

すると選択された分類の食品を図中段のように表示される。それらを選択し、「食べる」を押すことで食事を取ったという扱いになる。



図 3 食事選択画面

2.3 バランス表示シーン

メインのシーンで1日の行動が終了するとバランス表示のシーンに移行する。このシーンでは、図4の右上のようにそれぞれの摂取量を棒にし、取得した食事を別々の色で表示し、取りすぎた場合は太く、不足している場合は細くなるように表示している。それらを理想の摂取量と比較し、取りすぎているか不足しているかを図4の下部にコメントとして表示する。また、バランスの良し悪しにより図4の左上にあるキャラクターが太ったり痩せたりする。このようにすることで、子供が見てもこのような食生活をしているとこのような体系になってしまうといったように教えることができる。



図 4 バランス表示画面

3. 検証

2014年2月に福井高専生5名に体験してもらい、本アプリケーションについてどう思ったかを聞いた。

1. 良かった点

- ・ バランス表示シーンのバランスの表示がわかりやすかった。
- ・ 選んだ食べ物からの結果が可視化されていて、実感が湧きやすい。

2. 悪かった点

- ・ ミニゲームと本来の目的との関連性がわからなかった
- ・ 主食、副菜等の分類でのバランスがわかったが、含まれる塩分や脂肪等についてはわからなかった。
- ・ バランス表示シーンの表示が食事バランスガイドについて知っていないとどうなるとよいのかということがわからない。

4. 今後の改良点

ミニゲームによって選択できる食事の種類を増加をする。

バランス表示シーンで、理想的なバランスの食事をとった場合の形と摂取量での場合の形の両方を表示するようにし、それらと比較して何がどのくらい取りすぎなのか、不足しているのかといったことをより視覚的に分かりやすくする。

食事を主食などの5種類にのみ分割するのではなく、食事には塩分、脂肪等も含まれ、それらの摂取量も食事バランスに影響するため、それらの摂取量もバランス表示シーンで表示するようにする。

5. おわりに

今回開発したアプリケーションにはまだ改良の余地があると感じられるが、これを通して一人でも多くの人に「食育」について興味を持ってもらえればよいと思う。

[参考文献]

- [1] 農林水産省 望ましい食生活の実現に向けて～食生活指針と「食事バランスガイド」～
<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/nozomasiisyokuseikatu.html>