

食卓の雰囲気は家族のまとまりに与える影響

— 女子短期大学生を対象とした調査から —

大泉伊奈美・新海シズ・大曾根孝子

柄澤邦江・橋本珠子

The Influence of the Atmosphere of the Meal on Family Cohesion

— Women's Junior College Students as Subjects —

Inami OIZUMI, Shizu SHINKAI, Takako OSONE,

Kunie KARASAWA and Tamako HASHIMOTO

要旨：本研究の目的は「食卓の雰囲気」が「家族のまとまり」にどのような影響を与えているのかを明らかにし、考察することである。

女子短期大学生を対象とした調査の結果、①「回答者とその家族に関する属性」を構成する各変数においては家族のまとまりと有意な効果を示す変数がなかった。②「日常的な食行動」を構成する変数については「朝食の共有状況」で有意な効果が認められた。③「食事中の会話」を構成する変数については「食事中の会話の頻度」と「食事中の健康に関する会話の頻度」で有意な効果が認められた。④「家族の食に対する考え」を構成する変数については「家族の食教育態度」に有意な効果がみられた。⑤家族のまとまりに最も大きな影響を与えていたのは「食事中的会話の頻度」と「食事中に健康に関する会話の頻度」であった。以上のことから、家族と会話をしながら食事をすることの重要性が示唆された。

Key words：家族のまとまり (family cohesion), 食卓の雰囲気 (atmosphere of the meal), 食事中的会話 (conversation during meals)

緒 言

近年の食生活は、家族員のライフスタイルの変化や家族の個人化にともなって、孤食化する傾向が強まっている。このような社会状況に対して、孤食化の現状に関する先行研究が行われてきた。そのきっかけとなったのが1983年に足立らが発表した「なぜひとりでおべるの」¹⁾という著書であり、ここで足立らは小学校5年生を対象に調査をし、孤食の実態を明らかにしている。その後足立らは、1991年と1999年に小学校5, 6年生を対象に同様

の調査をしており、子どもたちのさらなる孤食化傾向の進行や食生活全般の乱れに警鐘を鳴らしている²⁾。この調査は主に小学生の心と食事形態の関連性をみているが、その他に、中学生を対象にした食事形態と食意識などとの関連性³⁾や高校生の食生活と心的適応や生活意識との関連^{4,5)}、また、食事の意味と心の発達との関連^{6,8)}など、食生活と心理的側面との関連を分析したいくつかの先行研究がある。

一方、家族関係と食生活の関連について着目した研究はどうであろうか。表⁹⁾は就学前の子どもをもつ母親を対象に調査し、母親の

就業形態別に食生活と家族の統合について分析をしている。その結果、母親の就業形態が「パート」を除く「無職」「自営」「常勤」の場合に「食事中の会話」と「家族の統合」との関連が最も強いという知見を見いだしている。また、黒川ら¹⁰⁾はオルソンらが開発した家族凝集性の測定尺度を用いて中学生の食事シーンとの関連を分析し、家族の凝集性への影響力は家族そろって食事をするよりも食事時の会話の方が影響力が大きいという知見を得ている。さらに大谷¹¹⁾は日韓の中学生を対象に行った調査から、幼児期に食事ともなう家族との楽しい思い出がたくさんある生徒ほど親子のコミュニケーションが円滑であると指摘している。

以上の先行研究より、食生活と家族のまとまりには密接な関係があり、家族関係の形成には食事が重要な役割を果たしていると推察される。特に、家族がそろって食事をするということだけではなく、食事の場の雰囲気の持ち方にも言及する意義は大きいと考える。

そこで、本研究の目的は「食卓の雰囲気」が「家族のまとまり」にどのような影響を与えているのかを明らかにし、考察することである。

方 法

1. 調査の概要

調査は2003年1月に本学の全学生を対象に、質問紙法により実施した。配布数は幼児教育コース2年生と福祉心理コース1年生を除く399票、回収数は350票、回収率は87.7%であった。

回答者の属性を表1に示す。

回答者の所属学科は、「家政学科家政専攻」15.7%、「家政学科生活福祉専攻」10.0%、「家政学科食物栄養専攻」28.6%、「幼児教育学科」14.6%、「看護学科」31.1%であった。学年は1, 2年とも50.0%となっており、平均年齢は19.5歳で、19歳が45.7%と最も多く、最高年齢は28歳であった。また、回答者の39.4%

が「アパート」での一人暮らしをしており、「自宅」から通っている者は33.7%、「寮」生が26.3%であった。

回答者の親の年齢については、父親の年齢は41歳から65歳まで分布しており、平均年齢は51.0歳であった。母親の年齢は40歳から63歳まで分布しており、平均年齢は47.9歳であった。父親の職業は「常勤」が67.6%と最も多く、続いて「自営業」が24.7%、「非常勤・臨時・パート」が1.5%、「その他・無職」が0.6%であった。母親の職業は「常勤」が36.6%と最も多く、続いて「非常勤・臨時・パート」が31.1%、「自営業」が17.3%、「主婦」が8.1%、「その他・無職」が0.3%であった。家族構成は、「核家族」が45.4%、「拡大家族など」が54.6%であった。

なお、本稿末尾に資料として集計結果を併記したアンケート用紙を掲載したので、詳細

表1 回答者とその家族に関する属性

		人数 (%)
所 属 学 科	家政学科 家政専攻	55 15.7
	生活福祉専攻	35 10.0
	食物栄養専攻	100 28.6
	幼児教育学科	51 14.6
	看護学科	109 31.1
居 住 形 態	自 宅	118 33.7
	寮	92 26.3
	アパート(ひとり暮らし)	138 39.4
	無答・不明	2 0.6
父 親 の 職 業	常 勤	227 67.6
	非常勤・臨時・パート	5 1.5
	自 営 業	83 24.7
	その他・無職	2 0.6
	無答・不明	19 5.7
母 親 の 職 業	常 勤	127 36.6
	非常勤・臨時・パート	108 31.1
	自 営 業	60 17.3
	主 婦	28 8.1
	その他・無職	1 0.3
	無答・不明	23 6.6
家 族 構 成	拡大家族など	191 54.6
	核 家 族	159 45.4

については参照していただきたい。

2. 分析のための要因と変数の操作化

本稿では家族のまとまりに影響を与える要因つまり「食卓の雰囲気」として、「回答者とその家族に関する属性」「日常的な食行動」「食事中の会話」「家族の食意識・行動」の4つの要因に着目した。各要因を構成する変数については以下の通りである。

1) 家族のまとまり

家族のまとまりについては「現在の家族について自分の家族はとても仲がいい」と思うかどうか「よく当てはまる」「まあ当てはまる」「あまり当てはまらない」「まったく当てはまらない」の4段階で回答をしてもらった。分析には「よく当てはまる」方から4, 3, 2, 1点と点数化し、点数が高い方が家族がよくまとまっていると感じていることを示すようにした。

2) 回答者とその家族に関する属性

回答者の属性としては年齢・所属学科・居住形態の3変数を用いた。年齢は平均値19.5、標準偏差1.00であった。所属学科は回答者の分布状況からコースまでの細分化はせず、「家政専攻」「生活福祉専攻」「食物栄養専攻」「幼児教育学科」「看護学科」の5件法で、居住形態は「自宅」「寮」「アパート」の3件法で分析に用いた。家族に関する属性としては父親の年齢・母親の年齢・父親の職業・母親の職業・家族構成の5変数を用いた。父親の年齢は平均値50.95、標準偏差3.96、母親の年齢は47.85、標準偏差3.61であった。親の職業についてはカテゴリによりばらつきが大きかったので、「常勤」「常勤ではない」の2件法に再分類して分析した。父親の職業は「常勤」(71.1%)、「常勤ではない」(28.9%)、母親の職業は「常勤」(37.9%)、「常勤ではない」(62.1%)であった。家族構成は「拡大家族・その他の家族」「核家族」の2件法で分析に用いた。

3) 日常的な食行動

日常的な食行動は、食事の共有として「朝

食の共有状況」「夕食の共有状況」、家事参加として「食事の準備」「食事の後片づけ」の4変数を用いた。表2に各変数の回答分布を示す。分析にあたって、食事の共有については「ほとんど毎日=4」「一週間に4・5回=3」「一週間に1~3回=2」「ほとんどない=1」に点数化し、得点が高い方が共有度が高いことを示す尺度として分析に用いた。家事参加については「よくした=4」「ときどきした=3」「あまりしなかった=2」「ほとんどしなかった=1」に点数化し、得点が高い方が家事参加度が高いことを示す尺度として分析に用いた。

4) 食事中の会話

食事中の会話は、「食事中の会話の頻度」と「食事中の健康に関する会話の頻度」の2変数を用いた。表2に各変数の回答分布を示す。分析にあたって、食事中の会話の頻度は「食事中に会話をしていましたか」という質問に対し、「いつもしていた=4」「ときどきしていた=3」「あまりしていなかった=2」「ほとんどしていなかった=1」に点数化し、得点が高い方が会話量が多いことを示す尺度として分析に用いた。食事中の健康に関する会話の頻度は、表2に示す「自分の体調」と「精神的に悩んでいたこと」の2項目について「よく話した=4」「ときどき話した=3」「少し話した=2」「話さなかった=1」に点数化し、得点が高い方が健康に関する会話量が多いことを示す加算尺度として分析に用いた。信頼性係数は $\alpha = .67$ であった。

5) 家族の食意識・行動

家族の食意識・行動は、「食教育に対する考え」と「食の外部化の現状」の2変数を用いた。分析にあたって、「食教育に対する考え」は「食べ残しをしないように注意を受けていた」など表2に示す3項目について、「そうだった=4」「まあそうだった=3」「あまりそうではなかった=2」「まったくそうではなかった=1」に点数化し、得点が高い方が食教育

表2 回答分布

(N=350)

質問項目	回答	人数	(%)
日常的な食行動			
①あなたが高校生の時、一週間のうちで家族のほとんどと一緒に食べる朝食の回数は何回でしたか。	1. ほとんど毎日 2. 一週間に4・5回 3. 一週間に1～3回 4. ほとんどない 5. 不明	118 31 62 138 1	(33.7) (8.9) (17.7) (39.4) (0.3)
②あなたが高校生の時、一週間のうちで家族のほとんどと一緒に食べる夕食の回数は何回でしたか。	1. ほとんど毎日 2. 一週間に4・5回 3. 一週間に1～3回 4. ほとんどない 5. 不明	183 51 85 31 0	(52.3) (14.6) (24.3) (8.9) (0.0)
③あなたが高校生の時、食事の準備の手伝いをしましたか。	1. よくした 2. ととききした 3. あまりしなかった 4. ほとんどしなかった 5. 不明	92 158 72 27 1	(26.3) (45.1) (20.6) (7.7) (0.3)
④あなたが高校生の時、食事の後片付けをしましたか。	1. よくした 2. ととききした 3. あまりしなかった 4. ほとんどしなかった 5. 不明	106 151 65 27 1	(30.3) (43.1) (18.6) (7.7) (0.3)
食事中の会話			
⑤あなたが高校生の時、食事中に会話をしていましたか。	1. いつもしていた 2. ととききしていた 3. あまりしていなかった 4. まったくしていなかった 5. 不明	261 63 19 6 1	(74.6) (18.0) (5.4) (1.7) (0.3)
⑥あなたが高校生の時、食事中に自分の体調について話したことがありますか。	1. よく話した 2. とときき話した 3. 少し話した 4. 話さなかった 5. 不明	71 118 89 69 3	(20.3) (33.7) (25.4) (19.7) (0.9)
⑦あなたが高校生の時、食事中に精神的に悩んでいることについて家族に話したことがありますか。	1. よく話した 2. とときき話した 3. 少し話した 4. 話さなかった 5. 不明	43 60 68 174 5	(12.3) (17.1) (19.4) (49.7) (1.4)
家族の食意識・行動			
家族の食教育に対する考え			
⑧あなたが高校生までの家族の食事の様子をお聞きします。食べ残しをしないように注意を受けていた。	1. そうだった 2. まあそうだった 3. あまりそうではなかった 4. まったくそうではなかった 5. 不明	84 103 110 51 2	(24.0) (29.4) (31.4) (14.6) (0.6)
⑨あなたが高校生までの家族の食事の様子をお聞きします。よく噛む、好き嫌いをしないなどの注意を受けた。	1. そうだった 2. まあそうだった 3. あまりそうではなかった 4. まったくそうではなかった 5. 不明	86 82 119 60 3	(24.6) (23.4) (34.0) (17.1) (0.9)
⑩あなたが高校生までの家族の食事の様子をお聞きします。食事作法の注意を受けた。(はしの持ち方・使い方、茶碗を持って食べるなど)	1. そうだった 2. まあそうだった 3. あまりそうではなかった 4. まったくそうではなかった 5. 不明	146 104 64 31 5	(41.7) (29.7) (18.3) (8.9) (1.4)
食の外部化の現状			
⑪あなたが高校生までの家族の食事の様子をお聞きします。食事は市販の弁当や惣菜をよく利用していた。	1. そうだった 2. まあそうだった 3. あまりそうではなかった 4. まったくそうではなかった 5. 不明	12 46 174 115 3	(3.4) (13.1) (49.7) (32.9) (0.9)
⑫あなたが高校生までの家族の食事の様子をお聞きします。レトルト食品やインスタント食品をよく利用していた。	1. そうだった 2. まあそうだった 3. あまりそうではなかった 4. まったくそうではなかった 5. 不明	7 42 175 124 2	(2.0) (12.0) (50.0) (35.4) (0.6)

態度が明確であることを示す加算尺度として分析に用いた。信頼性係数は $\alpha = .73$ であった。「食の外部位の現状」は「食事は市販の弁当や総菜をよく利用していた」など表 2 に示す 2 項目について、「そうだった = 4」「まあそうだった = 3」「あまりそうではなかった = 2」「まったくそうではなかった = 1」に点数化し、得点が高い方が食の外部位傾向が高いことを示す加算尺度として分析に用いた。信頼性係数は $\alpha = .76$ であった。

3. 分析方法

まず、従属変数である「家族のまとまり」と各独立変数との関係を見るために、一元配置の分散分析または回帰分析を行った。さらに、以上の分析で有意水準に達した変数を各要因ごと 2 変数ずつ組み合わせる重回帰分析を経て、「家族のまとまり」を従属変数、有意水準に達した変数を独立変数とする重回帰分析を行った。

データの集計・分析には SPSS を用いた。

結 果

1. 「家族のまとまり」に対する認識

「現在の家族について自分の家族はとても仲がいい」と思うかどうかという質問に対する

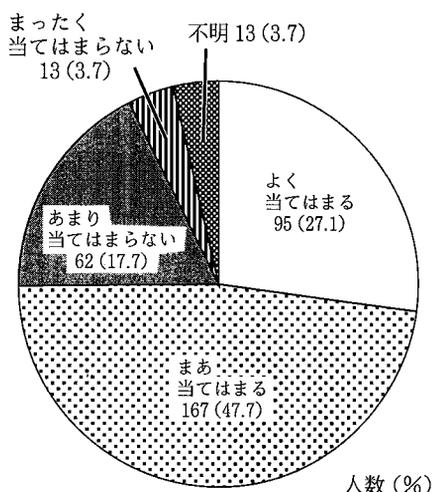


図 1 「私の家族はとても仲がいい」に対する回答

る結果を図 1 に示す。「まあ当てはまる」と回答したものが 47.7% と最も多く、約半数を占めていた。「よく当てはまる」の 27.1% と合わせると約 75% のものが自分の家族は仲がよいと認識していた。

2. 「家族のまとまり」と各変数との関連

1) 回答者とその家族に関する属性

「回答者とその家族に関する属性」を構成する各変数との分析結果は表 3 の通りである。回答者に関する属性については有意差が認められず、家族に関する属性について「父親の年齢」「母親の年齢」の 2 変数で有意な効果が認められた。すなわち、父親の年齢が低くなるほど家族のまとまりが強く、母親の年齢が低くなるほど家族のまとまりが強かった。

続いて属性について有意であった 2 変数を一括して独立変数とし、家族のまとまりを従属変数とする重回帰分析では、「父親の年齢」と「母親の年齢」の 2 変数とも有意な効果が消失した。

2) 日常的な食行動

「回答者とその家族に関する属性」を除く 3 要因を構成する変数と「家族のまとまり」との相関は表 4 に示す結果が得られた。

「日常的な食行動」を構成する変数について

表 3 基本属性と家族のまとまりにおける一元配置分散分析と回帰分析結果

独立変数	N (%)	自由度	F 値
回答者に関する属性			
学生の年齢*	333 (95.1)	1	.332
学科・専攻	337 (96.3)	4	.603
居住形態	336 (96.0)	2	.645
家族に関する属性			
父親の年齢*	303 (86.6)	1	6.241*
母親の年齢*	313 (89.4)	1	6.887**
父親が常勤か否か	304 (86.9)	1	.399
母親が常勤か否か	311 (88.9)	1	.149
核家族か否か	337 (96.3)	1	3.201

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

※これら 3 変数は回帰分析を用いた

表4 分析に使用した変数の要約統計量と相関係数

	レンジ	平均	SD	相 関 係 数							
				1	2	3	4	5	6	7	8
家族のまとまり											
1. 私の家族はとても仲がいい	1-4	3.02	.79								
日常的な食行動											
2. 朝食の共有状況	1-4	2.37	1.31	.166**							
3. 夕食の共有状況	1-4	3.10	1.05	.158**	.444***						
4. 食事の準備の手伝い	1-4	2.92	.94	.093	.186***	.133*					
5. 食事の後片付け	1-4	2.98	.95	.116*	.184**	.082	.623***				
食事中の会話											
6. 食事中の会話の頻度	1-4	3.66	.66	.375***	.215***	.317***	.215***	.203***			
7. 食事中の健康に関する会話の頻度	1-8	4.47	1.83	.337***	.098	.066	.186**	.197***	.271***		
家族の食意識・行動											
8. 食教育に対する考え	1-12	8.25	2.45	.109*	.112*	.119*	.236***	.273***	.175**	.184**	
9. 食の外部化の現状	1-8	6.33	1.33	.092	.150**	.172**	.142**	.170**	.214***	.109*	.103

* p<.05 ** p<.01 *** p<.001

表5 家族のまとまりに影響を与えている要因の重回帰分析結果

	標準偏回帰係数 (β)			
	I	II	III	IV
日常的な食行動				
一緒に食べる朝食の回数	.162**	.075		.080
食教育意識・行動				
家族の食教育に対する考え	.089		.013	.006
食事中の会話				
食事中の会話の頻度		.281***	.299***	.281***
食事中の健康に関する会話の頻度		.253***	.254***	.251***
R	.195***	.449***	.446***	.452***
R ²	.038	.202	.199	.205

て有意な相関がみられたのは、「朝食の共有状況」「夕食の共有状況」「食事の後片づけ」の3変数であった。すなわち、朝食を家族と一緒に食べている回数が多い方が家族のまとまりは強く、夕食を家族と一緒に食べている回数が多い方が家族のまとまりは強く、食事の後片づけをよくする方が家族のまとまりが強かった。

続いて日常的な食行動について有意であった3変数を2変数ずつ組み合わせて独立変数とし、家族のまとまりを従属変数とする重回

帰分析を行った。ただし、「朝食の共有状況」と「夕食の共有状況」は互いに相関が強いため、今回は「朝食の共有状況」を用いることにした。その結果「食事の後片づけ」は有意な効果が消失し、「朝食の共有状況」で有意な効果が認められた。

3) 食事中の会話

「食事中の会話」を構成する変数については2変数とも有意な相関がみられた(表4)。すなわち、食事によく会話をしていた方が家族のまとまりは強く、食事の中に健康に関する会

話をよくする方が家族のまとまりが強かった。

続く2変数を一括して独立変数とする重回帰分析でも有意な効果は消失しなかった。

4) 家族の食意識・行動

「家族の食意識・行動」を構成する変数については「食教育に対する考え」に有意な相関がみられた(表4)。すなわち、食教育に対する考えが明確である方が家族のまとまりが強かった。

5) 家族のまとまりに影響を与えている要因

各要因のうち有意な相関がみられた変数を要因ごとと組み合わせ一括投入する階層的重回帰分析の結果は表5の通りである。ステップⅠでは朝食の共有状況の1変数で有意な効果がみられたが、 R^2 はきわめて小さかった。ステップⅡでは「食事中の会話」を構成する2変数で有意な効果がみられ、ステップⅢ、ステップⅣでも同様に「食事中の会話」を構成する2変数で有意な効果がみられた。

考察と今後の課題

本稿では、「食卓の雰囲気」と「家族のまとまり」との関係について明らかにしてきた。以下に要因ごとの分析結果と全ての要因との分析にわけて、家族のまとまりとの関係を考察し、今後の課題を述べていく。

1. 要因ごとの分析から

回答者とその家族に関する属性を構成する変数ごとの一元配置の分散分析並びに重回帰分析では、「父親の年齢」「母親の年齢」の2変数で有意な効果が認められていたが、これらの変数を独立変数として一括投入した重回帰分析では全ての変数において有意な効果が見られなかった。このことから、基本的な属性は家族のまとまりに影響を与えていないと考えられる。先行研究においては、表¹²⁾の分析結果で母親の就業との関連が認められており、本稿の結果と異なっている。これは調査対象者の違いが影響していると考えられる。また、表の就業に関するカテゴリと本稿のカ

テゴリが異なることから、カテゴリを統一して分析を試みる必要もあるだろう。さらに、重回帰分析の結果であるが親の年齢が低くなるほど家族のまとまりが強くなる傾向がみられた。このような分析結果は先行研究¹³⁻¹⁴⁾ではみられない。今後その背景にあるものは何なのか、親の年齢と関連する変数を分析することによって考察を深めたい。

日常的な食行動を構成する要因間の分析において最終的に有意差がみられたのは、「朝食の共有状況」のみであった。家族と一緒に朝食を食べる頻度が家族のまとまりに強く影響していることがわかる。この分析結果は先行研究¹⁵⁻¹⁶⁾の知見とも一致する。一般的には、高校生になると通学時間やクラブ活動などの影響から、家族と一緒に食事をする機会が減少すると考えられる。また、親の勤務時間によっても、平日、一緒に食事をする機会はあまりないと推察される。家族が一同に会する機会が少なければ、自分の家族がまとまっているという実感を得ることは難しいであろう。しかし、本分析の結果から、家族のまとまりを強くするためには、できる限り家族と一緒に食事をする機会を増やすことに意義があると考えられる。

「食事中の会話」を構成する変数については2変数とも有意な相関がみられた。この結果も先行研究¹⁷⁻¹⁹⁾の知見と一致する。足立らの調査では同じ食卓に家族員がいても会話もなくひとりで食事をしている様子が描かれていた²⁰⁻²¹⁾。ただその場にいるだけでなく、お互いにその行為に向き合う必要性を感じる。食事中に会話があればその場を楽しみと感じることができ、さらに会話をはずませるといふ相乗効果を生みだしていくのではないだろうか。

「家族の食意識・行動」を構成する変数について有意差がみられたのは「食教育に対する考え」であった。この変数に関する項目は、表2に示すように、家族が食事中のマナーな

どについて調査対象者にどのくらい明確にしているかという点をみている。したがって、食事をしているとき以外にこれらの食教育方針を家族から受けるとは考えにくい。このことから、「食教育に対する考え」が明確であるということは、「食事をする」という行為にその食卓を囲む家族員がきちんと向き合っているのではないかと考える。また、「食の外部化の現状」に有意差がみられなかったことについては、表²²⁾の知見と異なる。これは、表の調査と対象者が異なっていることに起因すると考えられる。つまり、表の調査は主に食事を“作る人”を対象としていたのに対して、本調査は用意されている食事を“食べる人”を対象としているということである。食事を用意する人にとって「食の外部化」は“手抜き”を象徴するものであり、できるだけ避けたい行為であると考えられる。それに比べて、用意された食事を“食べる人”にとって食の外部化は、それほど問題にならないのかもしれない。

2. 家族のまとまりに影響を与えている要因

各要因のうち有意な相関がみられた変数を要因ごとと組み合わせて一括投入する階層的重回帰分析の結果では、食事中的会話を構成する2変数の影響がきわめて高かった。このことから、家族のまとまりを強めるためには「食事中に会話をする」ことが最も効果的であるといえる。この結果は、先行研究²³⁻²⁵⁾の知見とも一致する。

一般的には、孤食が多い家族よりも一緒に食事をしている家族の方が、その家族はまとまっていると認識する。したがって、「家族のまとまり」に最も大きな影響を与えている要因は「家族と一緒に食事をする事」だと推察していた。しかし、本分析結果からは、「家族と一緒にそろって食事をする事」よりも、「食事中に会話をする事」の方が重要であることが示唆された。

食事というものに対して大谷は「癒しや快感を生み、最も自然な形で家族が相互理解を

深める機会となる」²⁶⁾と述べており、室田もまた「家族と共にとる食事は、本来は和み、くつろぎ、癒され、緊張を消化する働きをもつ」²⁷⁾と述べている。現在の生活スタイルを考えると、家族がそろって食事をとることは難しい。しかし、食事は日常のごく自然にある行為である。したがって、この食事という行為の重要性を再認識し、さらにまとまりのある家族を築くためには、その雰囲気をよくすることが効果的なのではないかと考える。もちろん、会話をして食卓の雰囲気を向上させるためには、家族と一緒に食事をする事が前提となる。しかし、家族と一緒に食事をする回数よりもその内容を充実させることが重要なかもしれない。

本稿では家族のまとまりを「現在の家族について自分の家族はとて仲がいいかどうか」という単項目で測定した。今後は黒川ら²⁸⁾と同様に複数項目による尺度で分析をし、「家族のまとまり」をより多面的にとらえて考察していきたい。また、本調査は対象者の特質から、現在の家族のまとまりについて、過去の食卓の雰囲気をもとに分析をした。先行研究の多くが調査時点での「家族のまとまり」と「食卓の雰囲気」を分析しているのに対し、本調査は“現在”の家族のまとまりと“過去”の食卓の雰囲気というように、認識の時間が異なっている。過去の体験がその後の食生活にどのように関わっていくのかについてより明確にするために、面接調査など事例的な調査と合わせた分析も必要であろう。

なお、本稿では「家族のまとまり」と「食卓の雰囲気」の関係について絞って分析してきた。本調査では他に「健康」に関する項目もあるが、それについては別に分析をし、まとめていきたいと考えている。

謝 辞

本調査にご協力いただいた学生と、調査用紙の配布・回収にご協力いただいた教職員に

お礼申し上げます。

文 献

- 1) 足立己幸, NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト: NHKスペシャル 知っていますか子どもたちの食卓—食生活が子どもを変える, 日本放送出版協会, 東京, 1983.
- 2) 足立己幸, NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト: NHKスペシャル 知っていますか子どもたちの食卓—食生活からからだと心が見える, 日本放送出版協会, 東京, 2000.
- 3) 佐々尚美, 加藤佐千子, 田中宏子, 貴田康乃: 大人と一緒にの食事が子どもの食意識・食態度・食知識に及ぼす影響. 日本家庭科教育学会誌, **46**(3), 226-233, 2003.
- 4) 藤嶋輝子, 林倫子: 高校生の食生活と心的適応. 共立女子大学家政学部紀要, **71**(2), 73-79, 1991.
- 5) 石渡仁子: 学校格差による高校生の食行動と生活意識. 家庭科教育, **71**(2), 73-77, 1997.
- 6) 藤沢良知: 子どもの心を育てる食事学—食の乱れは心の乱れ, 第一出版, 東京, 1986.
- 7) 室田洋子: たべない 食欲のない子なぜ—心を育てる食事—, 芽ばえ社, 東京, 1990.
- 8) 室田洋子: 心を育てる食卓—食卓の家族論, 芽ばえ社, 東京, 1995.
- 9) 表真美: 共働き家庭の食生活と家族関係. 家族関係学, **10**, 82-92, 1991.
- 10) 黒川衣代, 小西史子: 食事シーンから見た家族凝集性—中学生を対象として—. 家族関係学, **16**, 51-63, 1997.
- 11) 大谷貴美子: 食と心—甘えさせることと甘やかすこと—. 家庭科教育, **75**(5), 6-10, 2001.
- 12) 前掲 9).
- 13) 前掲 9).
- 14) 前掲10).
- 15) 前掲 9).
- 16) 前掲10).
- 17) 前掲 9).
- 18) 前掲10).
- 19) 前掲11).
- 20) 前掲 1).
- 21) 前掲 2).
- 22) 前掲 9).
- 23) 前掲 9).
- 24) 前掲10).
- 25) 前掲11).
- 26) 前掲11), p.8.
- 27) 前掲8), 心を育てる食卓—食卓の家族論, p.13.
- 28) 前掲10).

有効票数：350
記載の数字：%（人数）

家族のまとまりと食事に関する調査

家族とともに食卓を囲むことがまとまりのある家族を作り、さらには、それが人間の健全な育成につながるものである、といわれています。

今後の理想的な家族の形成に必要な要因を知るために、短大生の高校時代までの食卓にかかわる実態を調査したいと思いますので、ご協力ください。

＜基本属性＞

問1 あなたの所属学科・専攻・コースと学年、年齢を教えてください。

所属：家政学科	学年：1年生	50.0 (175)	2年生	50.0 (175)
家政専攻生活デザインコース	5.7 (20)			
保健養護コース	10.0 (35)			
生活福祉専攻	10.0 (35)	年齢：18歳	7.7 (27)	
食物栄養専攻	28.6 (100)	19歳	45.7 (160)	
幼児教育学科		20歳	39.4 (138)	
幼児教育コース	6.9 (24)	21～24歳	4.9 (17)	
福祉心理コース	7.7 (27)	25歳以上	0.9 (3)	
看護学科	31.1 (109)	無答・不明	1.4 (5)	

問2 現在のあなたの居住形態はどれですか。(○は1つ)

1. 自宅 33.7 (118) 2. 寮 26.3 (92) 3. アパート(ひとり暮らし) 39.4 (138)
4. その他(具体的に：) 0 (0) 無答・不明 0.6 (2)

問3 あなたのご両親は現在何歳ですか。

- 父：40歳代 33.2 (116) 50歳代 54.0 (189) 60歳代 2.3 (8)
無答・不明 10.5 (37)
母：40歳代 62.8 (220) 50歳代 28.9 (101) 60歳代 0.6 (2)
無答・不明 7.7 (27)

あなたが高校生時のご家族についてお聞きします

問4 高校生の時のあなたの居住形態はどれですか。(○は1つ)

1. 自宅 97.7 (342) 2. 寮 0.3 (1) 3. アパート(ひとり暮らし) 0.3 (1)
4. その他(具体的に：) 0.9 (3) 無答・不明 0.9 (3)

問5 あなたが高校生の時、一緒に住んでいた人の番号に○をつけてください。ひとり暮らしをしていた方は、帰省した時のご家族でお答えください。(○はいくつでも)

1. 父 89.1 (312) 2. 母 98.6 (345) 3. 兄弟姉妹 84.0 (294)
4. 父方の祖父 24.9 (87) 5. 父方の祖母 38.0 (133) 6. 母方の祖父 9.1 (32)
7. 母方の祖母 13.1 (46) 8. その他(具体的に：) 2.3 (8)

問6 あなたが高校生の時、単身赴任や進学などのために家族と離れて暮らしている人がいましたか。ひとり暮らしをしていた方は、自分以外で離れて暮らしている人の番号に○をつけてください。

1. 誰もいない 58.3 (204) 2. 父 18.4 (25) 3. 母 1.5 (2)
4. 兄弟姉妹 69.0 (98) 5. 父方の祖父 3.0 (2) 6. 父方の祖母 1.2 (1)
7. 母方の祖父 0 (0) 8. 母方の祖母 0 (0)
9. その他(具体的に：) 0 (0)

問7 あなたが高校生の時、問5で○をつけたご家族の仕事などはどのようでしたか。あてはまる番号を右の□の中からそれぞれ選び、() に数字を記入してください。「4. その他」を選んだ方は具体的にその働き方(わからなければ職種)を書いてください。1～6にあてはまらない場合は「7. 無職」を選んでください。

父： (n=336)	67.6 (227) 1.5 (5) 24.7 (83) 0.3 (1) — 0 (0) 0.3 (1) 5.7 (19)	1. 勤め人(常勤) 2. 勤め人(非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事(事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他(具体的に：) 5. 学生、小中高高校生 6. 主夫 7. 無職 無答・不明
母： (n=347)	36.6 (127) 31.1 (108) 17.3 (60) 0 (0) — 8.1 (28) 0.3 (1) 6.6 (23)	1. 勤め人(常勤) 2. 勤め人(非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事(事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他(具体的に：) 5. 学生、小中高高校生 6. 主婦 7. 無職 無答・不明
兄、姉： (n=172)	34.9 (60) 2.3 (4) 2.3 (4) 1.2 (2) 46.5 (80) 1.2 (2) 1.2 (2) 10.5 (18)	1. 勤め人(常勤) 2. 勤め人(非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事(事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他(具体的に：) 5. 学生、小中高高校生 6. 主婦(主夫) 7. 無職 無答・不明
弟、妹： (n=231)	0.4 (1) 0.4 (1) 0.4 (1) 0.4 (1) 85.7 (198) 0 (0) 0.4 (1) 12.1 (28)	1. 勤め人(常勤) 2. 勤め人(非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事(事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他(具体的に：) 5. 学生、小中高高校生 6. 主婦(主夫) 7. 無職 無答・不明
父方の祖父： (n=93)	3.2 (3) 3.2 (3) 26.9 (25) 0 (0) — 1.1 (1) 54.8 (51) 10.8 (10)	1. 勤め人(常勤) 2. 勤め人(非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事(事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他(具体的に：) 5. 学生、小中高高校生 6. 主夫 7. 無職 無答・不明
父方の祖母： (n=131)	0 (0) 0.8 (1) 22.9 (30) 0 (0) — 3.1 (4) 65.6 (86) 7.6 (10)	1. 勤め人(常勤) 2. 勤め人(非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事(事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他(具体的に：) 5. 学生、小中高高校生 6. 主婦 7. 無職 無答・不明

母方の祖父： (n= 30)	0 (0) 0 (0) 40.0 (12) 0 (0) 0 (0) 46.7 (14) 13.3 (4)	1. 勤め人 (常勤) 2. 勤め人 (非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事 (事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他 (具体的に：) 5. 学生、小中高校生 6. 主夫 7. 無職 無答・不明
母方の祖母： (n= 50)	2.0 (1) 0 (0) 16.0 (8) 0 (0) — 4.0 (2) 58.0 (29) 20.0 (10)	1. 勤め人 (常勤) 2. 勤め人 (非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事 (事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他 (具体的に：) 5. 学生、小中高校生 6. 主婦 7. 無職 無答・不明
その他の家族： (n= 10)	0 (0) 10.0 (1) 10.0 (1) 0 (0) 0 (0) 0 (0) 70.0 (7) 10.0 (1)	1. 勤め人 (常勤) 2. 勤め人 (非常勤、臨時、パートタイム) 3. 自営業・家で仕事 (事業の経営者、家業の手伝い、内職など) 4. その他 (具体的に：) 5. 学生、小中高校生 6. 主婦 (主夫) 7. 無職 無答・不明

あなたが高校生の時についてお聞きします

<日常的な食行動>

- 問8 あなたが高校生の時、一週間のうちで家族のほとんどが一緒に食べる朝食の回数は何回でしたか。
 1. ほとんど毎日 33.7 (118) 2. 一週間に4・5回 8.9 (31) 3. 一週間に1～3回 17.7 (62)
 4. ほとんどない 39.4 (138) 無答・不明 0.3 (1)
- 問9 あなたが高校生の時、一週間のうちで家族のほとんどが一緒に食べる夕食の回数は何回でしたか。
 1. ほとんど毎日 52.3 (183) 2. 一週間に4・5回 14.6 (51) 3. 一週間に1～3回 24.3 (85)
 4. ほとんどない 8.9 (31) 無答・不明 0 (0)
- 問10 あなたが高校生の時、家族みんなが同じ献立 (同じメニュー) を食べていた頻度はどのくらいでしたか。
 1. いつも同じ 78.9 (276) 2. 半分くらい 14.6 (51) 3. いつも違う 1.1 (4)
 ↳ 問12へ
 4. 特定の人だけ違う (→問11へ) 5.1 (18) 無答・不明 0.3 (1)
- 問11 問10で「4. 特定の人だけ違う」と答えた方にお聞きします。
 その人は誰ですか。(n=19)
 父 31.6 (6) 母 10.5 (2) 祖父母 26.3 (5) 本人 10.5 (2)
 その他 15.8 (3) 無答・不明 5.3 (1)
 また、その方だけ違う献立を食べる理由という頃からだったのか期間を教えてください。
 理由： _____ 期間： 例) 私が中学2年の時から _____

<食事中の会話>

- 問12 あなたが高校生の時、食事中に会話をしていましたか。
 1. いつもしていた 74.6 (261) 2. ときどきしていた 18.0 (63)
 3. あまりしていなかった 5.4 (19) 4. まったくしていなかった 1.7 (6) 無答・不明 0.3 (1)
- 問13 あなたが高校生の時、食事中に自分の体調について話したことがありますか。
 1. よく話した 20.3 (71) 2. ときどき話した 33.7 (118) 3. 少し話した 25.4 (89)
 ↳ 問14～16へ
 4. 話さなかった 19.7 (69) 無答・不明 0.9 (3)
 ↳ 問17へ
- 問14 問13で1～3に○をつけた方にお聞きします。どんな内容のことを話したのか、思いつくことをいっつても書いてください。
 例) 頭が痛い
- 問15 問13で1～3に○をつけた方にお聞きします。食事中、自分の体調について話したことで、家族はどのような対応をしてくれましたか。(○は1つ) (n=281)
 1. 詳しく話を聞いてくれて、対処方法を教えてくれた 86.5 (243)
 2. 話を聞いてくれたが、対処方法は教えてくれなかった 12.1 (34)
 3. 話を聞いてくれずに無視された 0.4 (1)
 無答・不明 1.1 (3)
- 問16 問13で1～3に○をつけた方にお聞きします。問15での家族の対応を受けて、あなたはこれからも食事中に自分の体調について話そうと思いませんか。(○は1つ) (n=281)
 1. また話そうと思った 46.6 (131) 2. もう話さないと思った 1.4 (4)
 3. 特に意識しなかった 50.9 (143) 無答・不明 1.1 (3)
- 問17 あなたが高校生の時、食事中に精神的に悩んでいることについて家族に話したことがありますか。
 1. よく話した 12.3 (43) 2. ときどき話した 17.1 (60) 3. 少し話した 19.4 (68)
 ↳ 問18～20へ
 4. 話さなかった 49.7 (174) 無答・不明 1.4 (5)
 ↳ 問21へ
- 問18 問17で1～3に○をつけた方にお聞きします。どんな内容のことを話したのか、思いつくことをいっつても書いてください。
 例) 自分の進路がなかなか決まらない
- 問19 問17で1～3に○をつけた方にお聞きします。食事中、精神的に悩んでいることについて話したことで、家族はどのような対応をしてくれましたか。(○は1つ) (n=176)
 1. 詳しく話を聞いてくれて、的確なアドバイスをしてくれた 79.5 (140)
 2. 話を聞いてくれたが、アドバイスはしてくれなかった 16.5 (29)
 3. 話を聞いてくれずに無視された 0.0 (0)
 無答・不明 4.0 (7)
- 問20 問17で1～3に○をつけた方にお聞きします。問19の家族の対応を受けて、あなたはこれからも食事中に精神的に悩んでいることを話そうと思いませんか。(○は1つ) (n=176)
 1. また話そうと思った 55.7 (98) 2. もう話さないと思った 1.7 (3)
 3. 特に意識しなかった 39.2 (69) 無答・不明 3.4 (6)

問21-a あなたが高校生の時、あなたは、食事をしているときに食卓を囲む家族員の表情やしぐさからその人の健康状態を見ていましたか。(○は1つ)

1. よく見ていた 16.6 (58) 2. ときどき見ていた 33.1 (116)
3. 少しは見ていた 26.9 (84) 4. ほとんど見ていなかった 20.3 (71) 無答・不明 3.1 (11)

問21-b 問21-aで1～3に○をつけた方にお聞きします。それは、どんな様子からですか。(○はいくつでも)(n=279)

- 35.8 (100) 1. 顔色が悪かった
22.9 (64) 2. 食事のスピードが、早くなったり遅くなったりした
63.4 (177) 3. 食事の量が、増えたり減ったりした
19.7 (55) 4. いつもは好きで食べているものを食べなかった
11.1 (31) 5. その他(具体的に：)
9.3 (26) 無答・不明

問22 あなたが高校生の時、あなたの家族は、食事をしているときに食卓を囲むあなたの表情やしぐさからあなたの健康状態を見ていましたか。(○は1つ)

1. よく見ていた 31.4 (110) 2. ときどき見ていた 31.1 (109)
3. 少しは見ていた 26.3 (92) 4. ほとんど見ていなかった 8.9 (31) 無答・不明 2.3 (8)

問23 あなたが高校生の時、食事の準備の手伝いをしましたか。(○は1つ)

1. よくした 26.3 (92) 2. ときどきした 45.1 (158)
3. あまりしなかった 20.6 (72) 4. ほとんどしなかった 7.7 (27) 無答・不明 0.3 (1)

問24 あなたが高校生の時、食事の後片づけをしましたか。(○は1つ)

1. よくした 30.3 (106) 2. ときどきした 43.1 (151)
3. あまりしなかった 18.6 (65) 4. ほとんどしなかった 7.7 (27) 無答・不明 0.3 (1)

問25 あなたが高校生までの家族の食事の様子をお聞きします。(○は1つずつ)

1. そうだった 2. まあそうだった 3. あまりそうではなかった 4. まったくそうではなかった
- ① 3度の食事は規則的に時間が決まっていた
1 26.9 (94) 2 52.6 (184) 3 13.7 (48) 4 6.3 (22) 無答・不明 0.6 (2)
- ② 食べ残しをしないように注意を受けていた
1 24.0 (84) 2 29.4 (103) 3 31.4 (110) 4 14.6 (51) 無答・不明 0.6 (2)
- ③ よく噛む、好き嫌いをしないなどの注意を受けた
1 24.6 (86) 2 23.4 (82) 3 34.0 (119) 4 17.1 (60) 無答・不明 0.9 (3)
- ④ 食事作法の注意を受けた(はしの持ち方・使い方、茶碗を持って食べるなど)
1 41.7 (146) 2 29.7 (104) 3 18.3 (64) 4 8.9 (31) 無答・不明 1.4 (5)
- ⑤ 間食(おやつ)は、時間と量を決められていた
1 1.4 (5) 2 6.3 (22) 3 35.1 (123) 4 55.4 (194) 無答・不明 1.7 (6)
- ⑥ 食品数を多くして栄養バランスに気を配っていた
1 15.4 (54) 2 37.7 (132) 3 32.3 (113) 4 13.7 (48) 無答・不明 0.9 (3)
- ⑦ 朝食や夕食のとき、ひとりで食べるがあった
1 8.9 (31) 2 13.1 (46) 3 35.7 (125) 4 41.4 (145) 無答・不明 0.9 (3)
- ⑧ 家族が喜ぶメニューができた
1 23.1 (81) 2 60.0 (210) 3 15.1 (53) 4 0.9 (3) 無答・不明 0.9 (3)
- ⑨ 食事は市販の弁当や惣菜をよく利用していた
1 3.4 (12) 2 13.1 (46) 3 49.7 (174) 4 32.9 (115) 無答・不明 0.9 (3)
- ⑩ レトルト食品やインスタント食品を利用していた
1 2.0 (7) 2 12.0 (42) 3 50.0 (175) 4 35.4 (124) 無答・不明 0.6 (2)

<意識的な同伴行動>

問26 あなたが高校生の時、あなたの家族は、家族一緒に次のようなことをどのくらいしましたか。(○は1つずつ)

1. よくした 2. まあした 3. あまりしなかった 4. まったくしなかった
- ① 外食をする
1 14.0 (49) 2 37.1 (130) 3 36.6 (128) 4 11.7 (41) 無答・不明 0.6 (2)
- ② ショッピングに行く
1 19.7 (69) 2 40.9 (143) 3 28.6 (100) 4 10.3 (36) 無答・不明 0.6 (2)
- ③ 旅行やドライブに行く
1 15.7 (55) 2 26.3 (92) 3 34.9 (122) 4 22.6 (79) 無答・不明 0.6 (2)
- ④ 共通の趣味(スポーツ・カラオケ・映画など)を楽しむ
1 6.6 (23) 2 16.0 (56) 3 37.4 (131) 4 39.4 (138) 無答・不明 0.6 (2)

<家族の凝集性>

問27 現在のあなたの家族はどのような家族ですか。次のそれぞれの項目についてお答え下さい。(○は1つずつ)

1. よく当てはまる 2. まあ当てはまる 3. あまり当てはまらない 4. まったく当てはまらない
- ① 私の家では、何か困ったことがおこったら、家族がお互いに助けあっている
1 30.9 (108) 2 52.6 (184) 3 12.6 (44) 4 1.1 (4) 無答・不明 2.9 (10)
- ② 私の家では家族が、自分や親きょうだいの友人をこころよく受け入れている
1 44.0 (154) 2 42.9 (150) 3 8.9 (31) 4 1.4 (5) 無答・不明 2.9 (10)
- ③ 私の家族は、何かをするとき、家族以外の人に加わらないで、家族の者だけするのが好きだ
1 6.9 (24) 2 26.6 (93) 3 53.1 (186) 4 9.7 (34) 無答・不明 3.7 (13)
- ④ 家族で何かするとき、私の家族は全員がそろろう
1 14.9 (52) 2 43.7 (153) 3 29.4 (103) 4 8.3 (29) 無答・不明 3.7 (13)
- ⑤ 家族みんなであることが何かありますか、と聞かれると、すぐに答えられる
1 16.3 (57) 2 22.3 (78) 3 38.9 (136) 4 18.9 (66) 無答・不明 3.7 (13)
- ⑥ 私の家族は、自由時間を一緒に過ごすのが好きだ
1 13.1 (46) 2 30.3 (106) 3 41.7 (146) 4 11.4 (40) 無答・不明 3.4 (12)
- ⑦ 私の家族はとても仲がいい
1 27.1 (95) 2 47.7 (167) 3 17.7 (62) 4 3.7 (13) 無答・不明 3.7 (13)
- ⑧ 家族の誰かが何かを決めるとき、ひとりで決めずに家族の人と相談する
1 19.1 (67) 2 45.4 (159) 3 25.7 (90) 4 6.6 (23) 無答・不明 3.1 (11)
- ⑨ 家族がそろい、一緒に集まることをとても大切にしている
1 25.1 (88) 2 40.6 (142) 3 24.6 (86) 4 6.6 (23) 無答・不明 3.1 (11)

<個別化志向性>

問28 あなたが今後、結婚して家族をもったとき、次の項目についてどのように思いますか?(○は1つずつ)

1. そう思う 2. ややそう思う 3. あまり思わない 4. まったく思わない
- ① 夫婦であっても私は私でありたい
1 54.0 (189) 2 35.7 (125) 3 6.6 (23) 4 0.9 (3) 無答・不明 2.9 (10)
- ② 多少家事がおろそかになっても自分の世界をもちたい
1 11.4 (40) 2 41.7 (146) 3 39.4 (138) 4 4.6 (16) 無答・不明 2.9 (10)
- ③ 夫の都合で自分の趣味やつきあいを犠牲にしたくない
1 27.1 (95) 2 46.6 (163) 3 21.7 (76) 4 1.7 (6) 無答・不明 2.9 (10)