

《アンケート調査》

## 20代男女に聞く 子供時代の「食のしつけ」の実態調査

■調査の目的：

(財)ベターホーム協会は、「食えること」全般について料理教室などを通じて教育啓発活動を行なっています。ただ、食のマナーなど基本的な生活習慣はとても大切なことですが、子供へのしつけは、家庭の教育にほとんどゆだねられています。

親はいっしょけんめい子育てをしますが、その結果は子供が大人になってからでます。それは勉強だけではなく、食教育も同じことです。

家庭の生活面の教育機能の低下が懸念される今、十分な食教育がなされているのでしょうか。

また、その教育は身につけているのでしょうか。その実態を調べるために、20代の男女に調査を行いました。この結果を、現在、子育て中の人たちにもぜひ参考にして、役立ててほしいと思います。

■調査対象： 仕事を持っている全国の20代独身男女計1032人

男性	20代前半	258名
	20代後半	258名
女性	20代前半	258名
	20代後半	258名

■調査時期： 2009年10月

■調査方法： インターネットによる調査

■調査地域： 全国

財団法人ベターホーム協会

150-8363 東京都渋谷区渋谷1-15-12

2009年12月

## ■調査のまとめ

### ●しつけはよくなされており、大人になっても身につけている

- ・子供時代(小学生から高校生の間)には、食生活についてのしつけはおおむねなされており、本人もきちんと実行していた様子がうかがえる。
- ・20代のおとなになった今、教育されたことを実行しているかといえば、実行率は落ちてはいるものの、身につけている様子がうかがえる。だから、子供へのしつけは有効であると言えるだろう。

### ●大人になってから、しつけは感謝されている。

- ・では、本人たちはそのしつけをどのように思っているのだろうか。
- ・子供時代は、ほぼ半数の49.4%は「めんどろ」と思っていたという結果がでた。しかし、おとなになった今、どのように思うか聞いたところ、78.1%が「教えてもらってよかった」と感謝している。「もっと教えてほしかった」という声さえ15.5%と少なくない。
- ・つまり、子供時代はうるさく思っても、大人になって社会に出た今、その教育を感謝している。嫌がられても教えたことが、おとなになってから結実しているという結果だった。
- ・また、親だけでなく、祖父母、小学校、親戚と周囲の身近な大人たちから教えられている様子もうかがえた。

### ●問題点は料理を作ることが教えられていないこと

- ・問題点は、料理を教えられていない人が比較的多いことだ。「もっと教えてほしかったことは何か」と聞いたところ、40.6%の人が「料理を作る、料理を作る手伝いをする」と答え、突出していた。この部分が家庭の教育に欠けているようなので、子育て中の人は、子供に台所仕事を意識的に手伝わせることが必要であろう。
- ・なお、全体にいちじるしい男女差は見られなかった。

1. あなたは子供の頃に教えられて、実行もしていたことはどれですか。また、それは現在も実行していますか？（ここで言う「子供の頃」とは小学生から高校生くらいのことです。数字は%）

		子供のころ、教えられて、実行もしていた	20代の現在も実行している	増減率
①	食べものを大切にする	77.0	70.1	-6.9
②	ひじについて食べない	75.8	65.9	-9.9
③	おかずだけでなく、ご飯も食べる	74.8	75.2	+0.4
④	音をたてて食べない	74.7	70.1	-4.6
⑤	「いただきます」「ごちそうさまでした」の挨拶をする	74.6	67.6	-7.0
⑥	野菜を食べる	70.6	56.2	-14.4
⑦	朝ごはんを食べる	70.3	58.6	-11.7
⑧	食べ残しをしない	70.0	67.2	-2.8
⑨	1日3食食べる	68.3	50.0	-18.3
⑩	食事の後片付けをする	65.5	62.8	-2.7
⑪	正しい箸や食器の持ち方をする	63.0	54.7	-8.3
⑫	栄養のバランスを考えて食べる	59.0	40.9	-18.1
⑬	ご飯は左、汁ものは右に置く	51.1	57.0	+5.9
⑭	料理を作る、料理を作る手伝いをする	48.8	39.0	-9.8
⑮	他のことをしながら食べない	40.5	25.5	-15.0
⑯	間食はあまりしない、甘いものはあまり食べない	31.6	31.7	+0.1

\* 子供の頃はこれらの事項を教育されていたし、実践もしていたようで、しつけは浸透していたとみてよいだろう。電車の中で飲食する若者などを見慣れていると、この高率に意外な印象を持つ人もいられるかもしれないが、無作法なのは一部の若者で、基本的なしつけは受けているとって良いのかもしれない。

\* ただし、20代のおとなになった今、そのしつけの実行率は総じて低下。上昇したものはわずか3つ。それもわずかな上昇率にとどまっている。しかしながら、ゼロになることはなく、やはり子供時代の教育はおとなになっても身につけているといえるだろう。

\* 低下率が大きいのは、「1日3食食べる」、「栄養のバランスを考えて食べる」、「野菜を食べる」、「朝ごはんを食べる」など、毎日の食生活部分。食生活を自分で管理しなければなくなると、このあたりが乱れるのだろう。

\* 気になるのは「料理を作る、料理を作る手伝いをする」が14位と、低いことである。大人になってからの実行率も低い。料理を作ることは基礎的な生活能力だが、これではこころもとない。なお、子供時代に「料理を作る、料理を作る手伝いをする」を実行していた人の男女のうちわけは、男性42.1%、女性57.9%。

\* 子供の教育はすぐに結果が出るものではなく、親にとっては「これでいいのだろうか」という悩みの連続だ。しかし、この調査からは親のしつけは身につけているという結果が出たので、自信を持って子供に教えてほしい。

\* また、「子供がいるがあまり教育をしていなかった」という人は、遅すぎるということはないので、今回の調査結果をもとにしつけをしてほしい。

2. これらの食事のマナーなどを教えられることについて、子供の頃の気持ちにもっとも近いものを選んでください。

①	面倒だった	41.3
②	なんとも思っていなかった	33.7
③	うれしかった	11.4
④	とてもめんどろだった	8.1
⑤	とてもうれしかった	4.2
⑥	何も教わらなかった	1.3

・「面倒だった」と「とてもめんどろだった」を合わせると、49.4%。ほぼ半数は、子供時代の食のしつけを嫌がっていたことがわかる。

・しかし、嫌がるのは誰にでも身に覚えがあることだから、いたしかたないだろう。親はひるまずに教えるしかない。

3. これらの食事のマナーなどを教えられることについて、現在はどう思っていますか？ もっとも気持ちに近いものを選んでください。

①	社会人になったら必要なことだったので、教えてもらってよかった	78.1
②	社会人になったら必要なことだったので、もっと教えてほしかった	15.5
③	特に教えられる必要はなかった	6.4

・子供の頃は面倒と思っていたしつけも、おとなになってみれば「教えてもらってよかった」と感謝に転じている。15.5%は、「もっと教えてほしかった」というほど。

・この結果から、子供に嫌がられても、親は子の将来のためにきちんと教え込む必要があると言えるだろう。

4. 子供時代にもっと教えてほしかったと思うことは何ですか？（複数回答）

【上位5項目】

①	料理を作る、料理を作る手伝いをする	40. 6
②	正しい箸や食器の持ち方をする	28. 1
③	栄養のバランスを考えて食べる	22. 3
④	ご飯は左、汁ものは右に置く	20. 3
⑤	食事の後片付けをする	15. 7

- ・突出して「料理を作る、料理を作る手伝いをする」ことをもっと教えてほしかったという人が多い。「教えられていない」という自覚があるわけだ。
- ・問いの1で、子供のころ「料理を作る、料理を作る手伝いをする」ことを教えられていて、また実践していたという人は、48. 8%で、ほかの項目と比較すると少ない。
- ・現在、実行している人も39. 0%と少ない。子供の頃から教えられていないから、できないということもあるだろう。この人たちが親になったら、子供に教えられないことになるのだろうか。
- ・この結果から、子育て中の親は、もっと料理作りの教育を意識的に行う必要があるといえる。
- ・昔は子供も家事をになう一員として期待され、ごまをすったり、鰹節をけずったり、なにかと手伝いをする中で自然に料理を覚えていった。
- ・しかし、今は料理を教えるのは、正直むずかしい。夕方は子供は塾や部活で家にいないことが多く、親も勉強や学校を優先せざるをえない。だから、自然にみようみまねで料理を覚える機会がない。そもそも家族が食卓で顔を合わせる機会さえ少ない。だが、子供の将来のため、なんとか機会を作って教える努力をしたいものだ。

5. 子供の頃、食事のマナーやしつけは誰に教えてもらいましたか？（複数回答）

①	親	97. 8
②	祖父母	38. 1
③	小学校	18. 9
④	親戚	13. 2
⑤	テレビ	10. 4

- ・ほとんどが親に習っているが、しかし、祖父母、小学校、親戚と子供をとりまくさまざまな人たちが教えたことがわかる。とくに祖父母の力は大きい。

6. 普段の生活で「食事のマナー」が必要だと思うのはどんな時ですか？（複数回答）

①	仕事上の接待や宴席のとき	84. 6
②	結婚式に招かれたとき	75. 1
③	高級レストランなどに行ったとき	72. 4
④	彼氏（彼女）の家庭や、友人の家庭をたずねたとき	70. 3

・いずれも男女で大きな差はなかった。

・高級レストランでのふるまいなどは、親のしつけの範疇を超えるところもある。

7. 食事のマナーなどで、これまで恥ずかしい思いをしたことはありますか？【自由記述から抜粋】

男性	そこそこのレストランに行った時、帽子をかぶって食べていたら、知り合いに怒られた。
	結婚式のときナイフとフォークがたくさん並んでいてどれを使ったらいいかわからなかった。
	初めて結婚式に招かれたときスープをカップごとゴクゴク飲んでた。
	女の子との食事のときにテンパって、ナイフとフォークをどちらの手に持てばいいのかわからなくなった。
	日本式の結婚式で和食の作法が良く判らず一体どれからどういった手順で食べたらいいか洋食と違って幾つもの料理が並んでいるからどう食べて良いやら周りを見て判断した。
	上司や目上の人がいる食事で、自分が真っ先に料理に手を付けてしまい後悔した
	取引先との会食のときにお酒を飲みすぎてしまって、テーブルの上にお酒をこぼしてしまった。その場にいた人たち皆おしぼりでふいてくれたが、場の空気がさめてしまった。
	レストランで騒いでいたら、注意されたこと。
	口の中に食べ物をたくさん入れて食べ、まわりの人から指摘されたことがある。
	小学生の頃、友人の家でご飯に招かれた時に「いただきます」を言わず注意され、恥ずかしい思いをした。それ以来、「いただきます。」を言う習慣が身に付いたので、今ではその時に注意されたことを大変感謝している。
	時間がなくて急いで食べているときに「音を立てて食べるな」と言われました。初めて言われたのでショックでした。
	友達の家で膝をたてて食べていたら彼女に注意された。
	親戚の家で箸の持ち方ができなくて何回も指摘されたこと。
入社式で高級ホテルで食事をしたが、ナイフやフォークの使い方や食べ方がよくわからずキョロキョロしてしまった。	
女性	高級レストラン用のマナーは習ったことがなかったので、初めて行ったときは周りを見てマネした。
	ごはんは左、おわんは右であることをレストランでバイトするまで知らず、配膳時に間違えて恥ずかしかったです。
	箸の持ち方を親から教わったことがなく、彼氏の母親にそれを指摘されたこと。

酔っ払っているときつい肘をついてご飯を食べたら注意された。
ひじをついて食べたり、猫背の姿勢で食べて怒られた。
皆が上品に食べているのに自分のお皿だけ汚いとき。
子供のころ親と親戚の家を訪ね、カレーライスをごちそうになりましたが、食べきれず残すことになってしまいました。残りはだれも食べられないので、捨てることになる父親のきつい一言があって、恥ずかしいと思いました。
おじいちゃんやおばあちゃんがいた家なのに両親が箸の持ち方を間違っていて自分も教えてもらえなかったので彼氏の家に行った時など食事する時恥ずかしい。
箸の持ち方に自信がないので、あらたまった場で食事をするときはいつも緊張してしまう。
職場の先輩に、箸の持ち方を指摘され、「彼氏の家に行った時、ご両親が気になるかもしれないよ」と言われた。
ちょっとした高級レストランで食器の音を立てて食べていたら隣の友達にかなり強い調子で注意された。
海外に学校の勉強で行ったとき、テーブルマナーが思いのほか重要で、先生に厳しく指導されたとき。
学生の頃、フルコース料理でナイフとフォークを外側から使わずに内側から使ってしまい、気付いた瞬間に死にたくなった。
食が細く、完食ができない。何度も恥ずかしい思いをしました。
妹と久々に一緒に会って食事をしているときに、「姉妹だから遠慮なく言うけど、食べてる時に無意識に音立ててるよ」と言われた。そのこと自体はとてもありがたかったが、それまでの仕事上や友人との食事シーンを思い出し、みんな思っていたのかと考えるととても恥ずかしい思いがした。
箸の持ち方が悪く、前に付き合っていた人に親に会わせられないと言われた。
時々、自分の家で肘をついたり携帯をいじりながら食べていると、他の場所で食事している時も無意識に行ってしまい後から恥ずかしく思う。

\* 目だったのは、ナイフ、フォーク、箸の使い方だった。ナイフ、フォークはある程度、場慣れも必要なので、20代の若者の失敗としては容認される範囲だと思うが、箸がうまく使えないと結婚話が浮上したときなど困るケースがあるようだ。

\* もうひとつ目立つのは「人に指摘されて、恥ずかしい思いをした」という記述。大の大人に食事のマナーについて注意するというのは、言いにくいことなので見て見ぬふりをしがちだが、やはり本人のためには周囲の人がきちんと指摘することが必要だ。

以上