

調理技術の向上を目指すための動画教材の活用



【池袋キャンパス】健康メディカル学部 健康栄養学科 講師

手島 陽子 Teshima Yoko

URL: [帝京平成大学 教員業績紹介ページ](#)

キーワード: 調理技術・模範動画・技術の習得・食と健康



研究の概要

SDGs 目標 3: すべての人に健康と福祉を

近年、若い世代の調理技術が低下していると言われています。この傾向は、管理栄養士など食に関わる資格取得を目指す大学生にも見られます。その背景として、かつては調理技術の習得の場であった家庭がその機能を失いつつあることや、調理済み食品の利用拡大など食生活が変化したことが指摘されています。また、調理技術の習得の場として学校も挙げられますが、学ぶ側と教える側の人数比や、調理実習の時間数が限られているなどの理由により、指導者のそばで観察しながら随時修正を受けつつ、時間をかけて学ぶことは困難です。

このような課題を踏まえ、本研究では、調理技術の中でも基礎的かつ重要な包丁技術に着目し、動画教材を活用した効果的な技術習得のあり方を検討しています。具体的には、管理栄養士資格の取得を目指す大学生を対象に、包丁技術の模範動画を制作し、動画視聴前後の包丁技術の変化を研究してきました。

これまでの研究から、従来より指導されてきた包丁操作の注意項目には、模範動画の視聴によって比較的向上しやすい項目と、向上しにくい項目が存在することが明らかになっています。今後は、未習得者が習得しにくいと示された注意項目について、具体的な支援方を盛り込んだ模範動画の改訂版を制作するとともに、動画教材を用いた効果的な指導方法について検討を進めていく予定です。

さらに、本研究における教材効果の評価測定は「行動面」と「技術面」の2つの側面から行う必要があると考えています。技術習得に不可欠な練習について、その方法や頻度といった行動面の変化が、実技テスト点といった技術面の向上につながるプロセスを明らかにすることを目指しています。



実学へのつながり・産業界や自治体へのアピールポイント・協力可能事項・協力希望事項

管理栄養士養成コースの学生は、国家試験に合格すれば管理栄養士の資格を得ることができ、社会から栄養の専門家であると見られるだけでなく、「調理のできる人」とも見られます。本研究の成果は、調理のおもしろさを体得し、自信をもって社会に踏み出せる人材の育成に役立つと考えています。インターネットを開けば、さまざまな調理動画が自由に視聴できる時代だからこそ、調理科学的な裏付けをもつ教材が必要であると考えます。対象者をかえて高齢者向けのコンテンツを制作すれば、高齢者の健康を食生活から支えることにつながるとも考えています。

知的財産・論文・学術発表など（詳細は右上 QR コードの教員紹介からご確認ください）

・大学生の包丁技術に関する意識と行動に及ぼすビデオ視聴効果