

女子大学生の食事マナーと食意識の関連

健康デザイン学科4A 奥山稀子 指導教員：黒谷佳代

背景

- ・「食に関する指導の手引―第2次改訂版―」（文部科学省：食に関する指導の手引―第2次改訂版―，平成31年）では、食事マナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付けていくことを目標としている。
- ・近年若い世代の食事マナーへの関心の希薄化傾向や、健全な食生活を心がけている人が少ない等、若い世代は食に関する知識や意識の面で他の世代と比べて課題が多いと指摘されている（農林水産省：第3次食育推進基本計画，平成28年）。
- ・若い世代の食事マナーと食意識の関連についての研究は少なく、明らかになっていない。

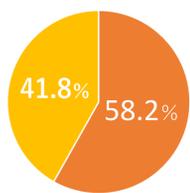
目的

食事マナーと食意識の関連について検討し
希薄化傾向にある若い世代の食事マナーと食意識の改善を目指す

方法

対象者	健康デザイン学科在籍の1年生から4年生294名。最終解析者数は237名。
調査方法	研究デザインは横断研究。集合法にて無記名の自記式質問紙調査を実施。
調査内容	食事マナーについて、正しい食事マナーができていると回答した学生をマナー群、「いいえ」「わからない」と回答した学生をマナー無し群とした。現在の食への意識・関心についての5つの質問(食事の時間が好きである、食事を楽しみにしている、食に関する情報に関心がある、日々の食事において「美味しさ」や「楽しさ」を重視している、食品ロスに関心がある)は、とても当てはまるを7点、まあまあ当てはまるを6点、少し当てはまるを5点、どちらでもないを4点、あまり当てはまらないを3点、ほとんど当てはまらないを2点、全く当てはまらないを1点とし、平均点を算出した。点数が高いほど食への意識・関心が高いとした。
統計分析	SPSS Statistics 27を使用し、独立したサンプルのt検定を行った。

結果



あなたは正しい食事マナーができていると思いますか？

- できている（＝マナー群）
- できていないまたはわからない（＝マナー無し群）

食事マナーと食意識の関連

	平均点（点）		P値
	マナー群	マナー無し群	
食事の時間が好きである	6.8	6.8	0.96
食事を楽しみにしている	6.8	6.7	0.58
食に関する情報に関心がある	6.6	6.5	0.37
日々の食事において「美味しさ」や「楽しさ」を重視している	6.7	6.4	0.01
食品ロスに関心がある	5.7	5.3	0.04

考察

本研究では、食事の時間が好きである、食事を楽しみにしている、食に関する情報に関心があるの3項目と食事マナーの関連性はみられなかった。本研究対象者は食分野について学んでいる学生であるため、マナー群、マナー無し群に関わらず上記3項目への意識が高かったことが関連の見られなかった理由として考えられる。一方で、マナー群はマナー無し群に比べて日々の食事で「美味しさ」や「楽しさ」を重視し、食品ロスへの関心が高いことが本研究により示された。食事マナーは食事の美味しさや楽しさと関連があることが示唆された。また、食べ残しをしないことは食事マナーのひとつであるため、マナー群の方が食品ロスへの関心が高かったことが考えられる。子どもの食行動や食生活に対する意識は家庭での環境が大きく影響するため、今後は家庭内での食指導に力を入れることや、家庭内や教育の場での子どもへの食育が充実するように、社会的に支援をしていくことが必要だと考える。

研究の限界

本研究では食事マナーについての定義を示しておらず、回答者それぞれの解釈となったことが考えられる。また本研究の対象者が栄養学を学んでいる健康デザイン学科かつ全員女性であることは、特殊グループの結果であると考えられる。

結論

食事マナーと、食事が好きか、食事時間が楽しみか、食に関する情報に関心があるか、との明らかな関連はみられなかった。一方でマナー群はマナー無し群に比べて日々の食事で「美味しさ」や「楽しさ」を重視し、食品ロスへの関心も高いことが本研究で示された。本研究の結果が現代の一般的な若い世代の結果であると言えるかどうかは、さらに広い対象への研究を行う必要があると考える。