

# 幼児または小学生の子どもを持つ親の 菓子に関する意識調査

## The Research on Consciousness of Sweets of the Parents of Infants or Schoolchildren

大西梨沙, 加藤恵子, 佐藤生一  
Risa ONISHI, Keiko KATO, Seiichi SATO

本研究は、幼児または小学生の子どもを持つ親の菓子に関する意識について、父親、母親別の特徴を明らかにすることを目的とした。

その結果、菓子を食べる頻度では、父親、母親ともに菓子を週に1回以上食べている者の割合がほとんどを占めた。好きな菓子については、両者ともに5割以上の者が「チョコレート」を、4割以上の者が「ケーキ」を好むことが明らかとなった。菓子について日頃気にしていることは、両者ともに「おいしさ」が多かった。「カロリー」に関しては、父親よりも母親の方が気にしている傾向であった ( $p < 0.05$ )。菓子を食べる理由については、「おいしいから」と回答する者が両者ともに多かった。「コミュニケーション (だんらん・交流)」に関しては、父親よりも母親の方が有意に高かった ( $p < 0.01$ )。菓子を食べることは大切かでは、両者ともに「思う」が多く、その理由として、「食べると幸せな気持ちになる」「気分転換」など気持ちの面で大切とした回答が得られた。子どもに菓子を与えるとき気にしていることは、「添加物」が両者ともに最も多かった。

これらのことから、父親、母親ともに自分自身にも子どもに対しても菓子には「おいしさ」を求めており、親は子どもに菓子を与えるときに添加物、糖分、虫歯、塩分、カロリーなど栄養、健康などさまざまなことを気にかけていることがうかがえた。

We conducted a questionnaire of consciousness on sweets to the parents of infants or schoolchildren. As a result, father and mother ate sweets more than once a week. Their favorite sweets were “chocolate” and “cakes”. They usually selected sweets by “taste”. Mother minded “calories” than father ( $p < 0.05$ ). As for the reason to eat sweets, they answered because they were “delicious”. “Communication” of mother was higher than father ( $p < 0.01$ ). Both thought that it was important for eating sweets. Their reasons were “changing their mind” and “feeling happy” and so on. Both mother and father cared about “additive” when they gave sweets to children. In addition, I think both father and mother cared about various things when both gave children sweets.

キーワード：菓子, 意識調査, 幼児または小学生の子を持つ親  
Sweets, Questionnaire of consciousness, Parents of Infants or Schoolchildren

### 【調査目的】

厚生労働省・農林水産省が策定した食事バランスガイド<sup>1)</sup>において、菓子や嗜好飲料は食生活の中の楽しみととらえられ、食事全体の中で適度にとる必要があるとみなされており、推奨量は設定されていないが1日の適量については200kcalを一つの目安として位置づけられている。

また、森野<sup>2)</sup>によると、幼児は胃腸の働きや消化吸収が未発達なため、大人のように1日3回の食事では栄養を

満たしえないため、おやつは第四の軽い食事となり、栄養補給だけでなく、気分転換や楽しみの一つとして重要な役割をはたすといわれている。また、小学生は幼児期よりも一般的に運動量が増加するため、水分摂取や栄養補給からも間食を必要とする。とくに小学校低学年児は胃の容積も小さく、一回量は少量しか摂取できず、頻回の飲食物摂取が消費エネルギーの関係からみても必要になるといわれている<sup>3)</sup>。

しかし、子どもに菓子を提供するのは多くは親である。

従って、親の菓子に関する意識は子どもに大きな影響を与えると考えられる。そこで本研究は、親自身は菓子に対してどのように考えているのか、また、親はどのような意識で子どもの菓子選びをしているのかを明らかにすることを目的とした。

子どもと親の間食に関する意識調査はされているが<sup>4)5)</sup>、子と母親の意識調査がほとんどであったため、父親の菓子に対しての意識調査のデータが乏しい。よって今回は父親と母親間で比較検討を行った。

## 【方法】

### 1. 調査対象者と調査時期

調査対象者は本学主催のお菓子教室に参加した子どもの父親31名（38.2±4.0歳）と母親115名（40.5±4.4歳）である。調査時期は2014年10月～2015年2月である。

本研究は、名古屋文理大学短期大学部研究倫理委員会の承認を得て実施された。

### 2. 調査方法と内容

お菓子教室参加時に菓子についての自記式質問紙（資料1）を渡し、その場で記入してもらった。意識調査の内容については、1.菓子をどのくらいの頻度で食べるか、2.好きな菓子は何か、3.菓子について日頃気にしていることは何か、4.お菓子を食べる理由について、5.菓子を食べることは大切かどうか、6.子どもに菓子を与えるときに気にしていることは何か、7.年齢・性別、の7項目であった。

### 3. 統計処理

統計解析は、統計解析ソフト（IBM SPSS statics Version21）を用いて $\chi^2$ 検定を行い、有意水準は5%未満とした。

## 資料1 自記式質問紙

**【お菓子のことについておうかがいします】**

ここでお菓子は…  
洋菓子（ケーキ類、ゼリー類、デザート、チョコレート、クッキーなど）、和菓子（まんじゅう類、せんべいなどの米菓、もち、羊羹、揚げ菓子など）、スナック菓子、のことを指します。

**[1]あなたはお菓子をどのくらいの頻度で食べますか。**  
1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4～5回 3. 週に1～3回 4. ほとんど食べない

**[2]あなたの好きなお菓子は何か。好きなもの順に3つお書き下さい。**  
( ) ( ) ( )

**[3]お菓子について、日頃気にしていることはありますか。あてはまるものを全てお選び下さい。**  
1. おいしさ 2. 食感（かたさや歯への付着） 3. カロリー 4. 糖分  
5. 塩分 6. 脂分 7. 糖段 8. 1袋の量 9. 目新しさ  
10. なじみ深いこと 11. その他 ( )

**[4]お菓子を食べる理由のうち、あてはまるものを全てお選び下さい。**  
1. おいしいから 2. お腹がすくから 3. 気分転換 4. 落ち替から  
5. 何となく口寂しいから 6. コミュニケーション（だんらん、交流）  
7. その他 ( )

**[5]お菓子を食べることは大切だと思いますか。**  
1. 思う 2. 思わない 3. どちらともいえない 4. わからない  
また、なぜそう思ったのか理由を記入してください。  
( )

**[6]子どもにお菓子を与えるときに気にしていることはありますか。**  
1. おいしさ 2. カロリー 3. 糖分 4. 塩分 5. 脂分  
6. 添加物 7. 1袋の量 8. 糖段 9. 子どもの好み 10. 栄養のバランス  
11. 虫歯にならないもの 11. その他 ( )

**[7]あなたの年齢、性別をご記入下さい。**  
年齢：( ) 歳 性別：(男・女)

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

## 【結果と考察】

### 1. 菓子を食べる頻度について

菓子を食べる頻度は「ほぼ毎日食べる」、「週に4～5回」、「週に1～3回」、「ほとんど食べない」の4つの選択肢から一つの回答を求めた。その結果を図1に示した。母親の半数以上が「ほぼ毎日食べる」（59.1%）と回答していたのに対し、父親は「ほぼ毎日食べる」と「週に1～3回

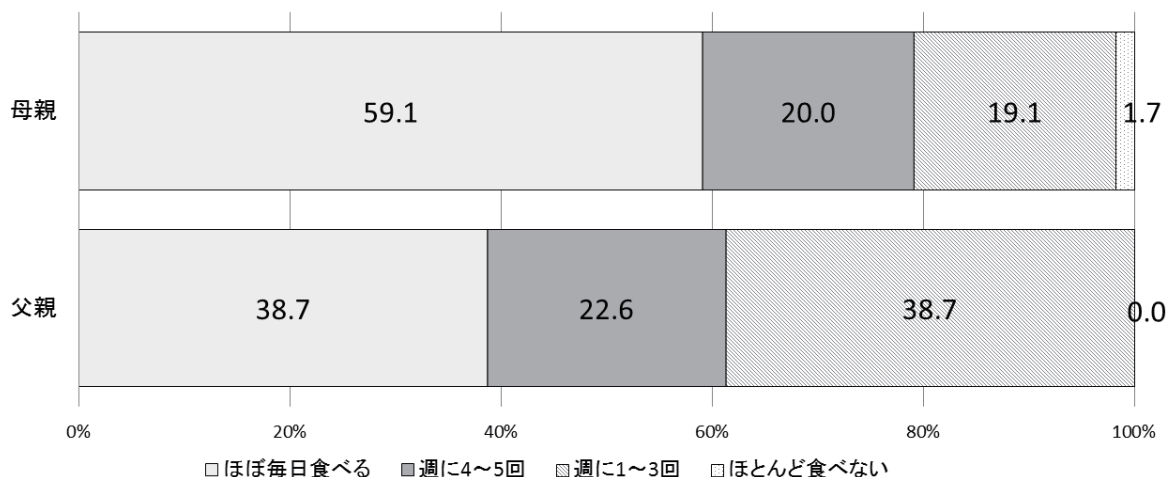


図1 菓子を食べる頻度について (n.s.)

食べる」が38.7%であった。また、母親で「ほとんど食べない」の回答がわずかにみられた。父親は母親よりも食べる頻度が低い傾向であったが、両者ともに週に1回以上菓子を食べるという結果（父親100%，母親98.3%）であった。

## 2. 好きな菓子について

好きな菓子を三つ自由記述で連記させ、全国菓子工業組合連合会<sup>6)</sup>のお菓子の分類表を基に、それぞれ分類分けをし、集計を行った。その結果を表1に示した。

父親、母親ともに「チョコレート」と回答した者が58.1%，54.8%とそれぞれ半数以上で、一番多かった。「チョコレート」と回答した者の中には、市販のチョコレート菓子の商品名を回答した者も含まれている。次いで「ケーキ」と回答した者が両者ともに多かった（父親45.2%，母親40.0%）。3番目に多い回答として、母親が「クッキー」（28.7%）だったのに対し父親が「和菓子・まんじゅう」と「スナック菓子」を好む者がそれぞれ25.8%だった。以上の結果から、若干の好みの違いはあ

表1 好きな菓子について

	母親		父親
1位	チョコレート (54.8%)	1位	チョコレート (58.1%)
2位	ケーキ (40.0%)	2位	ケーキ (45.2%)
3位	クッキー (28.7%)	3位	和菓子・まんじゅう (25.8%)
			スナック菓子 (25.8%)

るが、1,2位に挙げたのはチョコレート・ケーキと同じ傾向であった。

## 3. 菓子について日頃気にしていること

宅見ら<sup>7)</sup>の調査項目を基に、「おいしさ」、「食感（かたさや歯への付着）」、「カロリー」、「糖分」、「塩分」、「脂肪分」、「値段」、「1袋の量」、「目新しさ」、「なじみ深いこと」、「その他（自由記述）」の11項目から複数回答を求めた。その結果を図2に示した。

父親、母親ともに「おいしさ」と回答する者がそれぞれ77.4%，80.9%と圧倒的に多かった。次いで多かった回答は両者とも「値段」であった（父親29.0%，母親44.3%）。「カロリー」を含めた栄養成分（「糖分」、「塩分」、「脂肪分」）すべての項目で父親よりも母親の関心が高く、特に「カロリー」への関心は母親が有意に（ $p < 0.05$ ）高かった。その理由として、女性はダイエット志向が男性よりも高く、ここ最近ではやせ願望のある女性が増えている<sup>8)</sup>からではないかと考える。「その他」の自由記述として、母親で「添加物」を気にする者も複数みられた。

## 4. 菓子を食べる理由について

菓子を食べる理由を門間<sup>9)</sup>の調査項目を基に「おいしいから」、「お腹がすくから」、「気分転換」、「落ち着くから」、「何となく口寂しいから」、「コミュニケーション（だんらん・交流）」、「その他（自由記述）」の7項目から複数回答を求めた。その結果を図3に示した。

父親、母親ともに「おいしいから」と回答する者がそれぞれ64.5%，80.0%と多かった。また、両者の間で比

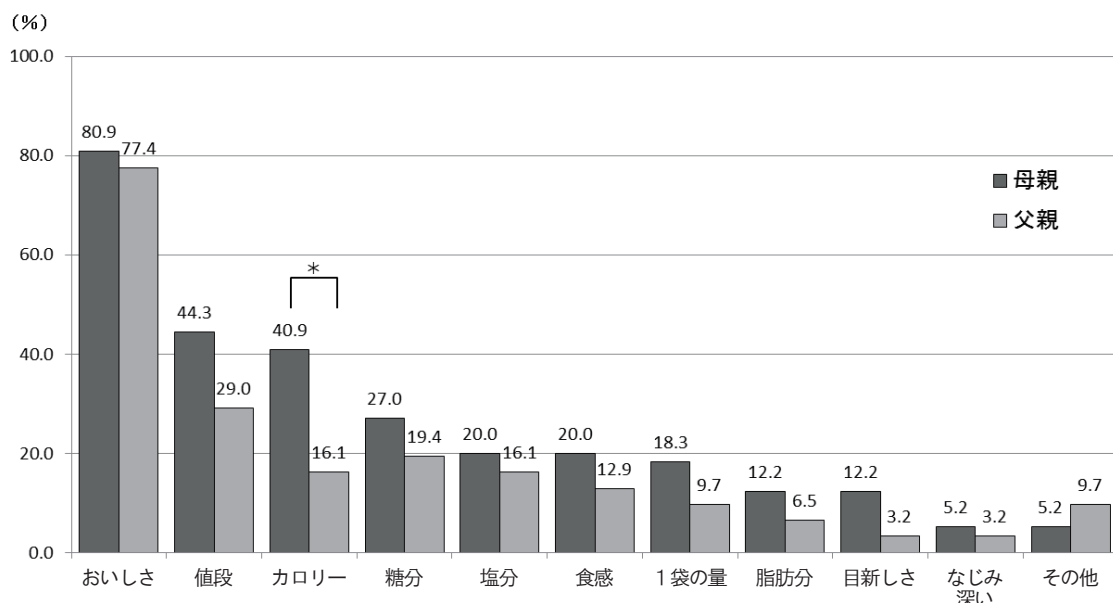


図2 菓子について日頃気にしていることについて（複数回答） \*： $p < 0.05$

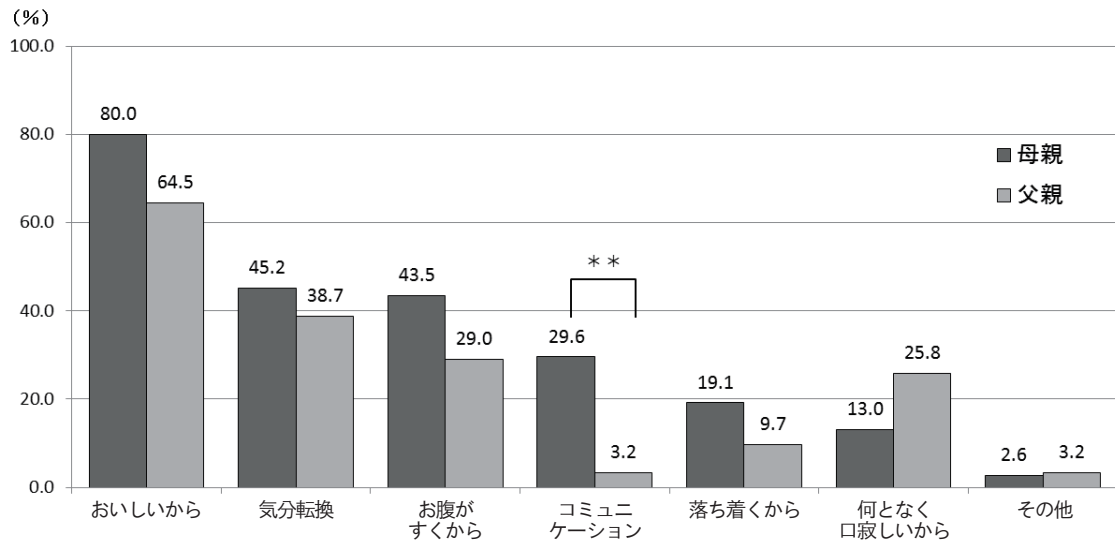


図3 菓子を食べる理由について（複数回答） \*\*: $p<0.01$

較をすると、「コミュニケーション（だんらん・交流）」が母親では29.6%なのに対し、父親は3.2%と低かった ( $p<0.01$ )。このことから、父親よりも母親の方がコミュニケーションの場で菓子を食べていることが明らかとなった。母親は子どもや夫と過ごすときや、子どもを保育所へ送った後、友人とお茶を共に菓子を食するというコミュニケーションの場が多い。一方父親は家庭にいる時間も短く、職場や出先などの場面が多く、コミュニケーションというより、何となく口寂しいから菓子を食べている者のほうが多いのではないかと考える。

その他の回答（自由記述）として、父親では「食べたから」、母親では「眠気防止」や「つまみ代わり」といった回答が得られた。

門間<sup>9)</sup>の調査は学生を対象としていたが、本研究と同様に、「おいしいから」と回答した者が最も多かった。また、「コミュニケーション」に関しては、男子学生だけでなく女子学生も低かった（5.1%）ことから、男女の差ではなく年齢や生活スタイルによってコミュニケーションの場面が増えるのではないだろうか。

#### 5. 菓子を食することは大切だと思うか

菓子を食することは大切だと思うかの間に対し、「思う」、「思わない」、「どちらともいえない」、「わからない」の4項目から一つの回答を求めた。その結果を図4に示した。また、そう思った理由を自由記述させた。

父親、母親ともに「思う」と回答した者がそれぞれ

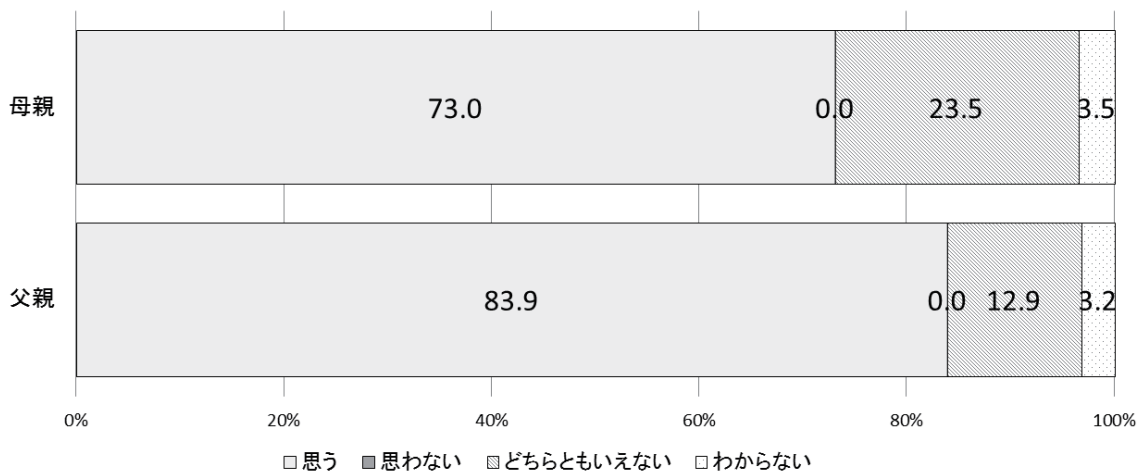


図4 菓子を食することは大切だと思うかについて (n.s.)

83.9%, 73.0%と多く、半数以上を占めており、「思わない」と回答した者はいなかった。「思う」の理由として、両者ともに「気分転換」、「幸せな気持ちになるから」、「楽しさ」との回答が得られた。また、「子どもと一緒にコミュニケーションできるから」や「子どもの成長には必要」、「手作り菓子は特に子どもの食育に繋がると思う」といった子どものことを考えた回答も複数挙げられた。

次いで回答の多かった「どちらともいえない」の理由としては、「摂りすぎてはいけないけど、食事の間に必要なカロリーだから」や「太るけど楽しみなんで」といった回答が得られた。

食事バランスガイド<sup>1)</sup>の中で菓子・嗜好飲料は、食生活の中の楽しみととらえられており、精神的満足度に重点を置いている。今回の結果からも多くの者が菓子を食べることは大切と考えており、その中でも自由記述より、気持ちの面で大切と考えていることが推察された。また、食事バランスガイドの菓子・嗜好飲料の項目はカロリー上限値のみ記載しており推奨量は記載されていないが、適度に摂取する必要があると述べている。「どちらともいえない」と回答した者の理由にもあるように、「摂りすぎてはいけない」や「太る」といったキーワードから身体のことを考えており、栄養や健康の面で菓子は適度に摂ることが望ましいと考える。

## 6. 子どもに菓子を与えるときに気にしていること

子どもに菓子を与えるときに気にしていることの間に対して、「おいしさ」、「カロリー」、「糖分」、「塩分」、「脂肪分」、「添加物」、「1袋の量」、「値段」、「子どもの好み」、「栄養のバランス」、「虫歯にならないもの」、「その他（自由

記述）」の12項目から複数回答を求めた。その結果を図5に示した。

父親、母親ともに「添加物」と回答した者が最も多かった（父親38.7%、母親51.3%）。次に多かった回答として、「おいしさ」が両者ともに多かった（父親29.0%、母親43.5%）。両者間で比較をすると、「一袋の量」が父親では3.2%なのに対し母親は20.0%と高かった（ $p<0.05$ ）。この結果は、買い物へ行くのは母親が多く、菓子を購入する際に一袋の量を気にして買うことが多いのではないかと考える。菓子の量が多いと食べすぎてしまうや肥満になってしまったり、夜ご飯の量が少なくなってしまうたり、食べる時間が遅くなって食生活の乱れにつながる。母親においては、その他にも「子どもの好み」、「糖分」、「虫歯にならないもの」、「塩分」への意識の高さがうかがえた。これは、「菓子について日頃気にしていることについて」の項目と同様、母親は自分自身だけでなく、子どもの健康や栄養も気にしていることがうかがえる。

その他の回答（自由記述）として、「ぼろぼろとこぼれないもの」や「生産国」といった回答が得られた。

以上、幼児または小学生の子どもを持つ親の菓子に対する意識調査の結果を示した。

各項目で、父親と母親の意識の違いはみられたが、両者ともに共通していることは、自身が食べる時も、子どもに与える時も、菓子には「おいしさ」を求めていることである。宅見ら<sup>7)</sup>は高齢者を、門間<sup>9)</sup>は学生を対象にアンケートを実施していたが、結果としてどちらも菓子に最も求められているのは「おいしさ」であったことを報告している。したがって、どの年代においても、菓子

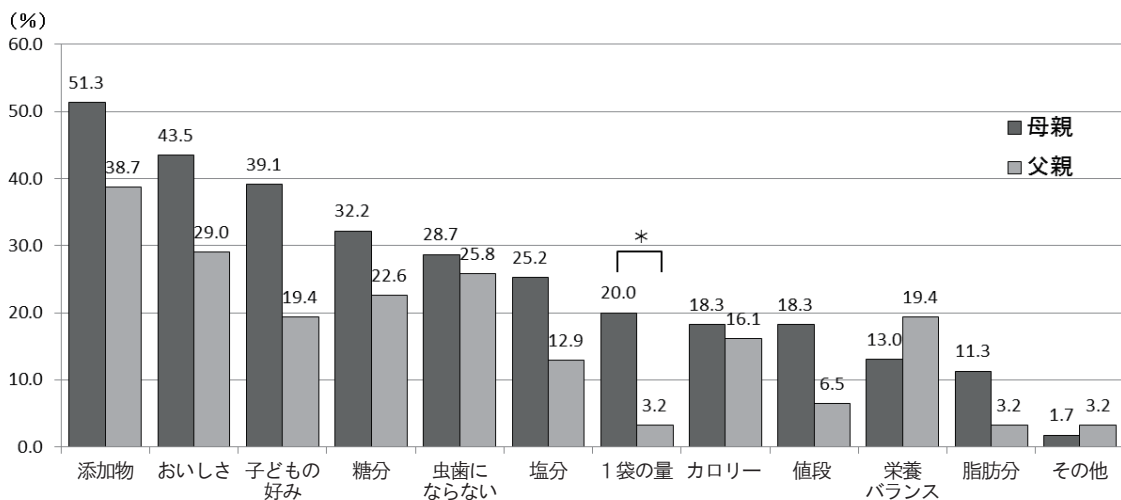


図5 子どもに菓子を与えるときに気にしていることについて（複数回答） \*: $p<0.05$

には「おいしさ」を求めていることがうかがえる。

また、菓子を食えることは食事の間に必要なカロリーだととらえ、大切だと思っており、菓子は第四の食事といわれているように<sup>2) 3)</sup>、菓子を食事と同様、必要なものだと位置づけていた。また、子どもに与える時は「おいしさ」の他に、「添加物」や「虫歯にならないもの」、「1袋の分量」、「糖分」等、身体への影響を配慮する多くのことに気を使っていることがうかがえた。今後は菓子についての栄養面・精神面での必要性をさらに認識させるとともに、間違った摂り方をしないよう親のみならず、子どもへの食育が必要なことが示された。

本学食物栄養学科製菓専攻では親子を対象としたお菓子教室を毎年多く開催する。今回得た結果を踏まえ、今後のお菓子教室では健康や栄養を意識した菓子のレシピを考案するなど、本調査結果を有効な基礎資料として活用していきたい。

#### 【引用文献】

- 1) 農林水産省：「食事バランスガイド」について  
[http://www.maff.go.jp/j/balance\\_guide/](http://www.maff.go.jp/j/balance_guide/) より2015年11月2日検索
- 2) 森野恵子，食育保育者は何をしたらいいの？，初版，株式会社チャイルド本社，78-79（2007）
- 3) 日本小児歯科学会：「子どもの間食」に関する考え方  
[http://www.jspd.or.jp/contents/main/proposal/index03\\_08.html](http://www.jspd.or.jp/contents/main/proposal/index03_08.html) より2015年12月11日検索
- 4) 奥田和子，倉賀野妙子：子どものおやつのおやつの食行動と親の意識，日本食生活学会誌，Vol.9 No3，56-62，（1998）
- 5) 高橋淑子，寺田和子：幼稚園児の間食摂取の実態と母親の意識，駒沢女子短期大学研究紀要，第33号，41-49，（2000）
- 6) 全国菓子工業組合連合会（全菓連）：お菓子何でも情報館  
<http://www.zenkaren.net/> より2015年8月17日検索
- 7) 宅見央子，中村弘康，白石浩荘，米谷俊：高齢者用菓子類の食感に求められる要素，栄養学雑誌 68(2)，131-140，（2010）
- 8) 厚生労働省：平成25年国民健康・栄養調査結果の概要  
<http://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-10904750-Kenkoukyoku-Gantaisakukenkouzoushin-ka/0000106403.pdf> より2015年12月11日検索
- 9) 門間敬子，学生の菓子に対する意識，京都女子大学生活福祉学科紀要，第9号，19-26，（2013）