
研究報文

幼稚園児の食べ物の名前認知度と 母親の食意識との関連

足立 恵子 中山 玲子

Relationship between Kindergarten Children on the food name familiarity and
Dietary Behavior of Mother

Keiko Adachi and Reiko Nakayama

We conducted the questionnaire survey on the mothers' interest in eating and examined a possible relationship between the mothers' interest and the results of their children's the food name familiarity test.

The survey was carried out on 68 and 71 mothers of five- and four-year-olds, respectively, in November, 2008. The questionnaire contains 19 questions about their interest in eating and 20 about their training in eating at home. The subjects of the survey were the mothers of the children belonging to a private kindergarten, where the food name familiarity test was performed using 20 kinds of food (whole and cut foods). The mean percentage scores of correct answers among the five-year-old children were 77.0% and 70.5% for the wholes and the cuts, respectively, and among the four-year-old children 68.0% and 60.5% for the wholes and the cuts, respectively. There was a significant relation between the number of mothers who buy food after checking its label for produced area and the percentage of a correct answer, both for wholes and cuts, among the four-year-old children($p=0.049, p<0.0001$). And there was also a significant relation between the number of mothers who teach their children to chew well during meal and the percentage of a correct answer, both for wholes and cuts, among the five-year-old children($p=0.0021, p=0.007$).

It was suggested that the kindergarteners can learn the names of food quickly and easily through their rich exposure to food at home when their mothers have much interest in eating.

I. はじめに

子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものであり¹⁾、幼児期から発達段階に応じた豊かな食体験を積み重ねることにより、質の高い生活を送る基本としての食を営む力を育てることが重要視されている²⁾。近年、幼児を取り巻く食環境が大きく変化し、食の洋風化・少子化・核家族化・食の外部的化・簡便化により脂肪の過剰摂取や野菜不足など

栄養の偏りがみられる。また、家族が一緒に食事をする機会が減少し、孤食の割合が増加することで偏食につながりやすく、食事のマナー等の家庭における教育力が低下し、問題視されている。幼児の食習慣は母親の食意識が影響することから、保護者(母親)の食意識や食行動について研究がなされてきた³⁾⁴⁾⁵⁾。

我々は、幼稚園児がどの程度食べ物の名前を知っているか、実態を把握するため「食べ物の名前認知度調査」法を開発した⁶⁾。また、この「食べ物の名前認知度調査」は、幼稚園における食育活動の評価に使えることや、食育プログラム介入の評価に活用し、効果があることを示唆してきた⁷⁾。さらに、複数の幼稚園で食べ物の名前認知度調査をした結果、

教諭が保育の中に食育を取り入れている園の園児ほど認知度が高いことが示唆された⁸⁾。これらの研究より、食べ物の名前は、言葉として覚えるのではなく、園児が体験を重ねることで知識が身につけていくことが示唆された。

一方、園児が食べ物の名前を覚えていくプロセスは、幼稚園での保育活動だけでなく、家庭における母親の食への意識や関心によっても影響があると考えられる。本研究では、幼稚園児の食べ物の名前認知度と母親の食への意識や関心との関連について、同一母子間で検討することを目的とした。

II. 方法

1. 調査対象及び時期

大阪府下の私立幼稚園に通う5歳児及び4歳児の園児とその保護者を対象に、2008年11月中旬に調査を行った。

園児の「食べ物の名前認知度調査」は、5歳児は、163名中145名(89.0%)、4歳児は、139名中130名(93.5%)回答し、男女比はほぼ同等であった。保護者には「食生活に関するアンケート調査」を実施し、回収率は、5歳児47.2%(163名中77名)、4歳児55.4%(139名中77名)であった。本研究の分析の対象は、園児が「食べ物の名前認知度調査」に回答し、且つ、保護者がアンケートに回答した5歳児68組、4歳児71組の母子とした。

2. 調査の項目

1) 園児の「食べ物の名前認知度調査」

園児への調査は、同じ管理栄養士が個室に園児を一人ずつ呼んで、食べ物の名前を1つずつ直接園児から聞く面接方法で行い、質問時間は、1人につき約3分前後であった⁹⁾。

認知度調査をした食べ物は、写真や絵のカード等ではなく、実物を使用した。食べ物は、対象園で2007年に実施された給食で使用頻度が高かった食べ物であり、「母と子の野菜消費動向調査報告書」⁹⁾の食事調査の野菜ランキング、「幼児の食生活と排便実態についての調査報告書」¹⁰⁾を参考に選んだ。野菜類が16種類(たまねぎ・にんじん・トマト・なす・きゅうり・だいこん・キャベツ・ほうれんそう・ピーマン・かぼちゃ・ブロッコリー・たけのこ・ごぼう・レタス・もやし・れんこん)、いも類は2種類(じゃがいも・さつまいも)、きのこと類は1種類(しいたけ)を使用し、そのままの形(以下ホール)と対象園の給食で使われている切り方(以下カット)の2パターンで調査した。もやしは販売されて

いる形が袋入りであることから、一つかみをホール、一本をカットとした。また、精白米とごはんを合わせて合計40の試料とした。

調査の方法は、ホールの食べ物を、続いてカットの食べ物をランダムに一列に並び、順番にたずねる方法で行った。見るだけでなく、触ったり、匂いを嗅いだりしてもよいこととしたが、衛生上の理由から食べることは禁止した。回答は、通称・総称ではなく五訂増補日本食品標準成分表¹¹⁾に表示されている食品名を正解とした。また、園児が回答した時、その答えが正解であるか間違いであるかはその場では言わず、順番に質問を続けた。食べ物の名前の正誤は一覧表を作成し、園児ごとに記録した。

2) 保護者の「食生活に関するアンケート調査」

保護者への調査は、幼稚園を通して質問用紙を配布し、回収も幼稚園に依頼した。質問内容は、「属性」(両親の年齢、母親の就業状況、祖父母との同居状況、きょうだいの人数および出生順位)・「保護者の食事作りと食生活における意識」(19項目)・「家庭における食育」(食事作りの手伝い、食事時の注意、食事への配慮、食事マナー、食べ物への意識、栽培の20項目)である。質問の回答方法は、属性を除き、「保護者の食事作りと食生活における意識」は5件法(5:とても当てはまる、4:あてはまる、3:どちらともいえない、2:あまりあてはまらない、1:全くあてはまらない)で行い、「家庭における食育」は4件法(4:よくする、3:たまにする、2:ほとんどしない、1:しない)で行った。

3. 分析方法

単純集計はExcelを使用し、解析には、SPSS ver.15.0J for Windowsを使用した。園児の「食べ物の名前認知度調査」での年齢による比較、保護者の「食生活に関するアンケート調査」での園児の正解率と保護者の回答には χ^2 検定を行った。また、5歳児、4歳児の保護者別に「保護者の食事作りと食生活における意識」を因子分析(主因子法、プロマックス回転)により3因子を抽出し、下位尺度得点を算出後、それぞれの因子を高群・低群に分け、園児の食べ物の名前認知度の正解率の高群・低群との関連を χ^2 検定により検討した。有意確率は5%未満とした。

III. 結果

1. 園児・保護者の属性

本研究の対象となった保護者と園児の属性について、表1にまとめた。

		4 歳児 (n=71)	5 歳児 (n=68)
父親	年齢	37.0	37.9
	標準偏差	± 3.685	± 4.551
母親	年齢	35.5	36.0
	標準偏差	± 5.344	± 3.167
母親の就業状況 (%)	フルタイム	0.0	1.5
	パート	21.1	29.4
	自営	5.6	4.4
	専業主婦	73.3	64.7
祖父との同居率 (%)		7.0	5.9
祖母との同居率 (%)		7.0	10.3
きょうだいの人数 (%)	1人	9.9	23.5
	2人	71.8	58.8
	3人	16.9	16.2
	4人	1.4	1.5
第 1 子		49.3	54.4
第 2 子		46.5	42.6
第 3 子		2.8	2.9
第 4 子		1.4	0.0

表 1 保護者と園児の属性

父親の平均年齢は37歳前後、母親の年齢は36歳前後であった。表には示していないが、調査の対象者は、両親がそろっており、母子世帯・父子世帯はなかった。母親の就業状況では、4歳児の母親は、専業主婦が約70%、パートは約20%であり、フルタイムで働く者はいなかった。5歳児の母親は、専業主婦が約65%、パートは約29%、フルタイムは1.5%であり、5歳児の母親の方が仕事をしている割合が高かった。園児と祖父母の同居状況は約7%前後が祖父母と同居し約90%が核家族で、4歳児・5歳児の園児の差はなかった。きょうだいの人数は、4歳児では2人・3人きょうだいが約90%、5歳児では、1人・2人きょうだいが約80%であった。また出生順では、4歳児と5歳児ともに第1子・第2子が約95%であった。質問紙の回答は全員母親であった。尚、表には示していないが、園児の成長(体格)は全国の4歳児・5歳児の平均であった¹²⁾。幼稚園での昼食状況は、1週間のうち4日は幼稚園自営の給食を食べ、1日は家庭より弁当を持参していた。

2. 園児の食べ物の名前認知度

表2に、園児の食べ物の名前認知度の正解率を、年齢別に示した。

4歳児は、ホールでは、トマト・にんじん・きゅ

うり・なす・たまねぎ・じゃがいもが90%以上、カットでは、トマト・にんじん・きゅうり・ブロッコリー・なすが85%以上と正解率が高かった。一方、正解率が30%以下と低かった食べ物は、ホールではたけのこ・レタス・ほうれんそう、カットでは、ほうれんそう・レタスであった。カットよりもホールの正解率が有意に高かった食べ物は、なす・たまねぎ・じゃがいも・だいこん・きゃべつであった。たけのこは、ホールよりもカットの方が有意に正解率が高かった。

5歳児は、ホールでは、トマト・きゅうり・にんじん・じゃがいも・なす・ピーマン・だいこんで97%以上、カットでは、トマト・きゅうり・にんじん・なす・ピーマンが95%以上の高い正解率であった。一方、正解率が低かった食べ物は、たけのこ・ほうれんそう・レタスで、ホールとカット共に40%以下であった。カットよりもホールの方が有意に正解率が高かった食べ物は、たまねぎ・じゃがいも・だいこん・かぼちゃ・きゃべつ・米であった。

また、5歳児の方が4歳児より有意に正解率が高かった食べ物は、ホールでは、だいこん・かぼちゃ・米・さつまいも・もやしであった。カットでは、なす・たまねぎ・じゃがいも・ピーマン・ごぼう・しいたけ・もやしであった。

(%)

食べ物	4歳児の正解率(n=71)			5歳児の正解率(n=68)			年齢による差	
	ホール	カット	形状による差	ホール	カット	形状による差	ホール	カット
トマト	100.0	100.0		100.0	100.0			
にんじん	98.6	97.2		98.5	98.5			
きゅうり	97.2	94.4		100.0	100.0			
なす	95.8	85.9	*	97.1	95.6			*
たまねぎ	94.4	54.9	*	95.6	85.3	*		*
じゃがいも	93.0	32.4	*	98.5	64.7	*		*
ピーマン	88.7	83.1		97.1	95.6			*
だいこん	87.3	56.3	*	97.1	69.1	*	*	
ブロッコリー	87.3	88.7		92.6	94.1			
かぼちゃ	80.3	84.5		92.6	83.8	*	*	
きゃべつ	78.9	67.6	*	88.2	60.3	*		
米/ごはん	78.9	81.7		94.1	79.4	*	*	
れんこん	56.3	62.0		66.2	70.6			
ごぼう	40.8	31.0		54.4	54.4			*
さつまいも	38.0	38.0		57.4	51.5		*	
しいたけ	35.2	38.0		50.0	55.9			*
もやし	35.2	36.6		67.6	72.1		*	*
ほうれんそう	29.6	25.4		33.8	38.2			
レタス	23.9	25.4		35.3	23.5			
たけのこ	21.1	31.0	*	20.6	19.1			
平均正解率	68.0	60.5	*	77.0	70.5	*		*

食べ物は4歳児のホールの正解率(高い順)をベースに記載した。

*: $p < 0.05$ χ^2 検定

表2 園児の食べ物名前認知度正解率

3. 母親の食事作りにおける意識

母親の食事作りにおける意識について、図1にまとめた。

5件法で行ったアンケートの回答は、「とてもあてはまる」と回答した者はいなかった。

どの項目においても5歳児と4歳児の母親の回答に有意な差はなかった。約50%の母親が「あてはまる」と回答した項目は、「食品の産地を見て購入する」、「子どものお弁当に必ず野菜を入れる」であった。「主食、主菜、副菜がそろるように料理を考えている」、「加工食品の表示を見て購入する」、という項目は、約30%の母親があてはまると回答した。一方、「普段の調理を負担に思う」と言う項目で「あてはまる」と回答した母親は5%前後であったが、「あまりあてはまらない、全くあてはまらない」と回答した母親は約60%であった。また、「地元で取れた食材をよく使う」という項目で「あてはまる」と回

答した母親は約6%で、「あまりあてはまらない、あてはまらない」と回答した母親は約70%であった。

4件法で行った母親の食事作りにおける意識では、「子どもの食欲に応じて食事量を調整する」という項目で「よくする」と回答した母親は約50%であった。また、「子どもが食べやすいように調理方法を考える」、「嫌いな野菜を食べるための工夫をする」という項目で、「よくする」と回答した母親は約40%前後であった。

4. 家庭における食育の実践

図2に示すように、家庭における食育の実践において「食事中に子どもと会話をしている」、「子どもが食前食後の挨拶をするよう教える」は、約80%が「よくする」と回答した。「子どもが自分で食べようとするを大切にしている」という項目では5歳児の母親は50%、4歳児の母親は70%が「よくする」と回答しており、5歳児の母親よりも4歳児の母親

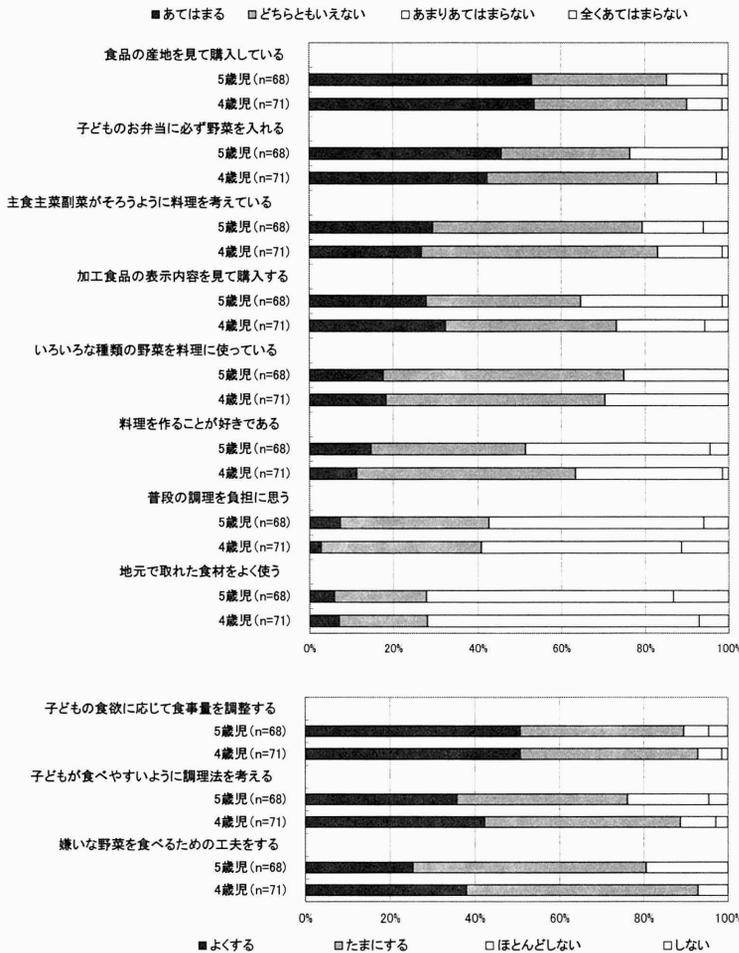


図 1 母親の食事作りの意識

の方が多く傾向が見られた。「よく噛んで食べるよう注意する」は約50%の母親が「よくする」と回答した。一方、「家庭菜園で野菜の栽培を子どもと一緒にする」という項目では約10%の母親が「よくする」と回答したが、70%の母親は「ほとんどしない、しない」と回答した。また、「子どもと一緒に盛り付けや後片付けをする」、「子どもと一緒に調理をする」、「子どもと一緒に調理の下準備をする」で、「よくする」と回答した母親は約5%であり、40%の母親は「ほとんどしない、しない」と回答した。

5. 母親の意識の因子分析および食べ物の名前認知度の正解数との関連

園児の年齢別に「母親の食事作りと食生活における意識」(19項目)について、主因子法、プロマックス回転により因子分析を行い、それぞれに3因子

を抽出した(表3)。

「母親の食事作りと食生活における意識」の19項目のうち、因子の負荷量が0.40以上の項目を抽出した。第1因子には、「旬の食材を料理に取り入れる」「いろいろな種類の野菜を料理に使っている」などの6項目で、いずれも料理を楽しみ、健康を考えて調理することに前向きであると考えられる項目が高い負荷量を示していると思われる。第2因子は、「食事の時楽しい会話を心がけている」「食事前後の挨拶をしている」などの5項目で、食事マナーの手本を子どもに示している項目であると考えられる。第3因子は、「食品の産地を見て購入している」などの3項目で、食品の選択に気を配っている項目が表されていると思われる。因子分析で得られた「母親の食事作りと食生活における意識」のCronbach α 係数は、それぞれ0.807, 0.673, 0.613であったこ

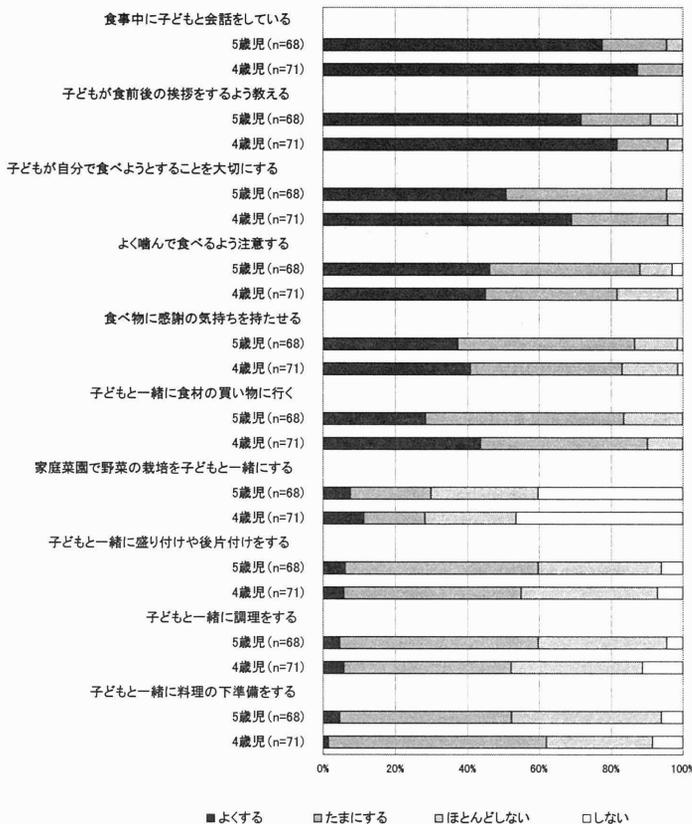


図2 家庭における食育

(主因子法、プロマックス回転)

	因子負荷量		
	I	II	III
因子 I 『料理好き』 (固有値 4.282 $\alpha=0.807$)			
旬の食材を料理に取り入れている	0.828	-0.231	0.204
いろいろな種類の野菜を料理に使っている	0.774	0.035	0.038
普段の調理を負担に思う	-0.646	-0.188	0.086
主食主菜副菜がそろるように料理を考えている	0.560	0.110	-0.073
料理を作ることが好きである	0.507	0.213	-0.055
和食が好きだ	0.502	-0.100	-0.040
因子 II 『食事時間のマナー』 (固有値 1.681 $\alpha=0.673$)			
食事の時楽しい会話を心がけている	0.067	0.760	0.026
食事前後の挨拶をしている	0.036	0.701	0.068
正しい箸使いが出来ている	-0.114	0.509	-0.030
私は好き嫌いが無い	0.005	0.464	-0.093
因子 III 『食材の選択』 (固有値 1.548 $\alpha=0.613$)			
食品の産地を見て購入している	-0.238	0.086	0.921
加工食品の表示内容を見て購入する	0.126	-0.031	0.464
地元で取れた食材をよく使う	0.309	-0.122	0.408
説明された分散 (%)	27.0	8.3	7.8
説明された分散の累積 (%)	27.0	35.3	43.0

表3 5歳児母親食意識に関する因子分析結果

因子	ホール正解数		p 値	カット正解数		p 値
	高群 (n=36)	低群 (n=32)		高群 (n=29)	低群 (n=39)	
I 料理好き	高群 (n=28)	13	n.s	12	16	n.s
	低群 (n=40)	23		17	23	
II 食事時間のマナー	高群 (n=36)	20	n.s	18	18	n.s
	低群 (n=32)	16		16	11	
III 食材の選択	高群 (n=33)	17	n.s	18	15	p=0.046
	低群 (n=35)	19		16	11	

p 値: χ^2 検定

表 4 5 歳児食べ物の名前認知度と母親の食意識との関連

		χ^2 検定における p 値			
		4 歳児の正解数 (n=71)		5 歳児の正解数 (n=68)	
		ホール	カット	ホール	カット
母親の食事意識	料理を作ることが好きである	n.s	n.s	n.s	0.052
	いろいろな種類の野菜を料理に使っている	0.084	n.s	n.s	n.s
	食品の産地を見て購入している	0.049	0.000	n.s	n.s
	子どもの食欲に応じて食事量を調整する	0.068	n.s	0.079	n.s
家庭における食育	母親は食事前後の挨拶をしている	0.022	n.s	0.043	n.s
	母親は食事の時楽しい会話を心がけている	0.022	n.s	0.043	n.s
	母親は子どもが自分で食べようとするのを大切にする	n.s	n.s	0.010	0.000
	母親は子どもによく噛んで食べるよう注意する	0.043	n.s	0.021	0.007

表 5 5 歳児食べ物の名前認知度と母親の食事作りの意識と家庭における食育との関連

とから信頼性がほぼ確認された。

さらに、表 4 に 5 歳児の食べ物の名前認知度と母親の意識との関連をまとめた。因子分析で抽出した因子と園児の食べ物の名前認知度を 4 歳児・5 歳児別にそれぞれの因子分析結果より下位尺度得点を算出し、母親の意識の高群と低群に分け、園児の食べ物の名前認知度におけるホール及びカットの正解数の高群と低群を要因として χ^2 検定を行った。

その結果、5 歳児の「母親の食事作りと食生活における意識」の第 3 因子「食材の選択」と園児のカットの正解数のみ有意差が認められ ($p=0.046$)、食材の購入において意識が低群の母親の子どもほどカットの正解率が低群であった。

6. 園児の食べ物の名前認知度と母親の食事作りの意識及び家庭における食育実践との関連

園児の食べ物の名前認知度と母親の食事作りの意識及び家庭における食育について、個々の項目との関連について、 χ^2 検定を行い、特に有意差が見られた結果を表 5 に示した。

母親の食事作りの意識では、「食品の産地を見て購入している」母親の 4 歳児は、ホールとカットの正解数に有意に高いことが認められた ($p=0.049$,

$p<0.0001$)。また、「料理を作ることが好き」な母親の子どもでは 5 歳児のカット正解数が高い傾向があり、「いろいろな種類の野菜を料理に使っている」にあてはまると回答した母親と 4 歳児のホールの正解数との関連では高い傾向がみられた。さらに、「子どもの食欲に応じて食事量を調整する」母親の子どもは、4 歳児・5 歳児共にホールの正解数が高い傾向であった。

家庭における食育では、「母親が食事前後の挨拶」をし、「食事の時楽しい会話を心がけている」者の子どもは 4 歳児・5 歳児共にホールの正解数に有意差が認められ (4 歳児・5 歳児共に $p=0.022$, $p=0.043$)、「子どもが自分で食べようとするのを大切にする」母親の 5 歳児は、ホールとカットの正解数が有意に高かった ($p=0.010$, $p<0.0001$)。さらに、「子どもによく噛んで食べるよう注意をする」母親の子どもは 4 歳児のホール ($p=0.043$)、5 歳児のホール ($p=0.021$) とカット ($p=0.007$) の正解数が有意に高いことが認められた。

IV. 考察

文部科学省が作成した食に関する指導の手引の小

学校1年生の食育の視点の1つ「食品を選択する能力」に、「食べ物の名前が分かる」があげられている¹³⁾。幼稚園から小学校へのスムーズな接続という点において、園児が食べ物の名前が分かることは、食への興味や関心につながり、幼児期の食育の目標として重要であると思われる。本研究では、園児が食べ物の名前を覚えていくプロセスは、幼稚園での保育活動だけでなく、家庭における母親との関わりによる影響が予想されることから、幼稚園児の食べ物の名前認知度と保護者(母親)の食への興味や関心との関連について検討を行った。

園児の食べ物名前認知度は、4歳児の正解率はホールが68.0%、カットが60.5%であり、5歳児の正解率ではホールが77.0%、カットが70.5%であった(表2)。また、ほとんどの食べ物で4歳児よりも5歳児の方が正解率が高く、どちらの年齢でもカットよりもホールの正解率が高かった。形状の認知度に差があった食べ物は、たまねぎ・じゃがいもなどであり、カットの試料が白く特徴のないものが多かった。食べ物の名前を回答するときには、見るだけでなく、触ってもよい、匂いを嗅いでもよいことにしたが、日常、切った食べ物を見たり、手に取る機会が少ないため、ホールは知っていてもカットでは分からなかったのではないと思われる。たまねぎはスルフィド類の成分の匂いがし、じゃがいもはでんぷんにより手触りが違うなど、それぞれの食べ物には見るだけでは分からない特徴がある。

我々は複数の幼稚園における園児の認知度を調査し、栽培活動をしている幼稚園の園児の方がしていない幼稚園の園児よりも食べ物の名前をよく知っていることを明らかにした⁸⁾。園児が野菜の栽培を行い実物の生長を見るなどの経験を繰り返すことで、食べ物(ホール)の名前を覚えていくのではないかと考えられる。一方、カットの食べ物は、家庭で母親が調理をするところを園児が見ており、調理されたものが食卓に並び、喫食することで名前が分かるようになると考えられる。しかし、我々が認知度調査に使用したカットの形状は、幼稚園の給食でよく使用される切り方のものを採用した為、家庭での様々な調理に使われる切り方と異なる可能性がある。今後、本調査での切り方と家庭でよく使用される切り方で園児の正解率に違いがあるか、検討する必要があると思われる。

母親の食事作りにおける意識(図1)では、「食品の産地を見て購入している」は、あてはまると回答した者が約50%であった。園児の認知度との関

連において、食品の産地を確かめて購入している母親の子ども(4歳児)は、有意にホールとカットの正解数が高いことが認められた。また、結果には記載していないが、家庭において8割以上の母親は園児と一緒に食材の買い物に行き、園児は母親が買い物をする姿を側で見ていて食べ物に興味を持ったり、母親が食べ物の名前を言っているのを聞いているものと思われる。このことから食品への興味や関心が高い母親の子どもは、母親が食物をよく選んで購入する姿やその食べ物を見て自然に覚えていくものと考えられる。さらに、料理を作ることが好きな母親の子ども(5歳児)は、嫌いな母親の子どもよりカットにおいて認知度が高い傾向が見られ、家庭において園児は楽しく料理を作っている母親の姿を見ており、食材についても母子で話をしているものと思われる。いろいろな種類の野菜を料理に使っている母親の子ども(4歳児)は、ホールの認知度が高い傾向が見られた。料理に意欲的であるから多種類の野菜を使うことができ、食事中にも使った野菜について母親が子どもに話をするので園児の認知度が高くなるのではないと思われる。

家庭における食育と認知度との関連(図2)では、母親がよく噛んで食べるよう注意する園児ほど食べ物の名前認知度の正解率が、4歳児ではカットにおいて、5歳児ではホール・カット共に有意に高かった。このことは、園児が何を食べているか意識して噛むという行動をするためではないかと考えられる。同時に、母親もその食べ物の名前を子どもに伝えているものと思われる。また、子どもが自分で食べようとすることを大切にしている母親の子どもは、5歳児においてホール・カットの両方の認知度が有意に高かった。食べることへ園児が自ら積極的に関わることで、食べ物への関心が高まったと思われる。以上より、知識だけでなく行動(体験)が伴うことで食べ物の名前を覚えていくのではないかと考えられる。

5歳児の母親の食事作りと食生活における意識に関する因子分析(表3)を行った結果、第1因子に旬の食材の使用や主食、主菜、副菜がそろう料理など、因子負荷量が高く料理に積極的な母親の姿が見られた。第2因子では楽しい会話や挨拶・箸使いと食卓でのマナーを子どもに教えていると考えられた。第3因子では、食品の購入についての配慮が見られた。

5歳児のみ、第3因子の「食材の選択」において食べ物の購入に気を配らない母親の子どもほどカッ

トの正解率が有意に低かったが、他の因子においては関連が見られなかった。食品の産地や加工食品の表示内容を見て購入することは母親が食の安全性を考え、家族の健康にも配慮した食事作りを心がけているものと思われる。食材に配慮をしない母親は食事作りへの関心が低く、食べ物の名前も子どもに教えていないのではないかと考えられる。

食育基本法の基本的施策では、第一に家庭における食育の推進をあげている。本研究の園児の母親の年齢は、30～40歳である。平成19年度国民健康・栄養調査の結果から、この世代は野菜摂取量も不足しがちで栄養の偏りが見られ、朝食の欠食率は女性では15%と高く、さらに、痩身志向が高くなっている¹⁴⁾。また、本研究において大半の家庭が核家族であることから、地域の食べ物を使った郷土食や行事食などの食文化も継承されていない可能性がある。長谷川らの研究では、近年、食の外部化が進むことで、家庭での食事が手作りでなければならないという罪悪感がなく、食事に関する必要な知識や技術の不足につながる事が報告されている¹⁵⁾。中食・調理済み食品が食卓に並べば子どもが調理を手伝うこともなく、食べ物の名前を家庭で教えられる機会が少なくと考えられる。家庭内調理を母親が負担に思わず、楽しんで料理ができる支援を食の専門家がすることが必要であると思われる。

今回の調査で、園児は家庭で食事作りの手伝いをあまりしていないことが分かった。食事作りの手伝い(準備・調理・後片付けなど)は、園児の主體的なかわりであることから、食事作りの手伝いを行うことで食べ物の名前認知度が向上すると思われる。家庭においても食事作りを子どもが手伝うことは園児の興味や関心につながり、認知度も向上すると思われる。山口らの研究では食べ物の名前を教えている母親は、食事作りの手伝いをよくさせていた³⁾とあることから、食事作りに関連する手伝いは園児の食べ物の名前認知度の向上に有用であると思われる。

園児の食べ物の名前認知度は、母親が食への意識や関心が高く、また、家庭でも園児の食体験が豊かであることで、食べ物の名前を覚えることが示唆された。我々は幼稚園児を対象に、正解率の低かった食べ物を中心に5歳児に給食の時間を利用して食育介入を行い、認知度調査による教育効果を評価する食育プログラムを作成した。園児に食べ物の名前を教え、よく見て、触って、匂いを嗅いで、さらに食べるという五感を用いた介入を行うことによって食

べ物の正解率が向上することを明らかにした⁷⁾(論文作成中)。食べ物の名前は、園児が五感を通じた経験により覚えていくものと考えられる。幼稚園での栽培・調理活動などの食育活動の情報が園児を通して家庭に発信され、また、家庭で園児が幼稚園での活動を基に食事作りなどの手伝いが進んでできるような連携・協力が重要であると思われる。

引用文献

- 1) 内閣府共生社会政策統括官(食育推進):食育基本法(平成十七年法律第六十三号), <http://www8.cao.go.jp/shokuiku/more/law/law.html>, (2010年9月18日)
- 2) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課:「食を通じた子どもの健全育成(一いわゆる「食育」の視点から)のあり方に関する検討会」報告書について, <http://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/02/s0219-3.html>, (2010年9月18日)
- 3) 山口静枝, 春木敏, 原田昭子:母親の食行動パターンと幼児の食教育との関連, 栄養学雑誌, 54, 87-96, (1996)
- 4) 富岡文枝:幼児への食教育と両親の食意識及び食行動との関わり, 栄養学雑誌, 57, 25-36, (1999)
- 5) 塚原康代:保護者の食意識と子どもの食生活・身体状況—ライフステージ別相違点と相互関連性—, 栄養学雑誌, 61, 223-233, (2003)
- 6) 足立恵子, 中山玲子:幼稚園児の食べ物の名前認知度調査, 栄養学雑誌, 66, 194, (2008)
- 7) 足立恵子, 中山玲子, 土居幸雄:食べ物の名前認知度調査(第3報)—食育介入と効果評価への活用—, 栄養学雑誌, 68, 297, (2010)
- 8) 足立恵子, 中山玲子:幼稚園児の食べ物の名前認知度調査, 第3回日本食育学会総会学術大会抄録, 34, (2009)
- 9) 農林水産省補助事業:社団法人全国野菜需給機構,「母と子の野菜消費動向調査報告書」, (2000)
- 10) カゴメ株式会社:「幼児の食生活と排便実態について調査報告書」好きな野菜・嫌いな野菜, (2005)
- 11) 文部科学省・学術審議会資源調査分科会編:五訂増補日本食品標準成分表, (2005), 国立印刷局, 東京
- 12) 文部科学省:学校保健統計調査報告書(2008)
- 13) 文部科学省:食に関する指導の手引 第一次改訂版, MEXT 1-1012, 東山書房, (2010年6月)

- 21 日)
- 14) 厚生労働省：平成 19 年度国民健康・栄養調査の結果の概要 (2008), <http://www.mhlw.go.jp/houdou/2008/12/h1225-5a.html>, (2010 年 9 月 20 日)
- 15) 長谷部杏子, 草苺仁：調理技術と食の外部化, 神戸大学農業経済, **39**, 37-42, (2007)