

研究ノート

家庭での箸の指導からみた 幼稚園児保護者の箸の持ち方と食に対する意識

篠原 啓子^{※1}

The Relationship between How Parents of Kindergarteners Hold Chopsticks and Dietary Awareness

Keiko SHINOHARA^{※1}

ABSTRACT

The purpose of this study is to verify whether the practice of dietary education at home can objectively be assessed by how they hold chopsticks. To achieve this, we conduct a questionnaire survey of 191 parents of kindergarteners to see the relationship of parents' awareness of diet and how they hold chopsticks and arrange dishes in meals, and to see how it relates to their children's way of holding chopsticks. Then we divide the parents into three groups according to the level of diet-awareness, and look into those who hold chopsticks correctly to find whether they are aware of their correctness. Also we study 73 kindergarteners using chopsticks on videotape in order to judge the relationship of holding manners of chopsticks between parents and their children.

As a result, 47.6% of the 191 parents hold chopsticks correctly. 49% of them know whether their manner is correct or not, 28% do not, and 23% don't care about it. As for how to arrange dishes, 51% of the parents are right, 25% of them are not, and 17% don't have a specific pattern. 26% are right in both holding chopsticks and arranging dishes.

In the group with the highest level of diet-awareness, the number of the parents correct in both of the two items is larger than that in the other two groups ($p<0.01$). As for the children's holding manners of chopsticks, 26% of them are mature-type, 59%, transition-stage-type, and 15% immature-type. 78% of the parents train their children to use chopsticks correctly at home with different frequencies, 33% of whom do not know that their own manner is right or not, or don't care about it.

It is evident from this survey that there is a relationship between parents' holding manners of chopsticks and diet-awareness and how their children hold chopsticks. But the fact that the transition-stage-type children make up 59% suggests that children in this age range are in the process of developing the function of fingers. Therefore, further study to locate the critical point of correcting the holding manner of chopsticks is needed to answer the research question.

※1 日本大学短期大学部 (三島校舎) 食物栄養学科 准教授 Associate Professor, Junior College (Mishima Campus), Nihon University

1. はじめに

平成17年6月の食育基本法制定に基づき、平成18年度から開始された食育推進基本計画は、平成28年度から第3次基本計画となり、若い世代や多様な暮らしに対応した食育推進、食文化の継承などが重点目標として追加された¹⁾。第1次基本計画からの10年間で、学校給食での地場産品の利用状況や教育ファームでの農業体験などの項目は、着実に進展し、保育や教育の場での食育活動は定着している。加えて、近年では学校における食育の評価方法の理論化についても研究がなされている²⁾。一方、生活スタイルや意識、家族形態の多様化から、食育に関心を持っている国民の割合や、家族が揃って食事をする共食回数などは目標値に届いてはおらず、家庭での食育の効果は測りにくいのが現状である。幼児期の食環境は、保護者の食や健康に対する意識や態度に影響を受ける。ゆえに、これまで保護者の食への意識と子どもの朝食の摂取状況^{3・4)}や和食食材等の摂取状況^{5・6)}や食事のあいさつ⁷⁾など食態度についての関連性の調査は多数報告されている。箸の持ち方についての調査⁸⁻¹³⁾も、これまでいくつか報告されているが、幼児期の食育との関連を検討したものは少ない。

箸や茶碗（以下、食具）の持ち方や使い方は、幼児期に体得する基本的な生活習慣の一つである。そこで、家庭での箸の指導状況を評価項目として園児の箸の持ち方を観察し、幼稚園児保護者の食具の使い方と食に関する意識調査の関連について横断的調査を行った。

2. 方法

2.1 調査対象

2015年7月に、静岡県三島市内の2つの幼稚園（N園・K園）に在籍する3歳から5歳の子どもをもつ保護者191人（N園年中・年長児保護者133名 回収率89%、K園年長児保護者80名 回収率98%）を対象に、箸の持ち方と食器配置、食に関する意識についてのアンケート調査を行った。さらに家庭での箸の指導状況調査のため、箸の持ち方のビデオ観察調査をK園で行った。K園の対象者は、保護者アンケートの回答があり、2回の箸の持ち方のビデオ撮影ができなかった園児5人の保護者を除いた73人である。なお、K園の対象者の除外の有無による年齢、就業形態、家族構成、食具の使い方と自己認識に有意な差はなかった。

2.2 アンケート調査

食に関する意識調査の項目は、森脇ら⁵⁾を参考に、「料理は手作りが基本である」「市販弁当や惣菜を多用しない」「冷凍食品やレトルト・インスタント食品を多用しない」「主食・主菜・副菜など栄養バランスを考慮する」など家族の食事作りに対する【食意識】7項目。「よく噛む、偏食しない」「子供だけで食べさせない」「間食は量と時間を決めて与える」「食事の手伝いや買い物などに子供を参加させる」など子どもへの【食態度・食教育】11項目。「夕食は決まった時間に食べる」「塩辛いものを控える」「脂っこい料理を控える」「食物繊維の多い食品を毎日1品以上食べる」「食品の種類を多く摂る」「栄養や食事に関する情報の収集」「適度な運動を週2回以上行う」など調理者自らの【健康意識】8項目とした。【食態度・食教育】には、幼児の食習慣や生活態度に影響を及ぼすと考えられる食事の作法についての項目を富岡⁶⁾の調査を参考に「箸を正しく持つ」「食事の際のあいさつをする」「食べ物を残さないなど食べ物と人々の関わりを教える」を追加し、全26項目を設けた。項目の回答は4段階（いつもそうである、時々そうである、あまりそうでない、そうではない）とした。

2.3 ビデオ観察調査および箸の持ち方判定

園児の箸の持ち方のビデオ観察調査は、平成27年の7月と9月の2回行った。1回目は、園児が同じ状況で箸を使えるように紙粘土等で作成した食品模型、配置シート、杉の割りばし（長さ21cm）を用意した。割りばしは、園児の手のサイズよりやや長いことから、箸の持ち方に影響を与えないか確認するため、2回目は、各自の箸でお弁当を食べている状況を撮影し、問題のないことを確認した。保護者の箸の持ち方と園児の箸の持ち方の判定は、内閣府調査の箸の持ち方のイラスト¹⁴⁾を使用した（図1）。正しい持ち方（選択肢5：以下No.5）を成熟型、No.2とNo.3の持ち方を移行型、それ以外を未成熟型（その他）とした。

2.4 統計解析

食に関する意識調査は、「食意識」「食態度・食教育」「健康意識」の3つの回答の4段階尺度に4点から1点までを与え、合計点数の高い順から均等に3つのグループに分けた。食具の使い方は4つの群に分け、箸の持ち方と自己認識が整合・茶碗の置き方が正解している群（箸茶碗○群）、箸の持ち方は整合だが茶碗の置き方は間違っている・または気にして

いない群（箸○、茶碗×△群）箸の持ち方は間違っている・または気にしていないが茶碗の置き方は正解群（箸×△、茶碗○群）箸・茶碗いずれも不整合・不正解または気にしていない群（箸茶碗×△群）とした。

調査対象の保護者の属性、保護者の食具の使い方と食に関する意識について、ならびに園児と保護者の箸の持ち方の関連は、SPSS Statistics 23（日本アイ・ビー・エム株式会社、東京）を用いてPearsonのカイ二乗検定し、5 %未満を有意水準とした。

2.5 倫理的配慮

アンケートは無記名とし、通し番号を記入したシール付きの封筒に入れ、保護者への配布および回収は幼稚園を通じて行った。園児のビデオ撮影に関しては、入園の際、園が撮影の同意を保護者に得ているため園長に撮影方法を説明し、その同意を得た。撮影にあたっては、担任教諭が、保護者アンケート調査番号と同じ番号シールを園児の箸を持つ手に貼り、調査者は、園児が特定されないよう配慮しながら園児の背中側から箸を持つ手のみを撮影した。アンケート調査の方法ならびにビデオ撮影、対象者からの同意書については、日本大学国際関係学部倫理委員会委員長に報告し、許可を得てこれを実施した。

3. 結果

3.1 調査対象者の属性

調査対象者の属性を表1に記す。対象者は全員母親である。K園は、N園に比べ30代の割合が高く、家族構成は父母と子どもの核家族で専業主婦が多かった。K園は、20代、パート勤務、三世帯同居の割合が高く、年代と就業形態に有意な差がみられた。箸の持ち方と自己認識は、K園56%、N園44%、茶碗の配置は、K園56%、N園48%とともにK園の方がN園より正しい割合が高い傾向にあるが、食具の使い方や認識で両園に有意な差は認められなかった。

箸の指導は、「いつも行う」「時々行う」を合わせて両園とも約80%の人が行っていると回答していた。

表1：調査対象者の属性

人数	N園 118	K園 ^a 73	P値*
【年代】			0.007
20代	20%	4%	
30代	55%	68%	
40代	25%	27%	
【就業形態】			0.057
専業主婦	67%	77%	
フルタイム	2%	5%	
パートタイム	23%	16%	
家内業	8%	1%	
【家族構成】			0.112
父母と子	72%	85%	
三世帯同居	21%	11%	
母子家庭	3%	1%	
母子と祖父母	1%	3%	
四世代同居	3%	0%	
【箸の持ち方】			0.967
成熟型（No.5）	47%	48%	
移行型（No.2と3）	43%	44%	
その他	9%	8%	
【茶碗の配置】 ^b			0.475
向かって左	48%	56%	
向かって右	26%	23%	
決まっていない	20%	19%	
【箸の持ち方の認識】			0.256
回答と整合	44%	56%	
回答と不整合	30%	25%	
気にしていない	26%	19%	
【箸の指導】			0.361
いつも行う	42%	51%	
時々行う	40%	27%	
あまり行わない	16%	21%	
ほとんど行わない	2%	1%	

a) 園児のビデオ撮影ができなかった5人を除く

b) 左利き各園5人除く * Pearsonカイ二乗検定

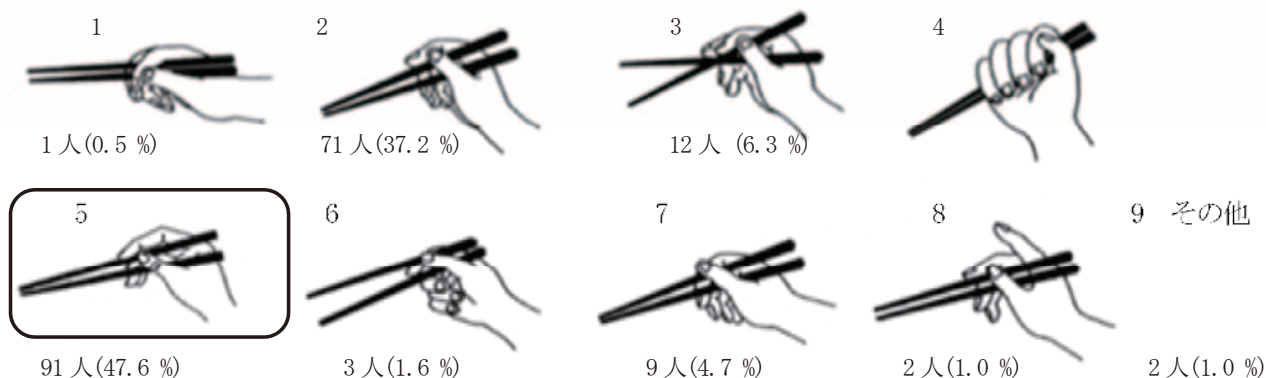


図1：保護者の箸の持ち方の回答状況 n=191人

3.2 保護者の食具の使い方の回答状況と箸の持ち方の自己認識

図1に保護者の箸の持ち方の回答状況を示す。この中で、上下2本の箸のうち、下の箸を親指の付け根と薬指の腹で固定し、上の箸を中指と人差し指の先端部で軽くはさみ、親指の先を箸にそえるNo. 5が正しい箸の持ち方である。

自分の持ち方がNo. 5であると回答した割合は47.6%、次に多かったのがNo. 2の37.2%だった。なお、左利きは10人だった。

保護者が自分の箸の持ち方をどのように認識しているかを図2で示す。全体の49%が、自分の持ち方をNo. 5と回答し、自己認識と整合していた（No. 5以外の持ち方をしているので直したいと思っている29人を含む）。しかしながら、28%は、No. 5以外を回答しているが自分の持ち方は正しいと思っている認識のずれがあった（持ち方はNo. 5と回答しているが、これを間違っていると認識している4人を含む）。また、持ち方を気にしていないと回答している人は24%だった（No. 5と回答している23人を含む）。

茶碗の置き方の回答状況を図3に示す。左利きの人を除き、茶碗は向かって左側に配置すると正解を回答している人は約半数で、25%は誤った配置、17%は置き方が決まっていないと回答していた。

箸の持ち方と茶碗の配置がともに正解していた人は全体の26%だった。箸の持ち方と茶碗の置き方の回答の正誤や認識には、年齢や就業形態、家族構成、保護者自身が小学生の頃の共食状況の違いによる統計的な有意な差は見られなかった。

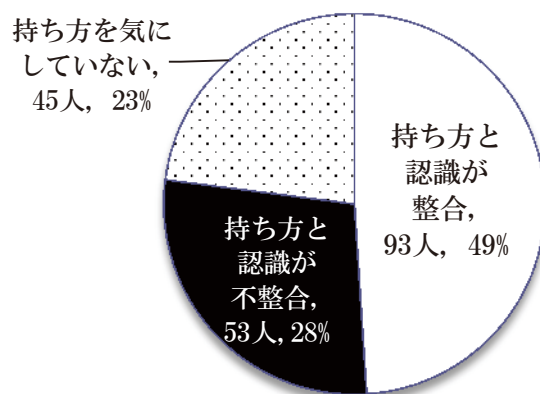


図2：保護者の箸の持ち方の回答状況と自己認識 n=191人

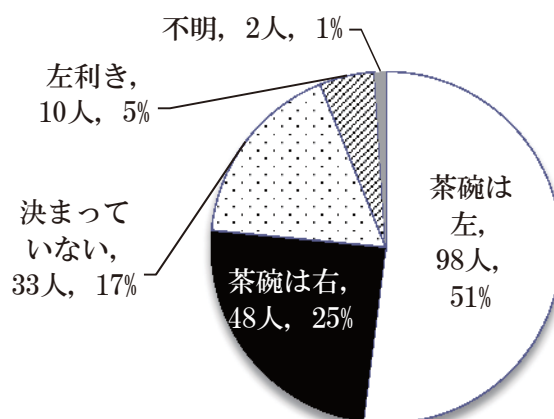


図3：保護者の茶碗の置き方の回答状況 n=191人

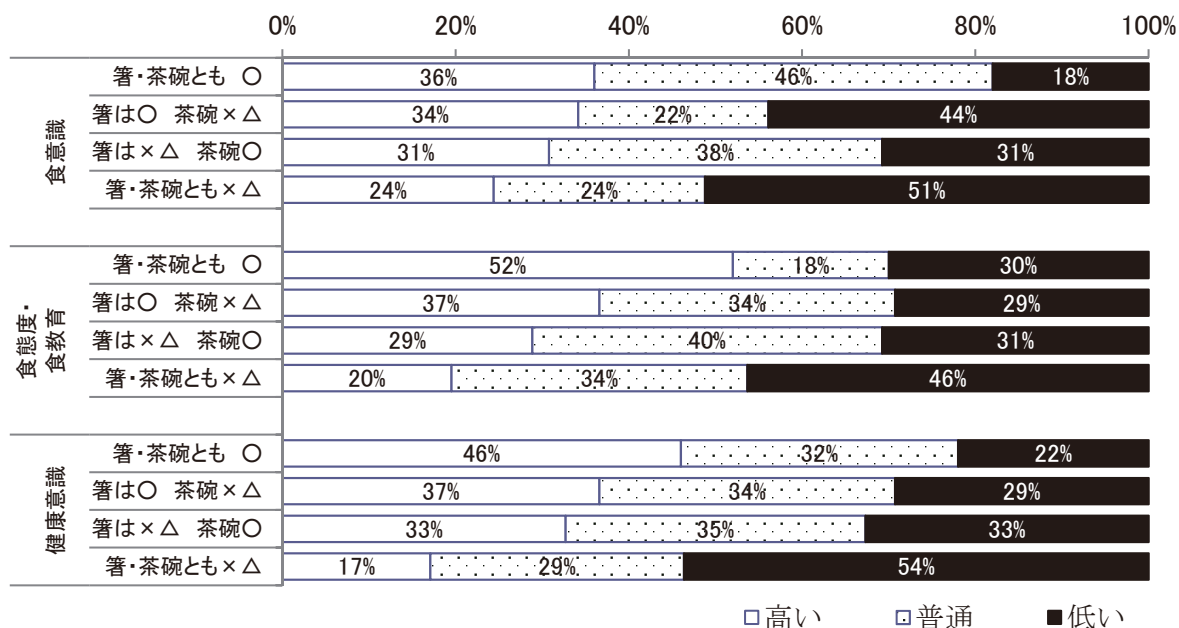


図4：食具の使い方の認識と食に関する意識 n=184人 左利き、無回答者12人除く

○：使い方と認識が整合 ×使い方と認識が不整合 △使い方を気にしていない

箸・茶碗とも○ (50人) 箸○茶碗×△ (41人) 箸×△茶碗○ (52人) 箸・茶碗とも×△ (41人)

【食意識】 χ^2 値 14.9 p=0.02 【食態度・食教育】 χ^2 値 14.5 p=0.03

【健康意識】 χ^2 値 13.1 p=0.04

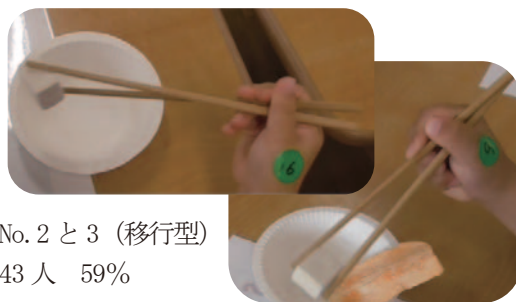
3.3 食具の使い方の認識と食に関する意識との関係

食具の使い方の認識と食に関する意識との関係を図4に示す。食具の使い方を正しく認識している群は、食に関する意識が高く、誤った認識や気にしていない群の意識は低かった。惣菜等市販食品の利用や主食・主菜・副菜を揃えた栄養バランスを整えた食事などの状況を尋ねた【食意識】の項目、食事の際のあいさつ、箸の持ち方、よく噛んで食べる等、食に関する躰や間食について尋ねた【食態度・食教育】の項目、塩分、脂質、野菜の取り方や運動習慣について尋ねた【健康意識】のいずれの項目で群間に有意な差があった。図表の記載はないが、N園、K園の結果に有意な差はなかった。

No. 5 (成熟型)
19人 26%



No. 2 と 3 (移行型)
43人 59%



3.4 園児の箸の持ち方と保護者の箸の持ち方の関連

園児の箸の持ち方は、成熟型が、保護者48%に対し園児26%、移行型は44%に対し59%で、園児は移行型が最も多く観察された(図5)。園児と保護者の箸の持ち方の関連を図6に示す。園児に移行型が多いため、保護者と持ち方が同じである園児の人数と持ち方が異なる園児の人数には差がないが、園児の持ち方が保護者と同じ群の方が成熟型の割合が多く、有意な差がみられた(P=0.001)。



その他の持ち方 (未成熟型)
11人 15%

図5：園児の箸の持ち方

3.5 保護者の箸の持ち方の自己認識と箸の指導状況

家庭での箸の指導の実施状況は、有意な差はないものの、箸の持ち方の自己認識が整合している保護者は「いつも行っている」「時々行っている」と回答している人が多い傾向が示された。また、保護者自身の持ち方の正誤を気にしていない人は、指導の頻度にばらつきがみられた（図7）。

3.6 親子の箸の持ち方と箸の指導の状況

親子の箸の持ち方と箸の指導状況の関連では、成熟型の園児の人数は、箸の指導を行っている保護者の成熟型に多かった。移行型の持ち方の園児は、箸の指導を行っている成熟型、移行型の保護者に同数みられた。また、その他の箸の持ち方をしている保護者も箸の指導をよく行っていた（図8）。

4. 考察

4.1 保護者の食具の使い方について

平成22年度に行われた内閣府の「食事に関する習慣と規範意識に関する調査報告書」¹⁴⁾によると30代女性（n=130人）では、正しい箸の持ち方（No.5）と回答した者の割合は56.2%、No.2と回答した者の割合が26.2%でこれに続き、それ以外の回答の割合は全て僅かであると報告している。同様に、茶碗の置き方は、ご飯を左に置くとしている割合が62.3%、右に置くは20%、決まっていないは17.7%であった。本調査では、これに比べると箸の持ち方の正解者は47.6%、茶碗の置き方は51%でやや正解率が低かった。しかし、内閣府の報告はインターネット調査であることを考慮する必要がある。

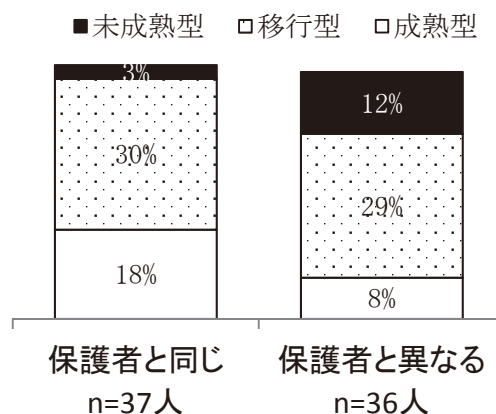


図6：園児と保護者の箸の持ち方の関連 n=73人

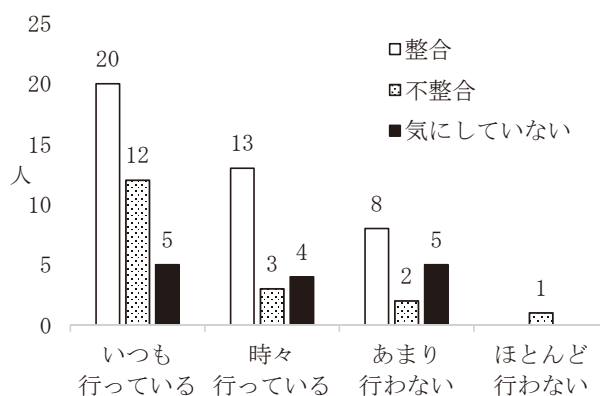


図7：保護者自身の箸の持ち方の自己認識と箸の指導の関連 n=73人

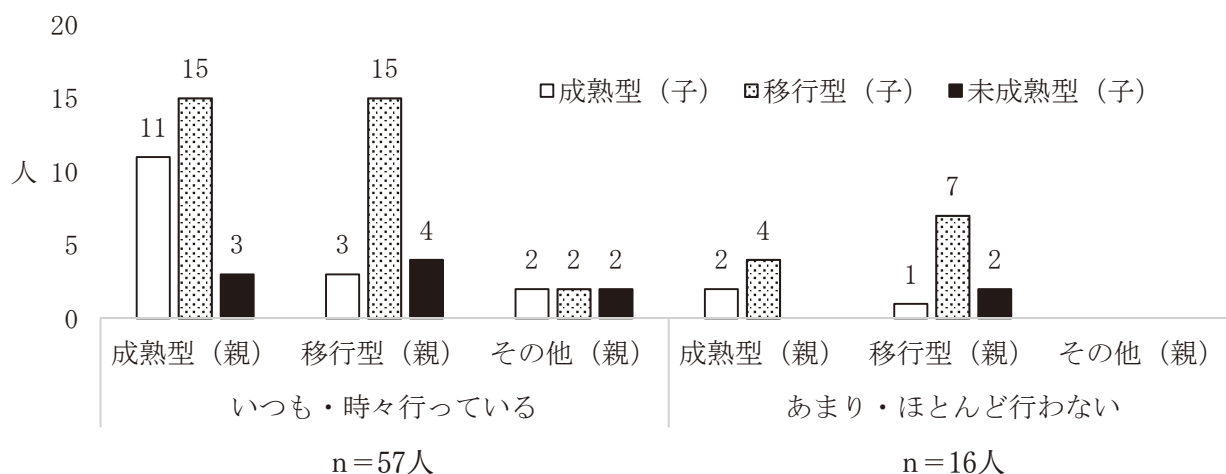


図8：親子の箸の持ち方と箸の指導の状況 n=73人

1980年に行われた向井ら⁸⁾のアンケート調査では、小学1年生が55.6%、中学1年生は67.6%、短大生では68.8%が正しい持ち方をしていると報告している。同じく1981年の短大生111人の観察調査の報告では、71.2%が正しかったとされている⁹⁾。1991年に行われた奥田らの大学生54人の観察調査の報告では、正しい持ち方は46.3%だった¹⁰⁾。これらの先行研究の結果から、箸の正しい持ち方をしている人の割合は年々減少しており、本調査の結果はほぼ妥当と考えられる。

4.2 保護者の箸の持ち方の自己認識と箸の指導について

本アンケート調査では、食の意識の高さと食具の使い方の認識の正しさには関連があるという結果が得られた。一方、保護者の箸の持ち方の自己認識では、4分の1強の人に持ち方と認識にずれがあり、「持ち方を気にしていない」と回答している人の割合は4分の1弱であった。K園での観察調査では、箸の指導を行っている人数は、持ち方と自己認識が整合している保護者が多かったが、持ち方の誤認に気づかずに教えている保護者や、自分の持ち方は間違っているが、子どもには正しい持ち方を教えているなどいろいろな保護者がいる現状がわかった。本調査と評価項目は異なるが、保護者の食意識と子どもの食生活・身体状況をみた横断的な調査¹⁵⁾では、食意識の得点が高くても食事調査を行ってみると、実際に使用する食品バランスには偏りがあり、意識と実態が乖離していることを報告している。家庭での食の作法は、なぜそうすべきかという根拠がないまま、こうしなさいと教えたり、教えられてきたものである。このため保護者の食に対する意識により、食の作法は変化する可能性は大きい。

本調査にみられるこのような箸の指導と保護者の自己認識のずれの理由として、長年、箸の持ち方を調べてきた谷田貝¹⁶⁾によれば、「1940年生まれを境に正しく箸を使えない人が増えてきており、これは戦中戦後の混乱期に、親が子に箸の躰をする余裕がなく、箸を使う食べ物も減っていたためでないか」と推測し、「身近なモデルである親が箸をきちんと使えないことが常態化した。」と述べており、参考意見のひとつとなる。また、箸の持ち方を気にしていない保護者で、箸の指導状況にばらつきがみられた背景には、箸がうまく使えない、正しい使い方を知らないなど持ち方の修正ができないことを理由とする意見と、食べられればよい、食べ方は個人の自由であ

ると箸を道具のひとつであると捉える考えがあるのではないかと推察する。

4.3 園児の箸の持ち方について

本観察調査では、園児の箸の持ち方は、成熟型が26%に対して移行型が59%と多く観察された。谷田貝らは、1936年に行われた山下の調査¹¹⁾を2003年に追試した結果「箸を正しく使うことは、山下調査は3歳6か月には80%に達しているが、本調査では6歳でやっと78.7%で大きな開きがある。しかし、本調査での持ち方の判定は母親が行ったものなのでやや信ぴょう性は低く、一見したところ正しく使っている程度と考えるのが妥当と考える。」と報告している¹²⁾。

また、箸の持ち方のように体得する学習は、一旦、誤った持ち方に慣れてしまう（固定化する）とこれを大人になって修正することが困難となる臨界期があるとされる。同じ山下と谷田貝らの調査では、箸の持ち方の固定化には2年半の差があったことを明らかにしている。一方、河村らの2008年の小学1年の観察調査では、中指が上下の箸の間に入って比較的正しい持ち方をしていた子どもは16.8%だったと報告している¹³⁾。これらの先行研究から子どもの箸の持ち方は、成熟型が減少してきている傾向が推察される。しかしながら、これらの先行研究は、調査の方法に違いがあり、加えて本観察調査は、さらに10余年調査年次の開きがある。ゆえに、本研究の結果をこれらの先行調査と比較することは妥当性を欠くため、さらなる追試が必要とされる。

1回目のビデオによる観察調査では、ミニトマト、ブロッコリー、焼き魚の紙粘土模型と凍り豆腐を21cmの杉の割りばしで配置シートの同じ形のところに移動させる作業をした。成熟型の子どもの箸使いは、箸の長さが園児の手よりやや長いものの、箸の動きはスムーズだった。一方、移行型は途中で箸先を揃えたり、指の位置を動かしたり作業に安定的な動きがみられなかった。向井ら^{8・9)}によると、正しい持ち方では、親指が上の箸を支えると同時に下も動かすだけでなく、人差し指の筋肉や指を広げたり閉じたりする背側骨間筋の活動が高くなる。このため箸先の角度を自在に操ることが可能で「つまむ」「切る」「はさむ」など多目的な対応ができ、大変機能的であると述べている。また高橋は、箸と鉛筆の持ち方には関連性があり、箸の持ち方は姿勢や視力にも影響を与えることを明らかにしている¹⁷⁾。本調査でも自分の持ち方は気にしないが子どもへの箸の

指導を行っているという矛盾した行動をとる保護者が少なからずいたことから、このような先行研究の結果を示しながら、保護者がその意義をはっきり意識できるような支援の方法を考えていく必要がある。

5. まとめ

本研究において、食の意識が高い保護者は、食具の使い方も正しく認識できていることが確認された。一方、園児の箸の持ち方は、正しい持ち方へ移行する段階が多く、保護者の中には誤った持ち方のまま箸の持ち方を指導している現状が明らかになった。今後は、箸の持ち方について、保護者がその意義をはっきり意識できるような支援の方法を考えていく必要がある。

6. 参考文献

- 1) 農林水産省平成27年度食育推進施策(食育白書)
http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/pdf/gaiyou_all.pdf
- 2) 赤松利恵, 稲山貴代 他: 望ましい食習慣の形成を目指した学校における食育の評価, 日本健康教育学会誌 23 (2), pp.145-151 (2015)
- 3) 綾部園子, 小西史子 他: 朝食からみた幼児の食生活と保護者の食意識, 栄養学雑誌 Vol.63 (5), pp.273-283 (2005)
- 4) 真名子香織, 久野鍛一恵: 朝食の食欲がない幼児の夕食の食欲と生活時間・共食, 遊ぶ場所, 健康状態との関係, 栄養学雑誌 Vol.61 (1), pp.9-16 (2003)
- 5) 森脇弘子, 小田光子 他: 小学生の食生活・生活習慣に及ぼす調理担当者の意識, 栄養学雑誌 Vol.64 (2), pp.87-96 (2006)
- 6) 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 Vol.57 (1), pp.25-36 (1999)
- 7) 名村靖子, 東根裕子 他: 保護者の食意識が幼稚園児の食生活、食関心に及ぼす影響, 大阪教育大学紀要 Vol.57 (2), pp.27-36 (2009)
- 8) 向井由紀子, 橋本慶子: 箸の使い勝手について—箸の持ち方(その3)—, 家政学雑誌 Vol.34 (5), pp.269-275 (1983)
- 9) 向井由紀子, 橋本慶子: 箸の使い勝手について—箸の持ち方(その2)—, 家政学雑誌 Vol.32 (8), pp.622-627 (1981)
- 10) 奥田和子, 渡邊裕季子, 林香枝: すべりどめ塗り箸の使いやすさと衛生, 調理科学 Vol.26 No. 4, pp.342-348 (1993)
- 11) 山下俊郎: 幼児に於ける基本的習慣の研究(第一報告), 教育第4巻第4号 pp.114-138 (1936)
- 12) 谷田貝公昭, 高橋弥生: 「データでみる 幼児の基本的な生活習慣」一藝社 2007年
- 13) 河村美穂, 高橋愛: 箸の持ち方と食生活との関連, 埼玉大学紀要57 (2), pp.37-46 (2008)
- 14) 内閣府食育推進室, 食事に関する習慣と規範意識に関する調査報告書, 平成22年1月<http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/1025343/www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h21/netchosa/pdf/p069-098.pdf>
- 15) 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 Vol.61 (4), pp.223-233 (2003)
- 16) 高橋ひとみ: 「箸の持ち方」「鉛筆の持ち方」と「姿勢」と「視力」の関連, 桃山学院大学総合研究所紀要30 (2), pp.1-11 (2004)
- 17) 朝日新聞: Re:お答えします, 2015年1月18日朝刊 pp.31