

短大生から高校生へのピア・エデュケーションによる 教育効果の可能性

—コロナ禍での食育活動の実践報告—

Possibility of Educational Effect by Peer Education from Junior College Students to High School Students

—Practical Report on Dietary Education Activities during COVID-19 Crisis—

松永はるな, 山本ちか, 小濱絵美, 渡辺和代*, 富田美菜子**, 加藤恵子***
Haruna MATSUNAGA, Chika YAMAMOTO, Emi OBAMA, Kazuyo WATANABE,
Minako TOMIDA, Keiko KATOU

要旨：近年、若い世代の食育が課題となっている。20～30歳代に正しい食習慣を身につけるためには社会人一步手前の高校生への食育が重要であると考えられる。本研究では短大生が同世代の高校生に教えるピア・エデュケーションによる食育講座を実施している。本報告ではコロナ禍に実施した食育活動の教育効果を検討することを目的とした。

栄養士を目指す本学の2年生3名が高等学校2年生24名に対して「野菜摂取で食事を改善する」という趣旨の講座を実施した。

高校生は野菜摂取の大切さを理解し、さらに自分から野菜を食べようとする姿勢が見られた。短大生は講座に対して講座前は不安もあったが、講座後は達成感や満足感の得られた結果となった。コロナ禍により制限のある中での実施となったが、ピア・エデュケーションによって高校生、短大生、双方にとって教育効果が見られる可能性が示唆された。

Abstract : In recent years, dietary education for the younger generation has become an issue. In order to acquire correct eating habits in their 20s and 30s, it is considered important to provide dietary education to high school students who are just one step away from becoming adults. In this study, junior college students practiced dietary education for high school students of the same generation. This is a method of peer education. The purpose of this report was to examine the educational effects of dietary education activities were carried out during the COVID-19 crisis.

Three second-year students of our university, who aim to become nutritionists, gave lectures to 24 second-year high school students on the theme of "improving diet by eating vegetables."

The high school students understood the importance of eating vegetables, and they were willing to eat vegetables themselves. The junior college students were anxious about the lecture, but the results gave them a sense of accomplishment and satisfaction. Although it was held under restrictions due to the COVID-19 crisis, it was suggested that peer education may have educational effects for both high school and junior college students.

キーワード：食育, ピア・エデュケーション, 高校生, ピア・サポーター

Key Words : Dietary Education, Peer Education, Highschool Students, Peer Suporter

【目的】

食は私たちが生きていく上で欠かすことのできないものである。平成17年に施行された食育基本法¹⁾では食育とは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こととされている。しかし社会経済情勢がめまぐるし

*1) 名古屋市保健所北保健センター, ***) 名古屋市保健所西保健センター, ***) 元名古屋文理大学短期大学部

く変化し、日々忙しい生活を送る中で人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。食育推進会議において策定された食育推進基本計画は、食育基本法に基づき食育の推進に関する基本的な方針や目標について定めている。令和3年度から令和7年度までのおおむね5年間を期間とする第4次食育推進基本計画²⁾では、基本的な方針として3つの重点事項を掲げ、国民の健全な食生活の実現と、環境や食文化を意識した持続可能な社会の実現のために、SDGsの考え方を踏まえながら、多様な関係者が相互の理解を深め、連携・協働し、国民運動として食育を推進している。近年、社会全体の食への関心は高まってきているが、特に若い世代においては朝食の欠食や、栄養バランスを考えた食事を実践している人の割合の低下³⁾、野菜の摂取量不足⁴⁾など依然として多くの問題を抱えている。さらに、令和元年12月に発生し、全世界に広がった新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の影響により、「新しい生活様式」⁵⁾への対応が求められることになり、食を含めた私たちの生活は大きく変化した。本研究では、若い世代のこれらの問題点を改善するため高校生に注目した。高校生の段階では家族の支援により本人が意識しなくてもバランスの良い食事が提供され自然と望ましい食習慣が保たれている人が多いと考えられる。しかし高校卒業後、大学進学や就職により自宅を離れ自立的な食生活が要求される者が多くなるため、高校生の時期に健康的な食生活の指導が必要であると指摘されている⁶⁾。遠藤、小川、村上、荒木、中村⁷⁾によると生活環境の変化は食事摂取状況に改善、悪化どちらにも影響を与えるとの調査報告がある。バランスの悪い食事は長時間かけて自分の健康に影響を及ぼすとともに不規則な食事が習慣になるとすぐに改善することは難しくなると考えられる。このような状況を踏まえ、社会人一步手前の高校生に対して、食育活動を行い、正しい食習慣を身につけることは20～30歳代の若い世代の食生活の問題に大きく関連してくると考えられることから、重要な取り組みといえる。そこで名古屋市保健所西保健センターと名古屋文理大学短期大学部が協働で「食の大使プロジェクト」を立ち上げた。高校生への食育の手段として、従来型の教員が講義を行う一方通行の教育ではなく、同世代（1～2年先輩）である栄養士を目指す短期大学生がピア・サポーターとして「食の大使」となり、食育を実施するピア・エデュケーション（Peer Education 仲間教育：同世代の大学生から高校生に教育する若者同士の教育）の手法を採用した。平成28年度よりグループワーク、調理実習を交えたピア・エデュケーションを

実施してきた。平成30年度には延べ34名のピア・サポーターが高校生31名に対して「昼食の大切さと弁当実習を通して栄養を考える」というテーマでワークショップを4回、調理実習を1回実施した。その結果、卒業後は自分のお弁当を作りたい90.0%、自分でお弁当をつくることができると思う71.0%と肯定的な意見を得た。また講義型の授業よりも意見交換ができる、短大生との交流が良かったなどピア・エデュケーションを用いたワークショップの利点をとらえた意見が多く見られた⁸⁾。しかし令和元年度12月より突如流行した新型コロナウイルス感染症予防対策の観点から令和2年度の食育活動は休止となった。本研究は、令和3年度にコロナ禍により制限のある中で実施した、ピア・エデュケーションを用いた食育活動が高校生、短大生に及ぼす教育効果を明らかにしようとしたものである。

【方法】

1. 対象者と実施時期

栄養士を目指す本学の2年生3名が「食の大使」となり、地域の高等学校2年生24名に対して食育活動を実施した。実施時期は令和3年12月であった。

2. 介入内容

コロナ禍による感染防止対策として、従来行っていたグループワークを個人でのワークに変更して実施し、調理実習は実施しなかった。講座の内容は、「野菜摂取で食事を改善する」という趣旨の講座であった。「食の大使」である短大生が高校生に対し、資料を提示しながら若者世代で野菜摂取量が不足している現状、野菜不足で起きる体の変化、野菜摂取量を増やすためのポイントの説明を行った。食事を改善する個人ワークではご飯、汁物、魚、牛乳のイラストが描かれたワークシートに野菜不足を改善できるような料理を追加するという内容で行った。個人ワーク中は、短大生が巡回し適宜アドバイスを行った。その後、短大生から自分たちが考えた野菜料理を追加した献立を発表し、手軽にできる野菜の摂取方法を紹介した。講座実施に先駆けて短大生にはこの事業の趣旨を十分理解させ、円滑に実施できるよう講座の進め方、ワークの実施方法、コミュニケーションの取り方の指導を行った。



図1 短大生が考え発表した献立

3. 事前調査, 事後調査の内容

(1) 高校生への調査

本講座について5件法（1：全くあてはまらない，2：ややあてはまらない，3：どちらともいえない，4：ややあてはまる，5：とてもあてはまる）でたずねた。具体的な項目は表1に示した。

また普段の食生活について以下の点でたずねた。

- ①1日何食食べるかについて（1：3食，2：2食，3：1食，4：決まっていない）の選択肢でたずねた。
- ②いつ野菜を食べるかについて（1：朝食，2：昼食，3：夕食，4：その他）の選択肢でたずねた。（複数回答可）
- ③健康のために成人が1日に必要な野菜摂取量は350gとされていることを知っていたかについて（1：知っている，2：知らなかった）の選択肢でたずねた。

た，2：知らなかった）の選択肢でたずねた。

※短大生から高校生への講座の際には1日に必要な野菜摂取目標量は350g以上とされている旨の指導を行った上で調査を実施した。

- ④野菜をとるために意識していることはあるかについて（1：はい，2：いいえ）の選択肢でたずね、さらに「はい」と答えた人には具体的に意識している内容をたずねた。最後に本日の講座に参加した感想を自由記述でたずねた。

(2) 短大生への調査

a. 事前調査

講座実施前の意識の把握のため、以下の内容を5件法（1：全くあてはまらない，2：ややあてはまらない，3：どちらともいえない，4：ややあてはまる，5：とてもあてはまる）でたずねた。具体的な項目は表2に示した。

その他、講座を行うことについて、今不安に思うことなど自由記述でたずねた。

b. 事後調査

講座実施後にも以下の内容を5件法（1：全くあてはまらない，2：ややあてはまらない，3：どちらともいえない，4：ややあてはまる，5：とてもあてはまる）でたずねた。具体的な項目は表3に示した。

その他、高校生に栄養の知識を伝えるために、どのような点をもっと工夫できると思うか、本日の講座に参加した感想を自由記述でたずねた。

表1 講座についての項目

- | |
|-------------------------------------|
| 1.野菜を摂取することが大切だと思いますか。 |
| 2.本日のワークは難しかったですか。 |
| 3.野菜を摂取するために自分自身で工夫できそうなことがわかりましたか。 |
| 4.講座の内容はわかりやすかったですか。 |
| 5.本日学んだことを日常生活に活かしたいと思いますか。 |
| 6.栄養について興味をもてましたか。 |

表2 短大生の事前調査項目

- | |
|--------------------------------|
| 1.自分の役割を果たすことができると思う。 |
| 2.自分の担当箇所を高校生にうまく伝えることができると思う。 |
| 3.ワーク中に高校生にアドバイスができるか心配である。 |
| 4.自分の栄養の知識不足が心配である。 |
| 5.緊張する。 |
| 6.やりがいがあると思う。 |
| 7.難しいと思う。 |
| 8.なんとかなると思う。 |
| 9.楽しみである。 |
| 10.自信がない。 |

表3 短大生の事後調査項目

- 1.自分の役割を果たすことができた.
- 2.自分の担当箇所を高校生にうまく伝えることができた.
- 3.ワーク中に高校生にアドバイスができた.
- 4.自分の栄養の知識を深めることができた.
- 5.頑張った.
- 6.やりがいがあった.
- 7.緊張した.
- 8.難しかった.
- 9.活動は充実した内容であった.
- 10.機会があればこのような活動を行いたい.

4. 倫理的配慮

調査に際し、調査の目的と意義、特定の高校名や個人の調査結果を取り上げて使用することはないこと、調査への協力は任意であること、全体の結果のみ各種学会等で発表予定であること等、研究の目的や倫理的配慮について、口頭と書面の両方で説明を行い、同意を得て調査を実施した。

なお本研究は、名古屋文理大学短期大学部研究倫理委員会の承認を受け実施した(承認番号62)。

【結果】

(1) 高校生の調査結果

高校生に行った事後調査結果を表4, 5に、講座に参加した感想の自由記述は表6に示した。表4, 5の%は小数第2位を四捨五入したことにより合計が100%になっていないことがある。

講座の内容に関する結果は「野菜を摂取することが大切だと思いますか」ではとてもあてはまるが19人(79.2%)、ややあてはまるが5人(20.8%)で全員が野菜摂取の大切さを理解していた。「本日のワークは難しかったですか」ではとてもあてはまるが3人(12.5%)、ややあてはまるが4人(16.7%)、どちらともいえないが6人(25.0%)、ややあてはまらないが6人(25.0%)、全くあてはまらないが4人(16.7%)と回答にばらつきがみられた。「野菜を摂取するために自分自身で工夫できそうなことがわかりましたか」ではとてもあてはまるが8人(33.3%)、ややあてはまるが13人(54.2%)で肯定的な回答が計21人(87.5%)から得られた。「講座の内容はわかりやすかったですか」ではとてもあてはまるが18人(75.0%)、ややあてはまるが4人(16.7%)でわかりやすかったという意見が計22人(91.7%)からあった。「本日学んだことを日常生活に活かしたいと思いますか」ではとてもあてはまるが13人(54.2%)、ややあてはま

るが9人(37.5%)で日常生活に活かしたいという意見が計22人(91.7%)からあった。「栄養について興味がありましたか」ではとてもあてはまるが13人(54.2%)、ややあてはまるが7人(29.2%)で肯定的な回答が計20人(83.3%)から得られた。

また普段の食事について「1日何食食べますか」では3食が13人(54.2%)、2食が7人(29.2%)、決まっていないが4人(16.7%)であり、計11人(45.8%)の人に欠食がある又は食生活が不規則であるという結果であった。「いつ野菜を食べますか(複数回答可)」では夕食が15人(62.5%)、昼食と夕食が3人(12.5%)、朝食と昼食と夕食が4人(16.7%)であった。夕食に野菜を食べるという回答が多く、朝食や昼食に野菜を食べるという回答は少なかった。「健康のために成人が1日に必要な野菜の摂取量が350gとされていることを知っていましたか」では知っていたが3人(12.5%)、知らなかったが21人(87.5%)で知らなかったという回答が多数みられた。「野菜をとるために意識していることはありますか」では「はい」が4人(16.7%)、「いいえ」が19人(79.2%)で意識していることはないという回答が多数みられた。意識している具体的な内容には、野菜ジュースを飲む、汁物に野菜をたくさん入れる、手軽なカット野菜を取り入れるとの回答であったが、回答した人はいずれも1日に必要な野菜摂取量を知らなかったと答えた人の回答であった。

講座に参加した感想の自由記述では「野菜を摂取できていないことを実感した」、「今後の食事に役立てたい、改善したい」、「野菜の大切さを知れてよかった」、「短大生のお姉さんの説明がわかりやすかった」、「優しく声をかけてくれてうれしかった」、「ワークが楽しかった」など今回の講座について前向きな意見が多くみられた。一方で「もう少しやることがほしかった」という意見もあった。

表4 講座についての回答

項目	選択肢	人数	%
1.野菜摂取することが大切だと思いますか。	とてもあてはまる	19	79.2
	ややあてはまる	5	20.8
	どちらともいえない	0	0.0
	ややあてはまらない	0	0.0
	全くあてはまらない	0	0.0
2.本日のワークは難しかったですか。	とてもあてはまる	3	12.5
	ややあてはまる	4	16.7
	どちらともいえない	6	25.0
	ややあてはまらない	6	25.0
	全くあてはまらない	4	16.7
	回答の重複	1	4.2
3.野菜を摂取するために自分自身で工夫できそうなことがわかりましたか。	とてもあてはまる	8	33.3
	ややあてはまる	13	54.2
	どちらともいえない	2	8.3
	ややあてはまらない	0	0.0
	全くあてはまらない	0	0.0
	無回答	1	4.2
4.講座の内容はわかりやすかったですか。	とてもあてはまる	18	75.0
	ややあてはまる	4	16.7
	どちらともいえない	1	4.2
	ややあてはまらない	0	0.0
	全くあてはまらない	0	0.0
	無回答	1	4.2
5.本日学んだことを日常生活に活かしたいと思いますか。	とてもあてはまる	13	54.2
	ややあてはまる	9	37.5
	どちらともいえない	1	4.2
	ややあてはまらない	1	4.2
	全くあてはまらない	0	0.0
6.栄養について興味がもてましたか。	とてもあてはまる	13	54.2
	ややあてはまる	7	29.2
	どちらともいえない	4	16.7
	ややあてはまらない	0	0.0
	全くあてはまらない	0	0.0

表5 普段の食生活についての回答

項目	選択肢	人数	%
①1日何食食べますか。	3食	13	54.2
	2食	7	29.2
	1食	0	0.0
	決まっていない	4	16.7
②いつ野菜を食べますか。(複数回答可)	朝食	0	0.0
	昼食	0	0.0
	夕食	15	62.5
	その他	2	8.3
	昼食, 夕食	3	12.5
	朝食, 昼食, 夕食	4	16.7
③健康のために成人が1日に必要な野菜の摂取量は350gとされていることを知っていましたか。	知っていた	3	12.5
	知らなかった	21	87.5
④野菜をとるために意識していることはありますか。	はい	4	16.7
	いいえ	19	79.2
	無回答	1	4.2
④で「はい」と答えた人の具体的に意識している内容	・野菜ジュースを飲む		
	・汁物に野菜をたっぷり入れる		
	・カット野菜を食べる		
	・無回答		

表 6 講座に参加した感想の自由記述

- ・改めて野菜を全く摂取できていないことを実感した。
- ・自分では野菜をいっぱい食べていると思いましたがもう少し緑黄色野菜を増やしたいと思います。
食べるだけでなく飲むことも大切だと実感しました。
- ・改めて日頃の食事に野菜が足りてないと思った。
- ・自分が全然野菜を摂っていないことが分かった。
- ・自分が思うより結構野菜が多く摂れていたの、これからは積極的に摂ろうと思いました。
- ・自分が普段どれだけ野菜を食べていないかが分かり、今後の食事に役立てようと思いました。
- ・自分の野菜の摂取量を知れてよかったと思いました。
- ・自分の野菜の摂取量の少なさに驚きました。改めて食生活の改善をしたいと思いました。
- ・とても野菜の摂取量が少ないんだと分かった。
- ・野菜の大事さをよく知れた。
- ・もう少し意識して野菜を摂るようにしようと思いました。肉系が家ですごい出るので少しサラダを増やしたいです。
- ・食べることや野菜をしっかり食べることを大事にしていこうと思いました。
- ・野菜の大切さを改めて知りました。
- ・野菜を摂ることはとても大切だと思うから、これから野菜をいっぱい摂取しようと思った。
- ・自分がどれだけ野菜を摂れていないかがよく分かった。これからは簡単にできることからでもやってみようと思えた。
- ・とても分かりやすくワークシートを使って楽しかった。ベジチェックでは自分のこれからの課題も見つかり良かった。
- ・短大生のお姉さんの説明が分かりやすく、とても楽しかったので楽しく野菜について学ぶことができました。
- ・分かりやすく、ちゃんと野菜を摂ろうという気持ちになりました。
- ・優しく声をかけてくれてうれしかったです。
- ・分かりやすく丁寧で良かったです。自分ももっと野菜を食べるように心掛けます。
- ・とても分かりやすかった。「野菜を加えて食事を改善しよう」のワークシートはやっていて楽しかった。
- ・もう少しやるのがほしかった。

(2) 短大生の調査結果

短大生に行った調査結果を以下に示した。

a. 事前調査

講座実施前の意識調査の結果は「自分の役割を果たすことができると思う」では全員がややあてはまると回答した。「自分の担当箇所を高校生にうまく伝えることができると思う」、「楽しみである」ではとてもあてはまるが1人、ややあてはまるが2人であった。「ワーク中に高校生にアドバイスができるか心配である」ではとてもあてはまるが1人、ややあてはまるが1人、どちらともいえないが1人であった。「自分の栄養の知識不足が心配である」、「難しいと思う」、「なんとかなると思う」ではとてもあてはまるが2人、ややあてはまるが1人であった。「緊張する」ではとてもあてはまるが1人、ややあてはまるが1人、全くあてはまらないが1人と意見がわかれた。「やりがいがあると思う」では全員がとてもあてはまるに回答した。「自信がない」ではややあてはまらないが2人、

全くあてはまらないが1人であった。

講座を行うことについて今不安に思うことなど自由記述でたずねたところ、うまく教えられるか不安との意見が1名からあった。

b. 事後調査

本講座について「自分の役割を果たすことができた」、「ワーク中に高校生にアドバイスができた」、「頑張った」、「やりがいがあった」、「活動は充実した内容であった」の5項目には全員がとてもあてはまると回答した。「自分の担当箇所を高校生にうまく伝えることができた」ではとてもあてはまるが1人、ややあてはまるが2人であった。「緊張した」ではとてもあてはまるが2人、ややあてはまるが1人、「難しかった」ではとてもあてはまるが2人、ややあてはまらないが1人であった。「自分の栄養の知識を深めることができた」「機会があればこのような活動を行いたい」ではとてもあてはまるが1人、ど

ちらともいえないが2人であった。

高校生に栄養の知識を伝えるために、もっと工夫できると思う点をたずねたところ、ワークをやっている高校生に声をかけてもっとアドバイスする、もっと人のことを見る必要がある、言葉だけでの説明が多かったので絵や写真などの媒体を使うとよりよかったと思うとの意見があった。

講座に参加した感想では楽しかったとの意見が2人から、最初声をかけるのも緊張してアドバイスどころではなかったが慣れてきたらいろいろ話すことができたとの意見が1人から得られた。

【考察】

社会人一步手前の高校生を対象にピア・エデュケーションを用いた食育活動を実施し、効果を検証したところ、講座後の高校生の意識調査から野菜を摂取することは大切であると全員が理解していた。また野菜を摂取するために自分自身で工夫できそうなことがわかった、本日学んだことを日常生活に活かしたいと思うという回答が90%前後の高校生から得られた。自由記述からも今後の課題として緑黄色野菜を増やしたい、サラダを増やしたいと具体的な意見や、野菜をもっと食べるように心がけたい、簡単にできることからでもやってみようと思ったという意見から野菜摂取についてさらに意識付けができ、自分から取り組む動機づけとなったことが示唆された。またピア・エデュケーションの観点からの評価として、講座の内容はわかりやすかったという意見が90%以上得られた。自由記述では短大生のお姉さんが優しくだったので楽しく学ぶことができた、優しく声をかけてくれてうれしかった、ワークシートをやっていて楽しかったとの回答が得られ、この手法の効果が示された結果であった。しかし、「もう少しやることがほしかった」という意見もあり、実施したワークシートについて難しく感じた人とそうでない人の意見が分かれ個人差が見られた。コロナ禍であり個人ワークの発表なども控えたため時間配分やワーク内容の検討が今後の課題と考えられる。

次に短大生の効果を検証したところ、講座前にはワークを行う高校生にアドバイスができるかどうか、自分の栄養の知識不足に対して心配であると回答し難しいと考えていたものの、やりがいや楽しさといった前向きな回答が得られた。当日の講座内容に関しては、担当を決め、発表の練習を行うなどの事前準備をしっかりと行ったため自分の役割を果たすことができる、担当箇所を高校

生にうまく伝えることができると回答したと考えられる。しかし当日高校生から聞かれたことにその場で対応しなければならないことに対しての不安があるようにみられた。講座後の調査ではワーク中に高校生にアドバイスができた全員が回答し、またやりがいがあった、活動は充実した内容であったと達成感や満足感の得られた回答があった。工夫できる点として言葉だけの説明でなく絵や写真などの媒体を使うとより良かったと思うといった新たな課題を短大生自身が見出していた。

コロナ禍で制限のある中での食育活動ではあったが、ピア・エデュケーションにより高校生と短大生、双方への教育効果がみられ有効な手法である可能性が示された。高校生には若い世代の野菜摂取量不足について知り、野菜摂取量を改善するための方法を学び、この講座をきっかけに食事を改善することを考える良い機会となったと考えられる。また短大生も、コロナ禍により学校行事など主体性を学ぶ機会が減っている中で実践を通して学ぶことが重要であるだろう。自治体の名古屋市食育推進計画（第4次）⁹⁾にも若い世代を中心とした食育推進の1つに大学との連携による食育の推進が挙げられている。今後も高大官が連携し、若い世代への食育活動を行うことが重要であると思われる。

【利益相反】

本研究に関して、開示すべき利益相反事項はない。

【文献】

- 1) 農林水産省, 食育基本法, (2005).
https://www.maff.go.jp/syokuiku/pdf/kihonho_27911.pdf (最終閲覧日2022.8.17)
- 2) 農林水産省, 第4次食育推進基本計画, (2021).
<https://www.mhlw.go.jp/content/000770380.pdf> (最終閲覧日2022.8.2)
- 3) 農林水産省, 若い世代の食事習慣に関する調査結果の概要, (2019).
<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/websurvey/attach/pdf/websurvey-1.pdf> (最終閲覧日2022.9.8)
- 4) 厚生労働省, 国民健康・栄養調査結果の概要, (2019).
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000687163.pdf> (最終閲覧日2022.9.8)
- 5) 厚生労働省, 新しい生活様式の実践例, (2020).
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html

(最終閲覧日2022.9.8)

- 6) 門田新一郎, 高校生の健康習慣に関する意識, 知識, 態度について—食物摂取頻度調査との関連—, 栄養学雑誌, **62**, 9-18, (2004).
- 7) 遠藤数子, 小川純子, 村上寛子, 荒木暁子, 中村伸枝, 大学生における食習慣の変化と影響要因, 千葉大学看護学部紀要, **26**, 93-97, (2004).
- 8) 加藤恵子, 小田良子, 山本ちか, 内田あや, 長迫凧, 渡辺和代, 高大官連携・ピュア・エデュケーションによる食育活動の実践報告, 東海公衆衛生雑誌, **7**, (2019).
- 9) 名古屋市, 名古屋市食育推進計画 (第4次), (2021).
<https://www.city.nagoya.jp/kenkofukushi/cmsfiles/contents/0000081/81334/zentaiban.pdf>

(最終閲覧日2022.8.2)

【付記】

本論文は, 日本栄養改善学会第69回大会 (2022) において報告した内容を加筆, 修正したものである。(山本ちか・小濱絵美・松永はるな・渡辺和代・富田美菜子・加藤恵子, 短大生から高校生へのピュアエデュケーションによる教育効果の可能性—コロナ禍での食育活動の実践報告—)

本調査の実施にあたり, 調査にご回答いただいた皆さまに感謝申し上げます。