

## 子どもの食事づくり参加に関わる要因の検討

## (1) 成長に伴う変化

名古屋女大家政 ○熊沢昭子 内島幸江 酒井映子

目的 子どもの食生活状況を明らかにするために、幼児期から学童期までの食事づくり参加に関わる要因について、成長に伴う変化を踏まえて検討したので報告する。

方法 調査対象は名古屋市内の幼稚園2園の5歳児男87名、女99名、小学校2校の7歳児男108名、女104名、9歳児男110名、女103名、11歳児男107名、女97名の合計815名の子どもの母親である。調査時期は平成5年6月中旬とした。調査項目は食生活状況、調理経験、調理道具の使用状況などであり、質問紙による留置調査法を用いた。

結果 ①食事の手伝いを毎日させている者は各年齢ともほぼ10%程度、時々手伝わせている者はほぼ60%であった。食事の手伝いの内容は調理操作に関することよりも、食卓の準備や後片付が多かった。手伝いの積極性は男子よりも女子にすすんで手伝う者が多かった。②料理作りに興味をもっている者は女子では各年齢共に80%を上回っていたが、男子では年齢が高くなる程減少していた。また、子どもが一人で作れる料理がある者は5歳児の20~30%から11歳児のほぼ90%へと年齢と共に高くなっていた。③調理道具の使用状況は包丁、電子レンジ、トースターでは高く、炊飯器やオーブンでは低かったが、いずれの調理道具も年齢と共に使用率が高くなることが認められた。④調理道具の使用経験がある者や使い始めが早い者は食事の手伝いを毎日したり、子どもが一人で作れる料理があるなど、食事づくりへの参加度が高いことが認められた。

以上、成長にしたがって食事づくり参加に関わる要因は変化していくので、年齢に応じて食事の手伝いや調理などに参加させると共に、調理道具を積極的に使わせることが子どもの食生活の自立をはかるための食習慣を根付かせることに役立つものと考えられる。