博士（栄養学）学位論文要旨

小学生，中高生，大学生の調理への関わりと自立

Involvement in Cooking and Independence among Elementary School Students, Junior High and High School Students, and University Students

2025 年

指導教員　　小西 史子　教授

2202051

氏名　　手島　陽子

TESHIMA, Yoko

女 子 栄 養 大 学

自立は青年期の発達課題である．2000年代初頭より，若者をめぐる自立の問題は深刻化し，これに対処していくことが喫緊の課題となっている．本論文は，この自立に焦点を当て，学童期，中高生，大学生の調理への関わりが，自立の発達にどのような影響を及ぼすかを明らかにすることを目的とした．併せて，自立支援の一環としての調理の可能性を示すことを目的とした．そのため，学童期，中高生，大学生を対象とした3つの研究により，それぞれの時期における調理への関わりと自立との関連について，家庭の食環境を含めて検討した．

第1研究では，学童期の調理への関わりと家庭の食環境をクラスタ分析により分類し，学童期の調理への関わりと，大学生になった時点での自立との関連を分析した．その結果，学童期の調理への関わりは，自立の2領域，すなわち「協調的対人関係」と「生活管理」と，正の関連を示すことが示唆された．協調的対人関係とは，他者への配慮や円滑な人間関係を構築する力を指し，生活管理とは，金銭管理や健康管理を含む日常生活を主体的に運営する力を示す．調理には，協働作業や，他者への配慮を通じて他者との関係性を深める側面があり，これが「協調的対人関係」を促進したと推察される．また，調理には計画，買い物，後片付けといった実践的生活技能が伴うため，これが「生活管理」を促進したと推察される．これらのことから，学童期における調理への関わりは，大学生の自立まで長期的な影響を及ぼす可能性が示唆された．

第2研究では，中高生を対象に，調理への関わり（調理への志向性，調理技術）が，自立（家庭生活自立，社会的自

立）に及ぼす影響をパス解析によって検討した．その結果，調理への関わりは家庭の食環境と正の相関をもち，「家庭生活自立」や自己肯定感を介して，「社会的自立」に正の影響を及ぼすことが示された．さらに，社会的自立を下位尺度に置き換えた分析では，特に「自律協調性」への影響が明確に示された．第2研究の中高生における家庭生活自立は，第1研究における大学生の生活管理と，また，第2研究の社会的自立の自律協調性は第1研究における協調的対人関係と，それぞれ共通する概念と捉えられる．これらのことから，第1研究の結果は第2研究により支持されたと考えられる．

さらに，第2研究では次の2点が示された．1点めに，家庭の食環境における「食の教育」や「共食コミュニケーション」は，調理への関わりや自立と強く関連していた．特に中学生では，これらの変数が社会的自立に及ぼす影響は高校生よりも顕著であることから，発達時期により，家庭の食環境が自立に及ぼす影響の程度は異なる可能性が示唆された．2点めに，女子では，作り手からの「料理への配慮」や，調理への好感度や意欲を表す「調理への親和性」も社会的自立に影響を及ぼす要素であったが，男子にはこのことが示されなかった．以上より，調理は生活的自立と社会的自立に影響を及ぼす可能性があることが示された．また，子どもが調理を「手伝いたい」「自分でやってみたい」といった意欲を示した際に，その意欲を実際の行動へとつなげられるよう，調理に支援的な家庭の食環境を整えることが重要であると示唆された．

第3研究では，女子大学生を対象に，調理への関わり（調理頻度，調理技術，調理への志向性）が，自立（家庭生活自立，総合的自立とその下位尺度）に及ぼす影響を検討した．対象者を専攻（栄養系，非栄養系）と居住形態（自宅，自宅外）により4群に分けた.群間で調理への関わりの得点を比較した結果，自宅外の方が自宅より高いことが示された．さらに各群を調理への志向性により高群と低群に分け，群間で家庭生活自立及び総合的自立の得点を比較した．その結果，調理への志向性の高群は低群より，家庭生活自立，総合的自立，並びにその下位尺度（協調的対人関係，主体的自己，生活管理）が高いことが示された．次に，パス解析では，調理への志向性は，中学生の頃の家庭の食環境から影響を受け，調理頻度や家庭生活自立を介して総合的自立に影響するモデルが示された．さらに，総合的自立を下位尺度に置き換えたパス解析では，調理への志向性が主体的自己，生活管理，協調的対人関係，肯定的自己に影響を及ぼすことが示され，それらの総合効果は，自宅外の方が自宅よりより大きいことが示された．この背景には，自宅外の調理への関わりが自宅より多いことがあると考えられた．また，自宅外に居住する大学生においては，中学生の頃の家庭の食環境が現在の調理頻度に影響することが明らかとなり，家庭の食環境の影響が長期に及ぶ可能性が再確認された．以上より，第3研究の結果もまた，第1研究の結果を支持するものと考えられた．

これら3つの研究より，学童期，中高生，大学生の調理への関わりは，中高生，大学生の自立に対して，重要な役割を果た

すことが示唆された．すなわち，調理への関わりは，生活的自立（家庭生活自立，生活管理）と社会的自立（協調的対人関係，自律協調性）に対して，いずれの発達時期においても一貫して正の影響を及ぼす可能性が示された．また，調理への関わりと関連する家庭の食環境（共食コミュニケーション，料理への配慮，食の教育）は，短期的にも長期的にも自立に影響を及ぼすことが明らかにされた．本論文の結果は，今後の家庭教育や学校教育における調理支援の意義を示すものであり，発達時期に応じた調理機会の提供と家庭の食環境整備の必要性を示唆するものである．