

食事としつけに関するアンケート2009

幼児・小学生の保護者を対象に

◆調査概要・サンプルの基本属性

調査テーマ：幼児・小学生がいる家庭の食事、しつけ、食体験の実態
 調査対象：4～6歳の未就学児と小学1～6年生の子どもをもつ母親2,781名
 調査方法：インターネット調査
 調査時期：2009年3月下旬

サンプリングの手順

約83万人のモニター母集団のうち子どもを持つ既婚者（20歳～59歳）9万名に対して予備調査を実施。このうち1996年度～2004年度生まれの子どもを持つ母親にアンケートの協力を依頼。各年度生まれの子どもを持つ母親それぞれ309名のサンプルが集まった時点で調査を終了した。

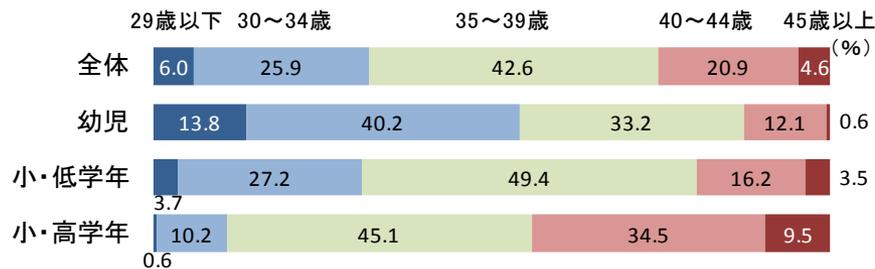
※回答者に子どもが複数名いる場合には、第一子についての回答を求めた。

※母親の職業について、常勤：パート・アルバイト：専業主婦の割合が1：1：1になるように抽出を行った。

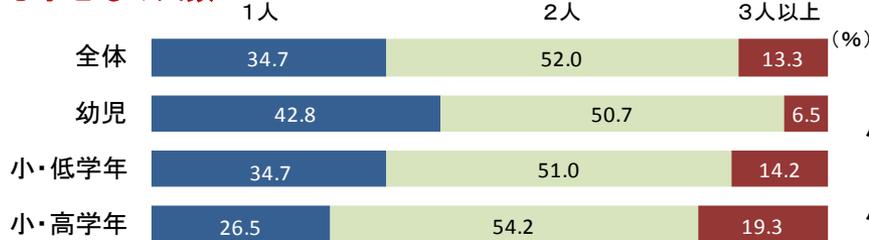
※常勤には、「公務員」「会社員」「役員・経営者」「自営業」「自由業」が含まれている。

サンプルの基本属性

●母親の年齢



●子どもの人数



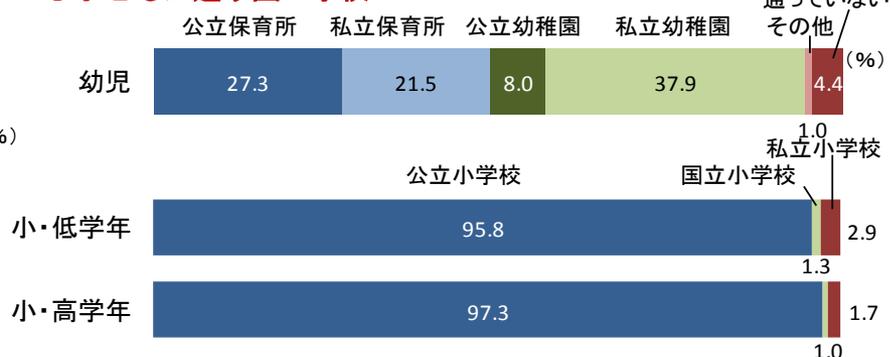
●子どもの性別



●回答者の居住地域



●子どもが通う園・学校

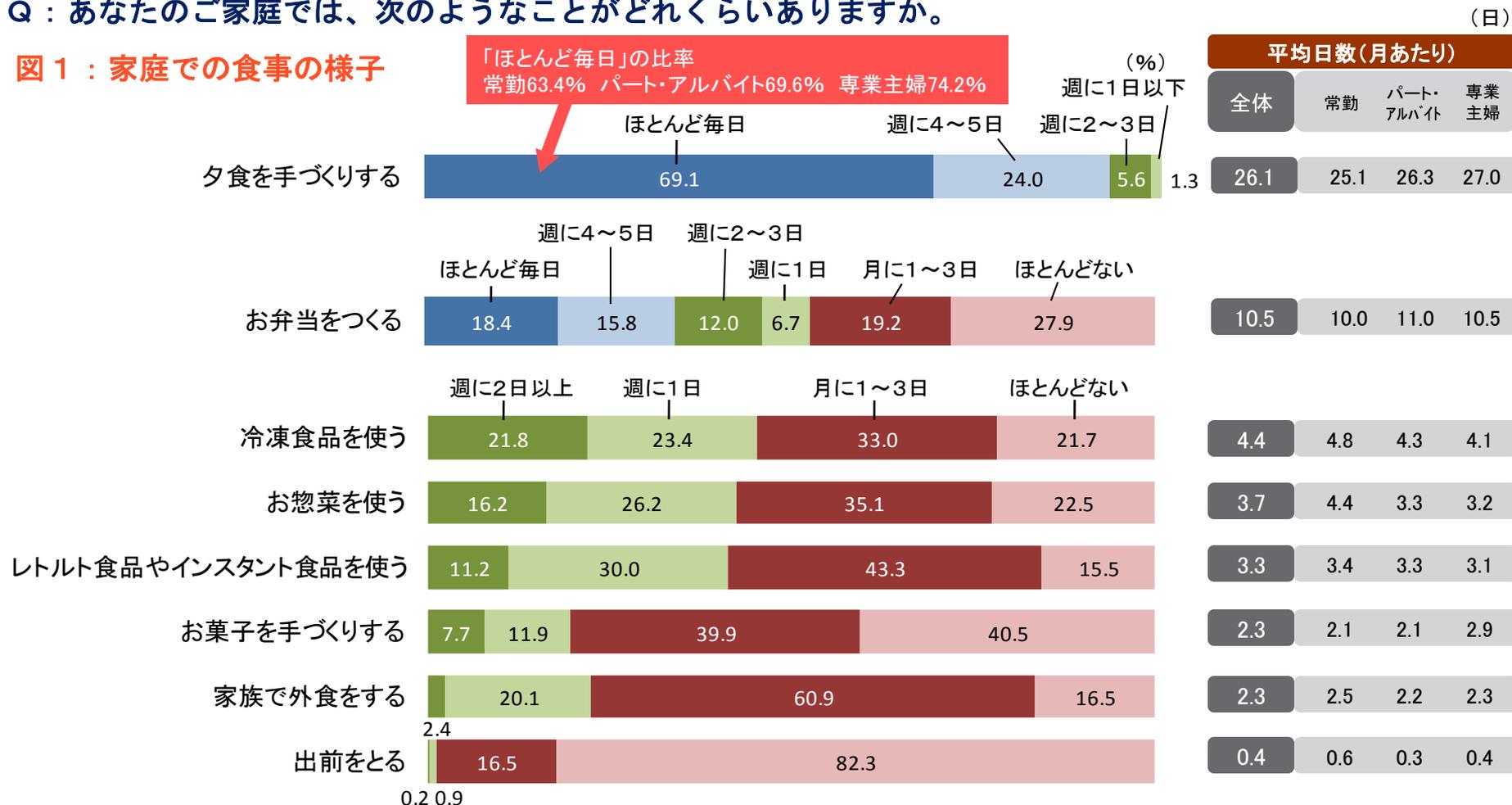


※以下では、4～6歳の未就学児を「幼児」、小学1～3年生を「小・低学年」、小学4～6年生を「小・高学年」と表記する。

◆冷凍食品や惣菜の利用は週1日程度が平均的

Q：あなたのご家庭では、次のようなことがどれくらいありますか。

図1：家庭での食事の様子



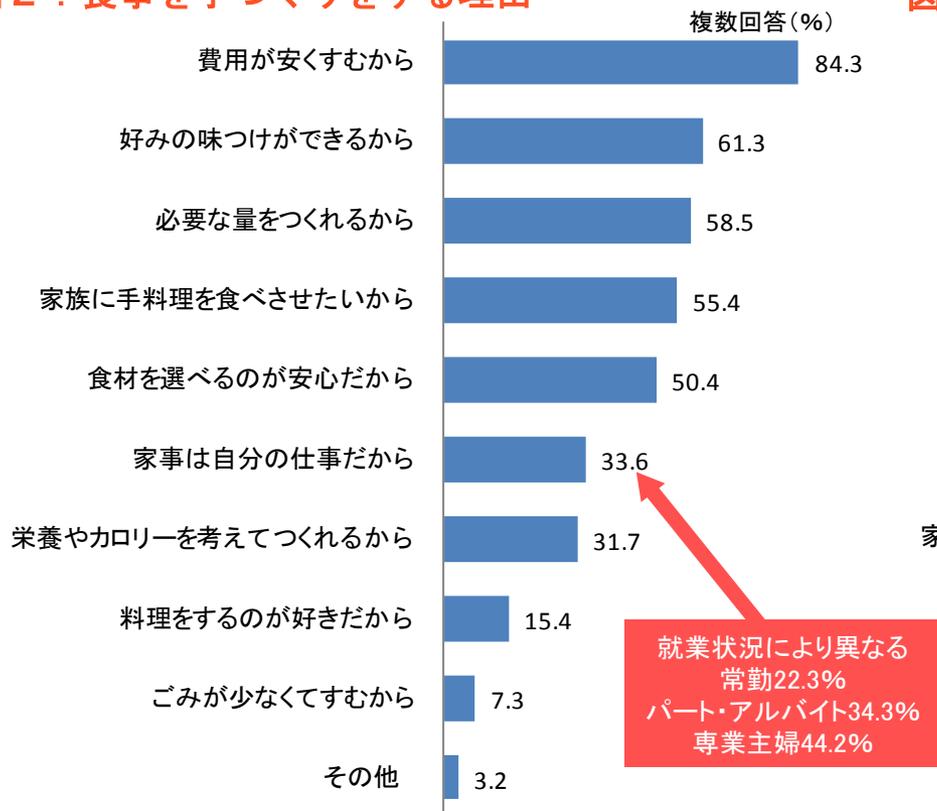
注) 平均日数(月あたり)は、「ほとんど毎日」を30日、「週に4~5日」を20日、「週に2~3日」を10日、「週に1日」を4日、「月に1~3日」を2日、「ほとんどない」を0日と置き換えて平均値を算出した。

「夕食を手づくりする」は7割が「ほとんど毎日」を選択している。これに対して「お弁当をつくる」は、「ほとんど毎日」から「ほとんどない」まで回答が分かれた。「冷凍食品を使う」「お惣菜を使う」「レトルト食品やインスタント食品を使う」は、「週に1日」を超える回答が4割程度である。これら**中食の平均日数は、それぞれ週に1日程度というのが平均的**なようだ。

◆手づくりをする理由の第1位は「費用が安い」

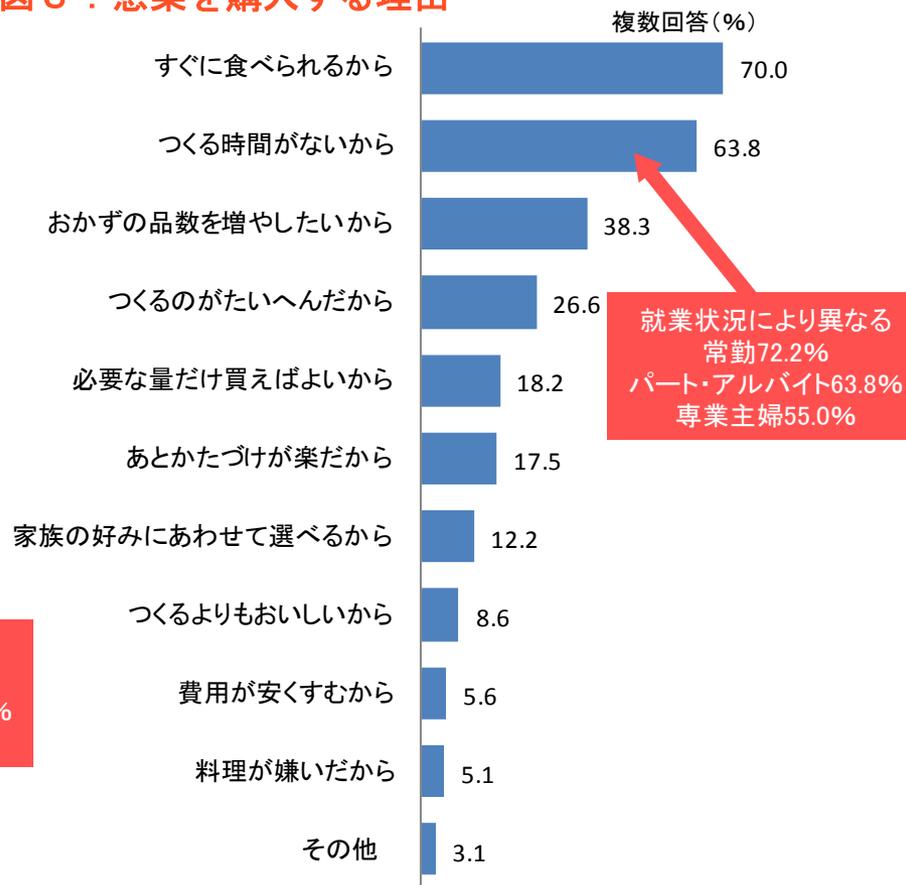
Q：食事を手づくりするのはなぜですか／お惣菜を購入するのはなぜですか。

図2：食事を手づくりをする理由



注)夕食を手づくりするかどうかの質問で、「ほとんどない」と回答した者(3名)は分析から除外した。母数は2,778名である。

図3：惣菜を購入する理由



注)お惣菜を使うかどうかの質問で、「ほとんどない」と回答した者(625名)は分析から除外した。母数は2,156名である。

食事を手づくりする理由の第1位は「費用が安くすむ」。「好みの味つけができる」「必要な量をつくれる」という利点が続き、「手料理を食べさせたい」という思いも半数以上の母親が抱いている。惣菜を購入する理由の第1位は「すぐに食べられる」で、第2位が「つくる時間がない」である。**時間がないなかですぐに食べられるという手軽さが惣菜の魅力**のようだ。

◆食品選びで気にするのは「新鮮さ」「ねだん」「味」

Q：食材（生鮮食品）／加工食品を選ぶときに、次のようなことを気にしていますか。

図4：食材選びで気にしていること

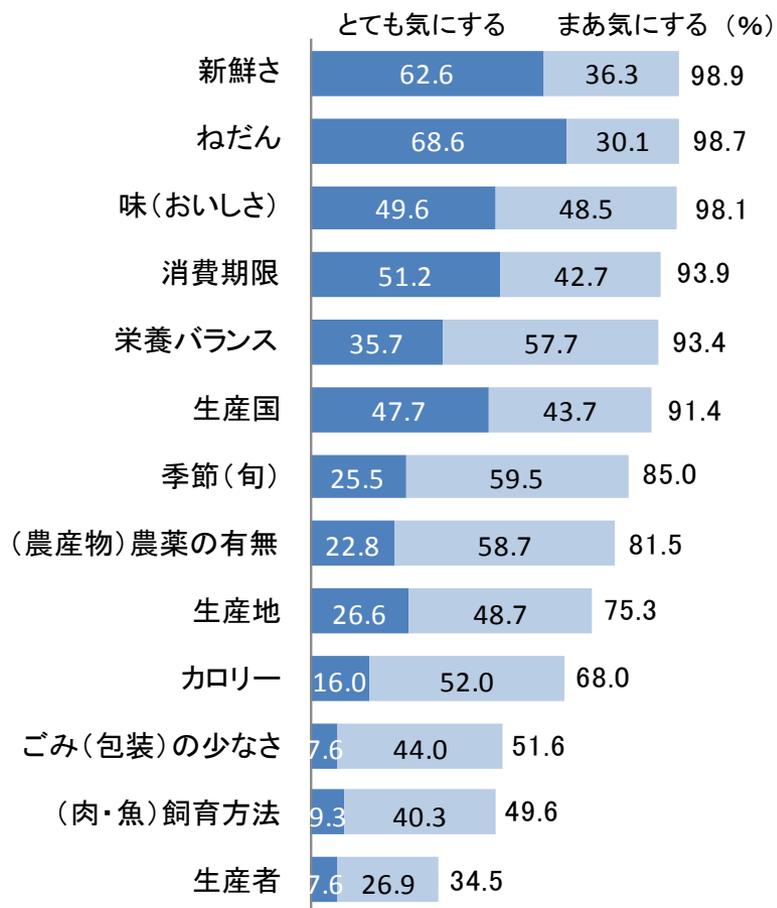
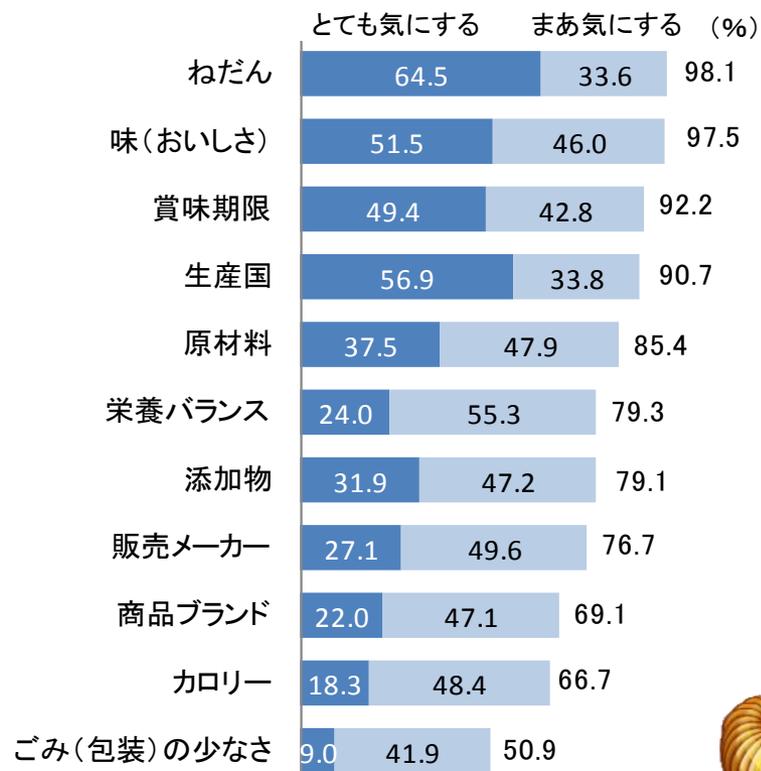


図5：加工食品選びで気にしていること



ほとんどの項目で半数以上が「気にする」と回答しており、**多くがさまざまなことに気を配りながら食品選びをしている**。そのなかでも、「新鮮さ」「ねだん」「味(おいしさ)」は、ほとんど(98~99%)の母親が気にしている。「消費期限」「賞味期限」や「生産国」も、「気にする」は9割を超えた。これに対して、「ごみ(包装)の少なさ」は、相対的に「気にする」割合が低めだった。

◆「毎日のメニュー」が8割の母親の悩み

Q: 次のようなことは、あなたにどれくらいあてはまりますか。

図6: 食事できていること

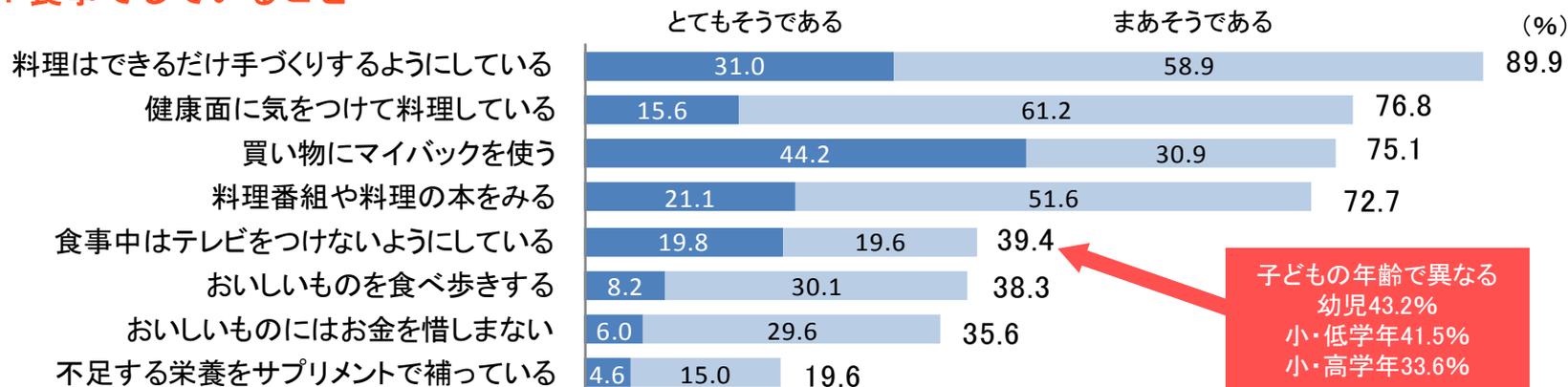
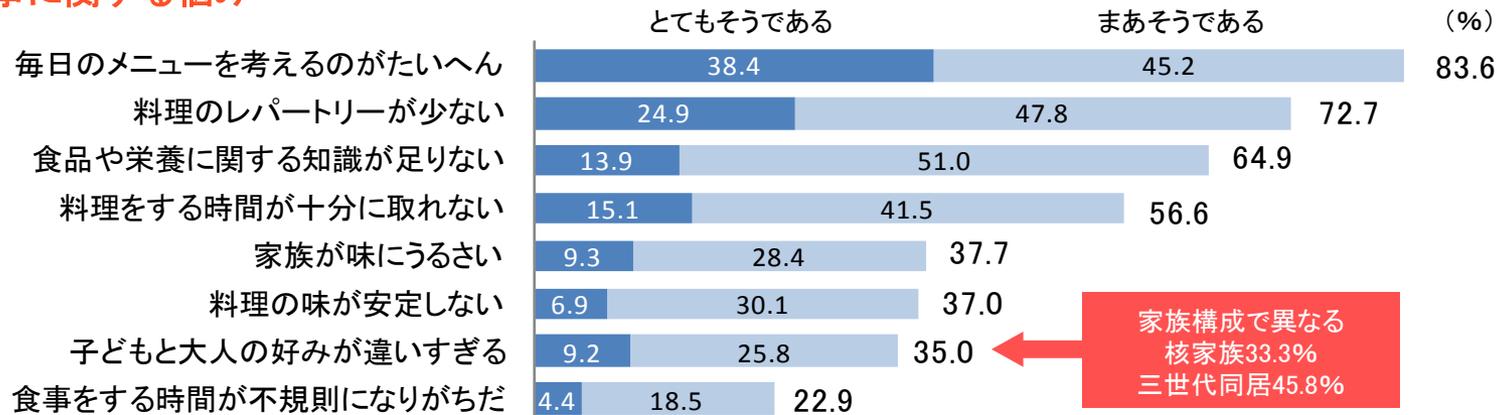


図7: 食事に関する悩み



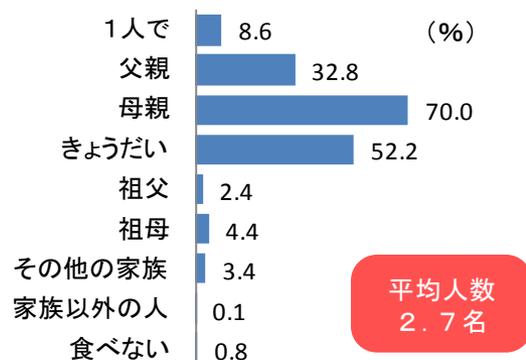
4人に3人の割合で「健康面に気をつけて料理している」を肯定し、「買い物にマイバック」も実践していて、食や環境に対する意識は高いことがわかる。食事に関する悩みをみると、8割強が「毎日のメニューを考えるのがたいへん」と回答し、「料理のレパートリーが少ない」も7割を超える。少ないレパートリーのなかから毎日の献立を考えるのが負担になっているようだ。

◆食卓の人数は3～4名くらい

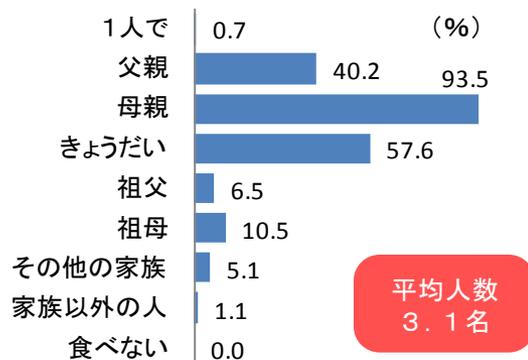
Q：お子様は、だれといっしょに食事をすることが多いですか。

図8：いっしょに食事をする人

①平日の朝食



②平日の夕食

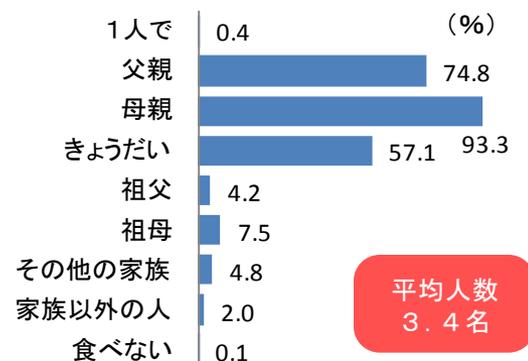


注)「1人で」「食べない」を選択した人以外は、複数回答。平均人数には、子ども本人を含んでいる。「きょうだい」「祖父」「祖母」「その他の家族」「家族以外の人」に回答があった場合、該当の人が複数名いる可能性もあるが、ここでは1名と仮定して平均値を算出した。「食べない」という回答の者は、平均人数算出の母数に含めていない。

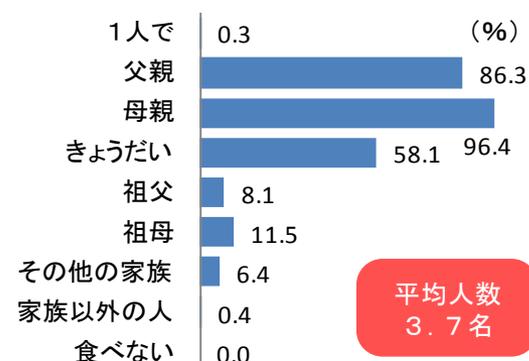
③休日の朝食



④休日の昼食



⑤休日の夕食

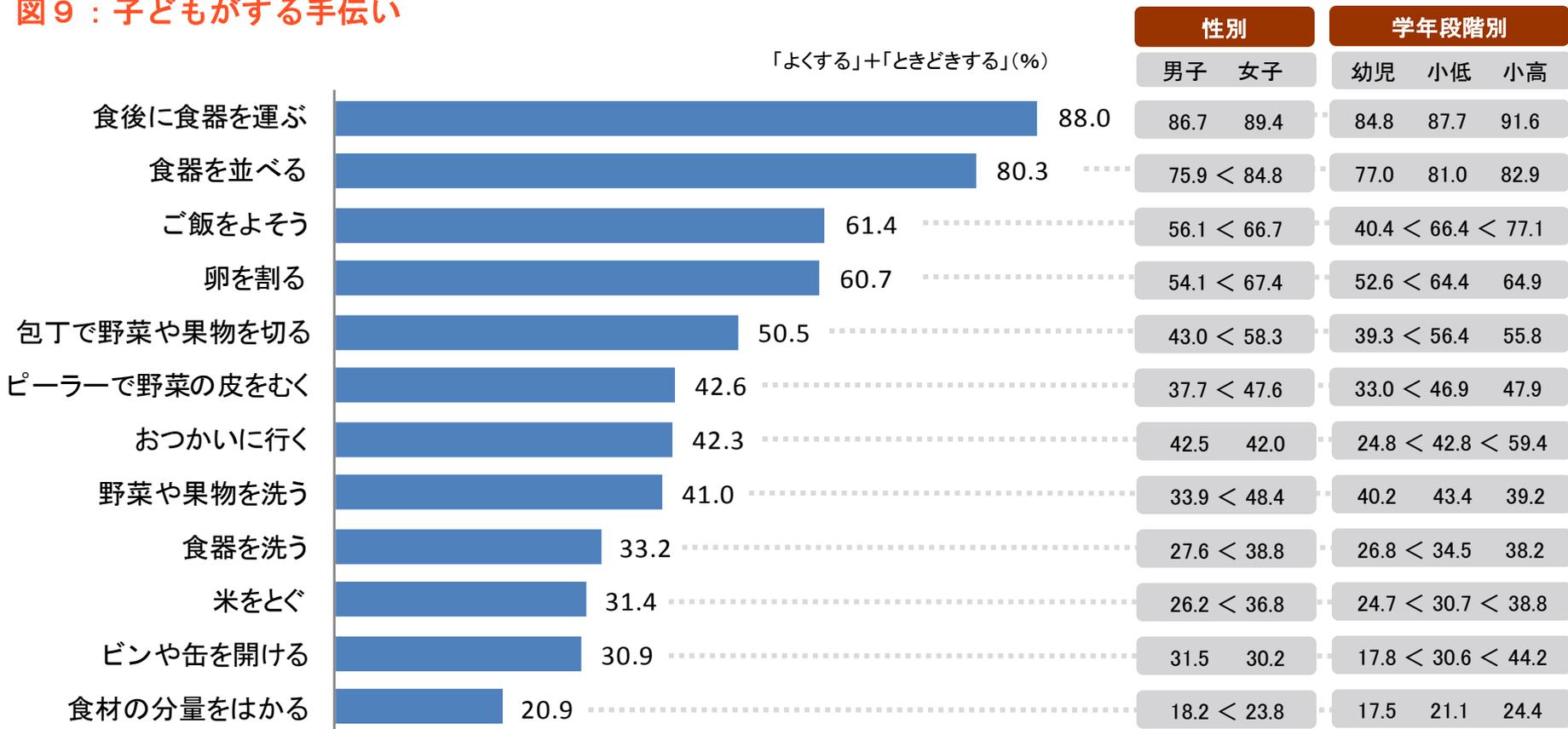


いずれの食事でも「食べない」や「1人で」という比率は低い。また、「祖父」「祖母」「その他の家族」「家族以外の人」がいっしょのケースも少ないようで、**食卓は「母親」「父親」「きょうだい」と囲むのが一般的**である。それぞれの食事の人数は3～4名が平均的で、5名を超えるような食卓は少なく、もっとも割合が高い「休日の夕食」でも1割に満たない。

◆女子のほうが積極的にお手伝い

Q: お子様は、お手伝いをすることがありますか。

図9: 子どもがする手伝い



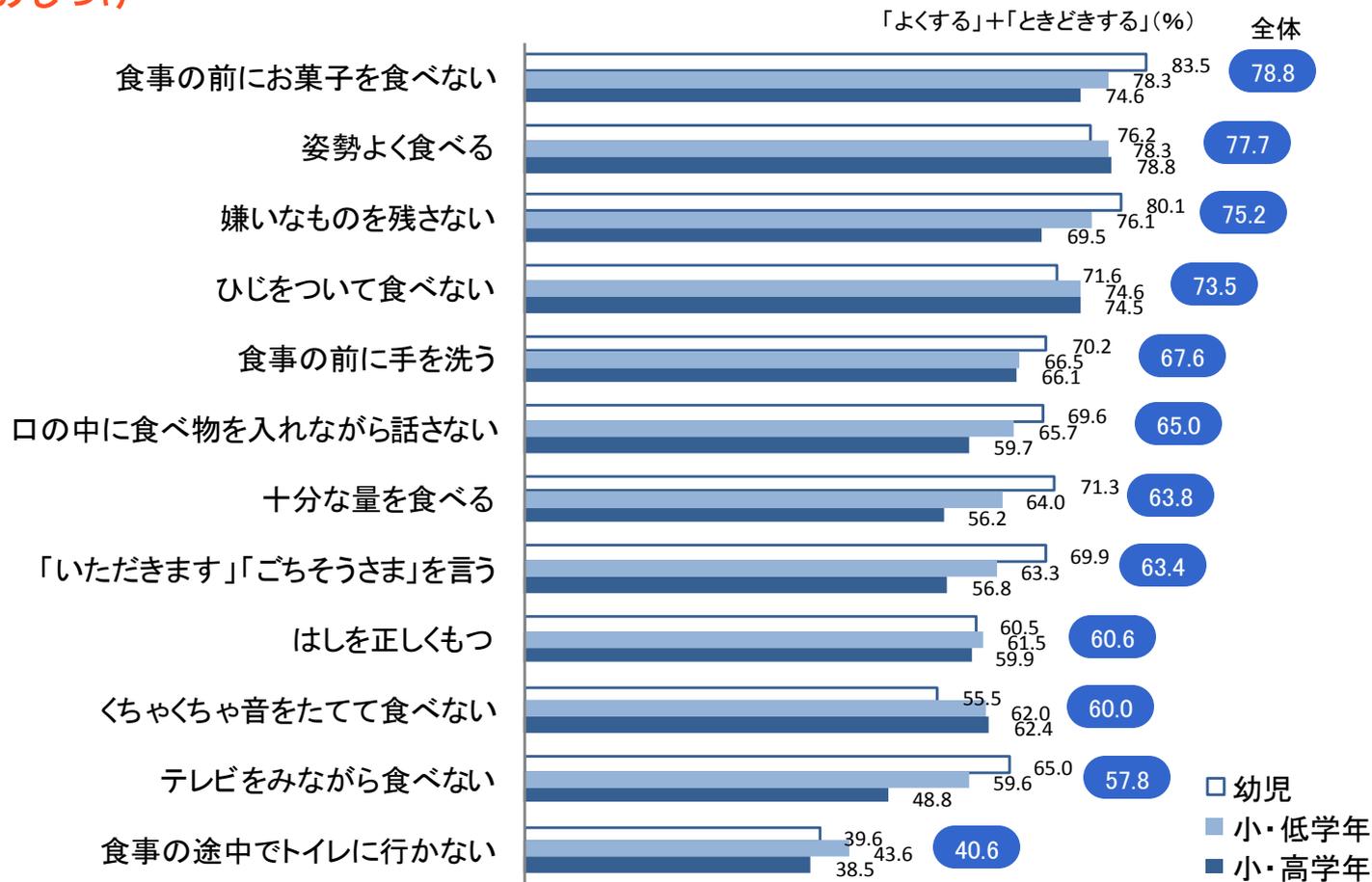
注)各属性で5ポイント以上の差があるものを不等号で示した。

「食後に食器を運ぶ」「食器を並べる」は性差や学年差が少なく、7～9割程度の子どもたちが行っている。その一方で、「卵を割る」「包丁で野菜や果物を切る」「ピーラーで野菜の皮をむく」などの調理にかかわるお手伝いは性差が大きく、全般に女子のほうが積極的だ。「ご飯をよそう」「おつかいに行く」「米をとぐ」「ビンや缶を開ける」などは、学年差が大きい。

◆ 8割が食事の前にお菓子を食べないよう注意

Q：お子様に対して、注意したり、しつめたりすることがありますか。

図10：食事のしつけ

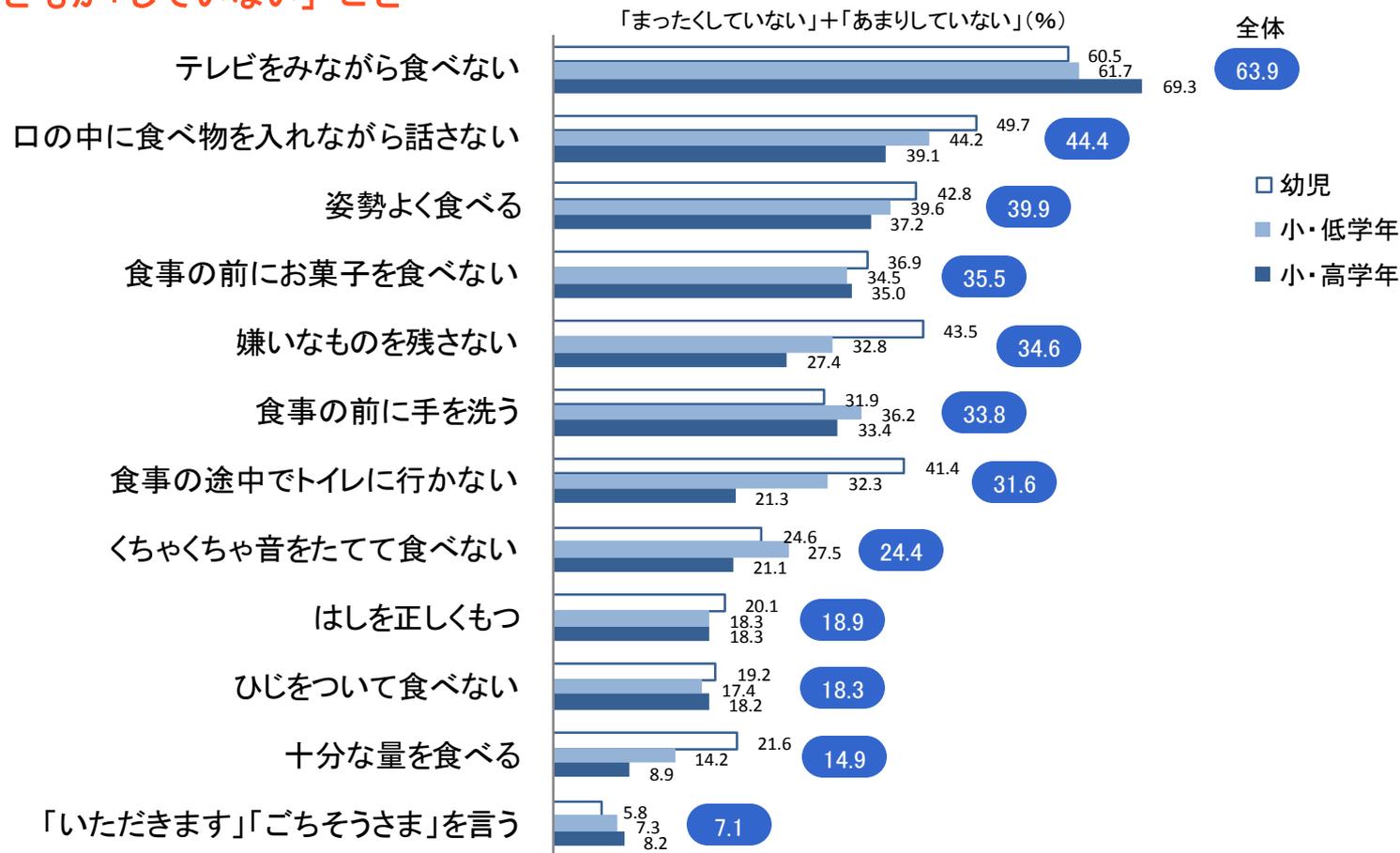


7割以上が「食事の前にお菓子を食べない」「姿勢よく食べる」「嫌いなものを残さない」「ひじをついて食べない」をしつめたり、注意したりしている。全般に、**食事に関してさまざまなしつけを実践している**ことがわかる。「『いただきます』『ごちそうさま』を言う」「テレビをみながら食べない」などのしつけは、子どもの発達による差が大きい。

◆小学生の2割がはしを正しくもてない

Q: お子様は、自分だけで次のようなことをしていますか。

図11: 子どもが「していない」こと

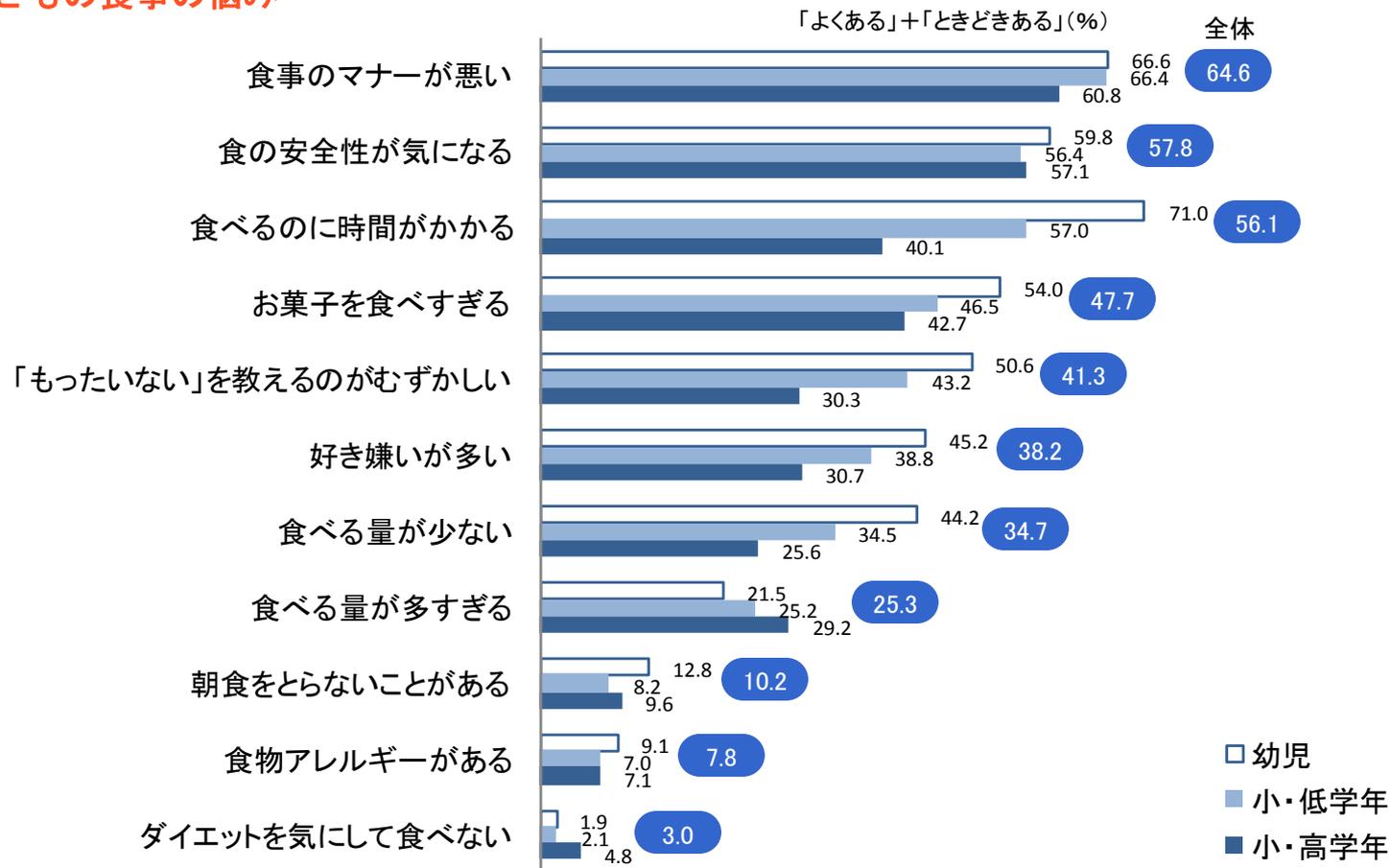


相対的に「していない」割合が高いのは、「テレビをみながら食べない」の6割。「嫌いなものは残さない」や「食事の途中でトイレに行かない」などの項目は、学年とともに「していない」比率が下がる。しかし、学年差が小さい項目もあり、「食事の前に手を洗う」「はしを正しくもつ」「ひじをついて食べない」などは**高学年でも2～3割ができていないと回答**。

◆ 6割が「食の安全性」を気にしている

Q：お子様の食事について、次のような悩みや気がかりを感じることがありますか。

図12：子どもの食事の悩み



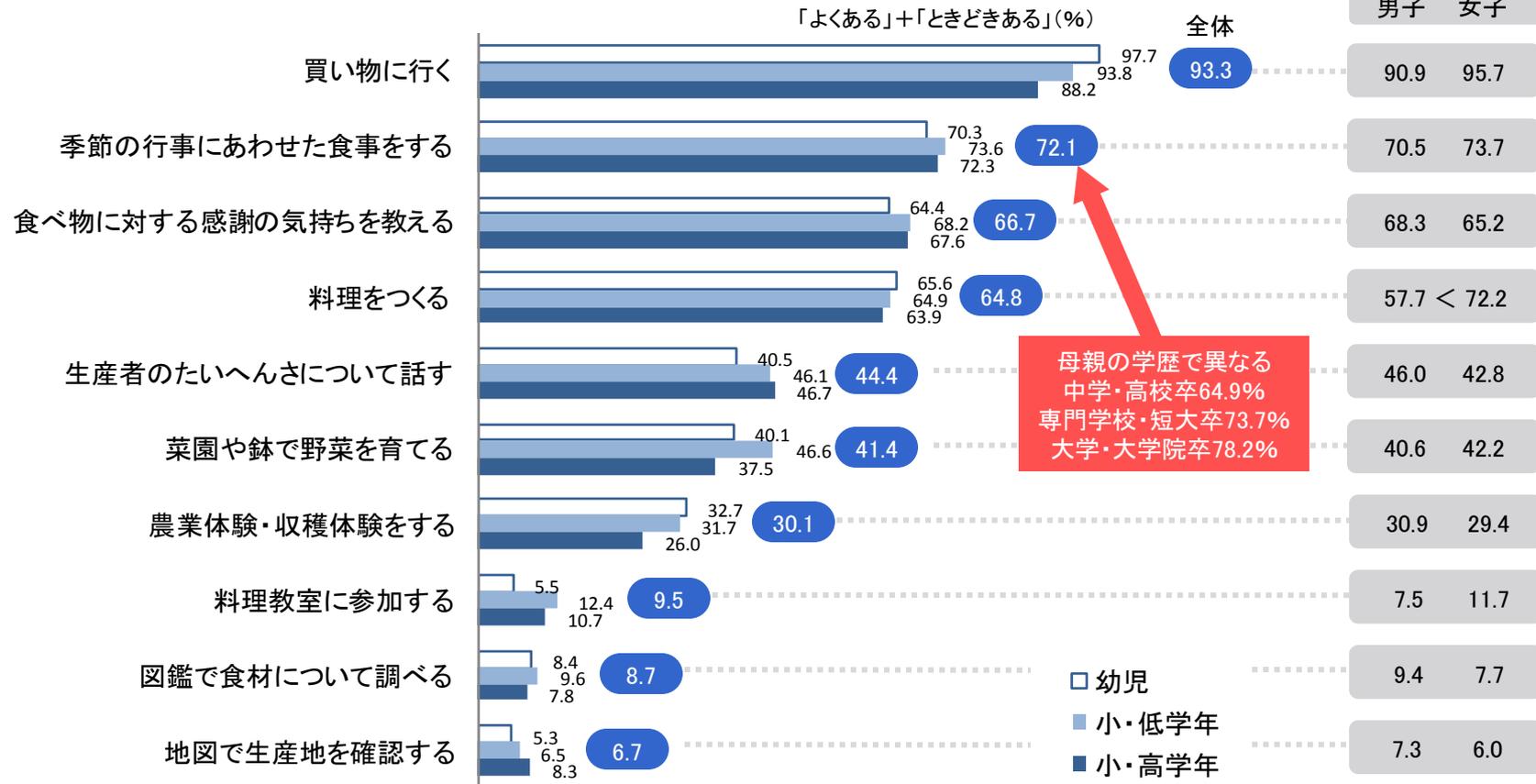
6割前後の母親が「食事のマナーが悪い」「食の安全性が気になる」を肯定しており、学年による差は小さい。これらに対して、「食べるのに時間がかかる」「『もったいない』を教えるのが難しい」「好き嫌いが多い」「食べる量が少ない」などの項目は幼児の母親に悩みが多く、子どもの成長にしたがって悩みが軽減していくことがわかる。

◆「食べ物への感謝」を教えているのは3人に2人

12

Q: あなたのご家庭では、お子様といっしょに次のようなことをすることができますか。

図13: 子どもといっしょにすること



注) 5ポイント以上の差があるものを不等号で示した。

子どもといっしょに「料理をつくる」のは64.8%。ただし、子どもの性による違いが大きく、女子は72.2%だが男子は57.7%と14.5ポイントも低い。教育的な働きかけにかかわる項目をみると、「食べ物に対する感謝の気持ちを教える」は66.7%が、「生産者のたいへんさについて話す」は44.4%が実践している。

◆子どものころの食文化は伝承される

13

Q：ご家庭では、どのような料理を多く出していますか（どのような料理が多く出ていましたか）。

図14：家庭の食事

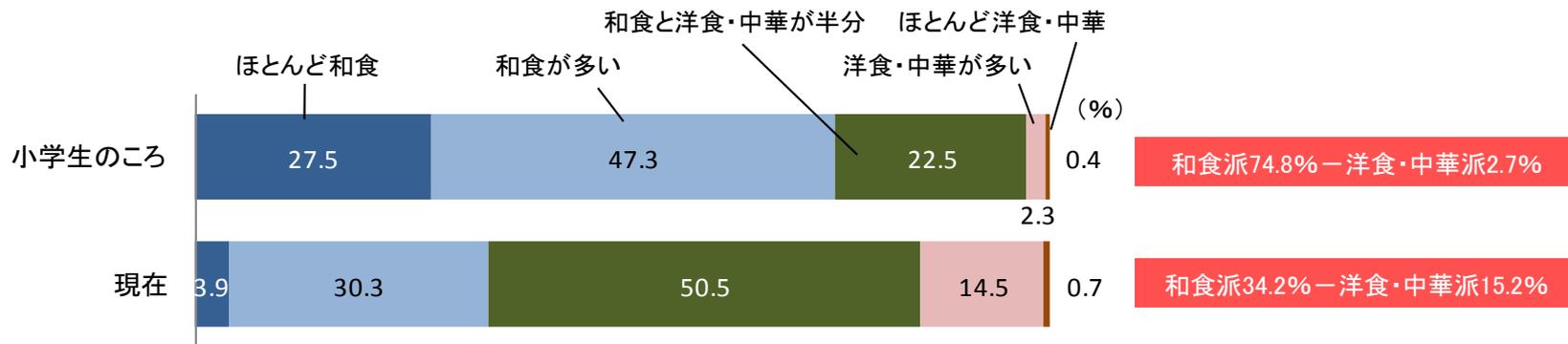
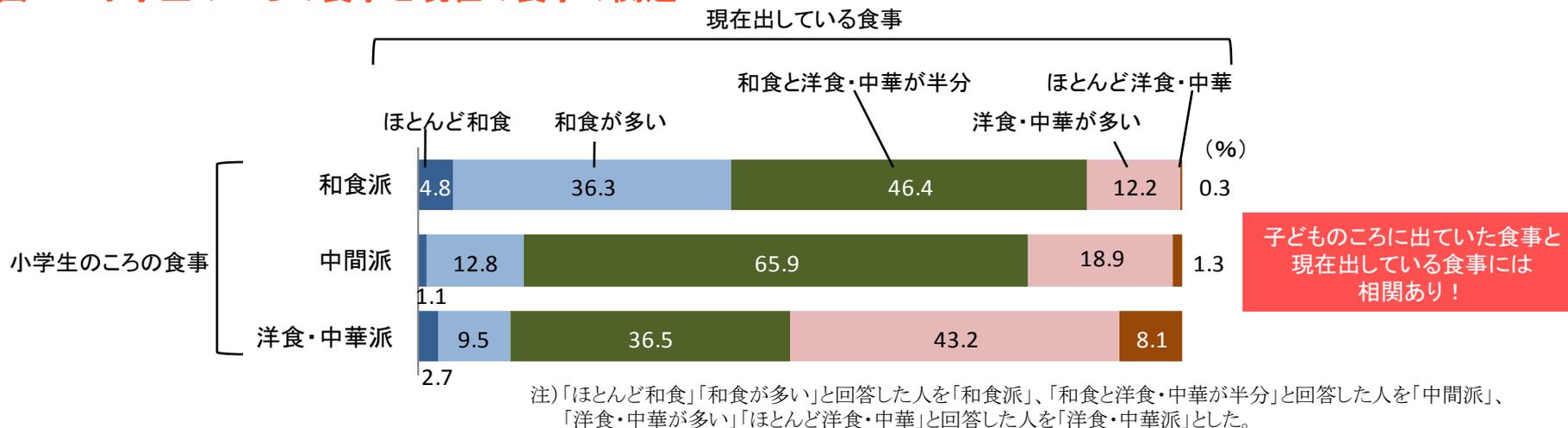


図15：小学生のころの食事と現在の食事の関連



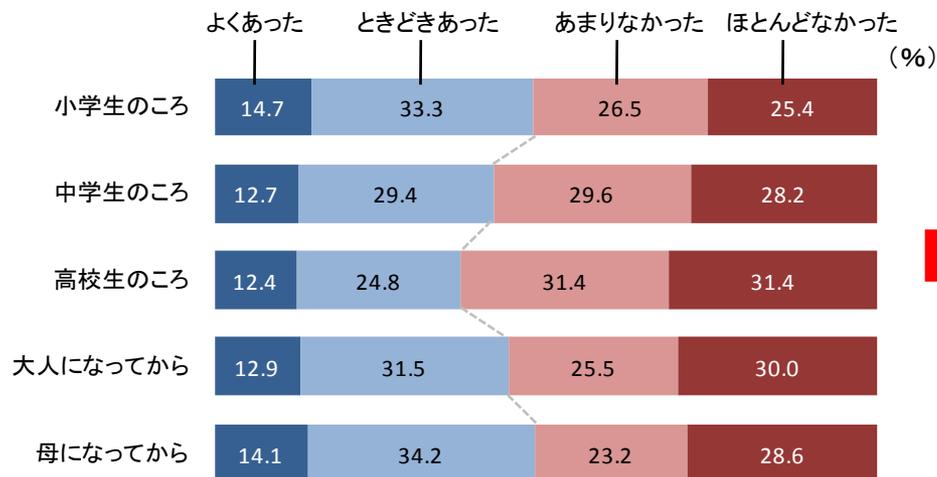
小学生のころに家庭（実家）で出っていた食事をたずねたところ、和食派（「ほとんど和食」と「和食が多い」）が74.8%だが、現在出している食事の和食派は34.2%で、中間派（「和食と洋食・中華が半分くらい」）が50.5%と多い。**小学生のころの食事と現在出している食事には関連**があり、子どものころに和食派だと現在の食事でも和食が多くなる傾向がみられる。

◆親と料理した経験があると料理好きに

14

Q：あなたは、あなたの親や祖父母といっしょに料理をつくることがどれくらいありましたか。

図16：親や祖父母といっしょに料理した経験



「よくあった」を4点～「ほとんどなかった」を1点として得点を合計し、料理を教わった経験の程度を2つの群に分類した。

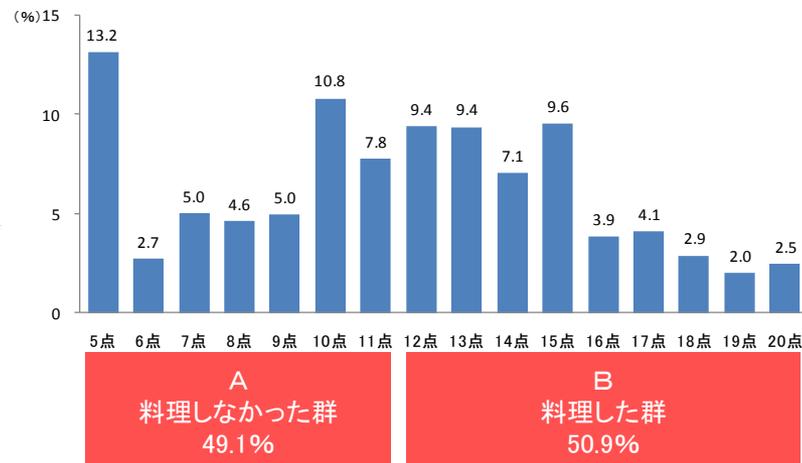
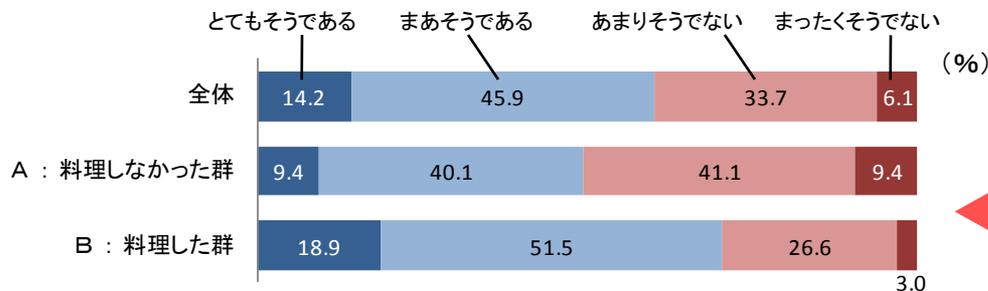


図17：料理をするのが好き



料理しなかった群の5割に対して料理した群は7割が「好き」と回答

親や祖父母といっしょに料理をした経験がどれくらいあるかたずねたところ、「あった」（「よくあった」と「ときどきあった」の合計）の比率は、各段階で4～5割程度であった。そうした経験の量により料理をするのが好きかどうかの違いをみたところ、いっしょに料理をした経験が多いほど「料理をするのが好き」と回答する傾向がみられた。

◆過去の経験は子どもにも伝わる可能性が大きい

15

Q：あなたは、調理のなかで、次のようなことをすることができますか。

図18：調理ですること

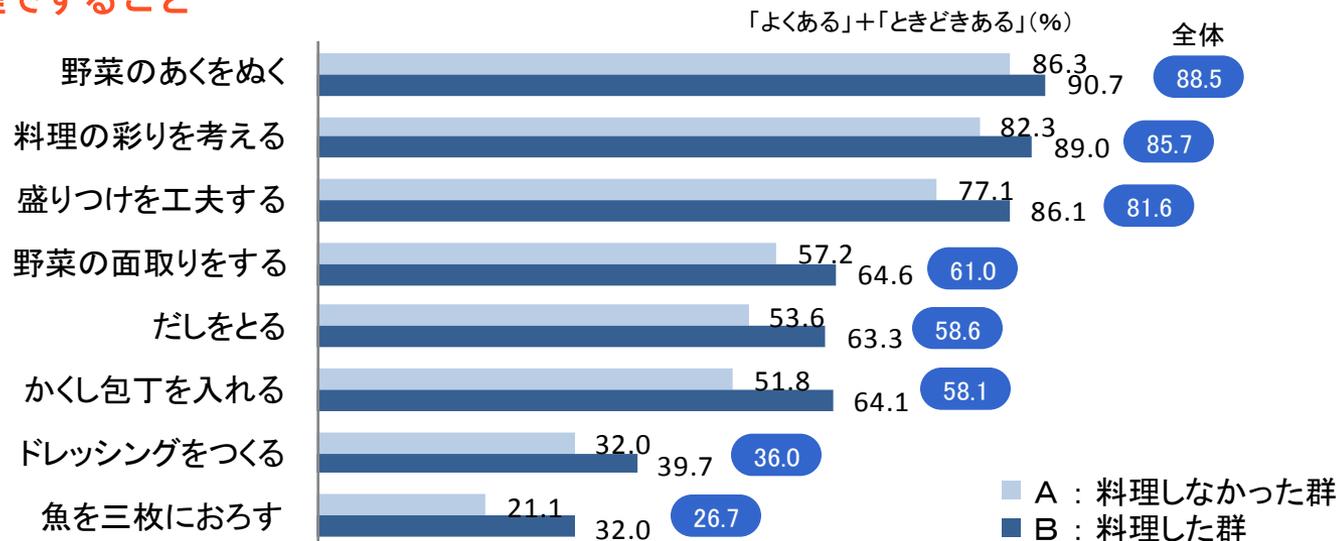
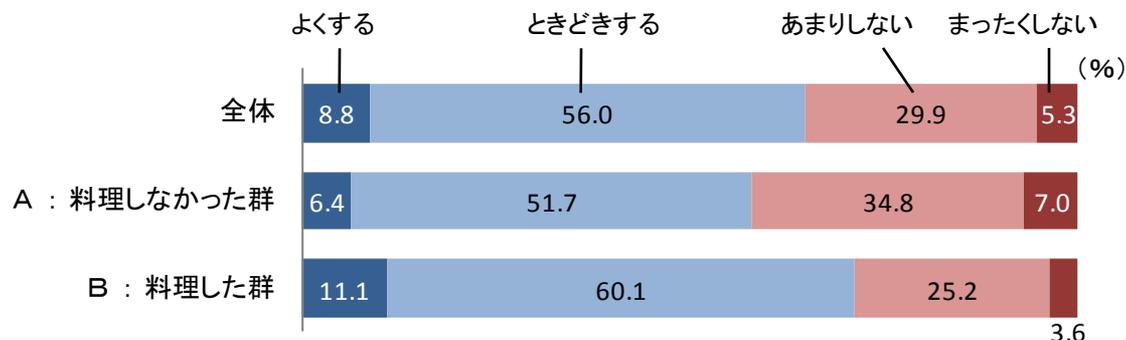


図19：子どもと料理をつくること



親や祖父母といっしょに料理をした経験が多い人は、調理のなかですることが多く、さまざまな調理技術を身につけていることがわかる。また、子どもといっしょに料理をつくる機会も、料理しなかった群は58.1%であるのに対して、料理した群は71.2%であった。**自分が親や祖父母から受けた経験は子どもに引き継がれる可能性が大きい**ということが示唆される結果である。

◆子どもに豊かな食体験を！

①母親の食事に対する意識は高い

- 7割の母親がほとんど毎日、夕食を手づくりしていると回答 (📊 図1)
- ほとんどの母親が、食品選びのときに「新鮮さ」「ねだん」「味」を気にしている (📊 図4・5)
- 9割が「手づくり」を心がけ、7割5分が健康面に気をつけて料理している (📊 図6)

②食事の悩みは「毎日のメニュー」を考えること

- 8割が「毎日のメニューを考えるのがたいへん」、7割が「料理のレパートリーが少ない」と回答。「食品や栄養に関する知識が足りない」も6割5分が肯定し、全体に食に関する知識不足を自覚している (📊 図7)

③さまざまなしつけを実践しているが、できないことも多い

- しつけに関する項目では、ほとんどの項目で6～8割が実践していると回答 (📊 図10)
- 「テレビをみながら食べない」は63.9%が、「していない」と回答するなど、子どもができていないことも多い (📊 図11)

④食文化は伝承される。子どもころの体験が重要！

- 子どもころの食事の傾向と現在出している食事の傾向に関連がみられる (📊 図15)
- 親や祖父母と料理した経験がある母親ほど、「料理をするのが好き」と回答 (📊 図17)
- 親や祖父母と料理した経験がある母親は、子どもといっしょに料理することが多い (📊 図19)