

短報

ジュニアゴルファーの保護者に対する食教育プログラムの効果

長島 洋介^{*1}、小坂 由美子^{*1}、茂木 まどか^{*2}、田中 彩子^{*2}、堀川 昭子^{*3}

^{*1} 武蔵丘短期大学、^{*2} フリー管理栄養士、^{*3} 東京国際大学

【目的】

ジュニアゴルファーの保護者に対する食教育プログラムの効果を明らかにし、食教育が保護者の食の知識、意識、行動にどのような影響を及ぼし、選手へどのような影響を及ぼすのかを明確にすることを目的とした。

【方法】

対象者は関東地区に在住の小学校4年生から高校3年生の選手とその保護者で、解析対象は38例の保護者及び選手とした。食教育プログラムを行う実施群（28名）と行わない対照群（10名）に、保護者と選手をそれぞれ振り分けた。介入期間は2014年3月から2014年12月までの9か月間とした。最初に実施群・対照群に、食物摂取頻度調査と食事記録法にて食事調査を行い、選手の食事について保護者に回答してもらった。その後、実施群の保護者に対して食教育プログラムを行った。集団でスポーツ栄養学の講座を4回と、食事調査結果をもとにした15分間の個別面談を実施した。食教育の実施前後で、保護者に対しては、食育に関するアンケート調査を、選手に対しては、食に関する行動変容ステージの調査、栄養素に関する基礎知識、望ましい補食選択に関する知識、補食に関するアンケート調査を行った。

【結果】

実施群の保護者は、食教育の前後で食育ソーシャルサポート（ $p=0.001$ ）、食育セルフエフィカシー（ $p=0.001$ ）が有意に高まり、食育行動変容ステージ（ $p=0.002$ ）が有意に向上した。さらに、実施群の選手は、望ましい補食選択に関する知識（ $p=0.035$ ）、補食に関する知識、（ $p=0.014$ ）が有意に向上した。

【結論】

ジュニアゴルファーの保護者に対する9か月間の食教育プログラムは、保護者の食育ソーシャルサポートや食育セルフエフィカシーを高め、食育行動変容のステージを向上させ、さらに、選手の補食に関する知識を向上させる可能性が示唆された。

キーワード：ジュニアゴルファー 保護者 食教育

I 緒言

わが国では食のあり方が国民の問題として挙げられている。2005年には食育基本法が施行され、その中で、食育は生きる上での基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるものと位置付けられ、その必要性が明示された。さらに、2008年3月改定の小・中学校の学習指導要領では、食育を通して、児童・生徒が健康・安全である活力ある生活を送るための基礎が培われることを目的としている^{1), 2)}。

また、文部科学省³⁾は、定期的にスポーツを実施している小・中・高校生等のジュニアスポーツ選手を対

象として、スポーツ振興基本計画に基づき「世界で活躍するトップレベル競技者の育成」プロジェクトを展開している。それに伴い、各競技団体や地域におけるタレント発掘事業が近年盛んになり、ジュニアスポーツ選手を対象とした栄養教育が実施されるようになってきた^{4)~6)}。

ゴルフ競技においても、関東ゴルフ連盟(KGA)が、公益財団法人日本ゴルフ協会(JGA)の基本方針に基づき、将来、世界で活躍できる競技者の育成・強化を目的に、技術や体力に優れたジュニアゴルファーを発掘し、育成活動を行う「TEAM KGAジュニア」プロジェクトを実施している⁷⁾。しかしながら、ジュニア