

食器の選択行動が幼児の食事に与える影響

○駒谷恵理 (東京家政大学大学院、サンフラワー・A 株式会社)・海老原誠治 (三信化工株式会社)・峯木眞知子 (東京家政大学大学院)

【目的】保育園給食の提供においては、幼児は白飯より味付きご飯を好む傾向にある。日本の食文化継承の観点から、白飯を中心とした一汁三菜の食事を提供し食育を推進するために、幼児に自分の茶碗を選択させる食育活動を導入した。その結果、幼児の食事に与える影響を検討し、白飯の喫食量を増やすための方略を考えた。

【方法】東京都内認可保育所 1 園に通う健常な 3~5 歳児計 30 名を対象とした。調査対象園は二週間繰り返し献立を導入しており、同月内に同献立が 2 回繰り返される。これを利用し、白飯を白茶碗で提供した日と、自由選択させた日との残食量及び大人の声かけによる促しの有無を調べ、その違いから影響を図った。食器は、白、ピンク、黄、緑、青、黒の茶碗を準備した。この調査は 3,4,5 歳児クラス別に計 10 回実施した。

【結果および考察】茶碗を自由選択する白飯提供の結果、最も選ばれた色は黒 (31%) であった。次いでピンク (25%)、青 (19%) であった。黒は男児に最も人気があった色 (48%) で、女児も 2 番目に人気のある色 (17%) であった。ピンクは、女児に最も人気があった色 (46%) で、男児は一人も選ばなかった。青は男児 (21%)、女児 (17%) とともに選ばれた色であった。食器を自由選択させた場合、白茶碗では大人の声かけによる促しを必要としていた子が自発的に食べる姿が見られ、促しへの影響が明らかとなった ($p < 0.01$)。またこれらの子どもの残食量も減少した ($p < 0.05$)。幼児期は食べる意欲を育む重要な時期であることから、自発的に完食する子どもが増えることを目的として、食器を自由選択できる機会が与えられることは、食育を推進していくうえで有効と考える。