

食事のしつけについて

歌城純子・玉木民子

A Report on Training in Table Manners

by

Sumiko Kashiro, Tamiko Tamaki

I はじめに

最近はや時代の変化が著しく、学生の指導にも戸惑うことがある。幼児教育科の保育所実習で給食の折、「私はこれは嫌いですからいりません」と言ってとりのから揚げを皿にとらなかつた学生がおり、保育所の保母さんが「子ども達には何でも食べるように指導しているので先生から嫌いだななどと言わないでほしい」と指導された。その場では学生は先生の言葉にしたがい、食べたかどうかはさだかでないが、その日の実習日誌に「嫌いなものでもどうしても食べさせるのでしょうか」という記録があったとの報告をうけた。たしかに医学的見地からは幼児期にアレルギー性のある子には嫌いなものは与えない方がよいからむりにきらいなものを食べさせる必要はないとも言える。しかし「食べる」ということは食事の仕方を通じて、その人の人となり、その人の生活のかたち、即ちものごとの見方、感じ方などその人の基本的な生活習慣や行動に通ずるものがあるのではないかと思ふのである。従来は食事に対するしつけは食事作法として、かなり家庭でもきびしくしつけられたものである。現代の幼児をもつ親達はどんな考えをもっているのだろうか。大切な子どもをあずかる保母あるいは幼稚園教師を養成するにはどう指導したらよいか。幼児をもつ世代の親の要求に従うことも必要ではないか。そんな考えから幼稚園児の父母の考えをアンケート調査し、親のニーズにも応えながら学生指導の指針にしたいと思ひ考察をこころみた。

II 調査方法

- | | |
|-----------|--|
| (1) 調査時期 | 1986年9月 |
| (2) 対象 | 新潟青陵幼稚園児の父母132名117世帯 |
| (3) 方法 | アンケートによる質問紙法 |
| (4) データ処理 | 使用機器—PC9801 VF2
使用ソフト—表計算簡易言語・図形プログラム |

III 結果と考察

(1) 調査対象

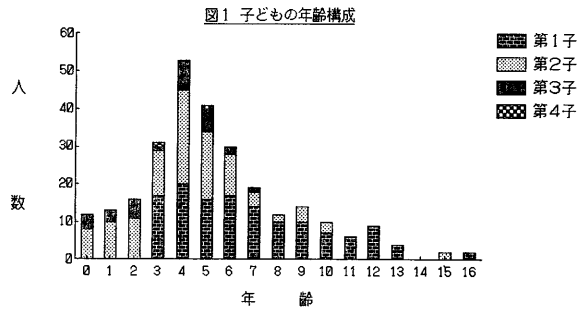
調査対象は幼稚園児をもつ家庭117世帯、父親20名、母親112名、計132名にお願いした。

新潟青陵女子短期大学研究報告 第17号 (1987)

117世帯のうち64.1%が核家族で、祖父母のある家庭が26世帯(22.2%)、祖父あるいは祖母と同居している家庭が16世帯(13.7%)である。調査対象の平均年齢は男性は38.55歳、女性の平均年齢は33.52歳、子どもの構成は(表1、図1)の通りである。

表1 対象者の子どもの構成

順位	総数	性別	
		男	女
第1子	132	71	61
第2子	110	58	52
第3子	30	15	15
第4子	2	1	1



(2) 親が子ども時代にうけたしつけと自分の子どもに対するしつけ

子ども時代にうけたしつけ(図2)は調査対象の23.48%がきびしいと答え、ふつうが70.46%で自由と答えた人はわずか6.06%であるが、自分の子どもにたいするしつけ(図3)は、ふつうと答えた人が81.07%で現代の傾向がみられるが、自由に行っていると答えた人は自分の子ども時代よりも下まる3.03%となっている(図4)。家庭で生活習慣のしつけは必要と考えていることがうかがえる。

図2 子供時代にうけたしつけ

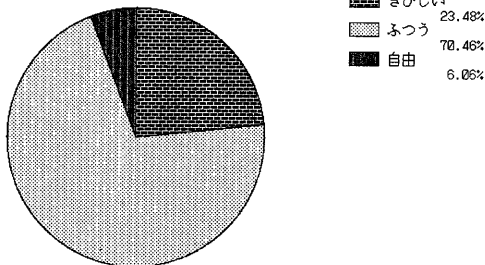


図3 現在こどもにしているしつけ

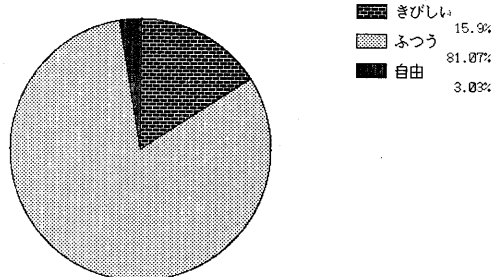
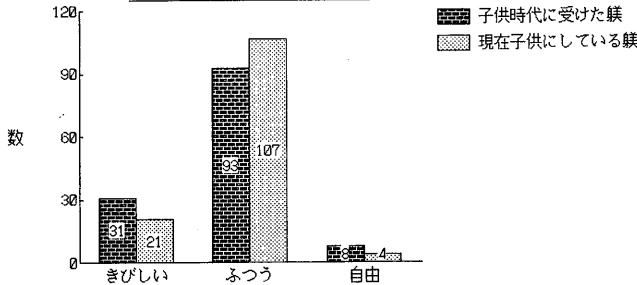


図4 しつけ方比較



(3) ふだん子どもに対して気をつけていることは何か。(図5)

ふだん子どもに対して気をつけているしつけは、挨拶をよくすること73.48%、物を大切にする心がけ69.69%、友だちと仲良くすること69.69%、言葉づかい66.67%、約束を守ること65.90%、人

に迷惑をかけないこと 65.15%，食事の作法 63.64%，あとかたづけ 63.64%などが高率であげられ、兄弟姉妹となかよくすること 53.03%，先生など人のいうことをきく 53.03%，身の回りの始末 43.93%，みんなと協力する心がけ 40.90%，親や年寄りを敬うこと 40.90%などがあげられている。食事の作法についても三分の二の親が気をつけている結果がでている。

(4) 食事中子どもについて気になったこと (図6)

食事中子どもについて気になったことがあるかの問いに132名中131名があると答えている。気になった内容については図6にまとめた。子どもに対する注意の内容は、食事の途中で立つ52.27%，行儀 50.75%，好き嫌い 48.48%，姿勢 47.47%などは約半数の人が、また箸の持ち方 40.90%，食べ残しが多い 31.81%などは三分の一の人があげており、時間がかかりすぎる 26.51%，ひじをつかないように 25.75%，茶碗の持ち方 22.72%などについても四分の一の人が気にしている。その他テレビを見ながら食べていること 21.21%，こぼさないように 20.45%，食べ方が下手 12.87%などと食事作法に関する関心は高いと思われる。母親は父親に比べ細かい点までよく注意しており母親に家庭教育を任せていることがうかがわれる。

(5) 食事中に注意された時の子どもの反応 (図7)

注意された時の子どもの反応はすぐ直すのが40.45%，徐々に直すのが23.4%で以下図7のようである

図7 注意された時の子どもの反応

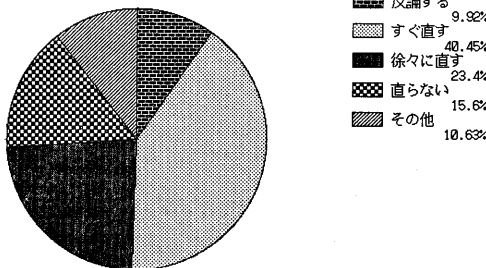


図8 夫や妻に注意された経験

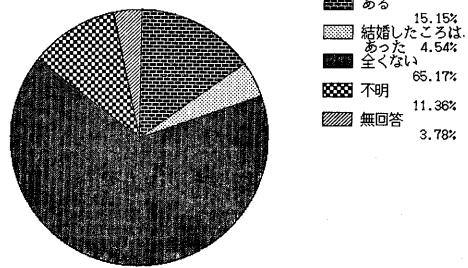


図5 ふだん子どもに対して気をつけているしつけ

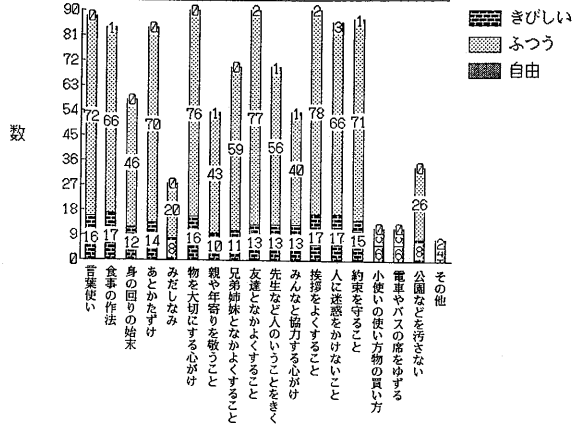
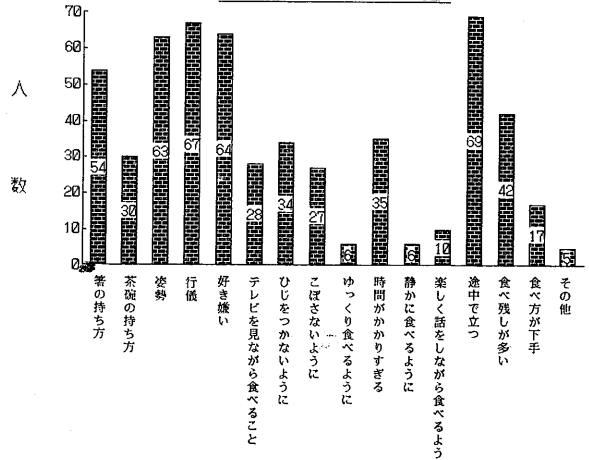


図6 食事中子供の気になる内容



が、注意すれば直すが63.85%で幼児の素直な面がのぞかれ、幼児期に良いしつけの指導が肝要と思われる。しかし直らない15.6%, 反論するが9.92%で4人に1人は親との対立をみせている。比較的年齢が上の子どもかもしれない。

(6) 夫または妻が相手から注意された経験とその内容(図8)

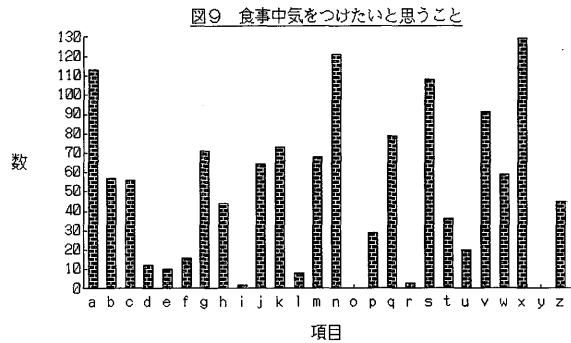
子どもに対してかなり厳しい姿勢を示した夫や妻は自分達に対しては比較的寛容である。食事中注意された経験があるかという問いに対して全くないと答えた人は65.17%で、あると答えた人はわずかであるが15.5%みられた。また結婚したころはあったという人も4.54%である。注意される率は年代が上がるほど少なくなっているようである。

表2 注意された内容

夫	妻
音をたてる 姿勢が悪い 皆が食べ終わらないうちに席を立つ ご飯に箸を立てる テレビを見ながら食べる	音をたてる 姿勢が悪い 子どもの前で嫌いな物を残す 箸でおかずのやりとりをする 話が多過ぎる

(7) 父母が食事中気をつけたいと思っていること(図9)

食事のマナーとして父母自身また子どもにも気をつけてほしいと思っていることは、食事の前後の挨拶をする97.74%, ご飯に箸を立てることはしない91.66%, 新聞を見ながら食事をしない85.60%, 食事中に席を立つことは行儀がわるい68.93%, 食事の時は食事に集中するべきでテレビを見ながらはよくない59.84%, 食事はゆっくり時間をかけて食べるのがよい55.30%, 食事は皆が終わるまで待って一緒に終わる方がよい44.69%など従来からの食事作法をしつけたいとの意向がうかがわれるが、食事をする時はお話をしながら楽しく食べる方がよい81.81%, 料理はどれも平等に食べた方がよい51.51%など現代の栄養学に起因するものも多い。またご飯を食べ残したりすることはいけないことだと思おうとする人が53.78%に対し、もし食べられなければ残しても仕方がないと思うとする人が43.18%で、料理した人に



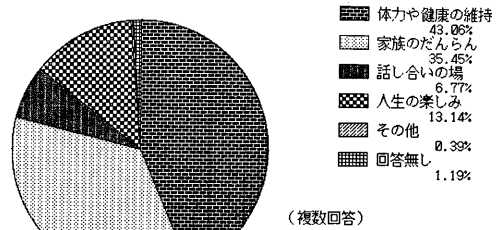
- a 新聞など読みながら食事をするのは、いけないことだと思う。
- b ごはんは、もし食べられなければ残しても仕方がないと思う。
- c おかず等、作ってもらったものはみんな食べるべきだと思う。
- d 汁ものなどは、おいしそうに音を立てて飲んでおかまわれないと思う。
- e 食事は早くすませ、デザートやお茶の時間をゆくりとった方がよい。
- f テレビを見ながら食事をしても別にかまわれないと思う。
- g ごはんを食べ残したりすることはいけないことだと思う。
- h 料理した人には悪いが、食べたくなければ残すのは仕方がない。
- i 食事中、おしゃべりはしない方がよいと思う。
- j 音をたてて、飲んだり、食べたりしてはいけないと思う。
- k 食事はゆっくり時間をかけてとった方がよいと思う。
- l 食べたい料理から先に食べる方がよい。
- m 料理はどれも平等に食べていった方がよい。
- n ごはんを箸を立てることはしない方がよい。
- o ごはんを箸を立てることなどは、昔の風習だから気にしないでよい。
- p 食べた後、横になることは健康にいいと思う。
- q 食事の時は食事に集中するべきで、テレビを見ながらはよくない。
- r 折間等、読みながら食事をしてかまわれないと思う。
- s 食事をする時にはみんなでおしゃべりしながら楽しくやる方がよい。
- t 食後、横になることは健康によくてもするべきではない。
- u 食事は先に終わったものから席を立つてもかまわれない。
- v 食事中に席を立つことは行儀が悪いと思う。
- w 食事はみんなが終わるまで待っていて一緒に終わる方がよい。
- x 食事の始めと終わりに“いただきます”“ごちそうさま”等を使った方がよい。
- y “いただきます”“ごちそうさま”などの挨拶は不用であると思う。
- z 家で食べ残しても仕方がないが、給食などはなるべく残さないで食べてほしいと思う。

は悪いが食べたくなければ残すのは仕方がないとするのが33.33%で三分の一の人がやむを得ないとしているが、家では食べ残しても仕方がないが給食等はなるべく残さないで食べてほしいとしている人が34.09%で三分の一以上あるので、幼稚園、保育所、学校等では何でも食べる習慣形成を期待していることがうかがわれる。親の期待にそうためにも子ども達にむりじいすることは好ましいことではないが、教師の立場としては何でも食べる子ども、食事にわがままを言わない子ども、食べ残しや食べ方もきれいにする子どもをつくるべく努力すべきだと思う。

(8) 日常の食事について

あなたにとって食事とは何ですかの問いに、体力や健康の維持・エネルギー源と答えた人が132人中108人(81.81%)、家族の団らんとした人が89人(67.42%)、人生の楽しみとした人が33人(25.00%)、話し合いの場とした人が17人(12.87%)、その他が1人(0.75%)あった。これを項目別の割合で示したのが図10である。食事は健康維持・生命維持には不可欠であるが、家族の団らん等家族の和合や人間の楽しみにも貢献することが大きい。

図10 あなたにとって食事とは何ですか



夕食の献立を考える時、何を最も心がけるかの問いにはまず栄養(56.06%)と家族の好みにあったもの(51.51%)があげられ、味については(22.72%)四分の一の人があげているにすぎない(図11)。

図11 夕食の献立を考える時何を最も心がけますか。

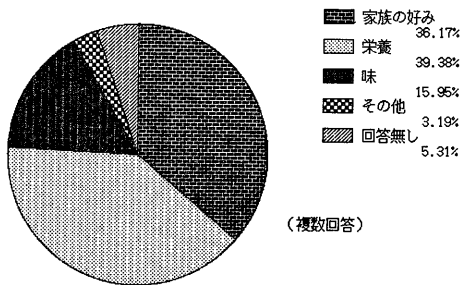
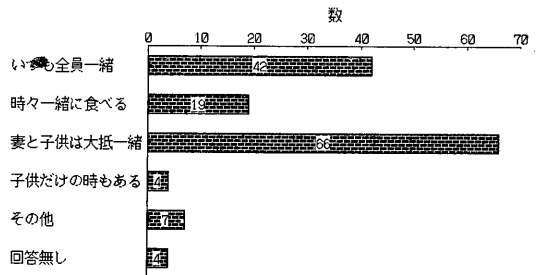


図12 夕食のとり方について



夕食のとり方については、いつも全員一緒が42人(31.81%)、妻と子どもは大抵一緒に食べるが66人(50.0%)、時々一緒に食べるが19人(14.39%)で、子どもだけの時があるというのが4人(3.03%)あるが、ほぼ97%の子どもが家族の誰かと一緒に食事をしていることは好ましいことである(図12)。

主に誰に合わせて献立を立てるかの問いには、主人83人(62.87%)、子ども53人(40.15%)、その他の家族14人(10.60%)、自分3人(2.27%)で圧倒的に主人中心であるのがうかがわれる。それに比べて自分は非常に少ない(図13)。家族を喜ばせる食事作りがされているのがわかる。また、主人や子どもの好きな料理が主婦の得意な料理になっている。

家族で行く外食の頻度調査では月1回が一番多く26.51%あり、それに続いて月2回が24.24%と多いが、それ以上またはそれ以下の回数はどちらも非常に少ない(図14)。外食産業が盛んとはいうものの生活の中心である食事が家庭料理でされていることは好ましいことと言える。最近では共働きでない主婦がサークル活動や自分の趣味のために家を留守にすることが多く食事が調理済み食品

図13 誰に合わせて献立を立てますか

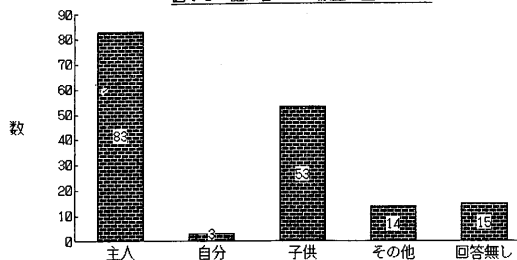
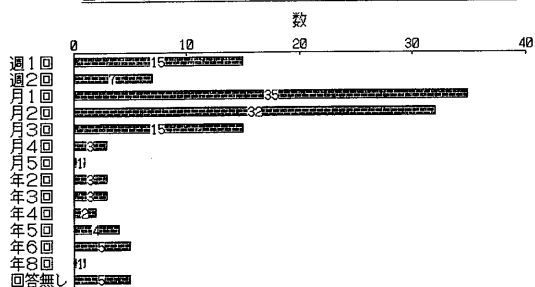


図14 家族でゆく外食は何回ぐらいですか



や既製品にたよることが多いと言われるが、栄養や家族の団らんを目的とする食事であるならば是非家族のために愛情のこもった家庭料理を調整してほしいものである。その点で、今回調査をお願いした新潟青陵幼稚園のお母様方は理想的な食生活経営が行われているように思う。

その他、子どもの食事あるいは食事作法に関する意見では次のようなことがあげられている。

1. 箸をきちんと持つ子どもが少ない。小さいうちに良いしつけをしたい。
2. 飽食時代に育った子どもに、生きていくうえでの食教育が必要だと思う。
3. 食物がどの家庭にも溢れていて、食物を残したり捨てたりすることが平気で行われているが、感謝して食事をすることを忘れてはいけないと思う。平気で食べ残したりしないようにしたい。
4. 子どもなりの食事作法があるから自由にさせ強制はしないが、親として注意しなければならないことはする（父親の意見）。
5. 人に迷惑や不快感を感じさせなければ、ある程度自由にさせておきたい。自ら悪い所に気づいて直そうとするのではないか。
6. 食事中のおしゃべりは適当なものはよいが、しゃべりすぎるのは困りものである。
7. あまり口うるさくいわない様、楽しく食べられる様にさせたいが最低限のことは注意する。
8. 魚を上手に食べられない子どもが多い。4歳位になったら魚を一人で食べさせるようにしたい。
9. およばれた場合などには食べられなかったら、手をつけない。また、食事のときはひじをつかないなどを教えたい。
10. 食事は楽しくお話をしながらがよいが話に夢中で時間がかかるが、「だんまり食事」よりは良いと思っている。
11. いつ、どこでも、なるべく残さないように努力すべきである。
12. ご飯とおかずを平均して順よく食べることが大切なマナーと思っている。
13. 基本的には全部与えられたものを全部食べる方が良いと思うが肥満などの問題もあるのでむずかしい。
14. 子どものし好にあったものだけを出す必要はないと思う。
15. 嫌いなものでも少しずつ食べる努力をしてほしい。
16. 作法に関して常に気をつけるようにしているが、実際はうまくいっていない。（テレビを見ながら食べる、食後すぐ横になるなど。）
17. 年齢に応じて徐々にしつけをしていかないと無理がある。
18. 料理方法を考えてレポーターを多くするよう料理の勉強も必要と思う。
19. 間食に気をつけているので、食事を残すことは家でも給食でもない。食べることを楽しむ食

生活である。

20. 片手をダラリとして食べる子どもが多いが良くないと思う。姿勢をよくして食べさせたい。

Ⅳ ま と め

アンケート調査により、すべての親が自分の子は良い子に育てたいと願っており、中でも食事に対する関心は深く、三分の二の親が食事作法について気をつけている結果が出ている。調査にも表われているように食事の目的は健康を保つ栄養摂取のほかに家族の団らんの間や人生の楽しみであり、時代とともに食事に対する助言は栄養学から生活習慣に移ってきている。食事は家庭生活の中心であり人生の喜びでなければならない。

食事のマナーは自然にやっつけたいのだが、良い場合は誰も何とも感じないが、悪かった場合にはたちまち目について相手の人を不愉快にする。それが無作法と知っていてもおとなになってしまうとなかなか直らないのである。また食事での悪い癖はお互いがうまくいっている時にはあまり気にならないが、いったん気になりだすとその人全体のイメージにつながり、つまらないことでマイナスの点をとることとなる。教師や両親は日常生活の中で見聞きしてよいとおもわれることは、人生の先輩として強制的にはなくごく自然に子ども達に教えてゆく義務があるのではないだろうか。幼い時にこそ良いマナーを身につけさせたいものである。幼児教育にあたる学生には、このことをしっかり自覚させて良いお手本となるよう指導していかなければならない。

最後にこの調査にご協力下さいました新潟青陵幼稚園の御父母の皆様へ心から感謝申し上げます。

参 考 文 献

- 1) 宮崎智恵「わが子のしつけ100の知恵」 土屋書店 1985年
- 2) 松田道雄「安心育児」 小学館 1986年
- 3) 吉田節夫「現代食生活・考」 キッコーマン醤油株式会社 1971年