

ポスター発表 | ポスター発表：食物

📅 2025年6月1日(日) 11:20 ~ 12:00 📍 1G (教育文化ホール大集会室)

## ポスター発表

◆ 食物 - 食育

### [P-046] 3・1・2弁当箱法による食教育の自己評価の分析

\*嶋田 さおり<sup>1</sup> (1. 広島修道大学)

キーワード：3・1・2弁当箱法、若い世代、食教育

【目的】第4次食育推進基本計画では20～30歳代の若い世代を次世代に食育をつなぐ大切な担い手として位置付けているが、その食生活には多くの課題がある。若い世代の食生活改善を目的として、3・1・2弁当箱法による食教育を実施し自己評価の記述を分析した。【方法】2020年6～7月に19～20歳の女子大学生108名を対象とし、3・1・2弁当箱法の説明動画を視聴後に実際に弁当を調理してもらった。実施前後で食生活に関する質問紙調査を実施し、その中の記述による自己評価を分析対象とした。分析にはKH Coder3.02c.Beta.07を使用した。【結果】解析対象の総抽出語数は1,986語で、「弁当」「思う」「作る」を除き抽出語の頻出語上位3件は「量」(85回)、「多い」(58回)、「自分」(44回)であった。抽出語のうち最小出現回数5以上の54語を用いて共起ネットワークを作図した。さらに最小スパニングツリーの上に絞り、出現回数が上位20位に含まれ、かつ共起ネットワークに含まれている語から、普段食べている量より多いと感じた者が多く、主食・主菜・副菜の詰める割合が理解できたことが推察された。日常の調理頻度との対応分析結果から、調理頻度が低い者は「難しい」、「野菜」が多いと感じており、調理頻度が高い者は、普段食べている「米」の「分量」と比較し「彩り」「見た目」までを考えていた。