

キーワード TID 事業、食育、スポーツ栄養、スポーツ指導者、計画的行動理論

<背景と目的>

地域タレント発掘・育成(TID)事業が開始され 10 年以上が経過した。日本のトップレベルの選手も輩出されている。TID 事業で食育プログラムを子供と保護者に対して体系的に実施している地域は少ない。和歌山県では TID 事業開始当初の 2006 年より小学校 4 年生からの 3 年間、体系的に取り組んでいる。しかし、TID 事業修了後の追跡調査は実施されておらず、食育プログラムの効果や問題点等は把握できていない。そこで、本研究では和歌山県 TID 事業修了生とその保護者の現在の食知識や食行動について調査し、修了後の食行動やスポーツ栄養教育に関する課題を検討することを目的とした。

<方法>

和歌山県 TID 事業の食育プログラム受講者を対象とした。調査には自記式質問紙調査票(食知識、指導者からの栄養指導の有無、計画的行動理論に基づく項目等)を用いた。調査票を回収できた修了生 300 名中 97 名(13 歳~20 歳)とその保護者 289 名中 89 名、3 年間の TID 事業修了直前の 6 年生 37 名中 20 名とその保護者 37 名中 17 名を解析対象とした。修了生は TID 事業修了後 1~3 年(修了生が調査時に中学生、M群)と 4~8 年(高校・大学生、H群)、および競技レベルが全国レベル以上(高群)と未満(低群)に分けた。

食知識は、栄養全般、試合時の食事、水分補給、サプリメントについて TID 事業で学習した内容で小学生

表1 調査対象者の属性

	修了生 n=97	修了生保護者 n=89	6年生 n=20	6年生保護者 n=17
	人数 (%)	人数 (%)	人数 (%)	人数 (%)
男	48 (49)	14 (16)	13 (65)	4 (24)
女	49 (51)	75 (84)	7 (35)	13 (76)
中学生 (M群)	48 (49)	41 (46)		
高校・大学生 (H群)	49 (51)	48 (54)		
競技実施あり	80 (82)	73 (82)	18 (90)	16 (94)
競技実施なし	17 (18)	16 (18)	2 (10)	1 (6)
競技レベル(競技実施者)				
全国大会以上(高群)	33 (41)	31 (42)	6 (33)	5 (31)
全国大会未満(低群)	47 (59)	42 (58)	14 (78)	11 (69)

が答えられる 15 問について調査し、正答を 1 点とし 15 点満点で採点した。

修了後の栄養指導については、個別指導と集団指導のいずれか、または両方を受けた者を「あり」、受けていない者を「なし」とした。

計画的行動理論に基づく項目については、TID 事業で学習した内容から「栄養についての知識を持つ」「体重管理」「水分補給」「試合時の食事」「食事の基本の形をそろえる」の 5 項目について、「かなり行っている(思う)」から「全く行っていない(思わない)」の 4 段階を 4~1 点とし、20 点満点で採点した。

統計解析にはピアソンの χ^2 乗検定、Mann-Whitney の U 検定を用い、 $p < 0.05$ を有意とした。

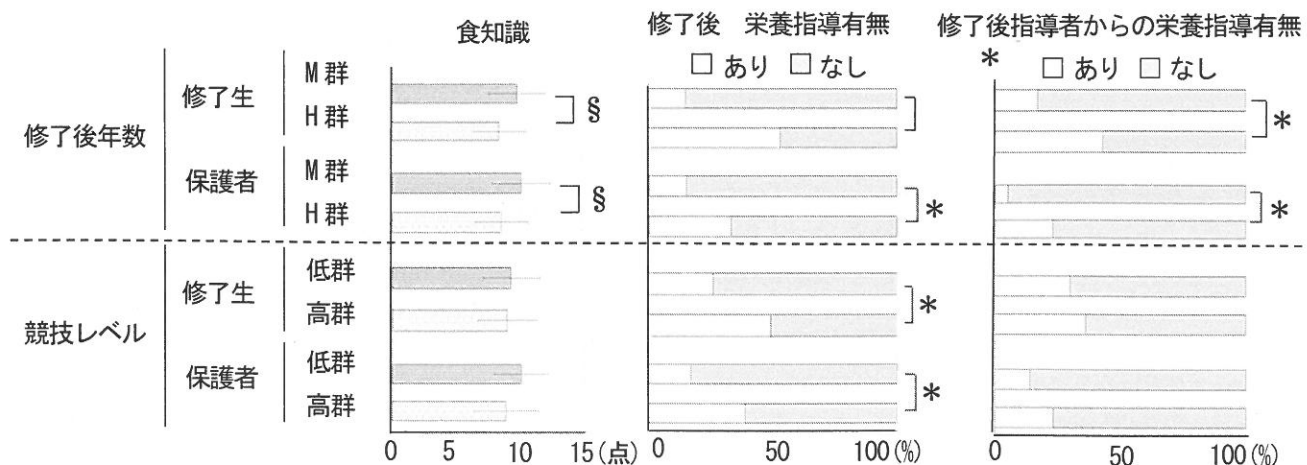


図1 食知識と修了後の栄養士指導の有無。* $P < 0.05$, χ^2 検定 ; § $P < 0.05$, Mann-Whitney U 検定

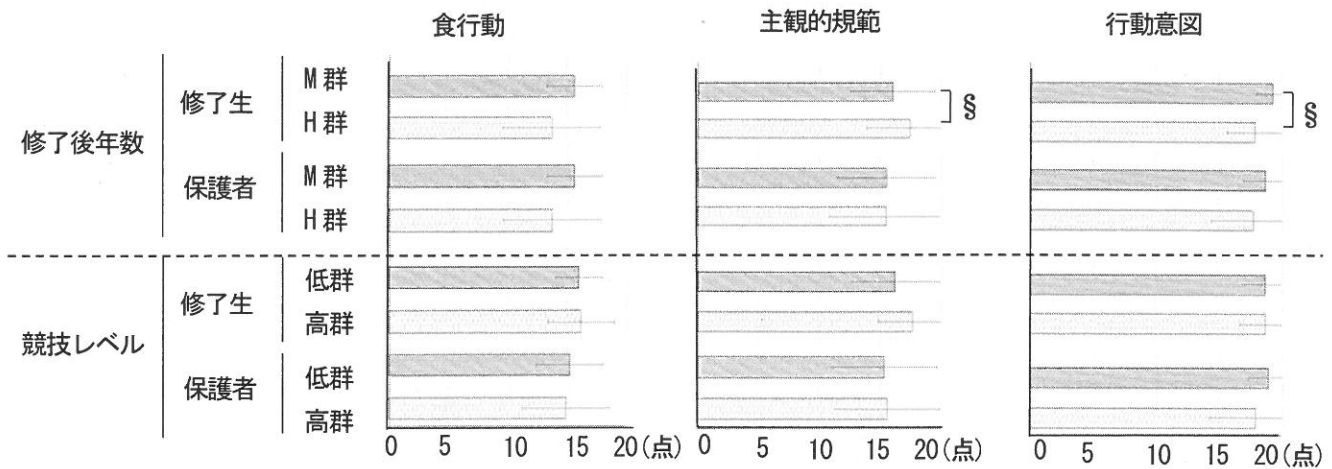


図2 計画的行動理論。§ P<0.05、Mann-Whitney U 検定

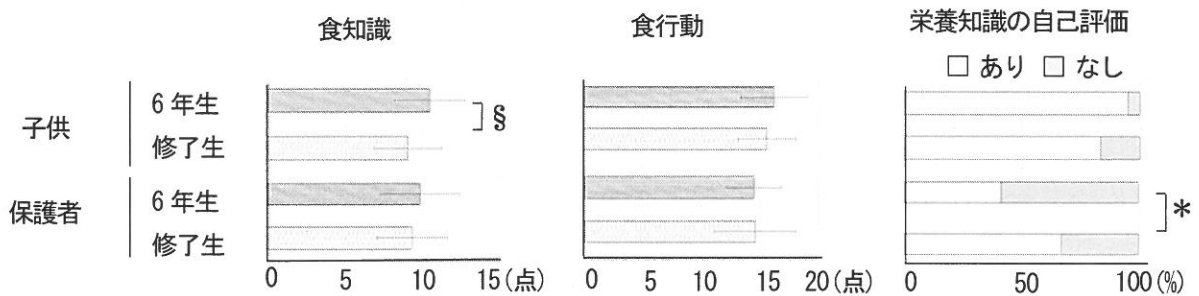


図3 修了生と6年生の比較。§ P<0.05、Mann-Whitney U 検定；* P<0.05、 χ^2 検定

<結果>

対象者の属性を表1に示した。

修了生・保護者ともに修了後年数の長い H 群の方が講習会や指導者による栄養指導を受けている者が多かったが、食知識は低かった(図1)。また、競技レベルの高い群の方が栄養指導を受けている者が多かったが、競技レベルによる食知識の差は見られなかった。

食行動には修了生・保護者ともに修了後年数および競技レベルによる有意差は見られなかった(図2)が、修了後年数とともに食行動の点数は低くなっていた。修了生では H 群の方が有意に主観的規範は高く、行動意図は低かった。競技レベルによる差は見られなかった。

6年生の方が修了生よりも食知識は高かったが食行動と栄養知識の自己評価に差は見られなかった(図3)。修了生の保護者の方が6年生の保護者より栄養知識の自己評価で知識があると思っている者が多かったが、食知識や食行動に差は見られなかった。

正答率が、8割以上の項目は子供・保護者ともに6年生の方が多く、4割以下の項目は、子供では6年生の方が少なく保護者では差はなかった。

<考察>

修了生・保護者ともに修了後年数の長い方が、修了後の栄養指導をスポーツ指導者からのものも含めて受けた者が多かったが食知識は低かった。修了生は6年生よりも食知識が低く、正答率の高い項目が少なく低い項目が多かった。修了生の保護者の方がスポーツ栄養の知識を持っていると思っている者が多かったが、食知識や食行動には6年生の保護者と差がなかった。これらのことから、修了後の食育の内容や情報源の環境を調査する必要があると考えられた。

また、食行動が修了生・保護者ともに修了後年数が経過すると低下傾向にあったことから、食行動の実践につながる要因を検討する必要があると考えられた。