

子どもの嫌いな食物の克服への支援 —大学生の回想法による調査研究から—

○ 藤原正光 (文教大学)

番場梨彩 # (目黒区立田道保育園)

問題と目的

長谷川智子・今田純雄 (2001) は、嗜好する食物の種類について「幼児は大学生よりも健康に必要な食物を嫌い、おやつとなる食物を好む。また発達につれて、甘味が減少し苦味・酸味への嗜好が増加する。」と述べている。

このような食物嗜好の変化は、体調が急激に変化する思春期と関連しているといえるのだろうか。

本研究では大学生の回想法による調査結果から、①嫌いな食物の種類、②嫌いな食物の理由、③嫌いな食物を克服した時期、④家庭や幼稚園・保育園で受けた嫌いな食物の克服への支援、について検討した。

研究方法

調査対象者：某私立大学生 166 名 (男性：58 名，女性：108 名)。

調査内容：調査対象者自身の食物嗜好について、以下の項目への回答を求めた。

①幼児期と大学生の嫌いな食物の有無、②幼児期に嫌いであった食品 (33 種類) の有無とその理由

(2 つ選択：ア味，イ食感，ウ見た目，エにおい，オ舌の違和感，カ気持ち悪くなる，キ吐き戻したことがある，ク食べ過ぎた，ケ食わず嫌い)，③幼児期に嫌いな食品の克服時期 (1 つ選択：ア幼児期，イ小学生，ウ中学生，エ高校生，オ大学生)，④克服した理由 (2 つ選択：ア調理法，イ家族の影響，ウ友だちの影響，エ先生の影響，オ食べる機会が増えた (給食など)，カ無理に食べた，キ食べたらいしかった，ク他のものと一緒に食べた，ケ知識 (健康に良いとわかった))，⑤幼児期に受けた家庭での食育 (9 項目) と保育園・幼稚園での食育 (8 項目) の調査 (いずれも 4 件法)。

結果と考察

1. 幼児期と大学生の嫌いな食物の有無と嫌いであった理由

(1) 嫌いな食物：「有り」の割合は幼児期 (146 名，88.0%) > 大学生 (124 名，74.4%) ($p < .001$)。幼児期には有意な性差はないが，大学生は男性 (63.8%) < 女性 (80.6%) ($p < .05$) であった。

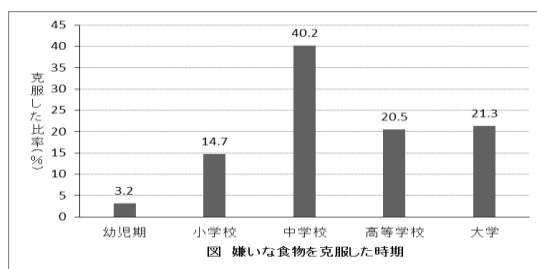
幼児期に嫌いな食物の種類 (33 種類中) は，レバー (44.6%)，セロリ (36.1%)，ピーマン (36.1%)，なす (28.3%)，にんじん (16.3%) であった。

(2) 嫌いな食物の理由：レバーは味 (33.6%)・

食感 (24.8%)，セロリは味 (51.4%)・におい (24.8%)，ピーマンは味 (63.3%)・におい (20.0%)，なすは味 (38.6%)・食感 (34.9%)，にんじんは味 (56.5%)・食感 (17.4%)・におい (17.4%) であった。

2. 幼児期に嫌いな食物の克服時期と理由

(1) 克服時期：上述の嫌いな食物 (5 種類) の全体の克服率は 14.7% であった。克服時期は，図示したように中学時代が最も高い%を示していた。



(2) 克服できた理由：レバーは「食べてみたらおいしい」(30.0%)，にんじんは「調理法」(25.0%)・「食べる機会の増加」(25.0%)，セロリは「食べてみたらおいしい」(31.0%)，ピーマンは「調理法」(21.9%)・「他のものと一緒に」(20.3%)，なすは「食べてみたらおいしい」(31.0%)・「調理法」(26.2%) となっていた。

3. 幼児期に受けた食育

(1) 家庭での食育：9 項目を因子分析 (主因子法 プロマックス回転) した結果，因子 1・注意及び指導 ($\alpha = .623$) 「好き嫌いはいけない」「全部食べるまで注意」など 4 項目，因子 2・食べさせる工夫 ($\alpha = .601$) 「嫌いなものを食べると褒めてくれた」「調理法の工夫」など 4 項目を抽出。平均得点には，因子 1 (2.98) > 因子 2 (2.44) が有意であった。

(2) 保育園・幼稚園での食育：8 項目を因子分析した結果，因子 1・食べさせる工夫 ($\alpha = .614$) 「おいしくなる魔法」「褒めてくれた」など 4 項目，因子 2・注意及び指導 ($\alpha = .623$) 「全部たべる指導」「好き嫌いはいけない」など 3 項目を抽出。因子 1 (2.45) < 因子 2 (2.78) であり，家庭と同じ「注意及び指導」が食育の中心となっていることが伺えた。