食生活における母子のかかわりについての研究

伊 藤 至 乃^{*1}, 天 野 幸 子^{*2}, 殿 塚 婦 美 子^{*1}

^{*1}女子栄養短期大学給食管理研究室, ^{*2}女子栄養短期大学心理学研究室

Relationship between Mother and Child regarding Dietary Life

Shino Ito^{*1}, Sachiko Amano^{*2} and Fumiko Tonozuka^{*1}

^{*1}Laboratory of Institutional Food Service, Joshi Eiyou Junior College ;

^{*2}Laboratory of Psychology, Joshi Eiyou Junior College

A survey was conducted among 429 pairs of school children and their mothers regarding their awareness and attitude toward meals. The following result was obtained.

1) The major factor that determined children's dietary satisfaction at home and school depended on (a) menu, (b) relationship at the table, and (c) communication with persons who prepared the meal. When taking meals with family or friends and children participated in cooking the meal, their degree of satisfaction was greater. However, children in charge of serving school lunches did not indicate high degree of satisfaction compared to that achieved at home.

2) Dietary satisfaction was found great with the mothers who had close communication with the members of their family. They also devoted longer period of time on cooking.

3) The following differences were found by observing mothers' awareness and attitude through those of children :

(1) Mothers of children who were satisfied with meals at home tended to plan a menu which children disliked and spent longer cooking hours.

(2) Children helped with meals when mothers expressed their appreciation.

(3) Differences were observed among mothers whose children had less dislikes of food. Those who had closer communication with family did not seem to consider children's likes and dislikes when planning menu.

4) The following differences were found by observing the awareness and attitude of children through those of mothers ; the differences were found only in their attitude toward foods their children disliked. Children whose mothers did not care about children not eating "foods they did not like" were dissatisfied with meals at home, and disliked many foods. Such lack of active interests in children's behavior and of communication showed effects on the awareness of and attitude toward meals of children.

Jpn. J. Nutr., 51 (1) 39~52 (1993)

結 言

食生活に関する課題は、時代の流れとともに様々に変化する。そのような中でも、児童の食生活は身体の成長・発達と直接かかわりを持ち、常に変わらぬ重要な意味をもっている。

更に近年では、食行動が身体の成長のみならず心の発達と密接な関係にあることが指摘されている^{1, 2)}。家

Key words : relationship between mother and child, satisfaction over meals, mother's awareness, child's awareness

母子関係, 食事の満足度, 母親の意識, 子どもの意識

庭や学校における児童の食生活の実態については、食物摂取パターンや食物嗜好との関連等の栄養摂取問題を中心とした研究が数多くみられる。しかし、児童の食事に対する意識や態度、食事場面での

表 1 対象児童の学年及び男女別内訳							(人)
	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
男子	29	40	26	31	44	41	211
女子	38	36	40	35	35	34	218
合計	67	76	66	66	79	75	429

母子間の対応を通した意識や態度についての研究は比較的少ない。本研究では、児童及び母親の食事に対する意識や態度を、母子関係を通して明らかにすることを目的に、母と子を組にしたアンケート調査を実施し、得られた結果から食生活における母子のかかわりについて観察した。

調 査 方 法

1. 調査対象及び時期

横浜市内のA小学校の1～6年生の全児童及びその母親 429組、858人を対象とした。各学年の人数及び男女別の内訳は表1に示すとおりである。

1991年7月の中旬、3日間にわたり行った。

2. 調査手続き及び内容

食生活における母子のかかわりについて、母と子の両側面から観察するため、児童とその母親に各々アンケート調査を実施した。

児童への調査は、担任教師に依頼し、教室で担任教師の教示のもとに児童が記入した。

母親への調査は、児童の調査日の前日に、担任教師を通して児童に持ち帰らせ、自宅で母親が記入した。母親のアンケート用紙は、児童の調査当日、児童のアンケート用紙と一緒に封筒に入れ、母と子を組にして回収した。

調査内容は、表2に示す項目を設定し、“いつもの食事”について回答を求めた。

児童には、食事の満足度を中心に質問項目を設定した。また、家の食事と給食との違いをみるため、各々同様の質問項目とした。

表 2 調査項目表

〈児童用〉			
食生活について	食事に対する意識	家の食事の意識・態度	給食の意識・態度
帰宅後の様子	楽しい食事とは	満足度	満足度
手伝いの程度	好き嫌いの程度	満足、不満足の原因	満足、不満足の原因
食事をともにする人		嫌いな物への態度	嫌いな物への態度
		朝食、夕食の摂取状況	給食の摂取状況
〈母親用〉			
家の食事に対する意識・態度		子どもへの意識・態度	
満足度		手伝いの期待度	
満足、不満足の原因		一緒に食事をしない時	
献立をたてる際に考えること		子どもの嫌いな物への態度	
食事づくりにかける時間（朝食・夕食）		（献立を考える時、食べ残した時）	
食事をともにする人（朝食・夕食）		給食についての会話の程度

図1 学年別の家の食事と給食の満足、不満足度

母親には、母子の関連をみるため、食事に対する意識・態度については児童と同様の項目とした。また、子どもへの意識や態度については、子どもの項目と対応させて設定した。

3. 集計方法

調査資料は、分類集計機 PASCKEY III A (外国文献社) を用いて集計した。

(1) 児童及び母親から得られた資料は、各項目ごとに男女別及び学年別(低, 中, 高)に集計し、全体の傾向をとらえた。

(2) 児童の資料は、家の食事及び給食の満足度別にグループ分けし、他の項目との関係をみた。

(3) 母親の資料は、食事の満足度と子どもへの意識や態度について各々グループ分けし、他の項目との関係をみた。

(4) 母子関係は、各項目について母親と児童の両側面から検討した。

以上の集計資料の各調査項目間の関係については、 χ^2 検定を用いた。

結 果

1. 全体的傾向

(1) 男女間の差異

児童の資料からは、手伝いの程度 ($p < 0.001$), 朝食の食べ方 ($p < 0.05$), 給食の食べ方 ($p < 0.05$) に有意差が認められた。

手伝いの程度は、女子によく手伝いをする割合が高く、男子に手伝いをしない割合が高くなっていた。朝食、給食の食べ方は、どちらも女子に残した割合が高くなっていた。

母親の資料からは、手伝いに対する期待度についてのみ男女間で有意差が認められ、女子の母親にその割合が高かった ($p < 0.05$)。

(2) 学年別の特徴
学年別では、給食の満足度 ($p < 0.05$)、一番楽しい食事 ($p < 0.05$)、家の食事での嫌いな物があった時の態度 ($p < 0.01$) に有意差が認められた。

給食の満足度は、学年が低いほど高く、家の食事の満足度はわずかではあるが、学年が進むにつれて高くなっていた(図1)。

一番楽しい食事については、低学年は夕食 (41.1%)、給食 (35.7%)、外食 (25.9%) の順であるのに対して、中・高学年は、夕食 (中 52.3%, 高 57.8%)、外食 (中 40.9%, 高 36.4%)、給食 (中 15.9%, 高 21.4%) となり、給食と外食の順位が入れ替わっていた。

嫌いな物があった時の家での態度は、中・高学年は、残さず食べる・食べるように努力する割合が高かった (中 77.3%, 高 70.8%, 低 48.3%)。また、注意されたら食べる割合は低学年ほど高くなっていた。

2. 児童の食事に対する意識・態度

(1) 家の食事

家の食事に“満足・満足するほうが多い”と回答したものを満足グループ (以下、Aグループ) とし、“不満足・不満足なほうが多い”と回答したものを不満足グループ (以下、Bグループ) とした。

グループ別に他の項目との関係で有意差が認められたものを表3に示した。

Aグループは、手伝いをよくし、嫌いな物があっても残さず食べる・食べるように努力する割合が高かった。また朝食、夕食は、全部食べた割合が高く、給食の満足度も有意に高い結果となった。朝食は、親と一緒に食べる割合が高かった。Bグループは、食べ物の好き嫌いがたくさんあり、嫌いな物があった時は、注意されて

表 3 児童の食事に対する意識・態度 (家の食事の満足度別) (%)

		満 足 グループ (A) (n=405)	不 満 足 グループ (B) (n=23)	χ^2 検定
手伝いの程度	よくする	18.4	4.3	**
	時々する	74.7	78.2	
	しない	6.9	17.4	
食事 (朝食) を ともにする人	親と一緒に	72.4	56.5	***
	子どもだけ	16.5	13.0	
	1人	6.4	30.4	
	無回答	4.7	0	
食べ物の好き嫌 いの程度	たくさんある	16.0	43.5	***
	少しある	66.7	52.2	
	ない	16.5	4.3	
	無回答	0.7	0	
嫌いな物があっ た時の態度： 家の食事	残さず食べる・食べるよう努 力する	67.4	30.4	***
	注意されたら食べる	16.1	13.0	
	注意されても食べない	5.4	26.1	
	食べられない	12.6	26.1	
	無回答	0	4.4	
夕食の食べ方	全部食べた	83.2	56.5	***
	残した	16.1	43.5	
	無回答	0.7	0	
朝食の食べ方	全部食べた	78.3	47.8	***
	残した	20.7	47.8	
	無回答	1.0	4.4	
給食の満足度	満足・満足するほうが多い	85.3	69.6	*
	不満足・不満足なほうが多い	14.6	30.4	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

も食べない・食べられない割合が高かった。また朝食、夕食を約半数が残り、朝食は1人で食べる割合が高かった。

(2) 給食
給食に“満足・満足するほうが多い”と回答したものを満足グループ（以下、Cグループ）とし、“不満足・不満足なほうが多い”と回答したものを不満足グループ（以下、Dグループ）とした。
グループ別に他の項目との関係で有意差が認められたものを表4に示した。

Cグループは、給食を一番楽しいと感じている割合

が高かった。また、嫌いな物があっても残さず食べる・食べるよう努力する割合が高かった。Dグループは、一番楽しいと感じている食事が夕食と外食に偏っていた。また、食べ物の好き嫌いがたくさんあり、嫌いな物があつた時は食べられない割合が高く、給食は食べ残した割合が高くなっていた。

(3) 食事の満足・不満足の理由

家の食事の満足・不満足の理由は図2に、給食の満足・不満足の理由は図3に示した。
家の食事、給食ともに満足の理由で割合が高かったのは、好きな物の時・おいしい時であり、不満足の理由で割合が高かったのは、嫌いな物の時・おいしくない時であった。
更に、満足・不満足の理由は表裏の関係に設定してあるため、単にどちらかの理由の割合が高いというだけでなく、両理由ともその割合が高いものは、そのグループの最も重要な理由とみることができる。

家の食事の場合は、Aグループは、家族揃って食べるかどうかと手伝いをしたかどうかになる。Bグループは、好きな物か嫌いな物かとおかずがいろいろあるか少ないかになる。

給食の場合は、Cグループは、お腹いっぱい食べたか足りなかったか、おかずがいろいろあるか少ないか、友だちみんなと食べるかどうかになり、Dグループの理由は特になかった。

以上から、食事に満足しているグループ（A、C）は、食べることに付随する人とかかわりが理由としてみられたが、不満足なグループ（B、D）は、食事内容に対する理由が主なものであった。

3. 母親の意識・態度

(1) 食事に対する意識・態度

いつもの食事に“満足・満足なほうが多い”と回答した360人（83.9%）を満足グループ（以下、Eグループ

表 4 児童の食事に対する意識・態度（給食の満足度別）（%）

		満 足 グループ (C) (n=361)	不 満 足 グループ (D) (n=66)	χ ² 検定
一番楽しいと感じる食事 (複数回答)	朝食	7.5	3.2	**
	給食	27.7	7.6	
	夕食	51.5	50.0	
	学校や家以外での食事	31.9	47.0	
食べ物の好き嫌いの程度	たくさんある	15.0	31.8	*
	少しある	67.6	57.6	
	ない	16.9	9.1	
	無回答	0.5	1.5	
嫌いな物があつた時の態度：(給食)	残さず食べる・食べるよう努力する	77.3	36.4	***
	注意されたら食べる	6.1	9.1	
	注意されても食べない	2.8	6.1	
	食べられない	12.5	40.9	
	無回答	1.4	7.6	
給食の食べ方	全部食べた	62.9	50.0	*
	残した	28.0	47.0	
	無回答	9.1	3.0	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

図2 児童の家の食事に対する満足、不満足の原因

図3 児童の給食に対する満足、不満足の原因

図4 母親の食事に対する満足、不満足の原因

ブ)とし、“不満足・不満足なほうが多い”と回答した48人(11.2%)を不満足グループ(以下、Fグループ)とした。

グループ別に他の項目との関係で有意差が認められたのは、朝夕の食事づくりの時間だけであった(朝食 $p < 0.05$, 夕食 $p < 0.05$)。朝夕とも食事に満足している母親(Eグループ)は、食事づくりに時間をかけている割合が高かった。

グループ別の満足・不満足の理由を図4に示した。両グループとも満足の理由で割合が高かったのは、家族がおいしいと食べてくれた時で、不満足の理由で割合が高かったのは、Eグループでは食べ残しがでた時、Fグループでは手づくりでない物が多い時であった。

更に満足・不満足の両理由とも割合が高かったのは、Eグループは、思いどおりにできたかどうか、新しい料理を取り入れられたかどうか、家族がおいしいと言って残さず食べてくれたかどうか、食事中に会話が盛り上がったかどうかということであった。

Fグループは、家族が揃ったかどうかだけであった。

また、有意差は認められなかったが、夕食を家族全員で食べる割合は、Eグループの45.8%に対してFグループは24.5%と少なかった。

(2) 子どもへの意識・態度

子どもへの意識や態度と他の項目との関係で有意差が認められたものを表5に示した。

手伝いを週3日以上期待している母親は、子どもの嫌いな物を献立に考える時、切り方や調理法を工夫する割合が高かった。手伝いを何もしなくていいという母親は、工夫する態度と好き嫌いは考えない態度に分かれていた。

表 5 母親の食事に対する意識・態度（子どもへの意識・態度別）

（％）

		手伝いの期待度				χ^2 検定
		週3日以上 (n=90)	週1～2日 (n=95)	忙しい 時だけ (n=84)	何もしな くてもいい (n=24)	
献立に子どもの嫌いな物を 考える時の態度 (複数回答)	つくらないようにしている	1.1	0	1.6	4.2	*
	切り方, 調理法を工夫する	71.1	57.9	50.5	50.0	
	分量を少なくする	25.6	29.5	28.8	12.5	
	好き嫌いは考えない	24.4	34.7	34.8	45.8	
		子どもが嫌いな物を食べ残した時の態度				
		強制する (n=38)	勧める (n=352)	何もい わない (n=23)	その他 (n=15)	
給食についての会話の程度	よくある	26.3	27.6	4.3	6.7	***
	時々ある	63.2	67.6	87.0	86.7	
	あまりない	10.5	4.8	8.7	6.7	
		給食についての会話の程度				
		よくある (n=109)	時々ある (n=292)	あまりない (n=24)		
献立をたてる時の留意点 (3つまで選択)	栄養のバランス	96.3	90.7	87.5	***	
	自分の好み	2.8	6.2	12.5		
	夫, 子どもの好み	61.5	59.2	25.0		
	経済性	39.4	47.6	16.7		
	料理数, いろいろ	55.0	42.1	54.2		
	簡単にできる物	20.2	21.2	37.5		
	その他	7.3	2.4	12.5		
食事(夕食)づくりにかけ る時間	60分未満	24.8	27.4	45.8	*	
	60分以上	70.6	68.2	50.0		
	無回答	4.6	4.5	4.2		
手伝いへの期待度	週3日以上	23.9	19.5	20.8	**	
	週1～2日	22.9	23.6	4.2		
	忙しい時だけ	38.5	43.8	58.3		
	何もしなくていい	5.5	5.1	12.5		
	無回答	9.2	7.9	4.2		
献立に子どもの嫌いな物を 考える時の態度 (複数回答)	つくらないようにしている	2.8	0.7	0	*	
	切り方, 調理法を工夫する	68.8	54.5	41.7		
	分量を少なくする	31.2	25.0	29.2		
	好き嫌いは考えない	29.4	33.2	54.2		
子どもと一緒に食事をしな い理由	仕事, 買物等で外出	15.6	13.4	37.5	***	
	炊事	25.7	23.3	16.7		
	テレビ, 新聞等をみている	0	1.4	4.2		
	寝ている	0.9	0.7	4.2		
	しない時はない	45.9	51.7	16.7		
	その他	11.9	7.2	16.7		
	無回答	0	2.4	4.2		

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

表 6 母親の意識・態度：子どもの意識・態度別 (％)

		子どもの家の食事の満足度			χ ² 検定
		満 足 グループ (A) (n=405)	不 満 足 グループ (B) (n=23)		
＜母親の意識・態度＞					
献立に子どもの嫌いな物を 考える時の態度 (複数回答)	つくらないようにしている	1.0		4.4	***
	切り方、調理法を工夫して いる	58.8		26.1	
	分量を少なくしている	24.7		56.5	
	好き嫌いはあまり考えない	33.1		26.1	
食事（夕食）づくりにかけ る時間	60分未満	26.7		43.5	*
	60分以上	68.1		56.5	
	無回答	5.2		0	
子どもの手伝いの程度					
		よくする (n=72)	時々する (n=321)	しない (n=32)	
手伝いへの期待度	週3日以上	33.3	19.6	9.4	***
	週1～2回	27.8	20.9	18.8	
	忙しい時だけ	29.2	46.4	37.5	
	何もしなくていい	4.2	3.7	28.1	
	無回答	5.6	9.4	6.3	
子どもの食べ物の好き嫌い					
		たくさんある (n=76)	少しある (n=282)	ない (n=68)	
献立に子どもの嫌いな物を 考える時の態度 (複数回答)	つくらないようにしている	2.6	1.1	0	***
	切り方、調理法を工夫して いる	69.7	56.4	44.1	
	分量を少なくしている	34.2	26.9	17.6	
	好き嫌いはあまり考えない	19.7	32.6	50.0	

* $p < 0.05$, *** $p < 0.001$

子どもが嫌いな物を食べ残した時、食べることを強制する・勧める母親は、給食についての会話をよくする割合が高かった。

給食について会話をよくする・時々する母親の献立をたてる時の留意点は、栄養のバランス・夫や子どもの好みであり、夕食づくりに時間をかけ、子どもの嫌いな物は切り方や調理法を工夫していた。また、手伝いの期待もし、子どもと一緒に食事をしない時はない割合が高かった。

会話をあまりしない母親は、栄養のバランス・料理数やいろいろは重視しているが、自分の好みや簡単にできる物の割合も高くなっていった。また、夕食づくりにあまり時間をかけず、献立に子どもの嫌いな物を考える時の態度は、手伝いを期待しない母親と同じであった。手伝いの期待は、忙しい時だけの割合が高く、子どもと一緒に食事ができない理由は、外出している時の割合が高かった。

4. 母子間の対応

(1) 子どもの食事に対する意識・態度からみた母親の特徴

子どもの意識・態度と母親の意識・態度との関係で有意差が認められたものを表6に示した。

家の食事に満足している子どもの母親は、献立に子どもの嫌いな物を考える時に切り方や調理法を工夫し、

表 7 子どもの意識・態度：母親の意識・態度別 (%)

＜子どもの意識・態度＞		献立に子どもの嫌いな物を考 える時の母親の意識・態度			χ ² 検定	
		工夫する (n=245)	つ く ら な い・ 分 量 を 少 な く す る (n=119)	考 え な い (n=142)		
家の食事の満足度	満足・満足するほうが多い	97.1	87.4	94.4	*	
	不満足・不満足なほうが多い	2.5	11.8	5.6		
	無回答	0.4	0.8	0		
食べ物の好き嫌いの程度	たくさんある	21.6	22.8	10.6	*	
	少しある	64.9	66.7	64.8		
	ない	12.2	10.5	23.9		
	無回答	1.2	0	0.7		
子どもが嫌いな物を食べ残し た時の母親の意識・態度						
		強制する (n=38)	勧める (n=352)	何もい わ な い (n=23)	その他 (n=15)	
家の食事の満足度	満足・満足するほうが多い	100.0	94.3	87.0	100.0	***
	不満足・不満足なほうが多い	0	5.7	13.0	0	
食べ物の好き嫌いの程度	たくさんある	18.4	16.8	39.1	13.3	***
	少しある	52.6	68.5	39.1	66.7	
	ない	28.9	13.9	21.7	20.0	
	無回答	0	0.8	0	0	
嫌いな物があつた時の態度 ：家の食事	残さず食べる・食べるよう 努力する	68.4	63.1	61.0	66.7	**
	注意されたら食べる	18.4	16.8	4.3	13.3	
	注意されても食べない	5.3	7.1	4.3	0	
	食べられない	7.9	13.1	30.4	20.0	
嫌いな物があつた時の態度 ：給食	残さず食べる・食べるよう 努力する	78.9	69.6	73.9	73.3	**
	注意されたら食べる	7.9	7.1	0	0	
	注意されても食べない	0	3.7	0	0	
	食べられない	13.2	15.9	30.4	20.0	
	無回答		3.4		6.7	
夕食の食べ方	全部食べた	78.9	81.0	78.3	100.0	***
	残した	15.8	18.2	21.7	0	
	無回答	5.3	0.8	0	0	
給食の食べ方	全部食べた	76.3	59.9	52.2	80.0	***
	残した	21.1	29.8	39.1	13.3	
	無回答	2.6	10.2	8.7	6.7	
朝食の食べ方	全部食べた	92.1	75.0	69.6	93.3	***
	残した	5.3	20.5	30.4	6.7	
	無回答	2.6	4.5	0	0	

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

夕食づくりに時間をかけていた。

手伝いをよくする子どもの母親は、週3日以上手伝いを期待する割合が高く、手伝いをしない子どもの母親は、何もしなくていいという割合が高かった。

食べ物の好き嫌いがたくさんある子どもの母親は、献立に子どもの嫌いな物を考える時に切り方や調理法を工夫している割合が高く、好き嫌いのない子どもの母親は、好き嫌いはあまり考えない、切り方や調理法を工夫しているに分かれていた。

(2) 母親の食事に対する意識・態度からみた子どもの特徴

母親の意識・態度と子どもの意識・態度との関係で有意差が認められたものを表7に示した。

献立に子どもの嫌いな物を考える時に切り方や調理法を工夫する母親の子どもは、家の食事の満足度が高かった。

嫌いな物はつくらない・分量を少なくする母親の子どもは、家の食事の満足度が低かった。

好き嫌いは考えない母親の子どもは、家の食事の満足度は高く、食べ物の好き嫌いが少なかった。

子どもが嫌いな物を食べ残した時、食べることを強制する母親の子どもは、家の食事の満足度が高く、嫌いな物があった時には家でも給食でも残さず食べるように努力し、食事は全部食べた割合が高かった。

子どもが嫌いな物を食べ残した時、何もいわない母親の子どもは、家の食事の満足度が低く、食べ物の好き嫌いがあり、嫌いな物があった時には家でも給食でも食べられず、食事も残した割合が高くなっていた。

考 察

1. 全体的傾向

手伝いは、学年別には特に差は認められなかったが、女子によくする割合が有意に高く、国際比較調査³⁾の結果と一致していた。更に、女子の母親に手伝いの期待度が高い結果と合わせて考えると、女子は男子より母親に手伝いを期待され、要求されていると考えられる。

朝食・給食の食べ方については男女間に差がみられ、どちらも女子に残した割合が高かった。給食の食べ方については斎藤⁴⁾の調査でも男女間に差があり、同様な結果であった。

学年別には、嫌いな物に対する家での態度は、学年が進むにつれて残さず食べる積極性が高くなっていたが、給食に対する満足度や楽しさは逆に低下していた。このことは、給食は慣れることによって新鮮さや期待が欠けてしまう部分があるのではないかと考えられる。

2. 児童の食事に対する意識・態度

家の食事に満足しているグループの意識・態度から、家の食事の満足度を高めるものは、食事内容の他に食卓をとともにする人の存在や食事をつくる人との関係をもつことであった。

不満足なグループは、満足度の要因も食事内容に対するものであり、食事を通した親とのコミュニケーションの場が少なく、食事に対して消極的であった。

食事づくりに参加することは、家族とのコミュニケーションが密になり、食卓によい人間関係があり、食卓に並ぶ料理に興味をもつようになる。それ故に、食べ物の好き嫌いも少なく、嫌いな物に対しても食べてみようという積極性がみられる⁵⁾のではないかと考えられる。

手伝いは、家庭内での基本的な生活体験であり、文化の伝承をも担っているはずである。中でも食事づくりの手伝いは、親と子の具体的かつ実際共同活動であることから、親子のコミュニケーションが存在する重要

な行動である。従って、食事づくりに参加することは食事の満足度を高める要因の1つとなっていると考える。

給食に満足しているグループの意識・態度から、給食の満足度を高めるものは満腹感や食事内容、そして友達みんなと一緒に食べることであった。不満足なグループは、満足、不満足に対する特徴的な要因はみられず、食事に対して消極的であった。

給食では、食事をつくる人との関係をもつことができる給食当番は、満足度を高める要因にはなり得なかった。

給食は、提供された食事内容が満足されるものであることはもちろんであるが、更に食事をつくる人とのコミュニケーションが存在することによって、よりよい人間関係の育成の場となり、満足度も高められると考える。

既に足立⁶⁾の研究では、高齢者に関するものではあるが、食事の満足度はその食卓を囲む人に深いかかわりがあり、精神的な要因によっても大きく影響されていると指摘している。

3. 母親の食事に対する意識・態度

母親の食事の満足度や満足・不満足の理由から、食事の満足度を高めるものは、ゆとりをもってつくった料理を、会話のある食卓で、家族においしいといって食べてもらうことであった。食事づくりに積極的に取り組む態度は、家族との関係によって生まれると考えられる。

食事づくりにかける時間については、就業形態との関係も考えられるが、本調査ではその関係は特に認められなかった。

次に、子どもへの意識・態度からは、母親の食事づくりの積極性と子どもに接する態度の親密度が明らかになった。

子どもへの手伝いの期待度が高く、給食についての話をよくする母親は、食事に対して積極的⁷⁾で、子どもとのコミュニケーションを重視し、子どもと深くかかわっていた。

手伝いを期待せず、給食についての話もありしない母親は、食事づくりに時間はかけず、忙しい時だけ子どもの手を借りるのみで、食事を通した子どもとのかかわりが少なかった。

4. 母子間の対応

(1) 子どもの意識・態度からみた母親の特徴

家の食事に満足している子どもの母親は、献立に子どもの嫌いな物を考える時に工夫をし、夕食づくりに時間をかけていたが、不満足な子どもの母親はこの逆であった。

子どもが家の食事に不満足な原因は、食事づくりにかける時間と就業形態との間に有意な関係が認められなかったことから、母親が忙しく食事づくりにかける時間がないためとはいえない。

食事づくりにかける時間は、家族のためにどれだけの時間をかけられるか、またかけようとしているかということで、家族関係を反映しているとみることができる。

手伝いをよくする子どもの母親は、子どもに手伝いを期待していた。手伝いを子どもに課することのできる親は、子どもとのコミュニケーションもとりにやすく⁸⁾、親密な親子関係をつくっている⁹⁾と考えられる。

食べ物の好き嫌いがたくさんある子どもの母親は、献立に子どもの嫌いな物を考える時に工夫をしていた。これは、今まで述べてきたことと一見矛盾しているようであるが、以下のように考えられる。好き嫌いがたくさんあるのは、食事に不満足なグループの特徴であり、献立に子どもの嫌いな物を考える時に切り方や調理法を工夫するのは、食事に対して積極的で、子どもとのかかわりが深い母親の特徴であった。しかし、献立に子

どもの嫌いな物を考える時に工夫する態度は、食事を通して子どもとコミュニケーションが不足している母親にもみられた（表5）。従って、子どもの食べ物に対する好き嫌いの意識や態度は、母親の工夫する態度だけでは働きかけ方が一方的であるということである。

母親が食事づくりに対する積極性をもつとともに、子どもとのコミュニケーションがとりやすい関係をもつことが重要であることが示唆された。

(2) 母親の意識・態度からみた子どもの特徴

献立に子どもの嫌いな物を考える時に工夫する母親の子どもは、満足度は高いが好き嫌いがあった。これは、子どもの意識や態度からみた母親の特徴（表6）と一致していた。

子どもが嫌いな物を食べ残した時、何もいわない母親の子どもの態度には、母親の食事に対する消極的な態度とコミュニケーション不足が反映されていた。

また、食べ残した時に食べることを強制する母親の子どもは、家の食事に満足し、嫌いな物も残さず食べるという意識や態度がみられた。ここでの強制は、母親の子どもへの意識・態度の結果と合わせて考えると、子どもの拒否反応につながる母親の一方的なものではなく、母親の食事に対する積極的な態度に含まれ、子どもとのコミュニケーションの程度と解釈できる¹⁰⁾。

子どもの食事に対する意識・態度は、母親が食事に対して積極的な態度をとり、食生活の中で子どもに接し、コミュニケーションをとることによって違ってくるということである。

以上のことから、母親の食事に対する積極的な意識や子どもと密接な関係をもっている態度は、母親及び子どもの食事に対する意識・態度の相互関係から明らかになった。そして、そのような母親の態度は、子どもに受容され、食事の満足度や好き嫌いへの態度など、子どもの好ましい食事態度の形成と関係していることが分かった。従って、食事の場は、子どもの身体的栄養の摂取の場であるだけでなく、食事に対する意識や態度が親子相互に養われる場であり、親と子がよい人間関係を継続していく重要な場となっていることが分かる。すなわち、食生活においては、子どもを通してみた親の意識・態度と、親を通してみた子どもの意識・態度の双方からの検討が重要であることが分かった。

要 約

母子を組（429）にして児童及び母親の食事に対する意識や態度を調査した結果、次のことが明らかになった。

1) 児童の家の食事と給食の満足、不満足の主な要因は、食事の内容と食卓を囲む人間関係や食事をつくる人とのコミュニケーションの問題であることが明らかにされた。家族や友だちと一緒に食べることや食事づくりの手伝いは、満足度を高める要因である。ただし給食当番は、家庭での手伝いほど満足度に影響を与えていなかった。

2) 食事に満足している母親は、家族と密なコミュニケーションがあり、食事づくりにかける時間が長い。

3) 子どもの意識や態度を通しての母親の意識や態度の観察では、次の3点に違いがみられた。

- ① 家の食事に満足している子どもの母親は、献立に子どもの嫌いな物を考える時に工夫をし、食事づくりに時間をかけていた。
- ② 手伝いをよくする子どもの母親は、手伝いの期待が高かった。
- ③ 食べ物の好き嫌いが少ない子どもの母親は、献立に子どもの嫌いな物を考える時に、好き嫌いは考え

ないと工夫していると分かれた。好き嫌いを考えない母親は、家族とのコミュニケーションが親密であり、互いの期待に応えようとする態度がうかがわれた。

4) 母親の意識・態度を通しての子どもの意識・態度の観察では、子どもの嫌いな物に対する態度にのみ違いがみられた。子どもが嫌いな物を食べ残した時に何もいわない母親の子どもは、家の食事に不満足で好き嫌いがあり、食事も残す。このような母親の子どもに対する消極的な態度とコミュニケーション不足が、子どもの食事に対する意識や態度に反映されていた。

*

終わりに、本調査を行うに当たり、多大なご協力を賜りました調査対象校の校長先生をはじめ、諸先生方、子ども達、そしてお母様方に深く感謝申し上げます。

文 献

- 1) 二木 武, 庄司順一, 川井 尚, 恒次欽也, 野尻 恵, 尾崎真理子, 斎藤幸子, 水野清子: 摂食の心理・行動学的研究 (1), 日本総合愛育研究所紀要第24集, pp.197~209 (1988)
- 2) 渋谷信治, 高木俊一郎: 一般学童の食事習慣としつけ, 小児の精神と神経, **25** (3), 242~246 (1985)
- 3) 総理府青少年対策本部編: 国際比較, 日本の子供と母親, 国際児童年記念調査最終報告書, pp. 8 ~ 9 (1981)
- 4) 斎藤禮子: 学校給食の単独校, センター方式別にみた意識調査 (第1報), 栄養学雑誌, **41**, 31~41 (1983)
- 5) 熊沢昭子, 東 愛子, 松下ツイ子, 三石禮子, 佐藤加代子, 青樹久恵, 五十嵐益恵, 小川安子, 加藤栄子, 北川公子, 斎藤禮子, 篠田美恵子, 下川千代子, 関口紀子, 副島敏子, 中島 茂, 中野典子, 永野久子, 錦 萬代, 原田まつ子: 嗜好の行動科学的研究 (第6報), 栄養学雑誌, **44**, 317~336 (1986)
- 6) 足立蓉子: 高齢者における食事満足度に及ぼす要因, 栄養学雑誌, **46**, 273~287 (1988)
- 7) 山田重行, 西原信彦: 小学生における家庭での会話の有無と健康及び食事との関係, 保健の科学, **32**, 59~61 (1990)
- 8) 奥村晶子, 津村直子, 田中豪一: 親子関係について—アンケート調査の分析その1—, 北海道教育大学紀要, **37**, 167~182 (1986)
- 9) 奥村晶子, 津村直子, 田中豪一: 親子関係について—アンケート調査の分析その2—, 北海道教育大学紀要, **37** (2), 181~198 (1987)
- 10) 新福祐子, 中川兆子: 児童・生徒の家庭生活への関わり方と家庭教育, 大阪教育大学紀要第Ⅱ部門, **35** (1), 1~29 (1986)

(受付: 平成4年6月9日)