

目的 現代の食生活の問題の中に子供の孤食があり、1人での食事と家族と一緒にでは、食の意識がどう違うのか調査し、食事環境が食行動に及ぼす影響を知ろうとした。

方法 調査はアンケート法により行ない、第1回は短大生・高校生女子 341名を、第2回は短大生女子 290名、高校生 416名、中学生 474名を対象にした。アンケートは集合調査法により、食事に対する意識、食事のイメージ、食事の量、1人での食事の考えなどについて質問し、クロス集計、因子分析などを行ない、食意識と環境について検討した。

結果 ①短大生・高校生女子では、年齢が高くなるに従って、調理は洋風から和風へ、無意識な食べ方からダイエット、健康を意識した食べ方へ、食事を単なる食べ物から社会的意識を持つものへと意識が変化しているのがみられた。②精神的状態による食事の量の変化は、全体的に「うれしい」「家族や友人と一緒に」の時は増加した。女子では、「不満」「イライラ」の状態では食事が増加する者の率が男子よりも多く、また年齢が高くなるに従って精神的な影響を受け易くなっていた。高校生男子では、「失恋」「イライラ」で、食事量が減少する者が女子より多かった。③「1人の食事」に対するイメージを因子分析すると、中学生においては、「否定的」や「あきらめ」のイメージが強く、高校生においては、「否定的」や「あきらめ」に「開放」のイメージが加わり、大学生においては「否定的」と「あきらめ」などのイメージが混合していた。また、女子に比べ男子の方が「1人の食事」に対して、仕方がないが楽しいなど肯定の要素が含まれている傾向がみられた。