

# 学位論文要旨

中国における小学生を対象とした「食育」に関する研究  
—民間プログラム「食育推進計画」の食育活動の改善に着目して—

広島大学大学院教育学研究科

教育学習科学専攻 教科教育学分野

人間生活教育学領域

D190775 張 暁領

## 論文構成

### 序 章 研究の背景と目的

#### 第1節 研究の目的と意義

#### 第2節 論文構成と研究方法

〈引用文献〉

### 第1章 中国における食育の現状と課題

#### 第1節 中国における「食育」の理念

#### 第2節 中国における食育に関する研究と課題

#### 第3節 小学校における食育の実践の現状と課題

〈引用文献〉

### 第2章 中国及び日本の小学校における食育の実態

#### 第1節 中国の食育関連教科と日本の「家庭」科及び給食における食育の指導の実態

#### 第2節 「食育推進計画」の教科書と日本の「家庭」科教科書の指導内容

#### 第3節 「食育推進計画」の教員研修活動と日本の「家庭」科・栄養教諭の育成プログラム

(章末資料) 中国及び日本の教科書の内容構成

〈引用文献〉

### 第3章 中国の「食育推進計画」の食育課程の実態と課題

#### 第1節 河南省新県の小学生及びその保護者を対象とした調査の背景と目的

#### 第2節 小学生及び保護者の学習実態と課題

#### 第3節 「食育推進計画」の指導成果と課題

〈引用文献〉

### 第4章 中国の「食育推進計画」の食育教員育成の実態と課題

#### 第1節 河南省の小学校食育教員を対象とした調査の背景と目的

#### 第2節 小学校教員の研修活動の実態と課題

#### 第3節 小学校教員の食育実践の実態と課題

#### 第4節 小学校教員による授業の実態と分析

#### 第5節 「食育推進計画」の研修成果と課題

〈引用文献〉

### 第5章 中国民間プログラム「食育推進計画」の食育活動の改善への示唆

#### 第1節 小学生と保護者を対象とした食育課程改善の試案

#### 第2節 教員育成プログラムの改善の試案

〈引用文献〉

### 終 章 まとめと今後の課題

## 研究の背景及び目的

中国には、古くから“民以食为天”，“二十四節気”という文化があり、節気に応じた食文化が家庭を通じて代々継がれてきた<sup>[1]</sup>。さらに、『黄帝内経』には、医食同源の理念や食事の原則が記されている<sup>[2]</sup>。最初に食育という言葉を提起した日本の石塚左玄も『化学的食養長寿論』において、「学童をもつ人は、躰育も智育も才育もすべて食育にある。」と述べている<sup>[3]</sup>。中国の食生活の歴史を概観すると、その理念が貫かれてきたことが分かる。しかしながら、これらの理念は一般的に家庭において継承されているものである。高等教育機関における職業人育成の課程もみられ、そこで理念の継承は行われているが<sup>[4][5]</sup>、義務教育段階では、食を通した全人教育の理念はほとんどみられなかった。一方、中国では、1990年代から、経済の発展、対外開放政策の拡大等により、食生活が大きく変化し、栄養不良による疾病が急速に減少した一方、栄養過多による慢性病が増えている<sup>[6][7]</sup>。また、肥満の増加率も年々上がっている、特に6歳～17歳の青少年の肥満率は19.0%にも達している<sup>[7]</sup>。これらの現状を受け、1990年代から、『学校衛生条例』<sup>[8]</sup>や『中国栄養改善行動計画』<sup>[9]</sup>等、国から様々な政策が出され、小・中学校に健康や栄養等の内容を取り入れることを提唱している。また、食に関する指導や教育は、素質教育を達成する重要な側面だと指摘している<sup>[10][11][12]</sup>。

これらを背景に、中国における食育に関する研究として、諸外国の食育との比較研究が多くみられる。特に同じアジア圏で指導体制を充実させていると思われる日本の食育の政策、食育の歴史、教育課程等の紹介と中国への示唆が多くみられた<sup>[13]</sup>。海外の食育事情を参考に、中国における実施可能な食育の教育課程の検討や教科指導に含んで食育を行う提案もみられたが、詳細の指導内容や指導方法、指導案作成等の教育実践につながる食育のあり方についての研究はほとんどみられなかった。一方、中国において、食育を行う教科がない他、教材が少なく、専任教員がない等の課題がみられることも明らかになっている<sup>[14][15]</sup>。しかしながら、具体的に教員を育成する方策に焦点を当てた研究はみられなかった。

また、現在中国において食育を実践している小学校は少ない。代表的な学校として、山東省濰坊瀚声学校（私立の小中校一貫の国際学校）、北京市の史家小学校等がある。いずれも、学校における実践内容の紹介、指導成果の報告はみられたが<sup>[16]</sup>、その指導内容、指導方法や教員の育成に関する課題についての言及はみられなかった。一方、「食育推進計画」は劉璐らによって2012年に食生活の実態が特に懸念されていた貧困地区の児童の課題改善を目指して、ボランティア活動として興された民間食育プログラムである<sup>[17]</sup>。教育局や中国疾病予防センター等の政府機関、栄養士、企業の支援を受け、学校や家庭と連携して子どもやその親、教員を対象として活動を展開している。現在は中国23省、自治区、直轄市のほぼ全土に渡り、食育授業を実施している。また、食育の実践が中国より進んでいると思われる日本と交流し、活動内容の示唆を得たり、講師を招いたりする活動もみられる。義務教育段階が国家課程、地方課程、学校課程から成る中国において、「食育推進計画」は学校と連携して、学校課程において食に関する指導を行っている。小学校における主な活動は食育授業の開発、実施のほか、食育教員の育成、教科書作成及び教材開発も実施している。尤らは「食育推進計画」の指導により、児童の栄養知識の増加や食習慣の改善等がみられたと述べているが<sup>[18]</sup>、その指導方法や内容については詳しく言及していない。中国の小学校における食育の手立てとして、また、食育の指導者を育成する手立てを探るために、「食育推進計画」による活動の成果と課題を明らかにする必要があると考える。

一方、日本は「家庭」科という教科の中に食生活を学ぶ内容があり、教科書のほか、給食を題材とした生きた教材も多くみられる<sup>[19]</sup>。さらに、栄養教諭等食育の指導者を育成する制度と教育課程をもって

いる<sup>[20]</sup>。政策の進展に留まらず、教育現場において実施可能な指導内容・方法、教科書や指導案作成、教員育成について日本の実態を追究することによって、有益な示唆が得られると考える。さらに、中国における食育実践例を通して、食育のあり方を探りながら、専門性をもつ教員の育成に関する研究を行う必要がある。

そこで、本研究では、中国の食育のあり方を探る手立てとして、日本の先進的な食育の実践を分析する。また、中国の学校における食育の実態を明らかにするとともに、民間プログラムである「食育推進計画」の小学生、保護者及び教員の食育活動を明らかにすることを通して、その指導内容や指導方法、指導案や教員育成の成果と課題を整理し、今後の活動改善への示唆を得ることを目的とする。

なお、食育は日本で誕生した言葉である。2005年に成立し施行された「食育基本法」では、食育を「1. 生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの、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」と定義している<sup>[21]</sup>。一方、中国には、2006年に食育は李里特によって初めて導入された<sup>[22]</sup>。それ以前には、“飲食教育”，“栄養教育”，“健康教育”等の言葉が多く使われていた<sup>[10][23]</sup>。李は「食育」は徳育，知育，体育と並べて位置付けるべきで、総合的な教育であり、自然の発展法則に従い、優れた伝統的な食文化を受け継ぎ、持続可能な社会を作り、人類の心身の発達を推進する基礎教育であると述べている<sup>[22]</sup>。また、施は、食育とは、国民全体を対象に継続的な衛生，安全，栄養に関する知識と技能の教育を行い、国民が飲食に関する安全意識をもち、科学的，文明的な知識・技能を習得し，安全で“科学的，文明的な食徳”，“食知”，“食風と食習慣”を身に付けることにより，国民の体質を整え，疾病を減少し，国民の素質を向上し，国全体の力を強化する目的を達成する手段であると述べている<sup>[12]</sup>。本研究では，食育を「食生活を総合的に捉えて技能習得や態度形成も含む能力育成を目指す教育」と捉えて研究を進める。

## 研究の方法

本研究の目的を達成するために、本論文は序章と終章を含む7章で構成した。第1章では、中国の食育に関する現状を先行研究から整理し、第2章では、日本の小学校における食育の実践に照らして中国の小学校における食育の実態を先行研究によって捉えた。第3章と第4章では、第2章で得られた示唆を踏まえ、「食育推進計画」に焦点をあて、小学生及び保護者を対象とした食育授業や教員を対象とした教員研修活動の成果と課題を質問紙調査によって明らかにした。第5章では、第2章，第3章，第4章の結果を踏まえ、「食育推進計画」の食育授業や教員研修活動の改善の提案を試みた。

### (第1章)

中国の古代における食の考え方，経済の発展等により，食生活が変化している中，食育の必要性や食育実践校における成果と課題を先行研究を通して整理した。

### (第2章)

中国の食にかかわる教科と日本の「家庭」科や給食指導の実態，中国と日本の教科書や教員育成の実態に基づいて，中国の学校における食育の課題を先行研究によって明らかにする。

### (第3章)

「食育推進計画」の食育授業の実態を明らかにするために，中国の河南省新県光彩実践学校の小学校4，5年生及びその保護者333組を対象として，2018年3月に集合調査法による質問紙調査を行った。質問項目は叶（2016）<sup>[24]</sup>，匡（2015）<sup>[25]</sup>，尤（2017）<sup>[26]</sup>，鐘（2015）<sup>[27]</sup>を参考に作成し，分析した。

#### (第4章)

「食育推進計画」の教員研修活動の実態を明らかにするために、中国の河南省信陽区に所属する小学校教員35名を対象として、2023年2～3月にインターネット経由による質問紙調査を行った。質問項目は『設問1 自分の食生活と食育への意識』に関する8つの項目、『設問2 「食育推進計画」の研修活動の評価』に関する8つの項目、『設問3 「食育推進計画」の研修活動に参加した後の意識変化』に関する8つの項目、『設問4 勤務校における食育の実践と評価』に関する17の項目について、それぞれ教員自身の考えとして、選択肢、順位付け、自由記述で回答を求めた<sup>[20][28][29][30][31]</sup>

#### (第5章)

第2章、第3章と第4章の結果に基づき、「食育推進計画」に参加した児童や保護者を対象とした食育課程や教員を対象とした教員育成活動の成果と課題を踏まえ、今後の展開のために改善案を検討した。

### 研究の結果及び考察

#### (第1章)

中国における食育の現状を捉え、先行研究から課題を整理した結果、次のような知見を得た。

古代の中国において、「孔孟食道」や「医食同源」、「五味調和」等の理念が家庭を通じて伝えられてきたが、その理念は学校教育としてほとんど扱われていなかったことを捉えた。一方、現代の経済の発展や対外開放政策等により、食生活は一変し、昔ながらの食習慣が崩れ、食にかかわる課題やそれによる疾病の発生が多く指摘された。特に児童の肥満問題や食による諸問題が国の将来にかかわることから、食育に関する研究が多くなされている。日本などの他国に比べて、中国における食育は途についたばかりであり、実践につながる食育のあり方の詳細や教員育成についてはあまり追究されていない。また、小学校における食育実践の実態から、短期的な取組み、限定された場所で断片的な取組みが多いことが明らかになった。そこで、小学生を対象として大規模に時間をかけて食育活動を行っている民間プログラムに焦点を当てて、その食育課程の実施成果と教員研修活動の詳細を整理し、分析することとした。「食育推進計画」の取組みに着目して、その成果と課題を明らかにすることが、中国の食育のあり方を探るうえで大きな意義があると考えた。

#### (第2章)

中国の食にかかわる指導の教科と日本の「家庭」科や給食指導の実態、中国と日本の教科書や教員育成の実態を、先行研究を通して比較し、中国の小学校における食育の課題を整理した結果、次のような知見を得た。

中日両国の小学校における食育の実態について、指導教科、教科書、教員育成の3つの側面から整理した。中国において、教科として食にかかわる内容を指導しているのは、「労働」科、「体育と健康」等であった。一方、日本は食育基本法が施行されて以来、小学校の各教科、学校活動全体を通じて食育を推進することが求められてきたが、本論文では、歴史的に食育を教科として牽引してきた教科「家庭」や「学校給食」を取り上げた。日本に比べて、中国の教科における食に関する指導は系統性や関連性があまりみられないが、政策段階から本格的に食育を学校教育に取り入れようとしていることが明らかになった。

また、教科書について、「食育推進計画」の教科書は日本の「家庭」科の教科書と同様に、栄養素、調理、献立、朝食等の内容を扱っているが、教科書の構成、調理の指導内容、指導上の留意点などにおい

て異なり、「食育推進計画」の教科書では、各単元で実践活動が少ないことや小題材の関連性がみられないこと、調理指導の位置付けの意図がみえにくいこと等の課題を見出した。

さらに、教員の育成において、「食育推進計画」は民間プログラムとして早くから教員の育成活動に取り組んでいることは評価できる一方、日本の家庭科教諭や栄養教諭の養成大学における育成方式と比べると、中国の食育指導者の育成は大きな課題の一つであることが明らかになった。

### (第3章)

「食育推進計画」の食育授業の成果と課題を明らかにするために、河南省新県における光彩実験学校の児童及び保護者の食生活実態と食育後の意識についての質問紙調査を行った結果、次のような知見を得た。

光彩実験学校の4、5年生は「食育推進計画」の目指す目標に従い、「食育」という科目において、栄養バランスや食の選択、食や健康に関する知識の習得や調理実習等を通して技能を身に付ける活動を中心に授業や授業外活動を受けている。「食育推進計画」の指導を受けた後、「朝食」をほとんどとらない小学生はみられず、白ら<sup>[32]</sup>の6.7%より欠食率は少なかった。「好き嫌い」がある小学生は71.4%であり、先行研究と同様の結果であった<sup>[26]</sup>。また、「間食」を摂る小学生は86.6%であったが、先行研究<sup>[27]</sup>の摂取内容と比べ、乳製品、ナッツ類、干し果物類という順で摂取しており、比較的健康的であることがわかった。「孤食」は、33.2%の小学生が経験したことがあるとの回答であった。共食は、食の楽しさを実感するだけでなく、食生活に関する基礎的知識や技能を習得する機会にもなっているため<sup>[33]</sup>、「食育推進計画」による指導内容に加えるべきである。

食育後、「間食を正しく摂る」という項目を除き、肯定的な回答をした小学生は9割以上であった。2016年から新しい教育内容として、調理実習等の実践・体験活動を位置付けており、小学生の食生活に関する望ましい意識をもたせるという効果がみられた。一方、「食育推進計画」の食育授業は、知識・技能の指導にとどまらず、地域の食文化や食材を活用し、実践的な態度を養うための工夫が求められる。

また、保護者への調査の結果は以下のとおりであった。「朝食」について、「毎日朝食を摂取する」は86.7%であった。「好き嫌い」は45.6%が「あり」と回答し、「間食摂取」は51.3%が「摂る」との回答であった。「調理の手伝い」を児童にさせる保護者は53.3%であった。また、保護者と児童の「好き嫌い」の間、保護者の「間食摂取」と児童の「好き嫌い」の間に有意な正の相関があることが認められた。保護者の食習慣や行為などは直接児童の食生活に影響を及ぼしているため、保護者への指導の必要性が示唆された。

食育後、保護者は「食生活に関心をもつ」と「自分で調理する」との項目において、他の多くの項目と相関がみられたため、保護者の関心の高いことに着目して調理技能の指導や情報提供の仕方を工夫することが効果的であることが明らかになった。

### (第4章)

「食育推進計画」の教員研修活動の成果と課題を明らかにするために、河南省信陽区の小学校における研修活動に参加した教員の質問紙調査結果の分析により、次のような知見を得た。

研修活動に参加した教員に「食育の言葉と意味を知っているか」と問うたところ、94.2%の教員が食育の言葉と意味も知っていると回答し、その回答者のうち、91.2%の者が「食育推進計画」を通して知ったと回答した。また、食育の目標を基本目標から最終目標まで構造化する問いで、最終目標は「健康を保つ」ことであると考えている教員は11.4%であり、「徳・知・体育の一環であり素質教育の一環」が

食育の最終目標だと考える教員は31.4%、「栄養知識や調理技能を習得する」ことが食育の最終目標だと考える教員が28.6%であった。これらの結果から、教員は食育の言葉と意味についてある程度理解しているものの、食育の目標に対する理解は多様であることがわかった。「食育推進計画の研修活動に参加する理由」について、「学校からの指示」と回答したのは37.1%であった。活動に主体的に参加させる工夫や支援が必要と考えられる。また、研修で習得した食育にかかわる内容について、日本の栄養教諭の育成カリキュラムに掲載されている食育にかかわる内容のほとんどを参加した教員が習得したと認識していた。習得した実践演習の内容について、指導案や授業方法に関して十分に研修を行っており、指導案の意義や作成方法についても、教員は十分理解していたが、模擬授業や指導の留意点、発問や応答の技術、授業評価の仕方等について戸惑う教員が多いことがわかった。食育の指導方法や評価の仕方について適切な指導資料が求められている。

研修活動に参加する教員または学校で食育を担当している教員の背景は多様で、教員自身も研修中であることが明らかになった。「食育推進計画」の教員研修活動は、教員の各々のレベルに合わせて段階的にレベルアップできる研修内容の工夫が必要である。

また、勤務校における食育の実践実態について、学校で食育を担当した教員が94.3%、担当しなかった教員は5.7%であった。そのうち、食育を担当した年数について、3年以上～4年は15.3%、4年以上は30.3%であった。

食育にかかわる科目と担当教員の担当科目について、78.8%は「食育」科目で行われていると回答した。専門科目を問うたところ、「食育」と回答したのは51.5%であった。半数以上の学校が食育の専任教員を設置していることがわかった。

授業で実施している内容と学校が求めていることについて、「食育推進計画」が研修活動で指導した内容のほとんどが授業に活かされているが、「授業時児童が主体となることに注意する」は57.6%、「親子料理教室、栽培活動等を開催する」は51.5%、「食に関する指導に係る全体的な計画を作る」については48.5%の実施率であり、実践していない者が多かった。

学校が教員に求めることについて、「給食に関する項目や地域社会との連携が欠けていることは明らかであった。河南省は国からの支援活動が多く行われている地域であり、国の支援プロジェクト「栄養昼食」との連携を図って、昼食内容を土台とした食の指導ができるのではないかと考える。また、給食を提供する学校は74.3%もあることから、給食を題材とした食育も考えられる。

研修活動以外に教員間の交流を取っているかについて「取っている」と回答したのは72.7%であり、交流する内容の多くは食育の授業をどのように進めるか等の授業内容や指導方法であった。「実際授業をするときに困ったことがある」と回答した教員は54.5%であり、困った内容の詳細は「食育教室がない」や「調理実習の食材の資金がない」等の環境や物資の不足、「児童の関心・意欲」や「理論知識の教え方」等の指導方法や内容に関する疑問、「教員自身の栄養に関する知識が足りない」等の自身の知識不足が挙げられた。研修活動において栄養や健康に関する知識や情報の提供はあるものの、一部の教員にとって系統性をもつ知識・技能の習得には至っていないことは明らかであった。

研修活動に参加した小学校教員によって実践された授業事例1は児童の食生活の重要な課題である「間食を正しく摂ろう」に関する内容であった。また、食文化の視点として作った授業事例2は「地域的美食－信陽栗」に関する内容であった。さらに、調理技能を習得するという視点で作った授業事例3は「創意のある色彩饅頭を作ろう」に関する内容であった。

授業事例1は間食を赤黄緑の三色に分け、緑に属する間食は毎日摂ってもよい間食であることをわかりやすく、実験を通して学習させている点等、授業事例2は教員が栗の産地である信陽の歴史や栗の種類等について情報を提供しながら児童からの疑問を引き出し、双方向の展開で授業を進めた点等、授業事例3は「創意のある色彩饅頭を作ろう」という目標に従い、児童に自由に饅頭の形を作らせた点、また、授業時間を節約するために、事前に発酵させた麺を用意した工夫などがみられた点等それぞれ評価できた。一方、授業事例1では授業中の児童への問いかけが少なく、教員が一方向的に説明する傾向があった点等、授業事例3では調理技能の習得として、色素の内容が多く説明されており、実際の操作は饅頭の形作製だけにとどまって終わる懸念があり、調理実習でどのような内容を扱うべきか再検討する必要がある点等の課題も明らかになった。

#### (第5章)

「食育推進計画」の今後のさらなる発展のために、第2章、第3章、第4章の結果を踏まえ、次のように、食育授業や教員育成の改善案を試みた。

食育授業案として、「食育推進計画」の指導内容に基づいて、③習慣と健康、④礼儀と実践を食育で身に付けることを資質・能力の柱とした。また、指導方法について、調べ学習の増加や、児童の思考力・判断力・表現力を鍛えるような学習プロセスの改善の必要があると考える。さらに、学習形式の改善として、教育課程の中に「食育」の枠組を作る、または「労働」、「総合実践活動」の中で行うこと、他教科や給食等との連携を行うことを提案した。さらに、学校外においては、保護者や地域との連携を図ることを提案した。

教員育成について、教員が研修活動参加に不便があること、調理等の指導方法に戸惑うこと、自身の専門知識が不足していることが多々あることから、①教員が参加しやすい支援・研修環境、例えばオンライン授業の開発や研修環境等を提供することや、②各学校あるいは各地域に研修委員会を設立し、研修活動以外にも定期的に交流や情報交換の場を設けること、③研修の参加者を特定し、各自の学習状況によってレベル別の研修内容を選んで学べるシステムを設けることが考えられる。

### 今後の課題と展望

今後の研究課題として、第一に、提案した食育課程と教員育成のプログラムの試案を実践し、効果を検証することが挙げられる。第二に、教員研修活動のより効果的な実践ができるよう食育の専門家や他国から情報を獲得できる場を設置する支援策の詳細案を検討することである。第三に、「食育推進計画」の開発した教科書がどのように使用されているか、指導実態に応じた改善が必要かどうかを追究したい。第四に、中国の食育を推進するために、「食育推進計画」だけではなく、「労働」科や学校裁量で指導内容を決める「総合実践活動」における科学的で系統性をもつ食にかかわる指導内容を検討していきたい。

### 引用・参考文献

[1] 王迎蘭. 以食育人 以文化人—論『小学生食育』出版的意義与價值. 中小学教材教学. 2018, Vol. 8, 76-78.

[2] 中国栄養学会. 『中国居民膳食指南 2016』. 人民衛生出版社. 2016.

[3] 石塚左玄. 化学的食養長寿論. 1896.

[4] 温雪秋, 楊程. 中国烹飪教育的主要歷史沿革. 科教導刊. 2011, Vol. 5, 20-23.

- [5] 史万震, 胡孝平. 中国烹饪高等教育的问题探讨. 现代教育管理. 2012, Vol. 159-160.
- [6] 生吉萍, 劉麗媛. 国内外飲食教育發展状况分析. 中国食物和营养. 2013, Vol. 19, No. 6, 5-9.
- [7] 『中国居民营养与慢性病状况报告』. 2020.
- [8] 『学校卫生工作条例』. 1990.
- [9] 『中国营养改善行动计划』. 营养学报. 1998.
- [10] 陸少明. 小学飲食营养教育校本课程的开发与实施. 现代中小学教育课程研究. 2010, No. 15-19.
- [11] 李里特. 国民素质教育的新课题-食育. 农产品加工·创新版. 2010, Vol. 5, 4-6.
- [12] 施宝華. 食育: 亟待制定的国策 (上, 下). 食品工业科技. 2015, Vol. 1, 18-23.
- [13] 侯鹏, 王靈恩, 劉曉潔, 李雲雲, 薛莉, 成昇魁. 国内外食育研究的理论与实践. 资源科学. 2018, Vol. 1  
2, No. 2, 369-381.
- [14] 王金平. 中小学校食育工作的必要性及其促进策略. 南昌师范学院学报. 2020, Vol. 1, 94-97.
- [15] 楊兵. 食育思想对我国开展飲食教育的启示. 吉林省教育学院学报. 2022, Vol. 38, No. 495, 37-40.
- [16] 劉曉潔. 『食育在中国』. 科学普及出版社. 2019.
- [17] 食育推动计划. “项目介绍”. 2017. <http://www.shiyuworld.com>(浏览日: 2017/12/20).
- [18] 尤莉莉, 劉璐, 毛春蕊, 何欣玥, 劉愛萍. 农村贫困地区学龄儿童的食物摄入状况分析. 中国生育健康  
雜誌. 2017, Vol. 28, No. 4, 306-310.
- [19] 文部科学省. 食に関する指導の手引き. 平成 22 年.
- [20] 女子营养大学营养教諭研究会編. 营养教諭とは何か. 女子营养大学出版部. 2005.
- [21] 農林水産省. “食育基本法 (平成 17 年法律第 63 号)”. <https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/attach/pdf/kannrenhou-20.pdf>, (浏览日: 2023/6/24).
- [22] 李里特. 食育是国民健康的大事. 中国食物与营养. 2006, Vol. 3, No. 3, 4-7.
- [23] 李園, 王洪波, 除紅, 胡愛麗, 劉雷, 于冬梅, 趙麗雲. 北京市海淀区「兩個指南」健康教育效果分析.  
現代预防医学. 2011, Vol. 38, No. 14, 2781-2788.
- [24] 叶根花, 雷永良, 叶夏良, 鐘軍華. 小学生膳食营养知識态度行为調查. 浙江预防医学. 2016, Vol. 28,  
No. 5, 531-534.
- [25] 匡婷婷, 楊来宝, 楊郗. 上海市某社区小学生营养知識, 态度与行为現况分析. 上海医药. 2015, Vol.  
36, No. 14, 56-59.
- [26] 尤莉莉, 劉璐, 何欣玥, 周南, 任学鋒, 田向陽, 翁永凱, 劉遠立. 食育对改善农村小学生飲食相關健

康素養的効果. 中国健康教育雑誌. 2017, Vol. 33, No. 6, 487-491.

- [27] 鐘曉萍, 茆曉玲, 談甜, 彭亞拉. 農村家長對兒童零食消費的態度, 營養認知及其購買行為研究—以河北省 465 名家長為例. 中国食物与营养. 2015, Vol. 21, No. 12, 44-48.
- [28] 峯岸由治・阿部道子. 地域に根ざした食育カリキュラムの開発—小5 総合的学習実践「辻っ子お米たんけん隊」を手がかりに—. 教育学論究. Vol. 1. 79-88. 2012
- [29] 藤澤良知・芦川修貳・古畑公. よくわかる栄養教諭—食育の基礎知識—宮田房夫・田中弘之・白尾美佳・山口生子・登坂三紀夫・梅垣敬三・小河原佳子. 同文書院. 2-11. 2009.
- [30] 文部科学省. 食に関する指導の手引き. 2019 年.
- [31] 文部科学省. 小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説. 家庭編平成 29 年.
- [32] 白彩琴, 喬小馨, 楊傑, 宋傑, 卞偉. 山西貧困地区学生 2003 和 2013 年早餐零食行為比較. 中国学校衛生. 2014, Vol. 35, No. 7, 1066-1068.
- [33] 江崎由里香, 別府哲. 小学生の親子関係と共食観および食卓の雰囲気との関連. 家政誌. 2012, Vol. 63, No. 9, 579-589.