	448	81.2%	179	77.2%	149	88.2%	120	79.5%	0.012
	どちらとも 言えない	81	14.7%	41	17.7%	19	11.2%	21	13.9%	
	欲しくない	23	4.2%	12	5.2%	1	0.6%	10	6.6%	
[問07-5]（教育学部棟横の食堂の）バランスランチを利用したことがありますか？										
利用したことが ない	利用したことがある	160	29.0%	55	23.4%	22	13.1%	83	55.7%	0.000
	利用したことがない	392	71.0%	180	76.6%	146	86.9%	66	44.3%	(*)
	利用したことがない									
[問07-6]主菜と副菜に分けて並べられていたら、それを参考に選びますか？										
どちらとも 言えない 選ばない	選ぶ	110	69.2%	31	57.4%	19	86.4%	60	72.3%	0.026
	どちらとも 言えない	40	25.2%	18	33.3%	3	13.6%	19	22.9%	
	選ばない	9	5.7%	5	9.3%	0	0.0%	4	4.8%	

表の構成、表示方式は、基本的に表1と同様。ただし、[問07-1]については、複数回答を許したため、各回答の構成比率（%）の合計は100%とはならない。

表3 食育活動と食の基礎知識に関する質問項目の集計結果と有意差判定

質問項目と選択肢	合計	一般学生	専攻下級生	専攻上級生	有意確率
【問08】図書館に、食育に関する図書があることを知っていますか？					
知っていて、利用したことがある	104	4	21	79	30.4%
知っていて、今後は利用したい	192	29	98	65	25.0%
知っているが、今後も利用しない	79	23	20	36	13.8%
知らなかったが、今後は利用したい	205	80	77	48	18.5%
知らなかったし、今後も利用しない	186	124	30	32	12.3%
【問09】図書館に、食育に関する視聴覚教材があることを知っていますか？					
知っていて、利用したことがある	7	1	3	3	1.2%
知っていて、今後は利用したい	38	4	13	21	8.1%
知っているが、今後も利用しない	52	8	19	25	9.6%
知らなかったが、今後は利用したい	295	38.7%	129	95	36.5%
知らなかったし、今後も利用しない	370	48.6%	81	116	44.6%
【問10】管理栄養学科の先生や学生などに自分が食べ物を適切に選択できているかをアドバイスしてもらった機会があったら、利用したいと思いますか？					
利用したい	433	56.7%	167	141	54.2%
どちらとも言えない	286	37.5%	68	97	37.3%
利用したくない	44	5.8%	10	22	8.5%
【問11】大学内で料理教室の開催があったら利用したいと思いますか？					
利用したい	509	66.9%	181	166	64.1%
どちらとも言えない	219	28.8%	59	75	29.0%
利用したくない	33	4.3%	4	18	6.9%
【問12】次の知識を、中学・高校で習ったことを覚えていませんか？					
一日に必要なカロリー	214	36.5%	95	74	39.8%
米・雑穀の種類の働き	256	43.6%	78	70	37.6%
六つの食品群別摂取の目安	97	16.5%	20	37	19.9%
覚えていない	20	3.4%	8	5	2.7%
【問12-1】中学・高校で習ったことは、メニューを選択する際に役に立っていると思いますか？					
役に立っている	214	37.7%	95	74	40.9%
どちらとも言えない	256	45.1%	78	70	38.7%
役に立っていない	97	17.1%	20	37	20.4%
【問13】食事バランスガイド（図で示す）を知っていますか？					
内容まで知っている	537	70.5%	210	258	100.0%
見たことはあるが、内容は知らない	193	25.3%	33	0	0.0%
見たこともない	32	4.2%	0	0	0.0%

表の構成、表示方式は、表1と同様。

いないことでしょう。

中学・高校で学んだ食関連項目の知識とその活用については、バラツキのある応答が得られています。図1で示した食育推進基本指針の描く学習イメージは、達成目標ではありますが、到達出来ている内容とは言えないようです。

一般学生にも大学での教育課程の中で、現在および将来の生活の基礎として食に関する学習の必要性を認め、関心を寄せていけるような働きかけが必要だと思われます。大学食堂がそうしたきっかけを与える一つの場となり得ると期待しています。

まとめ（大学食堂での食育推進）

食育の充実を目指す大きな流れの中で、椙山女学園食育推進センターを中心とした取り組みの概要を紹介してきました。大学生の食意識と食行動を調べた限りでは、中学校・高等学校での食育の成果が十分とは言えないようです。また、若い人々の食行動を支える環境が十分整っているとも言えないでしょう。

椙山女学園ではセンターを中心とした上記の取り組みを発展させて、大学内での食育推進活動を進めています。大学内の食堂を委託している業者および学内のコンビニ店舗と協力して、管理栄養学科生による女子学生向けメニューおよび弁当の開発を行っています。開発メニューや弁当だけでなく、全メニューについて成分値とバランスガイドを示すカードを添付し、食堂ではメニュー表にも同様の情報を提供しています。学生がこれから食べようとする食の情報を現場で目にするを通じて、食意識の向上、食行動の改善を進めて行ければと期待しています。また、同様の取り組みを学園全体に広げ、初等・中等を含めた学校教育全体の中で、食育がしっかり根付いて行けるよう、努力を重ねています。

参考文献

- 1) 椙山女学園．椙山女学園食育推進基本指針 .2008.
<http://www.sugiyama-u.ac.jp/shokuiku/shokuiku/index.html>（2012 年 11 月 12 日アクセス可能）
- 2) 椙山女学園食育推進センター．平成 20 年度椙山女学園「食」に関する実態調査結果の概要 .2009.
- 3) 中島正夫、續順子．椙山女学園大学における食環境整備，第 1 報：女子大学生の「昼食の選択」に関する意識などについて（質的調査）．椙山女学園大学研究論集第 43 号．2012.
- 4) 續順子，中島正夫．椙山女学園大学における食環境整備，第 2 報：食行動および食育に関する一般学生と専攻学生の比較．椙山女学園大学研究論集第 43 号．2012.