

女子大学生の給食における料理の認知度と教育効果

渡邊 喜弘・永澤 貴昭

On the Educational Effects of an Awareness of the Menu of School Lunches Among
Female College Students

Yoshihiro WATANABE and Takaaki NAGASAWA

要 旨

管理栄養士は、円滑な給食業務を運営するために専門的な知識と技術を発揮する事が重要であるが、その業務は献立作成が前提として展開される。献立作成は、対象者の特性に応じた栄養価、食品構成、調理法、嗜好、色彩、季節、価格、調理従事者の人数、施設・設備など多くのファクターを網羅して取り組む必要があり、非常に複雑である。そこで本研究では管理栄養士養成施設で学ぶ学生に献立作成の基本となる料理の認知度を調査し、今後の教育課題を検討することを目的とした。その結果、以下のことが明らかとなった。

- ① 管理栄養士養成施設で学ぶ学生は、2年生より3年生の方が料理の認知度は高い。
- ② 料理の認知度には個人差が大きい。
- ③ 経済感覚のない料理があげられている。
- ④ 料理の認知度については、10分間での記述は難しいと言う学生もいた。

キーワード：lunch menu：昼食メニュー， menu planning：献立作成，
female students：女子学生， awareness：認知度

1. 緒 言

国民の健康維持・増進が問題になっているなか、管理栄養士の仕事が目を集めている。管理栄養士は、食の専門家として多岐多様な場所で食生活の改善に貢献し適切な栄養指導を行っている。管理栄養士の職場のひとつとして特定給食施設がある。献立作成は、特定給食施設において最も重要な業務のひとつであり、管理栄養士としての専門性を発揮するものである。そのため多くの場合、献立の作成能力が専門職としての能力の評価となる。特定給食施設での食事の提供は、給食の目的に沿って利用者の健康の維持・増進及び疾病の治癒などそれぞれの目的に合わせて行っている。献立作成は、利用者に対する栄養計画に基づいてエネルギー、たんぱく質、ビタミン、ミネラル、食物繊維総量及び食塩相当量を食品構成にあわせて食品の種類と数量を決めていかなければならない。さらに立案された献立は利用者の嗜好、施設設備（厨房の規模）、価格条件及び調理従事者の人数など数多くのファクターを網羅して運営される。管理栄養士養成施設で学ぶ学生が作成する献立では、1日分を立案することは可能だが連続した1週間の献立作成においては、献立のレパートリー数が少ないこと、副菜や汁物に対する料理のイメージが乏しいこと

や家庭での調理経験の有無が大きく影響を及ぼしていることが報告されている。^{1), 2), 3)}

本学における「臨地給食経営管理実習」は4年生前期に学外で開講され、給食の運営として栄養・食事計画をトータルシステムとして実践されている。

そこで本研究は、臨地実習先での食単価契約における委託給食会社において、利用者のニーズに合った献立を作成するために、学生の料理の認知度についての現状把握し、それに応じた教育訓練は必要な事項を検討した。

2. 方 法

(1) 調査対象者および調査時期

平成23年安田女子大学家政学部管理栄養学科に在学していた3年生（4期生）、2年生（5期生）及び平成27年安田女子大学家政学部管理栄養学科に在学している3年生（10期生）、2年生（11期生）の計219名に対して給食のメニューとなる料理の認知度について記述方式を用いて調査した。

(2) 料理名記載の条件

質問紙は3枚用意し、回答時間は1枚につき10分間で行った。1枚目は主菜の料理名と使用される材料名、2枚目は副菜及びサラダ、3枚目は汁物・デザート・カレー・丼・和食麺・中華麺及びスパゲッティーである。また、主菜については料理の様式（和食、中華、洋食、その他）と調理方法についても調査を行った。提出された料理名の内容について、給食経営管理実習を担当する教員が給食で使用できる料理として適当と考えられる物を点検した。点検の内容は献立の重複、経済感覚などである。

(3) 調査用紙

(表1) 主菜の料理名

献立作成のための料理の認知度の調査!! ①(主菜(1~50品)) 年 組 番 名 前							
主菜(1~25品)	使用食品	料理様式 (和食など)	調理様式 (焼く、蒸すなど)	主菜(26~50品)	使用食品	料理様式 (和食など)	調理様式 (焼く、蒸すなど)
1				26			
2				27			
3				28			
4				29			
5				30			
6				31			
7				32			
8				33			
9				34			
10				35			
11				36			
12				37			
13				38			
14				39			
15				40			
16				41			
17				42			
18				43			
19				44			
20				45			
21				46			
22				47			
23				48			
24				49			
25				50			

(表2) 副菜の料理名・サラダ名

献立作成のための料理の認識度の調査!! ②(副菜 サラダ) 年 組 番 名前

副菜(1~100品)				サラダ(15)	調査方法
1	26	51	76	1	
2	27	52	77	2	
3	28	53	78	3	
4	29	54	79	4	
5	30	55	80	5	
6	31	56	81	6	
7	32	57	82	7	
8	33	58	83	8	
9	34	59	84	9	
10	35	60	85	10	
11	36	61	86	11	
12	37	62	87	12	
13	38	63	88	13	
14	39	64	89	14	
15	40	65	90	15	
16	41	66	91		
17	42	67	92		
18	43	68	93		
19	44	69	94		
20	45	70	95		
21	46	71	96		
22	47	72	97		
23	48	73	98		
24	49	74	99		
25	50	75	100		

(表3) 汁物・デザート・カレー・丼・和食麺・中華麺・スパゲッティー

献立作成のための料理の認識度の調査!! ③(汁物、デザートなど) 年 組 番 名前

汁物(1~10品)	デザート(1~15品)	カレー(1~20品)	丼(1~30品)	和麺(1~15品)	中華麺(1~15品)	パスタ(1~15品)
1	1	1	1	26	1	1
2	2	2	2	27	2	2
3	3	3	3	28	3	3
4	4	4	4	29	4	4
5	5	5	5	30	5	5
6	6	6	6		6	6
7	7	7	7		7	7
8	8	8	8		8	8
9	9	9	9		9	9
10	10	10	10	和麺(1~15品)	10	10
	11	11	11	1	11	11
	12	12	12	2	12	12
	13	13	13	3	13	13
	14	14	14	4	14	14
	15	15	15	5	15	15
		16	16	6		
		17	17	7		
		18	18	8		
		19	19	9		
		20	20	10		
			21	11		
			22	12		
			23	13		
			24	14		
			25	15		

3. 結 果

以下にそれぞれの項目についてまとめた結果を示した。

1. 献立作成のための料理の認知度（主菜の数）

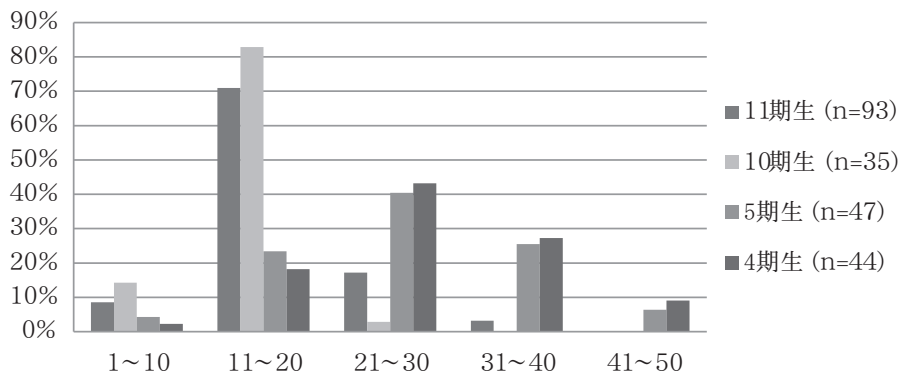


図1 料理の主菜数

2年生（11期生）と3年生（10期生）は、料理の中心となる主菜の記述が20個未満の者が多く、料理としての認知度が少ないという結果を得られた。各学年で認知度が10個未満の者が多数いた。

2. 献立作成のための主食料理の認知度（和・洋・中の数）

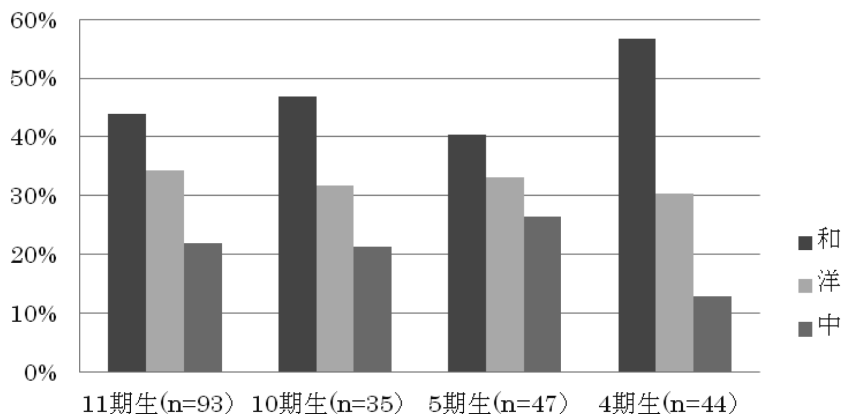


図2 和・洋・中の数

個人差はあるものの、主菜数の各期の平均は2年生（11期生）17.3個、3年生（10期生）14.7個、2年生（5期生）25.8個、3年生（4期生）27.8個であった。料理の様式（和・洋・中の数）の割合は、どの期の学生も和食の記載個数が多く続いて洋食、中華の順であった。

3. 献立作成のための料理の認知度（調理法）

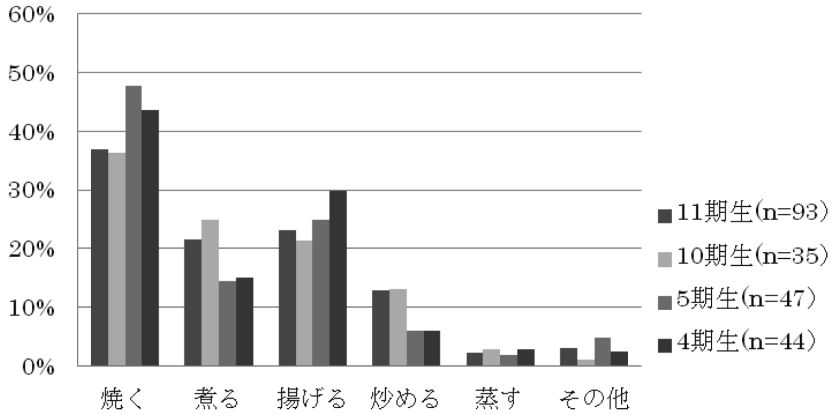


図3 調理法

調理法は、ほぼ全員が焼く、煮る及び揚げると言う基本的な操作方法を示しており、中でも焼く操作方法を数多く答える学生が多かった。その他と答えた調理法には茹でる、和えるであった。

4. 献立作成のための料理の認知度（副菜の数）

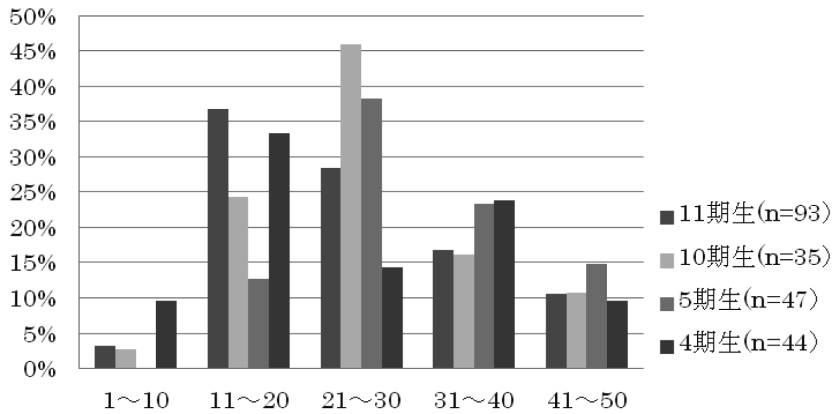


図4 副菜の数

副菜の記載個数については、20～30品目であったが30個以上や40個以上の認知の記載もあった。

5. 献立作成のための料理の認知度 (サラダの数)

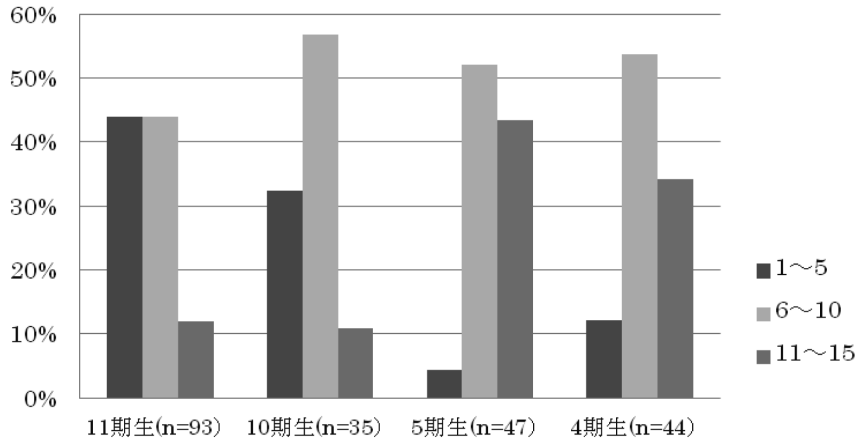


図5 サラダの数

各期の学生たちのサラダの記載は6～10が最も多かった。

6. 献立作成のための料理の認知度 (汁物の数)

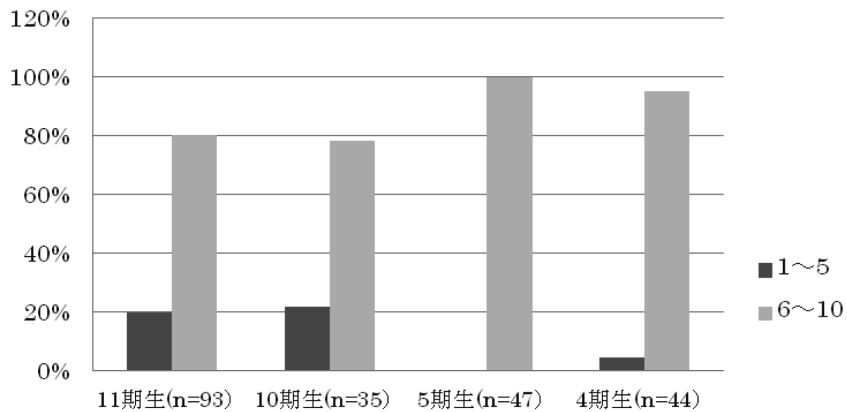


図6 汁物の数

各期の学生たちの汁物の認知度は6個以上であった。

7. 献立作成のための料理の認知度（デザートの数）

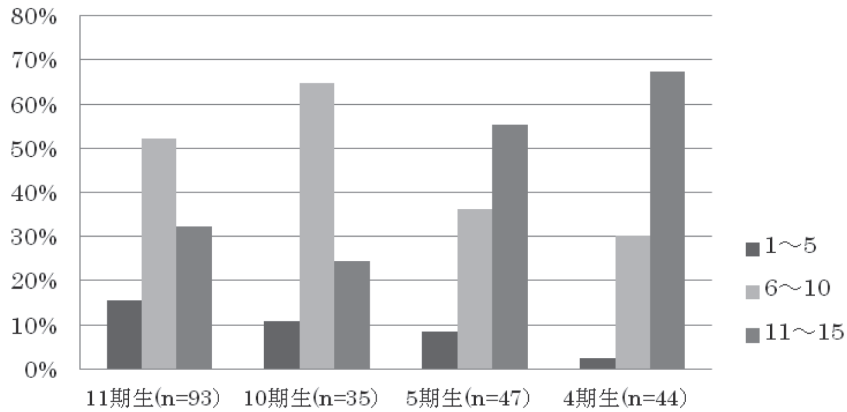


図7 デザートの数

デザートの認知度は2年生（5期生）、3年生（4期生）で11個以上であり高い物であった。ここでの記載にオレンジ、バナナ及びパイなどフルーツの名前だけを記載した者も多く集計からは除外した。

8. 献立作成のための料理の認知度（カレーの種類）

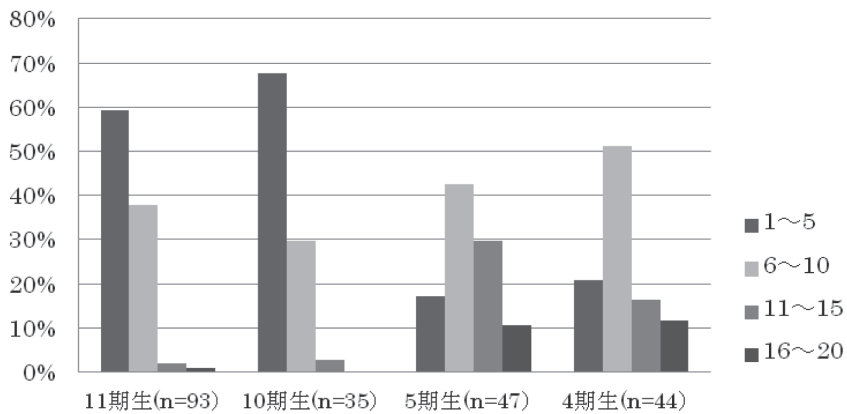


図8 カレーの種類

各期の学生たちは、カレーの種類を多数回答する学生は少ないようであった。個人差にもよるが2年生（5期生）に認知度は高い傾向があった。

9. 献立作成のための料理の認知度（丼の数）

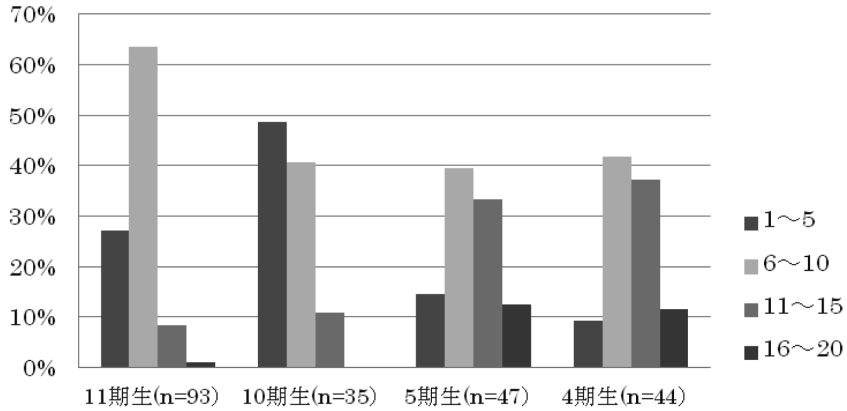


図9 丼の種類

丼ものの認知度は11期生では低く、3年生（4期生）ではやや高かった。

10. 献立作成のための料理の認知度（和麺の数）

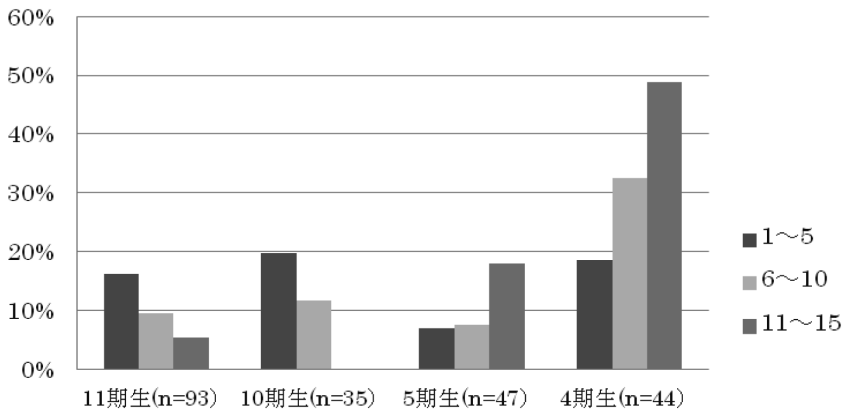


図10 和麺の種類

和麺の認知度は2年生（11期生）、3年生（10期生）、2年生（5期生）では低く、3年生（4期生）ではやや高値を示した。

11. 献立作成のための料理の認知度（中華麺の数）

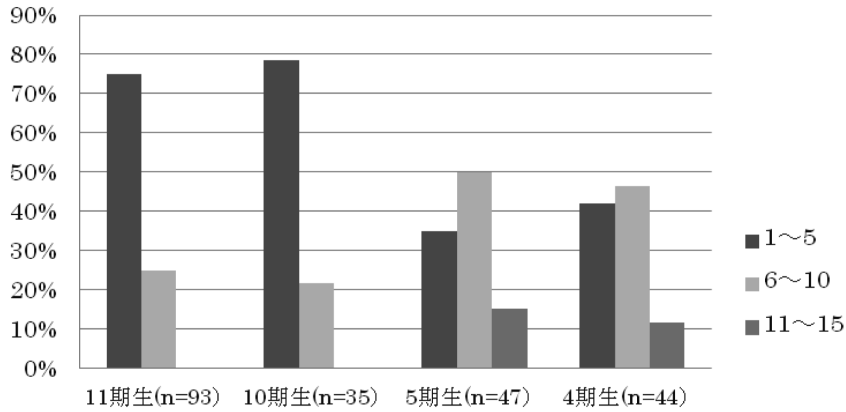


図11 中華麺の種類

中華麺の認知度は2年生（11期生）、3年生（10期生）では低く、4期生ではやや高値を示した。

12. 献立作成のための料理の認知度（スパゲッティの数）

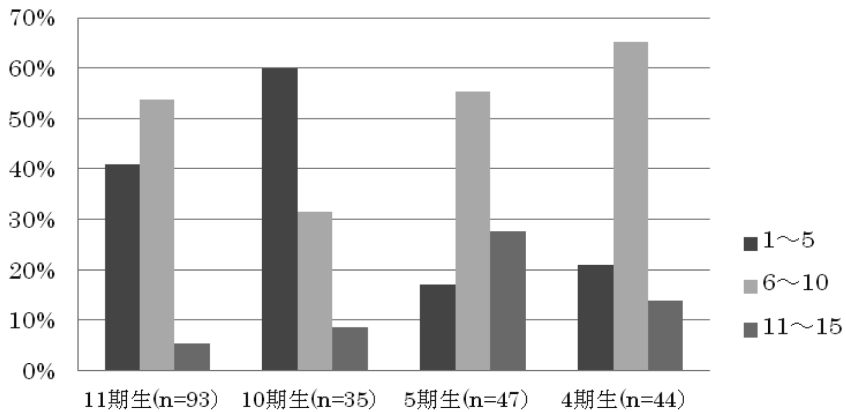


図12 スパゲッティの種類

スパゲッティの認知度は2年生（11期生）、3年生（10期生）では低く、2年生（5期生）ではやや高値を示した。

4. 考 察

献立作成は、給食の運営に置いて最も重要である。食事の提供は対象者の特性に応じて価格、栄養価及び食品構成等をもとに献立作成し、調理従事者の人数、施設・設備など条件のなか調理しなければならず容易ではない。本学では、4年生時に臨地給食経営管理実習が行われる。学生

によっては食単価契約における委託給食会社での実習があり、利用者のニーズに合った献立を作成する課題が出されることもある。献立作成能力の評価を向上させるため、臨地実習が行われる前に2年生と3年生に料理の認知度を調査した。調査内容は主菜、副菜、サラダ、汁物、デザート、カレー、丼、和食麺、中華麺、スパゲッティーの料理名について限られた時間の中で出来る限り多く記述用紙に回答する事である。主菜については料理の様式（和食、中華、洋食、その他）と調理方法についても調査を行った。

家庭での調理経験が有る学生はすぐにメニューが思い浮かぶようであるが、家庭で調理をすることが少ない学生との差が大きく、料理の認知度に影響を及ぼしていると考えられる。市販されている惣菜を中食として利用する事が多い学生は、回答数が多かったと考えられる。

主菜の回答数については、最低5品、最高49品であった。料理の認知度は個人差が大きく使用食品、料理様式及び調理方法に偏りが見られた。これらの調査を通して、料理の記載の少ない学生からは「質問紙1枚につき10分間の記述時間では短すぎる」と言う声もあげられたが、多くの学生たちからは「時間では無く、料理が頭に思い浮かばない」との事であった。主菜以外では丼、和食及び中華麺の名前についての回答数が少なく、多数の回答が得られたものは副菜やデザートであった。デザートの回答数については、10～15品目を平均にどの期の学生も認知していると考えられた。学生たちは、昼食にサラダをよく食べているようであるが、回答数は少なかった。

本学では、1年生時に全員が栄養価計算ソフト（マッシュルームソフト）を購入している。献立作成は、このソフトによるものであり、食材料と純使用料を入力することにより簡便に作成できるものである。献立作成を行う場合、多くの学生がインターネットの料理サイトや料理本を活用している。特にインターネットの料理サイト利用する者は90%を超えており、その中の大多数は「クックパッド」である。料理本ではオレンジページや「今日の料理」などであった。

管理栄養士の実力は献立作成能力によって評価されることが多い。本研究によって学生の料理の認知度が低く料理のレパートリーが不足していることが明らかになった。そのため、今後の教育では献立作成の演習回数を増加させ本研究での結果を反映させることが非常に重要であると考えられる。

参 考 文 献

- 1) 杉崎幸子, 猪瀬多巳江 [ほか] 「給食献立からみた調理能力に関わる一考察」『千葉県立衛生短期大学紀要』26 (2), 2008, p.69-74.
- 2) 照井真紀子, 鈴木久乃 「ある栄養士教育課程における学生の献立作成能力の要因－献立構成要素を用いたの検討－」『栄養学雑誌』58 (2), 2000, p.77-84.
- 3) 花田玲子, 熊谷貴子 「栄養士を目指す学生の献立作成能力と食習慣の関連」『青森県立保健大学雑誌』9 (1), 2008, p.92-93.

[2015. 6. 25 受理]