

〔研究ノート〕

野外キャンプ活動における食育教育効果に関する考察

牛 田 泰 正¹⁾

要 旨

幼稚園期から中学卒業までにおいて、健全な食生活の実践をすることにより、豊かな人間性をはぐくむことは極めて重要である。しかしながら、子どもの食をめぐっては、食事のバランスが悪く栄養の偏りが見られる。また、朝食の欠食、思春期におけるやせの増加など、問題は多様化、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。厚生労働省の報告によれば、親の世代においても食事づくりに関する必要な知識や技術を十分有していないとのことであり、親子のコミュニケーションの場となる食卓において家族そろって食事をする機会の減少もしており、問題の深刻さが窺われる。

これらの問題に対応するため、テントやバンガローの狭い空間で、食を通じた家族の関わり、仲間や地域との関わりを深め、子どもの健やかな心と身体の発達を促すことをねらいとして野外キャンプを勧めたいと考えて考察を試みた。キャンプには食育だけでなく、家族や仲間との絆、創造力の向上、草花、昆虫などの知識を養成し、さらには防災対策としても防災後の生活に欠かせない自然の中での生き抜く力、つまりサバイバル力を強める効用がある。

近年オートキャンパーの減少が課題化してきた。アウトドアブーム1996年には1,580万人のピークを迎えたが、2012年には720万人に減少、その後750万人まで回復しているがピークに比べ大幅に減少している。よって本稿においては食育のみならず野外キャンプの持つ総合力についても考察を進める。食育の観点からは、朝食の現状とその意義と課題について、そして野外キャンプの観点からも意義と課題に注目していく。

キーワード：食育 朝食の意義 野外キャンプ 生きる力

1 はじめに

学童期から思春期において、健全な食生活の実践をすることにより、豊かな人間性をはぐくむことは極めて重要である。しかしながら、子どもの食をめぐっては、食事のバランスが悪く栄養の偏りが見られる。インスタント食品の普及により、いつでも、どこでも簡単に食することが可能となり、輸入食品や、工場製品の氾濫は食文化の本来の姿を見えにくくしている。そして食欲にまかせて食べる若者は増えていき生活習慣に大きな影響を及ぼしている。また一方、朝食の欠食、思春期における過

度のダイエットの増加など、問題は多様化、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。厚生労働省の報告によれば、親の世代においても食事づくりに関する必要な知識や技術を十分有していないとのことであり、親子のコミュニケーションの場となる食卓において家族そろって食事をする機会の減少もしており、問題の深刻さが窺われる¹⁾。

これらの問題に対応するため、テントやバンガローの狭い空間で、食を通じた家族の関わり、仲間や地域との関わりを深め、子どもの健やかな心と身体の発達を促すことをねらいとして野外キャンプを勧めたいと考えて考

1) 弘前医療福祉大学短期大学部 生活福祉学科 食育福祉専攻 (〒036-8102 青森県弘前市小比内3-18-1)

察を試みた。キャンプには食育だけでなく、家族や仲間との絆、創造力の向上、草花、昆虫などの知識を養成し、さらには防災対策としても防災後の生活に欠かせない自然の中での生き抜く力、つまりサバイバル力を強める効用がある。近年オートキャンパーの減少が課題化してきた。アウトドアブーム1996年には1,580万人のピークを迎えたが、2012年には720万人に減少、その後750万人まで回復しているがピークに比べ大幅に減少している²。よって本稿においては食育のみならず野外キャンプの持つ総合力についても考察を進める。アンケート回収数が少ないため本稿は研究ノートとした。

2 定義と概念

(1) 「食育」

食育とは1.生きる上の基本であって、知育、徳育及び体育の基盤となるべきもの。2.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。と定義づけられる³。食育の内容には下記の項目が考えられる。健康になる栄養的知識、食事のバランス、食物の旬への知識、地産地消、有機野菜への理解、安心・安全なものを選択する、肥満予防、生活習慣病への知識、マナーやしつけの勧め、朝食の勧め、咀嚼の勧めなどである。食育という言葉は、石塚左玄が著作(化学的食養長寿論—1896年)の中で体育智育才育は即ち食育なり」と唱えたことに由来する⁴。福井市出身の石塚左玄は、今から100年以上も前、陸軍で薬剤師となった後、食事の指導によって病気を治した。栄養学がまだ学問として確立されていない時代に食物と心身の問題を理論にし、医食同源としての食育を提唱した。(2005年に成立した食育基本法に食育とは智育、徳育、才育、体育の基礎となるべきものとある)。知恵蔵、言葉のバンクでは「食に関する教育。食料の生産方法やバランスのよい摂取方法、食品の選び方、食卓や食器などの食環境を整える方法、さらに食に関する文化など、広い視野から食について教育すること」と定義づけている⁵。

(2) 「食の自立」

小西⁶は食の自立について「食材の選択」から「後片付け」まで子供(小中学生)が「一人できる」ことであり、これは空腹時にいつも食べ物を購入するのではなく、自分で作るという最低限の調理技術を習得することを意味する—と述べており本稿ではこれを引用する。

(3) 生きる力

中央教育審議会 第一次答申において生きる力について「いかに社会が変化しようと、自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよ

く問題を解決する資質能力であり、また、自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人を思いやる心や感動する心など豊かな人間性であり、そして、また、たくましく生きていくための健康や体力である⁷」と記述されており本稿はこれを引用する。

3 研究の方法

2015年8月に2つのキャンプ場、青森県中津軽郡にあるアクアグリーンビレッジおよび長野県軽井沢町にあるライジングフィールドにおいてキャンプ場利用者にアンケート調査を実施した。調査は留め置き法。調査に当たっては回答を拒否しても一切不利益にならないこと、及び結果は、数値的な処理をするので、ここの回答者の回答内容などは一切公表されることがないこと、また調査の趣旨に同意した方のみ回答していただきたいことなどを明文化した倫理的配慮も行った。回収率は71(36%)であった。回答者は大人だけのグループ18 子供だけ13。家族40。本稿ではその中の40の回答を分析対象とした。

4 現状分析

(1) 青少年の食育

成長期である学童期から思春期において、健全な食生活の実践を通すことによって、豊かな人間性をはぐくむことは極めて重要である。その健全な食生活の実践の主たるものの一つは朝食をしっかりとることである。それゆえに、まずは文部科学省が実施した朝食欠食状況調査を引用しながら現状を分析する⁸。

生活習慣の形成途上にあるこの時期においては、朝食欠食の問題があげられている。平成20年度全国学力・学習状況調査の結果によると、「朝食を毎日食べていますか」という質問に対し、小学生においては、「あまりしていない」3.7%、及び「全くしていない」0.8%の合計は4.5%であり、中学生では「あまりしていない」5.7%及び「全くしていない」2.3%の合計は8.0%であり、20年度は19年度に比べやや減少している(第(1)-1図)。その後の25年度の全国学力・学習状況調査では小学生の「あまりしていない」及び「全くしていない」の合計は3.7%、中学生の同合計は6.3%と改善してきている。一方、7~29歳の朝食の欠食率について、国民健康・栄養調査をみると、平成19年は、7~14歳では、男性6.4%、女性6.9%、15~19歳では、男性13.4%、女性11.5%、20~29歳では、男性28.6%、女性24.9%となっており、年齢が上がるのに伴い欠食率が上昇する傾向にある。また、7~14歳では男性より女性の方が高い欠

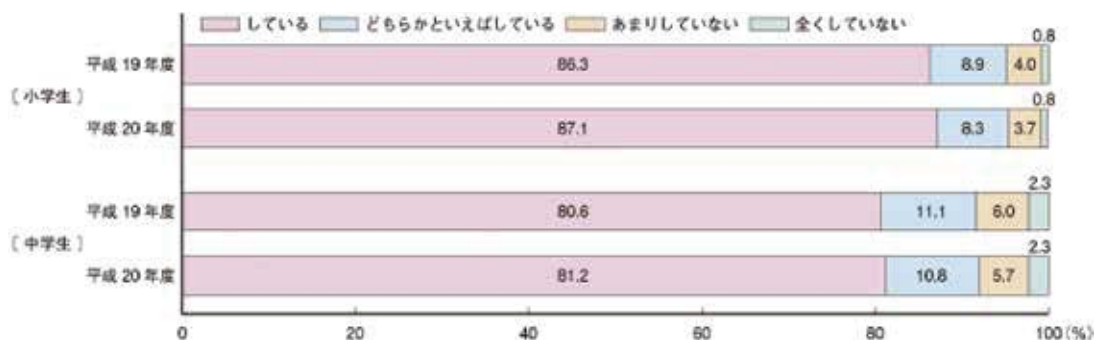
食率を示すが、それ以降の年齢層においては、女性より男性の方の欠食率が高くなっている（第(1)-2図）。尚「欠食」とは、次の3つの場合をいう。① 食事をしなかった場合、② 錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンクのみの場合、③ 菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合。

重要なことはその後の結果であるが、平成25年度厚生労働省の調査⁹では男性7～14歳が5.4%、15歳～19歳が15.4%、20歳～29歳が30.0%に対し、女性は7歳～14歳が7.1%、15歳～19歳が16.0%、20歳～29歳が25.4%であった。男性は15歳～29歳で欠食が増え、女性では7歳～19歳において増えている。欠食に関して、厚生労働省の調査ではこの10年間に於いて向上の変化が見られていない。文部科学省と厚生労働省におけるデータに若干の違いがあるが本稿においては厚生労働省「国民栄養調査」¹⁰を参考とすることにする。なぜならば厚生労働省のデータは広く7歳～14歳としているが、文部科学省のデータでは小学生は6年生を、中学生は3年生を対象にしたものであるからである。な

ぜ広範囲の年齢層を選ぶかであるが、下記がその理由である。

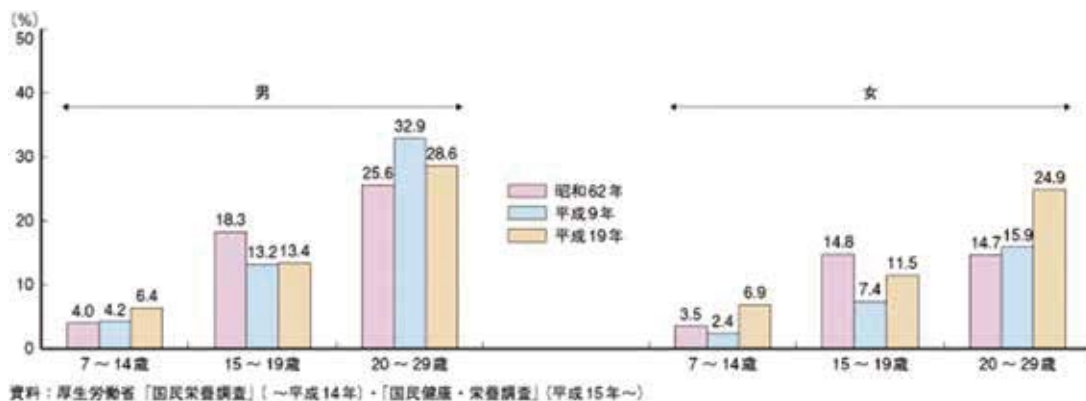
オレゴン大学コーンウェル教授¹¹によると正しい食育教育は12歳までと述べている。舌には糸状乳頭、芽状乳頭がありその間には味覚を感じる味蕾という器官がある。幼少期から刺激の強い調味料（ジャンクフード）を与えると、大人になってもずっと調味の濃い味付けを好むようになる。味の好みは3～6歳で目覚め、8歳で前頭葉に覚え込まれ、12歳で完成する。なぜならその時に味蕾がピークで4万個になるからと言われている。そしてこの後は老化する。8歳から12歳までに味覚を鍛えると脳が成長して感性が豊かになっていく。つまり感性＝心と考え、食育教育はこの期間のうちにされなければならないからである。尚、食育の教えが国の繁栄にもつながると考え、フランスやイタリアでは政府のバックアップで20年以上前から食育の授業が行われ、そこでは食のマナー、朝食の正しいとり方や咀嚼の重要性が教えられているといわれている¹²。

さらに毎日朝食を食べる子どもの方が、平成20年度



〔注〕 1 「朝食を毎日食べていますか」という問いに対する回答の割合
2 調査対象は、小学校第6学年、中学校第3学年
資料：文部科学省「全国学力・学習状況調査」

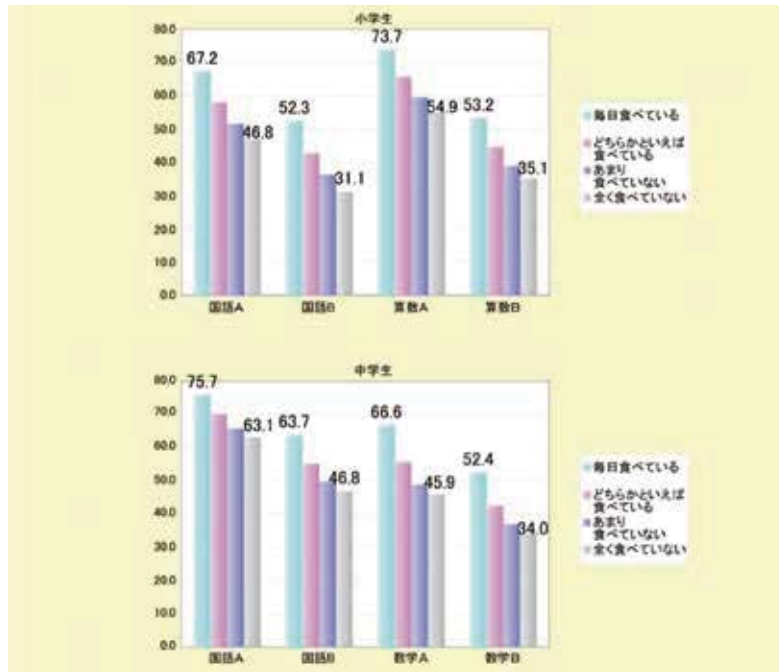
(1)-1 図 朝食欠食状況（小学生・中学生）



資料：厚生労働省「国民栄養調査」(～平成14年)・「国民健康・栄養調査」(平成15年～)

(1)-2 図 朝食欠食状況の推移（7～29歳）

表 2-1-2 朝ごはんを食べないことがある小・中学生の割合



出典：文部科学省 「平成 20 年度全国学力・学習状況調査」

全国学力・学習状況調査の平均正答率や、平成20年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の体力合計点が高い傾向にあることが明らかにされている。上記結果は医学的根拠からも証明されている。つまり、学習の食事を考えるとき、絶対に欠かせない栄養素がある。それは「ブドウ糖」である。なぜならば脳は人体が消費するエネルギーの約20%という大量のエネルギーが必要だからであり、飢餓時を除き通常、エネルギー源をもっぱらブドウ糖に拠っているからである。それゆえいくら脂肪分たっぷりの食事をとっても、それは脳のエネルギー源にはならない。白米その他パンなどの炭水化物を中心としたバランスの良い朝食こそが学習に適した食事だからである。朝食をとらず栄養不足になれば、脳がうまく働かないため、集中力や記憶力、思考力、判断力といった機能が減退してしまう。それが上記調査の結果として表れている。

このように朝食をとることのメリットが鮮明になってきているが、残念ながら、この10年間に於いて朝食の欠食状況向上の変化が見られていない。文部科学省は学童期から思春期においては、健康な食習慣を身に付け、しっかりと維持させるとともに、家族と一緒に食事の機会を充実させるなど、家庭、学校等の連携を通して、健全な心身の成長のための支援が必要であると結論付けている¹³。

(2) 孤食の増加

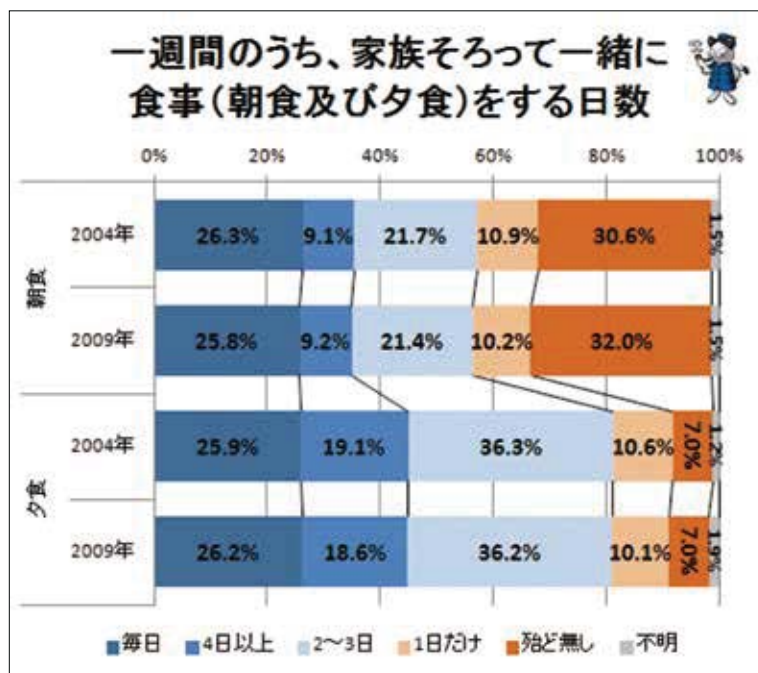
さて、上記文部科学省の指針とは逆に、最近是一家団欒という言葉あまり耳に失くなってきている。(2)-1の図から孤食が増大していることは顕著である。これは現在が共働きの家庭が多くなり、住宅立地が就労地域から離れ、仕事においては残業が増えたこと、また子供の習いごと通いなど、一人一人の1日の過ごし方が多様化し家族間に時間差が生じていることに起因すると云われている。また様々な魅力的な業種業態の外食店舗が増えたことも、自宅での食事回数減少要因と思われる。

このように一方では家族と一緒に食事の機会の充実がもためられているにもかかわらず、上記理由により家庭での基本的な生活習慣を育成させる機会は減少しているのである。

(3) 生きる力

学習指導要領¹⁴に明記されている「生きる力」は、変化の激しい社会に於いて、他人と協調しつつ自律的に社会生活を送っていくために必要となる人間としての実践的な力であり、実際的な社会生活において生かされるものでなければならない。このような「生きる力」は、青少年期において、学校で組織的、計画的に学習する一方、家庭における親子など家族の触れ合い、地域社会における友達との遊びや人々との交流などの様々な体験や活動を通じて、はじめて身に付くものと書かれている。家庭での基本的な生活習慣の意義は深いものがある。

(2)-1 図



厚生労働省 2009 年度版「全国家庭児童調査結果の概要」

これに関し京都大学名誉教授河合雅雄はこう述べている。「家族は人間存在の根本であり、我々の存在を支えている非常に重要な社会形態である。中でも大事なのは、子どもが『親から愛されていた』と確信を持てる育て方をするることである。子どもは、成長すると様々な困難が待っているが、自分が幼少時に得た「楽しさ」「幸福」「愛」といったものが、困難から立ち直っていく原動力になるのである」¹⁵。

河合は現代の子供環境における課題をこう述べている。「小学4年生の児童にフナの絵を描かせたところ、目玉やエラ、ヒレなどをしっかり描けた子が4.1%しかいなかった。フナのイメージも湧かない子が40%近くもいた。驚くことに、これらは都会の子も田舎の子も同じである。田舎は周りに自然がたくさんあるが、都会の子と同じで、テレビやゲーム、塾といった生活を送り、家に閉じこもっているためだと思う。また日本では家畜の自然の姿を見ることができなくなっている。また子供はおろか、その親の世代すら、家畜がどのように飼われているのかを知らない。小学生に鳥の絵を描かせたら足が4本だったという記事が新聞を賑わしたのはだいぶ昔のことだが、大学生に魚の絵を描かせても正確に書ける学生はほとんどいない」と。

文部科学省は我が国の子どもたちの判断力や表現力が足りず、勉強が好きだと思う子どもが少ないなど、学習意欲が必ずしも高くないことなどの点で課題が指摘されているほか、学力に関連して、自然体験・生活体験など

子どもたちの学びを支える体験が不足し、人やものに関わる力が低下しているなどの課題が明らかになっていると報告している¹⁶。自然体験・生活体験など子どもたちの学びを支える体験が不足している。そしてこのことにより人やものに関わる力が低下しているのである。

また民間でこの野外での教育効果を取り入れた食育教育が模倣されたことがある。東京ガスでは食に対する知識・経験の習得、食文化の継承をめざし、「キッズ インザ キッチン」を1992年から継続している。また1998年からはキッズ インザ キッチン ファミリーキャンプが軽井沢や大島などで7回開催され、子供の「食の自立」と「五感育成」に取り組んだ。ここでは安全な包丁の使い方や炎を調整する火加減を学ぶ。また、食材選びから後片付けまで子どもが関われる内容となり、達成感を味わえる仕組みとなっている。

小西¹⁷はその狙いを次のように語る。「5感の育成とは5感をフル活動させて料理を作ること。野外で料理をするという体験で、とれた魚の炭火焼き、飯盒炊爨、また畑でのトムモロシンの収穫やとれたてのトムモロシンの試食など取り立ての新鮮な食材のおいしさを体験し、食するということであり、子供にとっては5つの感覚に目覚め、特に味蕾を開花させ、味覚が鍛えられる。苦手な野菜も自分で調理すればほとんどの子供は残さず食べる」と。食育の意味することは、自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と、食べ物を選択する判断力を楽しく身に付けるための学習等の取組みを指す。

この意味から野外での調理体験、生活体験は食育の目指す方向と一致する。

(4) なぜ野外キャンプか

1 「生きる力」の育成

平成8年7月における第15期中央教育審議会の第一次答申¹⁸においては、これからの教育の在り方として、「生きる力」を育成することが重要であると指摘している。そして同答申では、「生きる力」の育成方策の一つとして、青少年の自然体験の機会の増加を求めている。そのように自然体験活動を多く伴う野外キャンプは、青少年の「生きる力」を育成する上で極めて重要であると考える。そして同答申は 野外キャンプへの期待としてこう報告する。

「心身の調和のとれた青少年を育成するためには、家庭、学校、地域社会それぞれの場において、青少年が自主的、主体的な活動体験を豊富に積み重ねることが必要である。かつては、自然との触れ合いや異年齢の交流など、日常的な遊びが、青少年の人間形成に重要な役割を果たしてきたが、今日の社会の進展や生活の変化に伴い、青少年にとってそのような遊びの機会や場が減少してきた。このため、意図的、計画的に、青少年に様々な体験の機会を提供する必要性が生じてきている。特に、青少年にとっての野外教育は、自然の厳しさや恩恵を知り、動植物に対する愛情を培うなど、自然や生命への畏敬の念を育て、自然と調和して生きていくことの大切さを理解させる機会を与えることとなる。さらに、自然の中での組織的な活動は、きまりや規律を守ること、協力することの大切さや、自ら実践し創造する態度を学ぶなど、体験活動を通じた総合的学習の機会を提供するもので、青少年の育成にとって極めて有効である」と。上記内容と重なるが、野外教育の最大の特徴は、自然の中で、自然を活用して教育が行われる点である。すなわち、自然の美しさ、雄大さ、神秘性、厳しさなどは、直接人間の五感に働きかけ、人々に感動や驚きを与えるものである。このことは「キッズ イン ザ キッチン」における「食の自立」と「五感育成」の目的と通じている。

そして上記答申は 野外教育での成果として次の点を付け加えている。「野外キャンプは非日常的な自然の中での素朴な生活や活動が伴う。物質的な豊かさや便利さの中で暮らす青少年にとって、こうした素朴な生活や活動は、不便なものであり、時には苦痛を感じることもある。しかし、このような環境の下での困難を乗り越える体験は、青少年に成就感や達成感をもたらし、向上心や忍耐力を培う。また、自然の中での素朴な生活は、水や火の大切さ、物を工夫して使うことの楽しさなど、創造性や物を大切にしようとする心を育てるとともに、素朴

な生活の楽しさなどを実感する場ともなる」と。では野外キャンプの現状はどうなっているのか、そしてその課題を考察する。

5 野外教育の課題

(1) キャンパーの激減

前述したようにオートキャンパーがピーク時に比べ半減した。この要因について国立青少年教育振興機構、およびオートキャンプ協会はスキー人口の減少との類似性をあげよう分析する。1990年代後半はキャンプブームが起きていた。所謂段階世代の子育て時代。そのことでキャンパーの増大が起こったが、レジャーが多様化し、そして長く続いた景気停滞、デフレ経済による中流家庭の減少が考えられると分析する。つまりリッチ層は海外や高級リゾート地へ行き、プアー層はガソリン代、宿泊代が払えない家庭や、妻が働くいわゆる夫婦共稼ぎも多くなり、家族が一緒に休みが取れない家庭が増えてきたからと推察される。

(2) 1泊キャンプの増加—二つのキャンプ場での結果より

下記は2つのキャンプ場、青森県中津軽郡にあるアクアグリーンビレッジおよび長野県軽井沢町にあるライジングフィールドにおけるアンケート結果である。1泊以下とは半日キャンプを含み、連泊以上とは2泊以上を意味する。

	40家族	回答数	%
連泊以上	8		
1泊以下	32		
キャンプ前にキャンプ前に食べ物 の好き嫌いがあったが、キャンプ 後無くなった	連泊以上	5	63%
	1泊以下	1	3%
家で食事を手伝うことはないが、 キャンプ中は手伝った	連泊以上	4	50%
	1泊以下	4	13%
創造力、競争心、積極性などに 変化が出たか	連泊以上	5	63%
	1泊以下	9	28%
キャンプを楽しんだ	連泊以上	6	75%
	1泊以下	27	84%

目的は1泊以下と連泊以上におけるその効果の違いを検証することである。少ないアンケート数ではあるが、アンケート結果から今まで述べてきたキャンプの効用は確認できたといえるであろう。ここでも観られることは1泊以下のキャンプではキャンプにおける食育向上の変化はほとんど見られないが、2日以上連泊になると大きく期待できることがわかる。しかし残念なことは、我が国においては多くの家族連れのキャンプは1泊が多く、よってキャンプの持つ効果、効用は期待できない状況であるということである。

(3) 野外教育プログラム実施の短期化の問題

上記において 野外キャンプの現状の問題点を述べたが、公的機関における野外教育プログラム実施期間の長さも指摘される。文部省の社会教育調査（平成5年度）¹⁹によれば、全国の公立青少年教育施設の宿泊期間別利用者数は、1泊が全体の約70%、2泊が全体の約22%で、1～2泊の利用が全体の9割以上を占めている。全体的傾向として、短期間に止まっているのが現状である。上記で述べたように短期間における野外を含め宿泊教育にその効果は期待できない。充実した野外教育プログラムを実施するためには、期間の長期化が必要である。

6 倫理的配慮

研究協力は自由意志によるもので、データは厳重管理し、研究目的以外には使用しないこと、個人が特定されないようにコード化することを対象者に文章と口頭で説明し、文章により研究参加の同意を得た。なお、弘前医療福祉大学短期大学部倫理委員会の承認を受けている。

考 察

文部科学省は小学校には家庭科教育があり、給食の時間や座学の時間に教えているというが、現実において朝食の欠食率に変化は見られていない。朝食の欠食率だけで判断は短絡的であるが小学生における不登校の2年連続の増加で全児童に占める割合が過去最悪になった。孤食の現実のこのことから学校での食育教育効果は多くの期待ができないといえるのではないか。また大人になってからのその実態は変わらない、むしろ欠食率は高まっているのが実態である。

上記で述べたように家庭での基本的な生活習慣はそれ自体が学力に影響することが証明されている。そして文部科学省は、少年期、思春期に健康な食習慣を身に付け、しっかりと維持させるとともに、家族と一緒の食事の機会を充実させることを進める。が実際において多くの家庭において、家庭での教育はされず、また青少年の環境においては、食ならず一般的な常識、マナーなどを学ぶ機会も限られている。

困難を乗り越える体験や、青少年に成就感や達成感をもたらす、向上心や忍耐力を培う教育の場である野外キャンプにおいて、民間での活動が減少著しく、学校における野外教育もその意義が見直され少しずつではあるが機会が増加しているとはいえ、非常に多くの生徒はその経験なく社会に出る。これでいいのであろうか。結論としていえることは、中学高学年から受験戦争がはじまる。食育教育はまだ比較的ゆとりが持てるであろう、

そしてその効能が最も期待できる小学高学年から中学2年までの間において4～5泊規模の野外キャンプが実践されることが望ましい。短期間のキャンプではその効能は期待できない。民間においては経済格差の増大によりプアーファミリーが増大している。野外キャンプが可能な家庭は減少している。野外教育いわゆる林間学校が可能な学校からという考えではもう期待できない。長期野外教育は官の主導で、公立、私学において強制力を持って実施されることが望ましい。

（受理日 平成28年1月14日）

引用文献・参考文献

- 1 平成11年厚生労働省国民栄養調査「食を通じた子どもの健全育成のあり方に関する検討会」報告書
- 2 2015年オートキャンプ白書
- 3 内閣府 食育推進担当ホームページより
2015年9月14日閲覧
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/index.html>
- 4 福井市 ホームページより 2015年 9月13日閲覧
<http://www.city.fukui.lg.jp/sigoto/nourin/syokuiku/isidukasagen.html>
- 5 コトバンク 知恵蔵2015年より <https://kotobank.jp/word/%E9%A3%9F%E8%82%B2-184254>
- 6 キャンプで育む子供の食 小西雅子（東京ガス株式会社）「野外教育情報16」
発行所 財団法人 日本教育科学研究所 平成20年1月p31～p32
- 7 21世紀を展望した我が国の教育の在り方について（中央教育審議会 第一次答申3）今後における教育の在り方の基本的な方向より 2015年9月13日閲覧
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chuuou/toushin/960701e.htm
- 8 文部科学省平成20年度全国学力・学習状況調査
2015年9月13日閲覧
http://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h20honpenhtml/html/b1_sho1_1.html
- 9 厚生労働省平成25年「国民健康・栄養調査」の結果
2015年9月13日閲覧
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000067890.html>
- 10 同上
- 11 「Preschool kids know what they like: Salt, sugar and fat」January 26, 2011
T. Bettina Cornwell University of Oregon
- 12 講演「三國清三の食育活動」東京ビッグサイト

- 2014年2月19日
- 13 文部科学省平成21年全国学力・学習状況調査追加分析報告書。
<http://www.nier.go.jp/09chousakekkahoukoku/index.htm>
- 14 21世紀を展望した我が国の教育の在り方について(中央教育審議会 第一次答申3) 今後における教育の在り方の基本的な方向より 2015年9月13日閲覧
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chuuou/toushin/960701e.htm
- 15 講演「河合雅雄先生による基調講演」第2回神戸市民会議シンポジウム 平成23年11月12日
- 16 文部科学省ホームページより(平成15年10月7日
- に、中央教育審議会から提出された「初等中等教育における当面の教育課程及び指導の充実・改善方策について」(答申)
- 17 キャンプで育む子供の食 小西雅子(東京ガス株式会社)「野外教育情報16」発行所 財団法人日本教育科学研究所 平成20年1月p31～p32
- 18 中央教育審議会第一次答申パンフレット第15期中央教育審議会 第一次答申より
mext.go.jp/b_menu/shingi/old_chukyo/old_chukyo_index/toushin/attach/1309638.htm
- 19 文部科学省ホームページ 野外教育の現状と課題より
mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/sports/003/toushin/960701c.htm

A study on Eating Education Effect in the field of camp activities

Yasumasa Ushida¹⁾

1) Hirosaki University of Health and Welfare Junior College

Abstract

In order to foster richer and healthier lives for children today, it is imperative that sound eating habits be imparted to them from the time they enter kindergarten until they graduate from junior high school. However, when one looks at children's diets today, one sees poorly balanced meals and a lack of needed nutrition. Many skip breakfast, more and more children are underweight as they approach puberty, and it is feared that these and numerous other nutritional issues will affect their well-being throughout their lives. According to a Ministry of Health, Labour and Welfare report, the situation has been made worse due to the fact that even the parents of these children do not possess the necessary knowledge about or the ability to put together healthy meals. Moreover, the family meal, which provides an opportunity for parents and children to communicate, are becoming less and less frequent.

To cope with these problems, I would like to recommend an outdoor camp, which has as its the goal helping children develop a healthy body and spirit within the narrow confines of a tent or bungalow, where children can strengthen their ties with family, friends and local society through food. This camp would not only teach children good eating habits (Shokuiku), but would foster stronger bonds with family and friends, and would supply them with the necessary survival skills to sustain themselves in nature in the event of a natural disaster.

In recent years, the number of outdoor campers has decreased, from a 1996 peak of 15,800,000 to 7,200,000 in 2012. Since then, the numbers have rebounded somewhat, to 7,500,000, but this is still far below the 1996 peak. For these reasons, in this paper I am pushing for consideration of not only food education (Shokuiku), but also outdoor camping as a means to help develop vibrant and well-rounded children. As for (Shokuiku), I look closely at the importance of breakfast, the current state of the Japanese breakfast, as well as its significance from the perspective of outdoor camping.

Keywords: Shokuiku, the importance of breakfast, outdoor camping, the means to a good life