

食情報の発信体験による児童の知識・態度の変容プロセス

佐藤 ひかり¹

平 本 福 子¹

本研究の目的は、高齢化が課題である地域において、児童が高齢者にバランスのよい食事についての食情報を伝える活動を行うことを通して、児童がバランスの良い食事への理解を深めていくプロセスを明らかにすることである。具体的には、仙台市内S地域において、小学生10名が高齢者40名に、「3・1・2当箱法（以下、弁当箱法）」を教材として、実際の料理を用いて、バランスのよい食事を伝えた。

その結果、児童が「弁当箱法」を目の前の高齢者にわかってもらいたいと考え、実践することが、「弁当箱法」の理解が深まっていくことにつながり、自己効力感や高齢者イメージが高まった。一方、児童の「弁当箱法」を伝える力は「弁当箱法」そのものの理解だけでなく、人とのコミュニケーション力とも関係していたことから、学習支援にあたっては留意することが必要だと考えられた。

Keywords : 小学生、情報発信、「3・1・2弁当箱法」、学習支援、世代間交流

I 緒言

子どもの食生活では、朝食欠食等の食習慣、偏った栄養摂取や不規則な食事などによる肥満や痩身傾向等の課題が指摘されている。また、家族等と一緒に食事をする共食の頻度が減少傾向にあり、食を通じた人とかかわる体験が少なくなっている¹⁻³⁾。

これらの課題に対して、食育推進基本計画では、栄養バランスのよい食事の目安を「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」として推進している^{2,4)}。また、子どもにとって、人との共食は食の楽しさだけでなく、生活の基礎を習得する機会でもあることから、家庭とともに地域での共食の機会を増やすことが重点施策とされている。

一方、子どもへの食育では、望ましい食習慣のための知識や態度の習得など、主に食情報の入手に力点が置かれる。しかし、学んだことを他者に教えることにより、学習内容の定着が進むなど、子どもが情報の発信者となることによる教育効果が報告されている⁵⁾。また、足立は開発途上国で

子どもが学校で習ったことを家族に伝えるプログラムを取り上げ、「子どもに対する栄養教育」から「子どもから発信する栄養・食学習」への転換を提起している⁶⁾。

さらに、近年の教育改革では「主体的・対話的で深い学び」が提唱され、子どもたちが課題を探究し、解決策を話し合いながら見つけ、発信する学びが求められている⁷⁾。加えて、開かれた学校づくりや子どもの地域活動が推進されている⁸⁾。

本研究は高齢化が課題となっている地域で、小学生が高齢者にバランスのよい食事について伝える活動を行う。そこで、小学生と高齢者の世代間交流における先行研究をみると、藤原ら、糸井らは、高齢者と小学生の世代間交流プログラムが高齢者イメージの改善、高齢者との交流への自己効力感の向上につながることを報告している^{9,10)}。また、平本らは食による小学生と高齢者との交流プログラムの結果、互いのイメージが広がったことを報告している¹¹⁾。

本研究では、小学生が高齢者にバランスのよい食事を伝えるための教材として、「3・1・2弁当箱法（以下、「弁当箱法）」を用いる。「弁当箱法」は、1食に何をどれだけ食べたらよいかについて、

1. 宮城学院女子大学大学院 健康栄養学研究科 健康栄養学専攻

だれでも理解しやすく、実行しやすい方法として開発されたものである。すでに、小学生への栄養教育の教材として活用されており、小学生が「弁当箱法」を伝える実践も報告されている¹²⁾。しかし、これらの報告では、子どもの「弁当箱法」の理解や自己効力感がどのように形成されたかについては明らかにされていない。

そこで、本研究は小学生が「弁当箱法」を用いて、バランスのよい食生活を地域の高齢者に伝えることを通して、「弁当箱法」についての理解を深め、人に伝える自己効力感を高めていくプロセスを明らかにすることを目的とする。

II 方法

1. 学習者：小学3年生～6年生 計10名
(男子2名・女子8名、2グループ構成)
2. 実施期間：2018年2月～9月(全6回)
3. 実施場所：仙台市内S地域町内会集会所、M大学調理実習室、S小学校内地域活動室
4. 支援者：M大学院2年生1名(筆者)、大学教員1名、4年生2名、S地域コーディネーター1名
5. 協力者：S地域在住の60～80歳代の方計40名

(女性32名・男性8名)

6. 連携機関：マイスクールS、S連合町内会

7. 実施内容(図1)

1) 事前学習(2月)

本プロジェクトの目的などの共有と「弁当箱法」の学習を行った。

2) 各回の構成

①アセスメント、計画(1週目)

児童が高齢者に日常の食事や嗜好についてインタビュー(30分)また、高齢者にバランスの良い食事を「弁当箱法」を用いて伝えた。その後、アセスメントで入手した情報をもとに、教材料理(主菜2品・副菜3品)を児童たち同士で話し合いながら計画した(1時間)。

②実施、振り返り(2週目)

児童が教材料理(1人1品)を調理(1時間)し、作った料理を用いて、児童が高齢者とペアになり、弁当をつめた(40分)。また、実施後、活動を振り返り、成果と課題を確認(30分)。

③①、②を通した振り返りと学習会(3週目)

アセスメント～実施までの活動を振り返り、再度、成果と課題を確認した(30分)。また、課題を改善するための学習会を行い、次の目標をたて

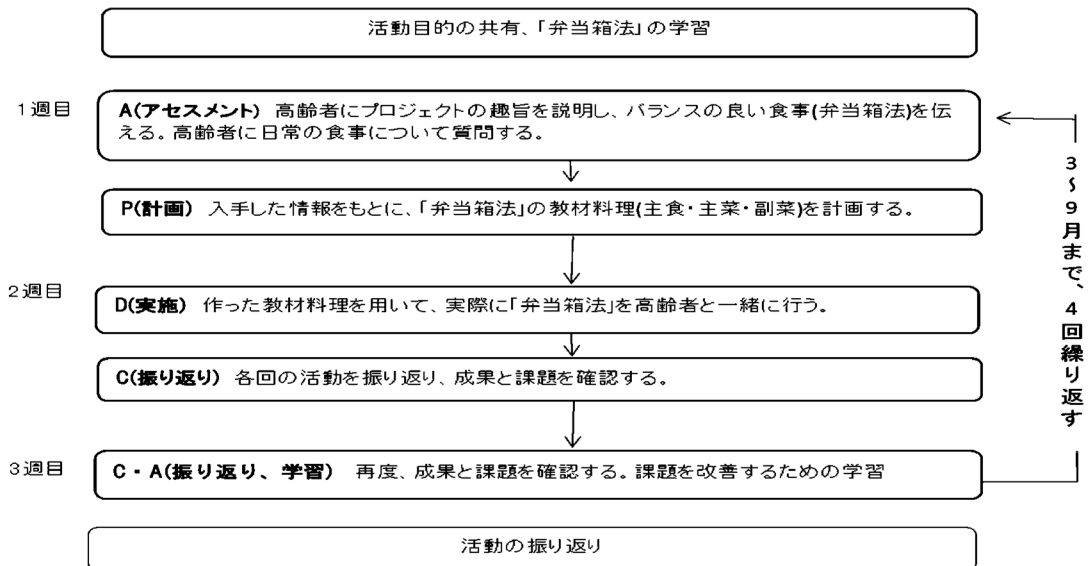


図1 実施内容

た(1時間)。

なお、本プログラムでは以上の①～③を1セットとし、4回繰り返した。

8. 調査内容・方法

1) 児童への質問紙調査

属性(事前)、人に伝える効力感、高齢者イメージ(事前・事後)、高齢者に役立つ効力感(事後)とした。属性については、学年、性別、「弁当箱法」の学習経験、祖父母との居住経験、高齢者(祖父母を含む)との共食頻度である。「人に伝える効力感」は、5件法とした。また、「高齢者に役立つ効力感」を4件法とした。高齢者イメージでは、高齢者の情緒的イメージ尺度短縮版⁹⁾を用いた。本研究では「評価性」因子6項目を用いた。

2) 各回終了後のポートフォリオ評価

各回終了時に、①「3・1・2」の割合に詰める(なっている、まあまあなっている、なっている)、②「弁当箱法」を伝える(テキストをそのまま読む、自分の言葉で伝える、相手の理解を確認しながら伝える)、③高齢者との会話(話かけられたら返事をする、話かけられたら会話を続ける、自分から話しかけ会話を続ける)の3項目について、ルーブリック評価の考え方を活用して3段階に評価レベルを設定した。そして、児童はこれらの評価指標について振り返りと目標の目安とし、支援者は児童の能力を把握し、支援を考える目安とした。また各回実施後、高齢者と交流してうれしかったことについて自由記述した。

さらに、ビデオ記録では、児童が高齢者に伝える場面記録を行い、IC記録では3、4回目に、児童が高齢者に伝える場面の会話を記録した。

3) 詰めた弁当の評価

児童と高齢者が詰めた弁当は、写真撮影と重量計測を行った後、針谷らの「弁当箱法」5つのルール評価基準¹³⁾を用いて、弁当の詰め方のレベルを5段階((レベル1: 弁当箱のサイズは、1食のエネルギー量と同じ数値の容量の弁当箱が選んでいる。レベル2: 料理がすきまなくしっかり(容量の70%程度の重量(g))。レベル3: 主食・主菜・副菜が3・1・2の容積比に詰まっている、レ

ベル4: 調理法は油脂量や食塩使用量の多いものが重複していない。レベル5: 彩りよく、詰め方に工夫がみられ、おいしそうに詰まっている)で評価した。

9. 解析方法

- 1) 児童の弁当箱法の理解(知識)は、詰めた弁当のレベル、「弁当箱法」を伝える力は各回終了後のポートフォリオ評価(支援者評価)を用いて評価した。
- 2) 学んだことを人に伝える効力感(態度)は、事前・事後を比較した。
- 3) 高齢者イメージは、SD法を用いて、事前・事後を比較した。

10. 倫理的配慮

本研究の実施にあたり、学習者および学習者の保護者、参加高齢者に本研究の趣旨を文書で説明し、得られたデータの目的以外使用をしないことを伝えた上で、了承を得た方に参加してもらうこととした。

III 結果

1. 学習者(児童)

児童の学年は3年生2名、4年生4名、5年生3名、6年生1名。学習題材である「弁当箱法」の学習経験は半数が初めてであった。また、高齢者との居住経験では、4名が有りであった。さらに、高齢者(祖父母を含む)との共食頻度では、週1回以上が2名、月1回程度が3名、半年に1回程度が3名、ほとんどないが2名であった。

2. 「弁当箱法」の理解と伝える力の変化(図2)

詰めた弁当のレベルからみた理解の程度と伝える力の変化には、4つのパターンがみられた。

以下に、各パターンの児童を事例に、高齢者に伝えることを通して、「弁当箱法」の理解が深まっていくプロセスを述べる。

パターン1「弁当の詰め方と伝える力がともに向上していく」(IH)

IHは4年生、弁当箱法の学習経験あり。誰とでも話ができ、自分で考え行動できる。

初回のみみんなの前での発表(以下、全体発表)

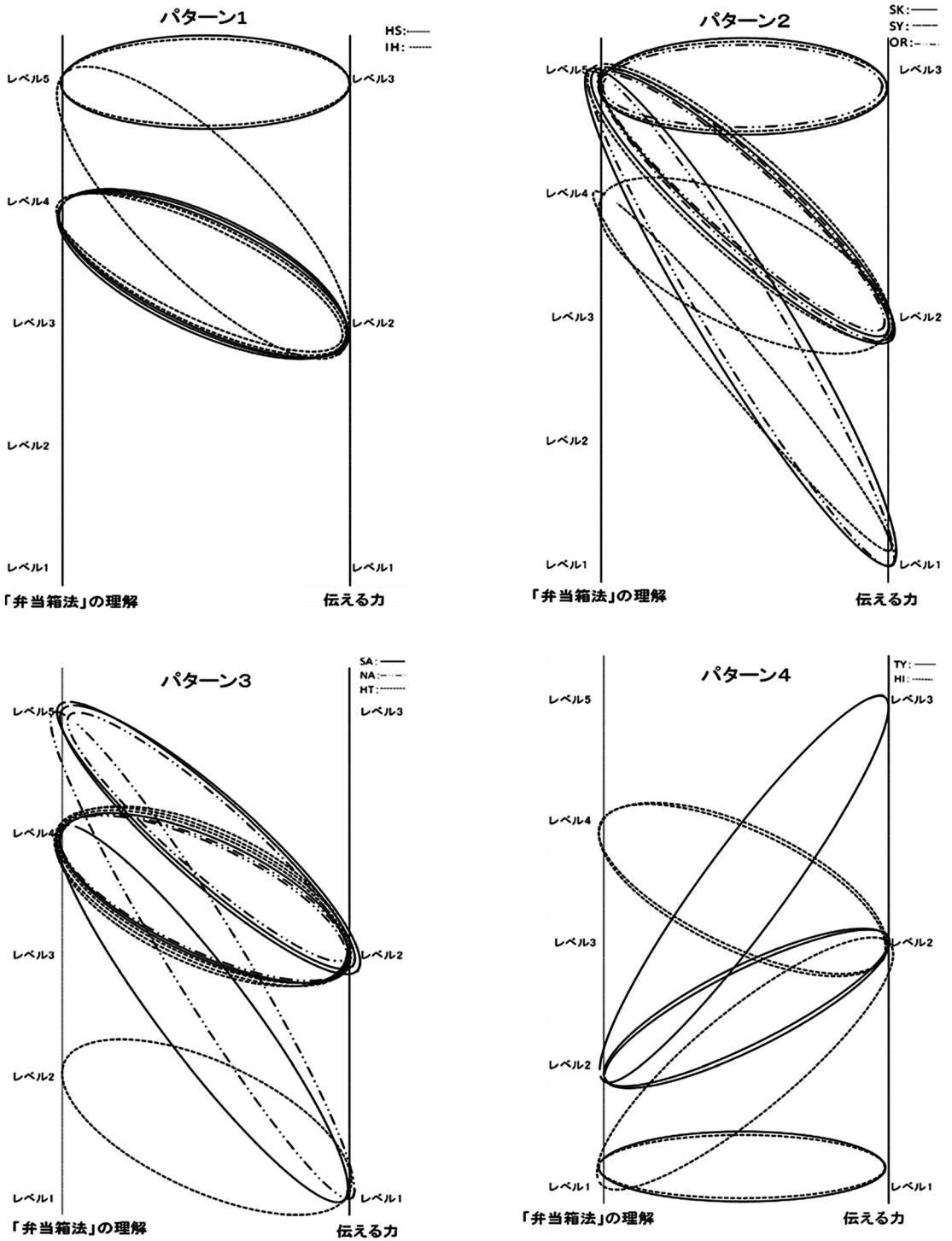


図2 児童の「弁当箱法の理解と「伝える力」の変化

では、ルール2（主食・主菜・副菜を3・1・2）の説明担当になったが、IHはテキストを使わず、目の前にある実際の料理を使い、わかりやすい説明をする工夫をしていた。また、ペアの高齢者に説明する際にもルール5〔おいしそうに詰める〕について、そのポイントを「平らになるようにするときれいになります」や彩りよく詰めることについても説明をしていた。ただ、考えてきたことを伝えるだけで、相手が分かっているかどうかを確認しながら説明している様子はみられなかった。

また、終了後、「たくさんお話しできたことやおいしいとってくれた」ことをうれしかったと述べている。そして、次回は「お年寄りの人が喜ぶような料理を作る」という目標をたてた。

2回目では、全体発表でルール4〔しっかり詰める〕の説明担当となったが、「上手に詰めることが大切です。1番上の線までぎっちり詰めるようにしましょう」と「1番上の線まで」というテキストにはない表現を用いて、具体的に説明していた。

一方、ペアの高齢者に説明する際には、高齢者から「ごはんはこんなに食べられない」と言われ、自分が説明した「1番上の線まで」詰められない事態となった。すると、IHは自分の判断で「本当は線までぎっちりですが、今日はこれでいいです」と伝えている。どのようにしてその判断に至ったのかは記録からは不明であるが、IHはルール4の基準を超えても、目の前の高齢者に合わせた方がよいという考えをもった。しかし、その対応は高齢者の理解とは関係なかった。

また、高齢者に積極的に話しかけ、「料理の作り方」などを話しており、終了後「きちんと話をきいてくれて」うれしいと述べている。そして、次回の目標を「お年寄りともっと仲良くなりたい」とした。

その後の学習会「弁当箱法の再学習」では、IHは1.2回ともレベル4で、レベル5の「きれいに詰める」までにはなっていなかったことから、支援者からアドバイスをもらいながら詰めていたが、「詰めづらい料理で、平らにつめるのも大変だっ

たので、1人でしっかりつめられなかった」と振り返っており、次回の目標を「きれいにつめられるようになりたい」とした。

3回目では、目標を意識して、レベル5で詰められるようになっていた。また、詰め方がわかったことから、ペアの高齢者に説明する際にも高齢者が料理をひとつずつ線の高さまで入れている様子を見て、「とりあえず、ざっと詰めてから、すき間を埋めたほうがやりやすいです」など、詰め方のポイントを具体的に説明していた。一方、高齢者が分かっているかどうかを確認しながら説明するまでには至っていなかった。しかし、終了後、「上手につめてもらって楽しかった」と述べており、次回の目標を「さらに上手に詰めてもらう」としていた。

その後の学習会で、「相手の表情や理解を確認するためにはどうしたらよいか」を児童同士で話し合った後、実際に支援者を高齢者に見立てて練習した。支援者への説明では、支援者の表情を見て「理解できていない」ところを確認しながら、ルール4〔しっかり詰める〕では「すき間を埋めるように入れていきます」、ルール5〔おいしそうに詰める〕では「パプリカは赤が見えるように」と相手を見ながら説明しようとしていた。そして、次回の目標を相手が「どこまで分かっているかを確かめ、表情や態度を見る」とした。

4回目では、目標を意識しながら、ペアの高齢者への説明では、ルール4〔しっかり詰める〕ことを理解していない様子だったことがわかり、IHは「ぎっちり詰めてください」と伝えると、「こんなにごはんを食べられない」と高齢者に言われた。すると、IHは再度高齢者に「これしか食べられませんか？」と高齢者が食べられないことを確認していた。そして、「この量でいいのかなあ」とルールと異なることをすることにしばらく迷っていたが、最終的には「この量でいい」と判断していた。

また、詰め終わった弁当をみた支援者から「それでいいの？」と尋ねられると、「これしか食べられないんですもんね」と高齢者を見ながら同意

を得るようにして、ルールどおりではないが食べる人の気持ちを優先したと支援者に伝えていた。終了後、IHは高齢者の理解や気持ちを確認しながら進められたことから、「つめるときにたしかめをしたとき、おぼえてくれた」ことをうれしいと述べていた。

以上のように、IHは高齢者に伝えていくことを通して、「弁当箱法」の理解と伝える力が向上した。

パターン2 「弁当の詰め方のレベルは最初から高く、伝える力が向上していく」(OR)

ORは小学4年生、弁当箱法の学習経験あり。誰とでも気さくに話せるが、一方的に話してしまうことが多い。

ORは、「弁当箱法」の学習経験があることから、詰めた弁当は初回からレベル5であった。

初回の全体発表では、ルール3〔調理法が重複しない〕の説明担当になりテキストをそのまま読んでいた。また、ペアの高齢者への説明でも同様に、テキストの文言のまま説明しており、自分の言葉で表現している様子はみられなかった。さらに、自分が作った料理の説明でも、自分で考えたことを発表するのが精一杯であり、高齢者とのやりとりは少なかった。しかし、OR自身は、自分が作った料理を褒めてもらったことや高齢者とお話ししながら食べられたことがうれしいと述べている。そして、次回の目標を「お年寄りや仲間と仲良く話す」とした。

その後の学習会「高齢者について」では、ORは「お年よりの人に会ったら、あいさつをなるべくすること。話題はなんでもかまわない」に気づき、次回の目標を「何でもいいから、会話がはずむような話をいっぱい考える」とした。

2回目の全体発表は、同じくルール3〔調理法が重複しない〕の説明担当になり、テキストに記載のある「油を使った料理は1品までです」だけでなく、目の前にある実際の料理を例にして、わかりやすい説明をすることができるようになっていた。しかし、ペアの高齢者への説明では、多くの説明をしていたが、自分が考えてきたことを伝

えるだけで、高齢者がわかっているかどうかを確認する様子はみられなかった。

しかし、前回の学習会でたてた目標を意識して、自分から進んで話しかけ、会話が弾むようになっていた。また終了後、高齢者とたくさん話ができたと楽しさと「おいしい」と褒められたうれしさから、次回の目標を「もっと料理が上手になりたい」としていた。

その後の学習会「弁当箱法の再学習」では、ORは1.2回とも支援者のアドバイスにより、レベル5となっていたので、今回は自分の力で詰めてみようとした。しかし、詰めづらい料理で、しっかり詰められなかった。そこで、次回の目標を「お年寄りに伝えるためには、もっと上手につめられるようになりたい」とした。

3回目には、目標を意識して、1人でレベル5に詰められるようになっていた。また全体発表は、ルール4〔しっかり詰める〕の説明担当になり、テキストの文章をそのまま読んだ後、「お弁当の上の線のところまで入れるとびつたりの量になるので、しっかり詰めてください」とテキストにはない表現を用いて、具体的に説明していた。しかし、ペアの高齢者への説明では、2回目同様、高齢者がわかっているかを確認する様子はなく、「線のところまで入れてください」「蓋が閉まるくらい」など詰め方のポイントをたくさん説明していた。そこで、ORは次回の目標は「お年寄りにおしえる時に目を合わせる。なるべく、テキストを見ないで説明する」とした。一方、自分が作った料理を担当した高齢者が真っ先に食べ、「おいしい。上手だね」と言われたことは「うれしい」と述べている。

その後の学習会で「相手の表情や理解を確認するためにはどのようにしたらよいか」を児童同士で話し合い、実際に支援者を高齢者に見立てて練習した。今までは相手の理解を確認していなかったが、今回は相手の弁当を観察し、相手に理解してもらえるように考えながら、「それだと高さが足りないので、これを土台にして高さを出したほうがいい」等と説明していた。また、終了後

には説明している時に質問されると「自分が覚えたこととかを教えるのが大変でした。大きな声でゆっくり言わないと（お年寄りには）聞こえない人がある」ことがわかったと述べている。そして、次回の目標を「テキストのどこを見ているのか？ わからないところはあるか？を確認する」とした。

4回目では目標を意識しながら、今までより自分からの説明が少なくなり、相手の弁当をよく観察して、主菜の料理が多くなっているの、「切ってから入れてください」や「ここが緑・緑になっていますよね？」なので、サラダの方はコーンを見えるようにした方がいいです」と、相手のためには何を言ったらよいかを考えて説明していた。また、高齢者が弁当箱から食器に移し替えた時に「多いですね」と驚いていたことから「今までの方も多いとおっしゃっていましたが、食べられていましたよ」と高齢者を励ます発言もみられた。また、終了後、「最初は食べられないとお話する方がいたが、食べてくれてうれしかった」と述べている。

以上のように、ORは初回から「弁当箱法」の理解は高く、伝える力は高齢者と関わりながら徐々に向上していった。

パターン3「弁当の詰め方は上がっていくが、伝える力が上がらない」（SA）

SAは6年生、弁当箱法の学習経験あり。自分から積極的に話す方ではない。

SAは、詰めた弁当は、1.2回目レベル4、3.4回目はレベル5であった。

初回の全体発表は、ルール2〔主食・主菜・副菜を3・1・2〕の説明担当になったが、テキストをそのまま読んでいた。また、ペアの高齢者への説明でも同様に、テキストの文言を用いて説明しており、自分の言葉で表現している様子は見られなかった。さらに、緊張していることから、高齢者とのやりとりでは、返事のみで自分から話しかけていなかった。一方、料理を「おいしい」と褒めてくれたことをうれしいと述べており、次回の目標を「高齢者の方に喜んでいただくために素早く準備をする」とした。

その後の学習会「高齢者について」では、SA

は「どんなことでも、積極的に話しかけていくことも大切だと思う。まわりを見ながら、お年寄りの人を気づかって過ごそうと思う」と気づき、次回の目標を「楽しく話しながら、活動したい」とした。

2回目の全体発表は前回同様ルール2〔主食・主菜・副菜を3・1・2〕の説明担当になったが、テキストを使わず、実際の料理を使い、わかりやすい説明をする工夫をしていた。しかし、ペアの高齢者への説明では、前回たてた目標を意識しながらも、初回同様、話しかけられたら返事をするに精一杯で、支援者に励まされながら説明していたため、高齢者がわかっているかを確認する様子はみられなかった。そして、終了後、次回の目標を「自分で考えて進んで行動する」とした。一方、高齢者から「料理を『おいしい』と褒められたことをうれしい。今日もお年寄りの方々と交流できて楽しかった」とも述べていた。

その後、「弁当箱法の再学習」を行った際には、SAは今までレベル4段階であったが、支援者からアドバイスを得て、「平らにつめることはできた」と述べており、次回の目標を「彩り良く」とした。

3回目後の学習会で「相手の表情や理解を確認するためにはどのようにしたらいいのか」を児童同士で話し合い、実際に支援者を高齢者に見立てて練習した。支援者への説明では、普段から関わっている大学生であったことから、相手が分かっていることは感じているものの、SAからは発言がなかったため、支援者から「これでどう？」と聞かれ、やりとりしていた。そして、支援者が『「これでどう？」など聞いてくれたので、良い練習になった』と述べており、次回の目標を「相手の表情やしぐさを見ながら、わかっているかを確認する」とした。

4回目では、目標を意識して、ペアの高齢者への説明では、相手の詰めている弁当を見て確認した後、支援者に自分のアドバイスしたいことが合っているかを確認してから、「しっかりしたものを先に詰めたほうがいい」と説明してい

た。また、高齢者との会話はできていたが、自分から話しかけることはできていなかった。しかし、高齢者に「おいしい」と褒めていただいたことがうれしかったと述べており、高齢者と上手く話しかけなくても、高齢者との関わりは良かったという思いを持っていた。

以上のように、SAのような、初めての人と話すのが苦手な児童は、「弁当箱法」の理解はできて、伝えたい気持ちもあるが、高齢者と向き合い伝えていくことが難しいため、支援者の役割が大きいことがわかった。

3. 人に伝える効力感の変化

人に伝える効力感が向上した児童は、実際に伝える力が向上した児童であった。また、3年生2名も伝える力は向上していたことから、伝える効力感が向上していた。

一方、変化のない児童は、「弁当箱法」の学習経験があり、「弁当箱法」を理解していることから、自分の伝える力に関わらず、伝えることが「できそう」と感じていた。また、伝える効力感が下がった児童2名は、実施前には「とてもできそう」と感じていたが、実際に体験を通して自分の伝えることの難しさに気づき、効力感が低下していた。

4. 高齢者に役立つ効力感（事後）

高齢者に役立つ効力感を「とても思う」4名、「思う」6名で、いずれの児童も活動を通して高齢者の役に立ったという効力感をもっていた。

5. 高齢者イメージの変化（図3）

児童の高齢者イメージは、事前でも肯定的な傾向がみられたが、事後ではさらにより良いイメージになっている傾向がみられた。なお、各児童とも事後にイメージがよくなっていたことから、全体の傾向をみるために平均値も表示した。

V 考察

本研究は、小学生が「弁当箱法」を用いて、バランスのよい食生活を地域の高齢者に伝えること

を通して、「弁当箱法」についての理解を深めていくプロセスを明らかにすることである。結果をもとに、5点から考察する。

1. 児童の「弁当箱法」の理解のプロセス

理解を深めるプロセスには、4つのパターンがみられ、各パターンに応じた学習支援が必要であることが示唆された。特に、理解は向上するが、伝える力が伴わないパターン3の児童においては、丁寧な支援が必要である。

また、児童の理解は、児童が高齢者に伝えようとするのが、多様な伝え方に気づく体験につながり、理解が深まっていったと考えられた。このことは、「教える」ことによって「学ぶ」ことを実現する報告¹⁴⁾や「child-to-child」実践における、他者との対話を取り入れた活動の報告⁵⁾と共通していた。

加えて、白水は学習支援のためには、その学習における児童の理解の深化プロセスを明らかにすることの重要性を提起していることから、本研究における児童の学びのプロセス記録は、今後の学習支援に有用だと考えられる¹⁵⁾。

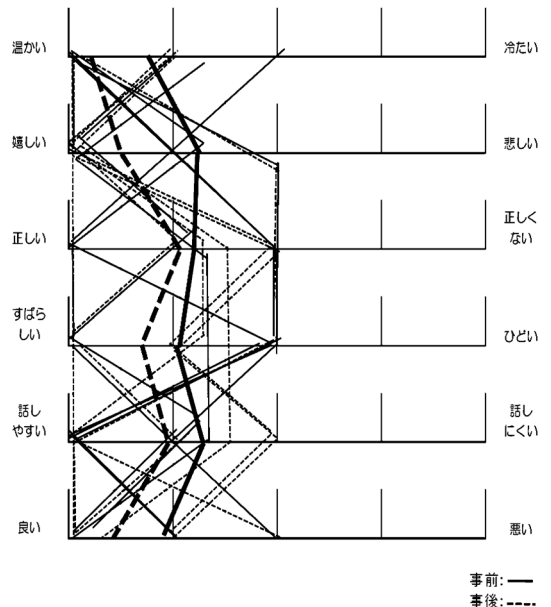


図3 高齢者イメージの変化

2. 児童の学びにおける高齢者との関わり

児童の学びにおける高齢者との関わりでは、褒められた経験が効力感に繋がり、高齢者イメージを高めた。このことは、世代間交流における互恵性の報告^{16,17)}と共通していた。

また、児童の伝える力のレベルに関わらず、高齢者の理解が高かったことから、児童が伝えることは、高齢者の理解を促すということよりも、児童自身の理解を深めることに効果的だと考えられた。

さらに、本研究は地域における児童の活動の成果を示されたことから、現在求められている食育実践活動の1つとなった。

3. 「弁当箱法」の学習支援

「弁当箱法」の学習については、リーフレットなどの解説書^{18,19)}はあるが、学習支援用の解説書はない。しかし、学習支援にあたっては、学習者の発達段階や知識などに応じてすすめることが重要であるため、本研究の成果が学習支援のための知見として活用できると考えられる。

4. プログラムの評価

本研究は、PDCAサイクルを繰り返すプログラムを計画、実施した。そのことは、児童の学習プロセスを把握することに有用であり、先行研究でも推奨されている²⁰⁾ことから、プログラムの進め方は有用だったと考えられた。

5. 今後の課題

本研究では、仙台市S地域の児童10名と高齢者40名と限られたものであったことから、さらに他地域での実施や児童の人数を増やして実施していく必要がある。また、児童が伝える対象を地域高齢者だけでなく親世代や児童同士等でも検討していくことや、伝える食情報を「弁当箱法」以外にもで実施してみることにより、児童が食情報を伝える体験がその食情報の食知識や食態度を向上させることを検証することになると考えられた。

謝辞

本研究を進めるにあたっては、参加してくれた子どもたちとともに、桜ヶ丘連合町内会や米スクール桜ヶ丘のみなさまには大変お世話になりました。厚く感謝申し上げます。また、足立己幸女子栄養大学名誉教授、針谷順子高知大学名誉教授には「弁当箱法」についてのご助言をいただき感謝申し上げます。

参考文献・引用文献

- 1) 農林水産省：平成29年度食育白書，第3部第1節，(2018年5月29日公表)
- 2) 内閣府：第3次食育推進基本計画（2016）
- 3) 内閣府：第2次食育推進基本計画（2011）
- 4) 内閣府：食育推進基本計画（2006）
- 5) 北村健二・中村隆敏：中学生が小学生に教えることで、どのような「学び」が生まれるのか-中学生と小学生の学び合いを通して-，佐賀大学教育実践研究，第28号，(2011)
- 6) 足立己幸：「食」育は子どもから家庭へ、学校へ、地域へ発信，日本健康教育学会，第15巻，第4号，p237-p244，(2007)
- 7) 文部科学省：新しい学習指導要領の考え方-中央教育審議会における議論から改訂して実施へ-，p19-p34，(2017)
- 8) 山下智也：子どもと地域を繋ぐ子ども参画のあり方-日常的な子どもの遊び場「きんしゃいきゃんぱす」の事例から-，日本生活体験学習学会誌，第7号，1-15，(2007)
- 9) 藤原佳典、渡辺直紀他：児童の高齢者イメージに影響をおよぼす要因“REPRINTS”高齢者ボランティアとの交流頻度の多寡による推移分析から，日本公衛誌，第54巻，第9号，p.615-625，(2007)
- 10) 糸井和佳、亀井智子他：地域における高齢者と子どもの世代間交流プログラムに関する効果的な介入と効果--文献レビュー-，日本地域看護学会誌，Vol.15，No1，p.33-43，(2012)
- 11) 平本福子、足立己幸：児童・高齢者交流による相互教育力を活かした食教育プログラムの開発，日本世代間交流学会，第4回全国大会要旨集P27，(2013)

- 12) NPO 法人食生態学実践フォーラム：食生態学-実践と研究, 第2号, p20-25, (2009)
- 13) 針谷順子・足立己幸：1食単位の食事構成法「3・1・2 弁当箱法」の妥当性に関する栄養素構成面からの検討, 名古屋学芸大学健康・栄養研究所年報, 第6号, (2014)
- 14) 住田実：人から人を繋ぐヘルスプロモーションの明日～授業研究の<眼>から見た豊かな学びの連鎖と健康なまちづくり～, ヘルスプロモーション・リサーチ, Vol.9, No.1, (2017)
- 15) 秋田喜代美、能智正博監修：事例から学ぶ初めての質的研究法, 東京図書, p.49-54, (2007)
- 16) 吉村遼子：大人への移行における他世代交流の意義～当別町における社会福祉法人ゆうゆうの事例を参考に～, 社会教育研究, 第34号, p63-73, (2016)
- 17) 草野篤子：日本世代間交流学会ニューズレター, 日本世代間交流学会誌, No.3, (2014)
- 18) NPO 法人食生態学実践フォーラム：「3・1・2 弁当箱法」とは (2017)
- 19) NPO 法人食生態学実践フォーラム：ごはんしっかり！ ぴったり食事づくり (2018)
- 20) 永井成美：子どもから子どもへ伝え学びあう食育, 住田実・健康教育学監修, 子どもが変わる生活を変える・食教育4つのステージ, 東山書房, p.200, (2011)