茨城大学教育学部紀要（人文・社会科学，芸術）39号（1990）39－56

児童生徒の食生活に関する研究
―― 楽しい食生活を中心に ――

大谷　尚子*・平栗　知子**
（1989年9月9日受理）

On Meals of Students：
Putting Emphasis on Pleasant Eating Habits

Hisako OTANI and Tomoko HIRAGURI
(Received September 9, 1989)

I　は　じ　め　に

食とは，本来，味覚など様々な要求，感情を満たし，幸福にさせてくれる豊かなものでなければならない。生まれたときにはヒトという動物が，人間らしい感じ方・感覚・感受性・知恵を身につけて「人間」になる，その土台が家庭であり，食事の場である。児童・生徒にとっては，家族がゆとりを持って食をつくり，団欒する形で味わいながら食べることが重要であって，食事の「楽しさ」は必要不可欠なものである。[1) 2)]

しかし，現在の食生活は，食べることを個人的行為としてみる傾向が強く，自分がおいしければよい，お腹が満たされればよいという風になっており，食意識の低下が見られる。又「子どもだけの食事」が増え，家族の団欒が消えつつあり，親と子の絆が弱まっている。[3) 4)] 加えて児童・生徒にとって食生活の一部である学校給食にも様々な問題が上げられている。このような食生活が，心身ともに成長期にある児童・生徒に与える影響は重大と思われる。

そこで本研究では，児童・生徒の食生活の実態，楽しい食生活への希望・意見を明らかにし，より楽しい人間性豊かな食生活を考えていこうとしたものである。

II　研究の対象と方法

1　調査対象

福島県下F小学校，茨城県下T小学校・O小学校，茨城県下M中学校における児童・生徒を対象とした。学区は近年開発されてきた農村部の町である。全回答者数は745名で，回収率は88.7％であ

* 茨城大学教育学部教育保健学科.
** 富士通エフ・アイ・ピー.

った。内訳は表１の通りである。

2　調査方法・時期

質問紙調査方法による。

昭和63年９月下旬から11月末にかけての調査である。

3　調査内容

主な調査項目は,(1)朝食　(2)給食　(3)夕食に関して食事内容，食事の時の環境・雰囲気・感じ方・楽しさ感と，(4)外食に関する頻度，楽しさ感である。

表１　調査対象の内訳

	男	女	計
小学４年	74	82	156
５年	82	89	171
６年	83	82	165
計	239	252	492
中学１年	50	39	89
２年	41	47	88
３年	39	37	76
計	130	123	253

Ⅲ　結果と考察

A　現在の食生活の概況

1　食事の内容

1)　食事の量

図１は，「今日は，どの位食べましたか」の質問に対する結果である。

朝食は，「沢山食べた」の回答が少なく，１日の食生活の中で占めるウエイトが他の食事と比べてだいぶ少なくなっている。

なお，全体的にみると，「沢山食べた」とする割合は，中学校より小学生の方が，女子より男子の方が多くなっていた。「沢山食べた」とする自己評価は，満腹感を言うのであり摂食量（絶対量）をさすのではないから，このことをもって中学生より小学生の方が沢山食べたということではない。しかし，小学生の方が中学生より，食に対して「食べたー！」という満足感

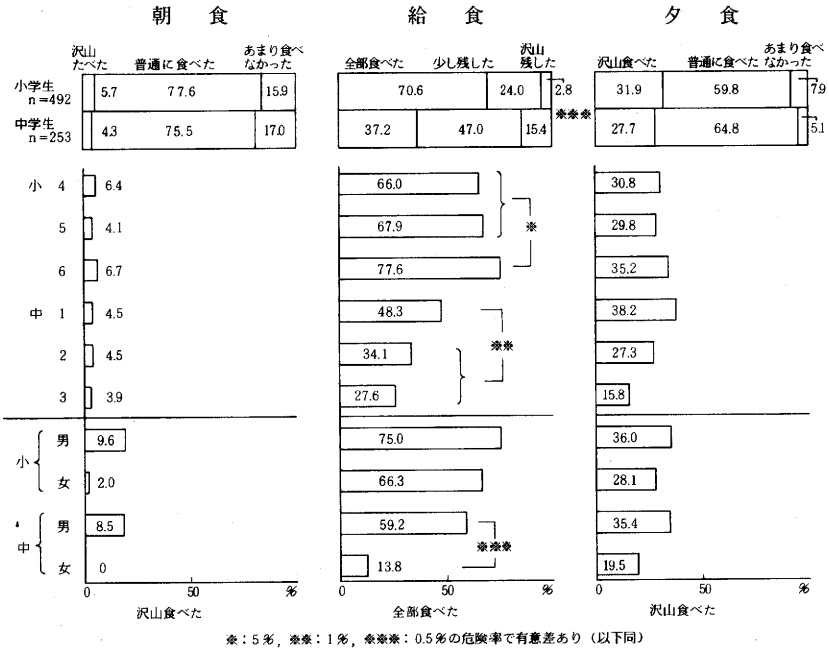

図１　食事した量（食欲の状況）

（成就感）をもっていることが示唆される。また，家庭での食事（朝食・夕食）の場合には，「沢山食べた」の回答率が，学年と共に少しずつ変化し，成長発達段階との関連が伺われる。とくに，小6と中1が食事量（食欲）のピークにあるようだ。給食に関しては，小学生と中学生の間に大きな差異（危険率0.5%）がみられる。これは，給食様式の差異に基づくものが反映していると思われる。

2）おかず

①　量的満足度

「おかずが足りなくて物足りないことがありますか」の質問に対する回答結果を図2に示す。

学年差はみられず，小・中学生共に「物足りないと思わない」の回答は，男子より女子の方に有意に多かった。男子と女子の食欲・食べる量の違いによると思われる。

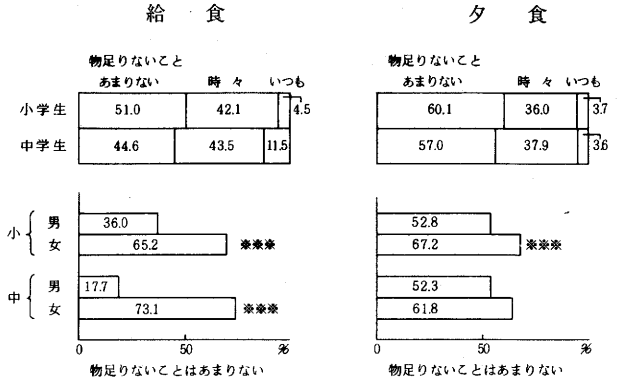

図2　おかずに対する満足感

②　好み

図3は「好きなおかずは出ますか」の問に対する結果である。

夕食については「いつも好きなおかず」と回答した者が小：38%，中：25%を占めた。それに比べ，給食については，その率が小：14%，中：6%と少ない。中学生の場合，「好きなおかずがあまりない」の回答も17%あり（小学生と比べて有意に多い），中学生の給食のおかずに対する不満の強さが伺われる。

なお，夕食・給食共に「好みのおかずがいつも出る」の率が学年が進むにつれ漸減している。成長と共に嗜好の変化（味にうるさくなることも含めて）がみられるのであろうか。夕食は女子の方に好むおかずが出されているようである。

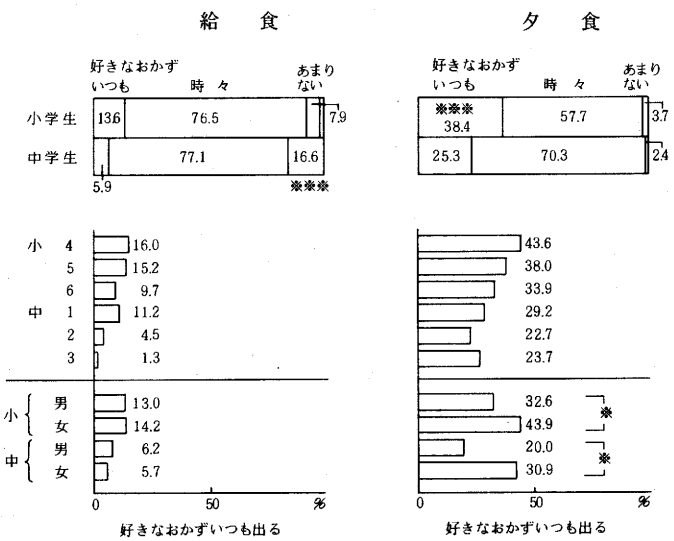

図3　おかず内容に対する好み

3）給食の温かさ，味つけ

給食は集団で配膳して食事する関係上，また給食方式によっては，給食センターなど学校外で作

られたものを食べるため，本来は温かいはずのおかずを冷めた状態で食することにもなる。そのことを児童生徒はこだわっているのであろうか。図4は「本当は温かいおかずなのに，冷めていることがありますか」と質問した結果である。

上級生ほど「冷めてしまった給食を食べている」と思っていることがわかる。また，特に小学生・中学生の間の差が大きいことより，給食方式の影響が大きいと思われる。

図5は，「おうちの味つけと違うおかずが出ますか」の質問に対する結果である。

小学生よりは中学生の方が，また女子より男子の方が「いつも違うと思う」の割合が多い。男子は給食を「全部食べた」のであるけれど，おかずの好みや，温かさ，味つけに不満を持っているという者が多いことになる。

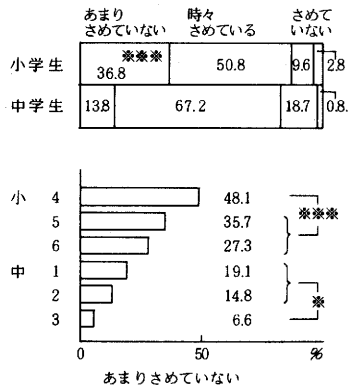

図4　食事の温かさ（給食）

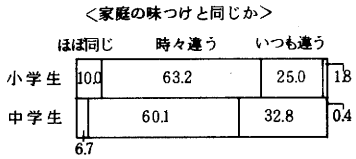

図5　味つけ（給食）

2　食事中の環境と雰囲気

1）一緒に食事した人

図6は「今日の朝（昨日の夕食）は誰と一緒に食べましたか」の回答結果である。

本来，家族が一緒に食事をすれば「父」「母」はほぼ100％に近い値となるであろうが，実際には，朝食時に一緒に食事した父母は30～50％台であった。決して多い値とは言えない。夕食時には，「父と一緒」が50％，「母と一緒」は70％を越し，その他，祖父母，兄弟姉妹も一緒とする割合が増え（朝食時と比べて有意差あり），家族揃った賑やかな団欒の家庭が多くなることがわかる。

逆に，朝食は，祖父母，両親，中・高生(兄姉)，小学生低学年・乳幼児（弟妹）というような幾つかのグループが順次食卓に着き流れ作業式に食事を済ます光景が伺える。

図7は「ひとりで食事した」の割合を学年別に示した。

朝食は，子どもがひとりで摂るという割合が学年の進級と共に増えている。小5で10％を越え，中学生になるとおよそ30％台となる。

それに対し，夕食の場合は，「ひとりで」摂る者が，中3になって急上昇する。朝食をひとりで摂る背景には，生活リズムの夜型

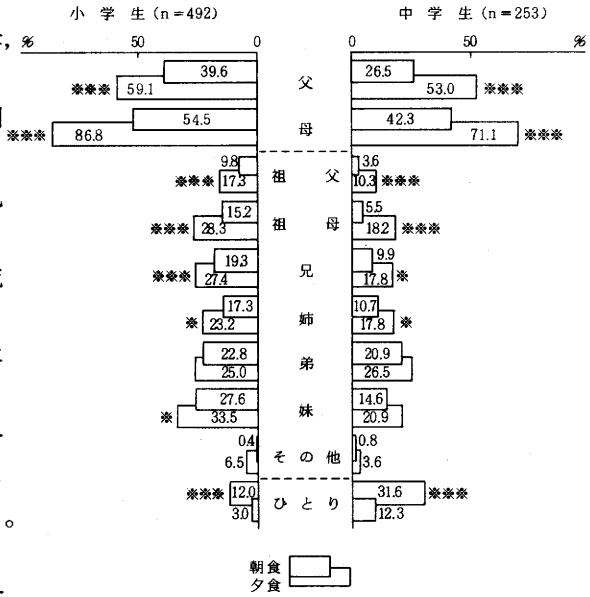

図6　一緒に食事した人

化が関連しているのであろう。そして「夕食をひとりで」という影には，高校受験の塾通いがあるのではないかと推測される。

なお，給食については，担当教師とどのような関わり方で食べるかをみるために，「先生がテーブルをまわったりして近くでお話ができますか」と質問してみた（表2参照）。同じ学級であっても，回答は一様ではなかった。子どもの受けとめ方の差異によるものである。小4の場合は，学級担任が指導・監督者的立場に映るためか，子どもは給食時に担任と話をしたいとは思っていないようであった。

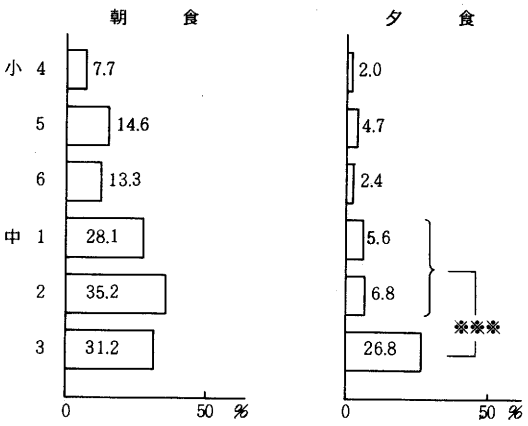

図7　ひとりで食事をした人

2）食事の時間（ゆとり）

図8は「今日の朝（給食，昨日の夕食）はゆっくり食べる時間がありましたか」の質問に対して「はい」と回答した割合を示している。

小・中学生とも，同じような傾向であり，夕食はゆとりあることが認められるが，給食については，60％未満しか「はい」と答えておらず，「ゆとりある食事」とは言い難い。特に中学生女子の場合は顕著である。

図9は，食事のゆとり感の有無と食事量の関係を示したものである。食事時間にゆとりがないと，あまり食べないで済ましてしまったり，給食の場合は残してしまうことがわかる。

図10は，食事の時間に対する児童生徒の意見希望をたずねた結果である。「もっとゆっくり食べたい」の声を重視したいものである。

前問で「ゆっくり食べる時間があった」と回

表2　一緒に食事をした人（給食時の担任との交わり）

先生がテーブルをまわって近くで話しができるか。

		いつもできる	時々できる	あまりない	
小4	n＝156	7.1 %	0 %	92.9 %	※※※
5	n＝171	9.9	34.5	54.4	
6	n＝165	11.5	26.1	61.2	
中1	n＝89	3.4	29.2	67.4	
2	n＝88	11.4	47.7	36.4	
3	n＝76	9.2	26.3	63.2	

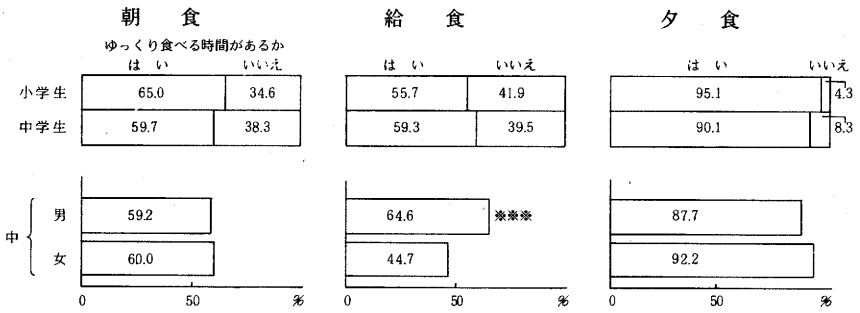

図8　食事時間（ゆとりの有無）

答した者であっても，現状の改善を望み，さらに，ゆっくりと食事そのものを味わいつつ，しかもその雰囲気を楽しむことを希望している（図11参照）。三食のうちで要望が最も多かったのは給食で，50％に及んだ。中1では70％にもなる。女子の要望も多い。今後緊急に改善すべき事項であろう。

3）　食事時の行動

①　会話

図12は「お話ししながら食べますか」の質問に対する回答結果である。

朝食の時は，朝のせわしさ，中学生のひとり食べなどもあって会話無しの者が多い。給食の時は，小5～中2の段階では会話がはずみ，中3になると会話が減少している。給食時の会話は小学生では男子に多く，中学になると女子の方が多くなっている。給食時の会話の状況は，学年差，男女差が顕著と言えよう。

夕食時の会話は，低学年ほど「あり」の回答が多い。学年が進むにつれ会話が減少している。また，家庭での食事の時には，女の子が会話の中心となっている様子がうかがえる。

なお，食事時間にゆとりがある場合の方が食事の時に会話している傾向がみられる中で，中学生の場合は，給食の時の会話の有無と給食時のゆとりの有無とは関連がみられなかった（図

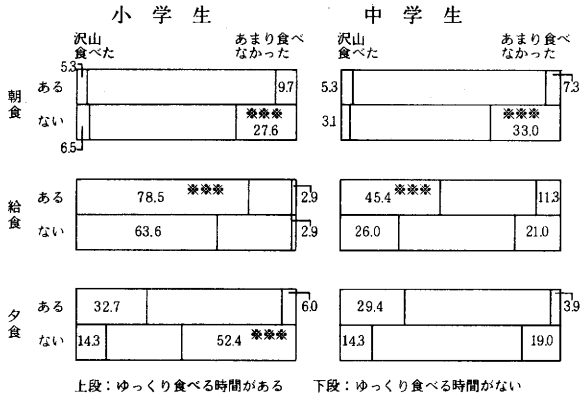

図9　食事時間のゆとりと食べた量

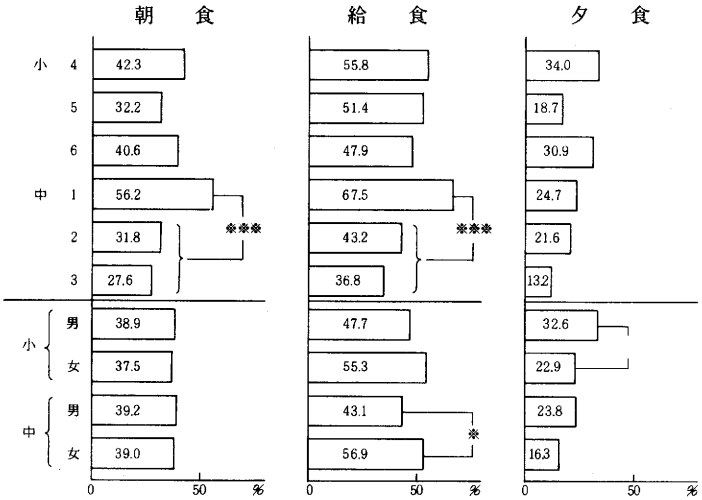

図10　食事時間の希望「もっとゆっくり食べたい」

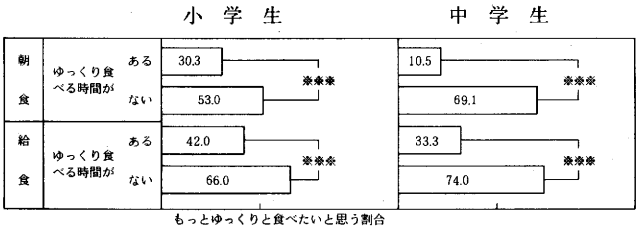

図11　食事の時間の現状と希望

13）。

表3は「どんなことについてお話ししますか。」の質問に対して，「TV」「勉強」「先生」「家族」「その他」の選択肢で回答してもらった結果から，上位3項目をあげたものである。

小学生の場合は，食事の場面が変ろうが，男子，女子それぞれの会話の内容は変らなかった。すなわち，TV，友だち，家族のことに集中しており，男子は1位がTV，女子は友だちのことと決まっていた。それに対し，中学生の場合は，話題の内容は上記の「家族」に代って「勉強」が上位に入り，しかも食事の場面により順位は異なっていた。ことに，勉強のことについては，学校の給食の時には3位であっても，夕食時には2位，朝食時には1位となっていた。また，男女差もみられ，小・中学生とも男子は友だちのことよりTVが話題の上位を占め，女子は友だちの方がTVのことより上位を占めていた。

② TV・マンガのながら食事

図14は「TVを見ながら食べますか」という問に対する回答結果を示す。家庭で「いつも見ながら食事をする」という者は4～5割，逆に「あまり見ない」という者は，朝食で

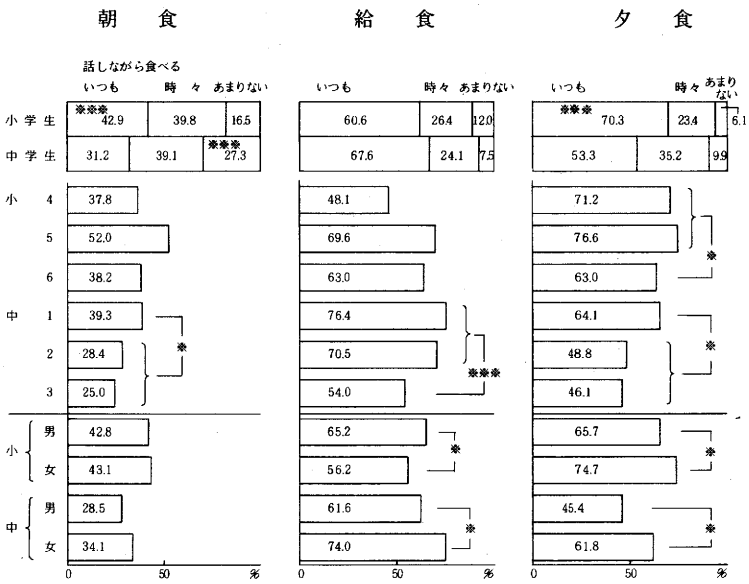

図12　食事の時の会話

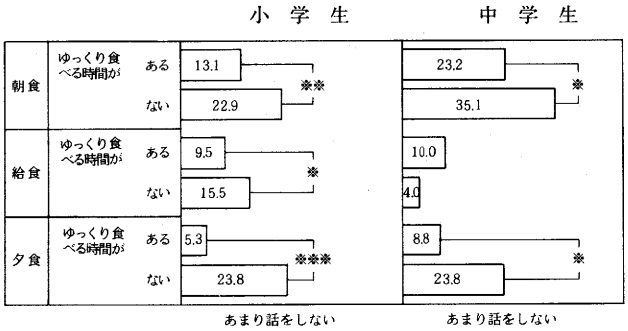

図13　食事時間と会話の関連

表3　会話の内容（上位3位まで）

		朝食 男子	朝食 女子	給食 男子	給食 女子	夕食 男子	夕食 女子
小学生	1位	TV	友だち	TV	友だち	TV	友だち
	2位	友だち	TV	友だち	TV	友だち	TV
	3位	家族	家族	家族	家族	家族	家族
中学生	1位	勉強	勉強	友だち	友だち	TV	友だち
	2位	TV	友だち	TV	TV	勉強	勉強
	3位	友だち	TV	勉強	勉強	友だち	TV

3割，夕食で2割であった。夕食の方が朝食の時よりやや多くＴＶを見ながら食事しているようだ。学年別にみると，小6・中1が視聴率のピークとなっており，また，女子より男子の方が視聴しながら食事しているようだ。

図15は，マンガ・本を見ながら食事している状況を示す。朝食時に本を見ながら食事している者もあり，特に小5・6年生の男子に多い。夕食の時にはさらに中1の男子にながら族が増えている。

③　叱られること

図16は「食事中おうちの人に叱られることがありますか」の問に対する回答結果である。

朝食・夕食ともに同じ傾向があり，低学年ほど「叱られることがある」と回答している。小4年生では半数の者が食事の時に叱られると思っているようだ。逆に中3年生になると，叱られているという受けとめ方はしなくなる。子どもが叱られている内容は図16に示す。「行儀」のことが最も多い。次いで多い内容は「兄弟ゲンカ」で，ことに小学生の場合に多い。

食事の時は，食文化の伝承の機会でもあり，行儀のしつけがなされる家庭は多いであろうが，子どもが叱られていると受けとめている点は「楽しい食事」という観点からは注意を要することであろう。

食事の時に家族が揃うので，兄弟同志のつつき合いや兄弟ゲンカが発生することは自然のことであり，親がその時叱ることも時宜を得ているとも思われる。ただし，「勉強」のことで叱られていると答えた者が6～7％いた点は，食事が親子間のコミュニケーションの場として機能した結果であろうが，子どもの方では「何で（この楽しかるべき食事の時に）そんな話が出てくるのか!?」と困惑している者もいるのではなかろうか。

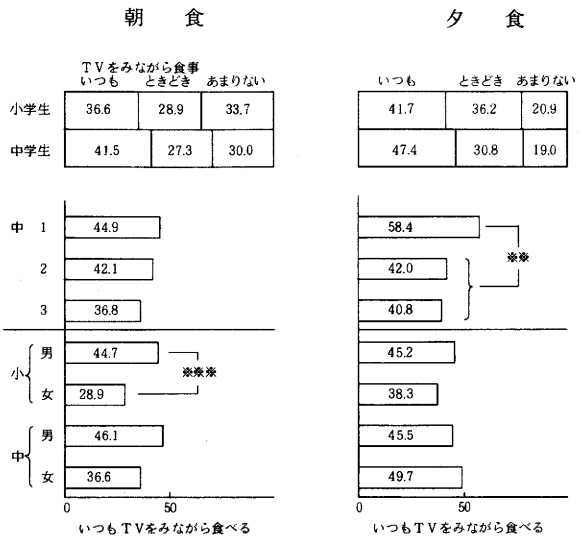

図14　食事の時のＴＶ視聴

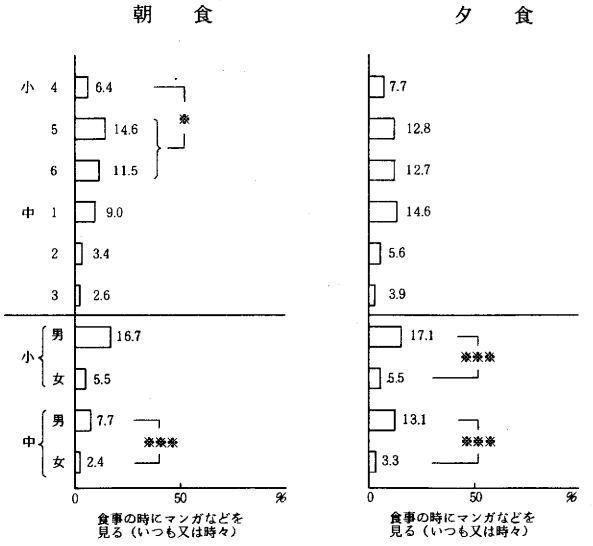

図15　マンガを見ながらの食事（いつも又は時々見る）

3　食事に対する児童生徒の受けとめ方

1）ホッとした気持ち

本来，食事は（「活動」と対比される）休息の時である。その休息であるべき食事の時が，子どもたちにとって，くつろぎを感じることができるかどうかをみると図17の通りである。くつろぎ感を意識しない者が多い。特に給食の時は，学校生活の中の1コマであり緊張が十分に溶けるわけではないようだ。また，中学生は，くつろぎを食事によって得ることが難しい生活を余儀なくされるようだ（朝食の時）。特に中3になると，多くがくつろぎを感じられる夕食の時でさえ，ホッとした気持にならない者が6割もみられることは，受験生活の影を見る思いがする。

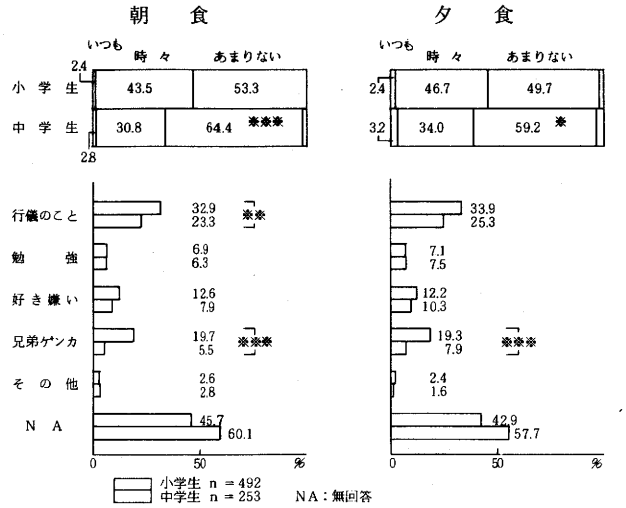

図16　食事のときに叱られること

2）感謝の気持ち

図18は「お母さん（給食のおばさん）が一生懸命作ってくれたものだと思って食べていますか」の質問に対する結果である。（質問文において，食事を作る人を母親＝女性とみなしている点は，適切性を欠いていたと思われる）。

小4年生の時には5割強が「いつもそう思っている」と模範的な(？)回答をしていたが，学年とともにその割合は減少していく。特に，夕食(家庭での食事）に比べ，給食の場合には減少化が顕著である。中学校の給食様式が小学校の

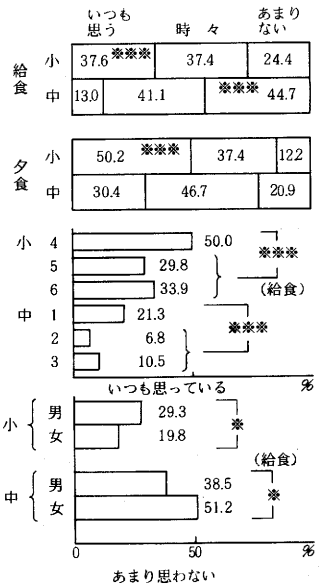

図18　食事を作った人への感謝の気持

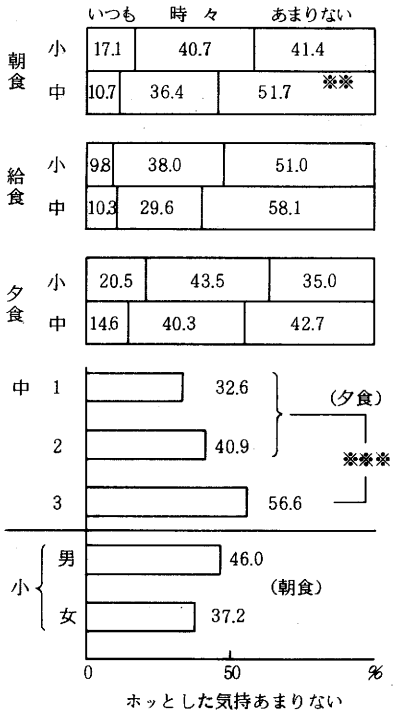

図17　夕食の時のホッとした気持ち

場合と比べて，調理者との心理的距離を置くものになったことも関連するのであろう。

3）楽しい気持

図19は，「朝食（給食・夕食）を食べている時，楽しいと思いますか」の質問に対する結果である。

三食のうちで「楽しくない」の回答が多かったのは，小・中学生とも「朝食」であった。特に小6以上，とりわけ中2・3年生の場合に多く4割強を占めた。「ひとりだけの食事」や朝の忙しさ，生活リズム上の問題などが関連していると思われる。

一方，「とても楽しい」の回答が最も多かったのは小・中学生ともに「給食」であった。特に小4～中1年生は5割が「とても楽しい」としている点は注目される。前述の「ホッとした気持ち」の回答結果とつきあわせてみると，「ホッとした気持」を感じなくても食事を楽しいと感じる者が多いことがわかる。子どもにとって，食事の時のくつろぎ感と楽しいと感じることとは別個のようである。

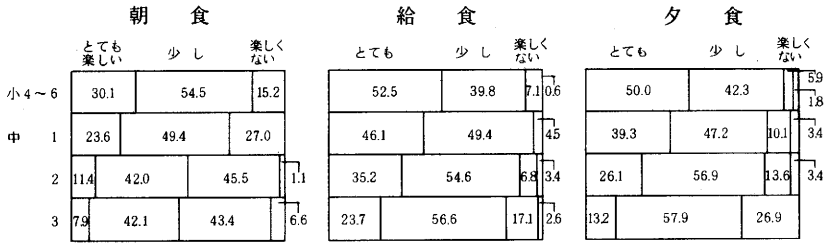

図19　食事が楽しいか

B　子どもの「食の楽しさ」観について

1　外食の楽しみ

1）レストラン食に対する好感状況

近年，ファミリーレストランが家族一緒の食事を設定する場所として利用されることが多くなってきた。外食する頻度は図20の通りである。

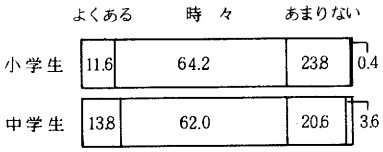

図20　外食する頻度

「外食（レストランで食事）をする時，楽しいと思いますか」の質問に対して図21のような結果であった。

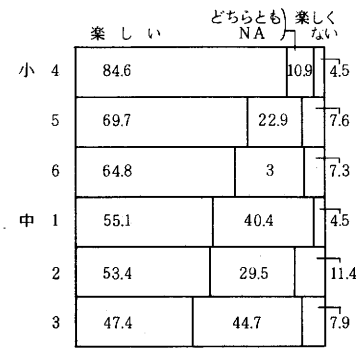

図21　外食の楽しさ感

「楽しい」が小学生で73％と高率である。また，男子より女子の方が外食を楽しく思っているようだ。

なお，小・中学生ともに高学年ほど「楽しい」と思う割合が減少し，場所の如何にかかわらず，食の楽しさが薄れていることを示している。

また，図22の通り，「家で食事をするのと，レストランで食事をするのでは，どちらが好きですか」の質問に対して，「どちらも好き」が最も多い回答であった。学年が進むにつれ，「家庭で

の食事」を好むグループと「レストランでの食事」を好むグループが少しずつ増加している。小4年生の時は，ややレストランでの食事の方を好む傾向にあったが，小5年生以上になると家庭での食事の方を好む傾向が強くなる。小学生では男女差がないが，中学生になると男女差がみられ，女子は家庭での食事を好み，男子はレストラン食を好んでいた。

2）　レストラン食の効用

「家庭での食事」「外での食事（レストラン食）」が好きな理由をあげると表4の通りである。

家庭での食事は落ちつきがあること，レストラン食はおいしいものが食べられることが各々1位を占めた。子どもたちから家庭での食事に求められることは，他人のことを気にせず緊張せずに落ちついてゆったりした気分で食べられること，すなわち，雰囲気が重要になるのであろう。それに対し，レストラン食は，おいしい物が食べたいという欲求によるところが大きい（特に男子）。次いで，「家族みんなが揃っている」「うきうきしてくる」「色々な話ができる」など，食事の雰囲気に関することが列挙される。本来これらは，「食事をとる場所の如何にかかわらずもつ『食』の特徴である。今日では，このような『食』のもたらす効果は，家庭よりレストランにおける方が，得やすい状況にあることを示している。家庭での食事が今日失っているものを，さし示していると言えよう。

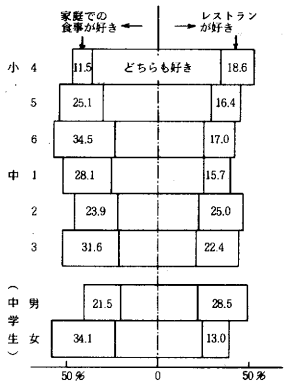

図22　外食・家庭食に対する好み

表4　家庭での食事・外食の好きな理由

家庭での食事が好き	小学生 n=492	中学生 n=253	レストランでの食事が好き	小学生 n=492	中学生 n=253
1　落ちついて食べられる	16.5	23.3	1　おいしいものが食べられる	18.5	23.7
2　家の方がおいしい	15.7	11.1	2　家族みんなが揃っている	13.8	11.1
3　TVがみられる	8.3	9.1	3　うきうきしてくる	12.4	10.7
4　おなかがいっぱいになる	6.5	4.7	4　色々な話ができる	6.1	5.9
5　その他	1.2	2.0	5　手伝いをしなくていい	6.3	4.0
			6　叱られない	2.6	2.0
			7　その他	0.6	0.8

2　楽しさの受けとめ方に影響する要因

『食』の楽しさを感じている者とそうでない者など，子どもの『食』に対する受けとめ方は多様であった。そこで，子どものとらえる食の楽しさを分析するために，子どもの食事の状況と『食』を楽しいと感じているかということの関連をみてみた。

例えば，食事の量と楽しさとの関連をみると図23の通りとなる。このような手続きで，子どもの食に対する楽しさの受けとめ方に影響すると思われる事項について有意差検定（χ^2検定）をした結果を整理したものが，表5である。

表5　食事の楽しさに関連する要因

	「とても楽しい」の回答が有意に多い群			「楽しくない」の回答が有意に多い群		
	朝食	給食	夕食	朝食	給食	夕食
① 食事した量（食欲）		※※(中) 全部食べる		※※※(小) あまり食べない		※※※(小) あまり食べない
② 好みのおかずの出品頻度		※※※(小) いつも出る	※※※ いつも出る		※※※(小) あまり出ない	
③ おかずの温かさ		※(小) さめていることはあまりない			※※(中) いつもさめている	
④ 一緒に食事した人		※※※ 先生がテーブルの周りをまわる				
⑤ 食事のための時間				※※※ ゆっくり食べられない		※※※ ゆっくり食べる時間がない
⑥ 食事の時の会話		※※※ いつも話をしながら食べる	※※※(小) いつも話をしながら食べる	※※※ あまりない		※※※ あまりない
⑦ 食事時のＴＶ視聴			※※※(中) ＴＶあまり見ない			
⑧ 教室の感じが異なった気持		※※※いつも思う				
⑨ ホッとした気持ち	※※※ いつもホッする	※※※ いつもホッとする	※※※ いつもホッとする	※※※ あまりホッとすることがない		
⑩ 作り手への感謝の気持		※※※ いつもある	※※※ いつもある			※※※ あまりない

※印は有意差有りとする場合の危険率を示す（※：５％，※※：１％，※※※：0.1％）。小・中学生共に有意差があったものを示すが，(小)(中)が付記されているものは，有意差有りが，小学生のみの場合あるいは中学生のみの場合を示す。

この表より，食を楽しくするためには，食欲のある状態で食卓に座り，おかずは好みにあうものを適度な温かさで与えられ，一緒に食する人があり，ＴＶを見ずに，話をしながら，ゆっくりと時間をかけてとることが望ましいようだ。

ホッとした気持ちや感謝の気持ちがあれば一層楽しさも増すし，楽しくあれば，また，ホッとした気持ちや感謝の気持ちももてるような余裕が生まれてくることも明らかとなった。

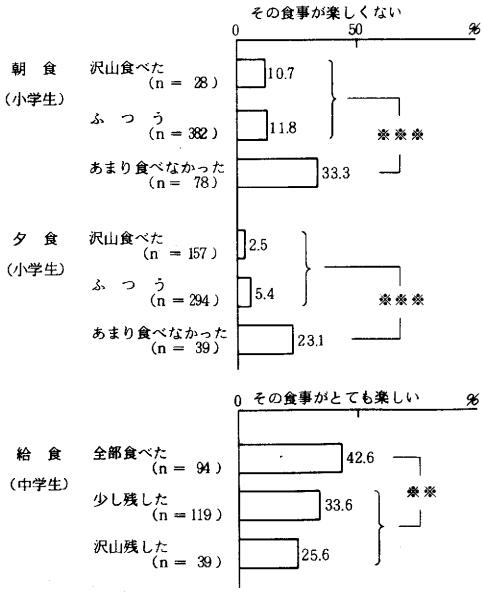

図23　食事量（食欲）と楽しさとの関連

3　楽しく食事をするための子どもの要望

1）希望の有無

表6は,「あなたは『もっと朝食（給食・夕食）の時間が楽しくなったらいいなあ』と思いますか」の質問に対して「はい，いいえ」で回答を得た結果である。

「もっと楽しく」という子どもの要望は，学年差がはっきりみられ，小4年生ほど強く，中3年生になるほど要望率は減少する。

給食に対して「もっと楽しく」と要望する率は，朝食・夕食の場合と比べて多くなっている。現行の給食に対する感想では前記の通り「とても楽しい」と受けとめているのであるが，さらにそれ

以上の楽しさを求めていることがわかる。

なお，現在の食事に対して「楽しくない」と評価している群が「もっと楽しくなってほしい」と改善の要望意見を出すかと言うとそうではなく，かえって逆に「楽しくなりたい」要望は「現在楽しい」とする群より有意に少なくなっていた。楽しくない状態を当然視したり，あるいは諦めや無関心がそうさせていると思われる。

2）楽しい食事にするための要望事項

「あなたは，もっと楽しく食事ができるようになるには，どうしたらよいと思いますか，3つ選んで下さい」の質問に対して10項目の選択肢を設けた結果を図24示す。また，「その中からひとつ一番こうしたいと思うものを選んで下さい」の設問に対する回答も図中に示した。

表6　もっと楽しくしてほしい
（児童生徒の要望）

	朝食	給食	夕食
小4 n=156	88.5	93.6	87.2
5 n=171	80.7	85.9	74.8
6 n=165	70.3	77.6	72.7
中1 n= 89	62.9	79.8	69.7
2 n= 88	48.9	69.3	54.6
3 n= 76	40.8	48.7	42.1
小男 n=239	77.0	81.6	72.4
女 n=253	82.2	89.3	83.8

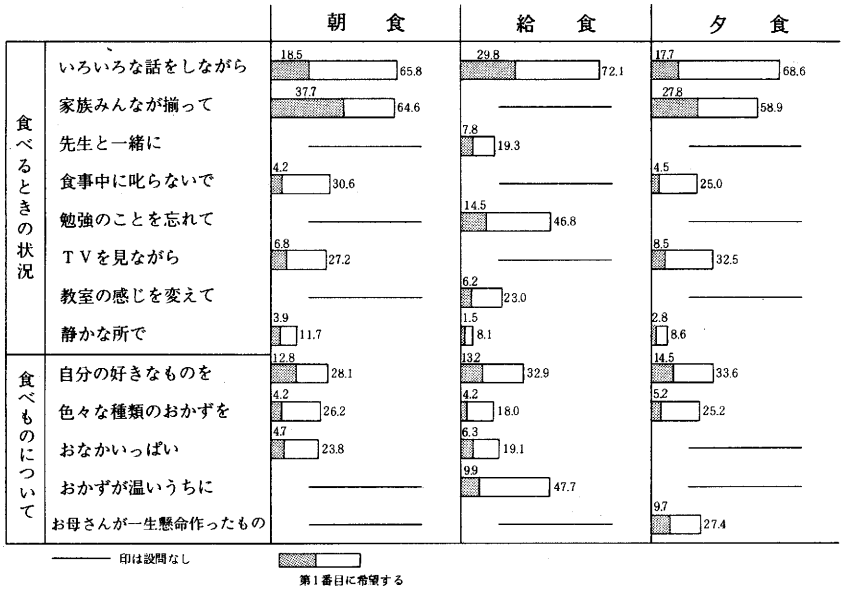

図24　食事を楽しくするための希望内容

「色々な話をしながら食べたい」「家族みんなが揃って食べたい」という意見は6割強の高い要望率であった。食事の内容そのものより，『食』を人間とのつながりの機会として位置づけていることからくる要望である。ことに，「3つのうちの中でも一番こうしたいもの」として選択されたものの1位は「家族みんなが揃って食べること」であったことは注目・傾聴すべきであろう。この「共に食べる」ことこそ共食・共育[5]・教育と結びつく子どもの心身の健全な成長発達に不可欠なこ

とがらである。

給食に対しては，楽しい給食の条件として，「おかずが冷めないうちに食べたい」が重要な要素になることに注目したい。

3）要望の背景（その1，学年差・性差）

表7は，子どもの要望のうちで学年による差や男女による差が認められたものを列挙している。

低学年（小学生）ほど，また，女子の方が，「楽しい食事」に関心をもち多様な要望をかかげていることがわかる。男子の要望は，「TVを見ながら，自分の好きなおかずを食べて，おなかいっぱいにすること」が『楽しい食事』であると受けとめているような食べ物に対する志向である。このことは，おやつの楽しさに対する受けとめ方と同様である。[6)]

4）要望の背景（その2　現行の食事の状況による要望内容の違い）

図25は，現行の朝食の状況と朝食を楽しくするための要望内容との関連をみようとしたものである。朝食の時に会話のある群は，小・中学生ともに「いろいろ話しながら食べたい」という要望が多くなっている。逆に，会話のない群は，「好きなものを食べたい」という要望が強い。会話を楽しむ家庭での食事は，さらに楽しさを増すものとして，子どもが会話を求めてくる。

表7　食事を楽しくするための要望内容
（学年差・男女差）

要望内容に学年差があったもの		要望内容に男女差があったもの	
低学年<高学年	低学年>高学年	男子>女子	男子<女子
<給食>静かな所で（中）	いろいろ話しをしながら（中） 家族みんなが揃って 先生がテーブルをまわる <朝食>叱られないで	TVを見ながら	いろいろ話しながら 家族みんなが揃って 先生がテーブルをまわる <朝食>叱られないで
<給食・夕食>自分の好きなものを	お母さんが一生懸命作ったもの	自分の好きなものおなかいっぱい	

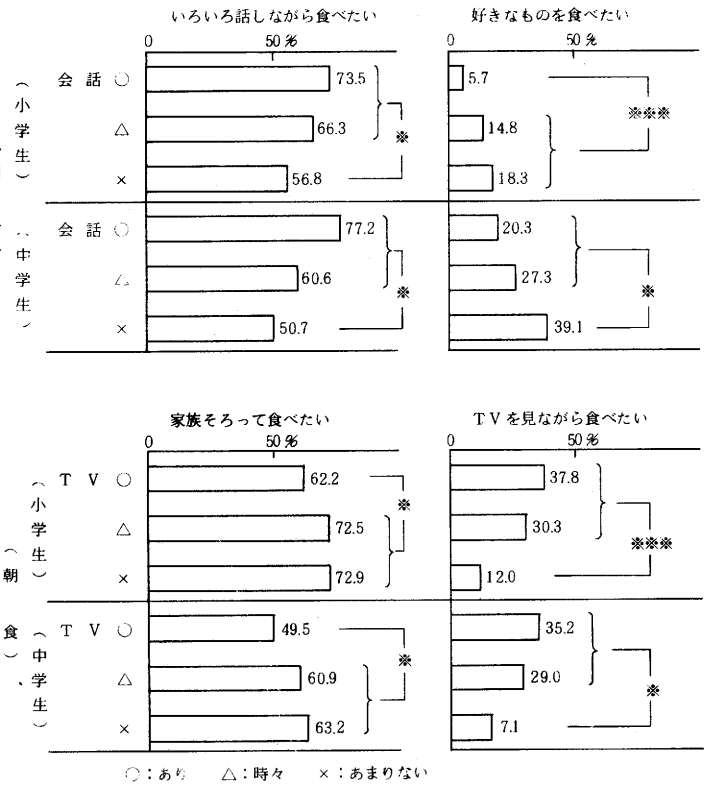

図25　食事の状況別にみた要望（朝食について）

『食』に関わる人間的交流を重視する一群である。それに対し会話のない家庭では子どもは，好きな食べ物によって楽しさを獲得しようとしている。

また，食事の時にＴＶをあまり見ない子どもは，一層「家族揃って食べたい」という要望を出して，『食』を人間的交流の場として深めていこうとする姿が認められる。

それに対しＴＶをいつも見ながら朝食をとっている子どもは，家族揃って食べたいという要望は前記の群より少なくなり，逆に「ＴＶを見ながら食べたい」と現状を肯定し，さらに，それを追い求める姿が浮かび上ってくる。ＴＶやマンガ・本のながら族における，『食』に対する関心は，人間的交流より，食べ物そのものに限定される傾向にある。

上記のような手続きで，朝食・給食・夕食各々について，要望の背景としての現行の食生活の状況と要望との間の関連性を調べ整理したのが表８～10である。

表８　朝食に対する要望の背景

背景となる要因＼要望	食べる時の状況				食べもの		
	①いろいろ話をしながら食べたい	②家族揃って食べたい	③ＴＶを見ながら…	④静かな所で…	⑤好きなものを…	⑥色々な種類を…	⑦おなかいっぱい…
会話　あり群	◎	◎					
会話　なし群				◎	◎	（中）	
ホッと気分　あり群	◎	（小）					
ホッと気分　なし群			（小）	（中）	（小）		
ＴＶ　見る群			◎				
ＴＶ　見ない群		◎					
マンガ・本　見る群							
マンガ・本　見ない群	（小）	（小）					
沢山食べる群							（小）
沢山食べない群							
叱られることあり群			（中）				
叱られることなし群							

各々の要因において，上段群と下段群と対照させて，小学生・中学生各々別個に検定してみた結果，両者共に有意な差があったものに◎をつけた。（　）で記したものは小学生のみあるいは中学生のみの場合を示す。
（表９，10も同じ）

表９　給食に対する要望の背景

背景となる要因＼要望	食べる時の状況				食べもの			
	①いろいろ話をしながら食べたい	②先生と一緒に話しながら…	③勉強のことを忘れて…	④静かな所で…	⑤好きなものを…	⑥色々な種類を…	⑦おなかいっぱい…	⑧温かいうちに…
会話　あり群	（中）		（中）					
会話　なし群				（中）	（中）	（中）		
ホッと気分　あり群		（小）					（小）	（小）
ホッと気分　なし群								
先生が巡回する群			（小）					
先生が巡回しない群		（小）						
教室気分変わる群		（中）					（小）	
教室気分変らない群		（小）						
全部　食べた群							（中）	
全部　残した群								
好きなおかず出る群	（小）							
好きなおかず出ない群					◎			
味つけ家のとあう群								（中）
味つけ家のあわない群					（中）			
いつも物足りない群					（中）		（中）	
いつも物足りない満足群	（中）							
おかず冷めている群					（中）			◎
おかず冷めていない群	◎					（小）		

表10　夕食に対する要望の背景

背景となる要因 ＼ 要望		食べる時の状況						食べるもの		
		①いろいろ話をしながら…	②家族揃って…	③TVを見ながら…	④本を読みながら…	⑤静かな所で…	⑥叱られないで…	⑦好きなものを…	⑧色々な種類を…	⑨一生懸命作ってくれたものを…
会話	あり群	◎	◎							
	なし群			(小)	(小)	(中)		◎	(小)	
ホッと気分	あり群	◎	(中)							(中)
	なし群				(小)					
TV	見る群			◎				(小)		
	見ない群		◎							◎
マンガ・本	見る群				(小)					
	見ない群	(小)	(小)							
感謝の気持	あり群	(小)	◎							◎
	なし群			◎	(小)			(小)	(小)	
叱られること	あり群						(中)			
	なし群									
沢山食べた	群									(小)
あまり食べなかった	群					(小)		(小)		
すきなおかずが出る	群	(小)	(小)							
	出ない群									
いつも物足りない	群									
	満足群		(小)							

「①色々な話しをしながら食べたい」という要望を持つ者は，現在，いつも話しながら食べている群（会話あり群），おかずや環境に不満が無い群が，対照群（例，会話なし群）に比べて多かった。次の「②家族揃って食べたい」と同種の背景を持つ要望である。

「②家族揃って食べたい」という要望は，現在話をしながら食事している群，ホッとした気持ちになる群，ＴＶを見ない群，おかずに不満のない群が，対照群に比べ有意に多く選択していた。現在の食の状況が，非常に望ましい形ですすめられている家庭の子どもからの要望ということになる。

「③食事の時にＴＶを見たい」という要望は，現在いつもＴＶを見ている群，会話の無い群，ホッとした気持ちにならない群において，対照群に比べて多く選択されていた。『食』そのものがもつ楽しさを求めるのではなく，ＴＶによって代替させようとしている。

「④マンガ・本を読みながら食べたい」という要望は，現在マンガを見ながら食べている群，現在食事の時に会話のない群の場合に多く出されている。

「⑤勉強のことを忘れて食べたい（給食の時）」という要望は，現在食事の時に会話のある群，担任がテーブルを回って共に食事する群から多く出されていた。

「⑥静かな所で食べたい」は，現在食事の時に会話をしない群，ホッとした気持にならない群において多く選択されていた。『食』を人間交流の場として捉えていない中での要望である。

「⑦好きな物を食べたい」とする要望は，好きな物が出ないなどおかずの出され方に不満のある群，話をしない群から多く出されていた。

「⑧おかずの種類を多く」という要望は，食事中に会話のない群から多く選択されていた。

「⑨おなかいっぱい食べたい」という要望は，沢山食べた群（食欲旺盛でもある群），おかずに物足りなさを感じている群，ホッとした気持になる群から多く出されていた。

「⑩お母さんの手作りの物を……」という要望は，ＴＶを見ない群，ホッとした気持になる群，作り手に感謝しながら食べる群に多い意見であった。和かな雰囲気の中で食生活が行われていると

想定される子どもから出された要望である。

Ｖ　ま　と　め

子どもの食生活を本来備えておくべきと思われる『楽しさ』という観点からとらえてみるために，子どもを対象に質問紙調査を実施し，次のような知見を得た。

1）現在の食生活の概況を，食事の量（食欲，満腹感の獲得），おかずに対する満足度，給食固有の（家庭食とは別個に存在する）問題点の有無からとらえてみたところ，子どもたちの食生活は，心身の影響の大きさを考えると，決して望ましい状況ではなかった。

2）食事中の環境・雰囲気についてみると，家庭で家族が一緒に食べる状況は崩れ，食事中の会話のなさや，ＴＶ・マンガのながら族の出現がある。

3）食事のときを，ホッとしたり楽しい時と感じる子どもは必ずしも多くはない。特に中学生・受験生（中３）は，心身にゆとりのない生活を食事の時の気持ちのあり方から伺える。

4）外食（レストラン食）に対する子どもの期待は，おいしいものが食べられるという食べる物への関心がまず第一であった。次いで子どもたちは，本来の家庭での食事で得られる『食』の効果を家庭での食事に代って外食に期待していた。

5）子どもが『食』を楽しいと受けとめるための条件は，食欲・おかずの内容・適温・共食・団欒および時間的ゆとりであった。

6）子どもが『食』をもっと楽しくしてほしいとする要望は，40～90％（中３～小４）にみられた。特に学校給食への要望は強い。

7）『食』を楽しくするための具体的事項として子どもがあげたことは，「色々な話をしながら食べたい」「家族揃ってみんなで食べたい」などが多かった。

8）楽しい食生活にするための要望事項は，学年差や男女差がみられた。男子は女子に比べて食べ物志向であり，女子は男子に比べて食事の場を重視する傾向にあった。

9）現在の食生活が，『食』の場を人間的交流の機会として機能させている家庭の子どもの場合には，それを一層助長させるような『食』への要望事項が出された。逆にそのような機能がみられない現在の食生活にある子どもは，食べ物やＴＶをもって楽しい食生活の実現をはかろうとしていた。

最後に，本調査にご協力下さいました児童生徒・学級担任・養護教諭・校長先生に深く感謝いたします。

注

1）塙和子・大谷尚子，1980．「児童の食生活の実態――学校と家庭の連携から――」『学校保健―その研究課題と方法』第３集，pp.271－279．（東山書房）．

2）大谷尚子・岩浪紀佳美．1986．「子どものおやつの実態――おやつのとり方と楽しさについて――」『茨

城大学教育学部紀要（人文・社会科学，芸術）』35号，pp.138－148.
3）足立己幸．1987．「これからの食生活をどうとらえるか」『厚生の指標』34巻7号，pp.61－62.
4）和田典子．1984．「いま親の背を見て子どもは育たない」『食べもの通信』157，pp.10－11.
5）大麻南．1985．「『食共育』これからの課題は」『食べもの通信』173，pp.18－19.
6）前掲誌 2).