

主婦の食事づくり行動に関連する要因の検討

Assessment of the factors related to homemakers' meal preparation behavior

鎌田 久子

Hisako Kamata

大妻女子大学短期大学部

Otsuma Women's University Junior College Division

キーワード : 食事づくり行動, 食事づくり効力感, 主婦

Key words : Meal preparation behavior, Self-efficacy for meal preparation, Homemaker

1. 研究目的

近年の日本においては女性の就業率が高まり、家事労働を中心に女性の生活時間の配分に変化が起り、家事に割く時間は減少している。また、中食・外食産業の発展によって、家庭で食事づくりに費やす時間を減らすことが可能となり、就労と家事の両立の助けにもなっている。

一方で、平成 17 年に施行された食育基本法では、健全な食生活を実践できる人間を育て、食文化の継承・発展に寄与する食育の推進が求められている。すでに学校給食等を通して食育は推進されているが、子どもの食生活全体の 3 分の 2 以上を占めているのは、家庭で親が整える食環境である。その食環境を通して食知識、食事観などの食事に関する認知、調理技術などのスキルの獲得、世代間の食文化伝承が行われることの重要性を理解する必要がある。

このように、家庭内における親の食事づくり行動は、家族の健康の維持・増進という視点だけでなく、子どもの食知識、食事観、コミュニケーション力を育むという視点においても重要な行動と考えられる。しかし、家庭での親の食事づくり行動が子どもに及ぼす影響を検討した先行研究はほとんどみられない。

研究の全体構想として、①家庭での親の食事づくり行動の現状を詳細に分析した後、②親の食事づくり行動が子どもの食事づくりの認知に与える影響を明らかにし、③親の食事づくり行動への支援方法を検証するという 3 つの段階で研究することにより、家庭での食育の推進に貢献したいと考えている。本研究はその 1 段階目として、家庭での親の食事づくり行動に影響する要因を分析して、

現状の主婦の食事づくり行動を詳細に検討し、それをもとに主婦の食事づくり行動に対する支援の方法を検討することを目的としている。

2. 研究内容及び成果

1) 研究内容

(1)調査対象者および時期

本研究では、首都圏在住の 25～55 歳の主婦を調査対象者とし、Web 調査会社を介して、2015 年 7 月下旬に Web パネル調査を実施した。対象者は①子どもなし、②長子が未就学、③長子が小学生、④長子が中学生、⑤長子が高校生の 5 つの条件のいずれかに分類されるようスクリーニングを行った。有効回答者の中から①～⑤の 5 つの条件ごとにシステム制御によりランダムに各 100 名ずつ、合計 500 名を抽出し、解析対象者とした。

(2)調査内容

食事づくりに対する自己効力感に関する項目、食事観に関する項目、過去の家族との食事経験に関する項目、子どもの食育への態度に関する項目、食情報の活用に関する項目、食事づくりへの否定的な感情に関する項目、食事づくり行動は頻度、料理数、内容の 3 つの側面に関する項目をそれぞれ設定した。また、K6 日本語版、食事づくり動機尺度を使用した。項目ごとに設定した選択肢により回答を求め、得点化した。

(3)分析方法

探索的因子分析および群間の比較は統計ソフト IBM SPSS Statistics 19.0 (IBM 社) を使用した。

(4)倫理的配慮

研究協力者となる個人の人権擁護（自由意思、無記名、データ保管等）、研究等によって生じる個人への不利益および危険性に対する配慮等について、筑波大学人間系研究倫理委員会の承認を得て実施された（承認番号:東 27-26）。

2) 成果

対象者 500 名の平均年齢は、41.03(SD7.63) 歳で、専業主婦 273 名(54.6%)、兼業主婦 227 名(45.4%)であった。

(1)各要因の得点化

各要因について探索的因子分析を行なった。その結果、主婦の食事づくり効力感尺度は 4 因子（基本的スキル、応用的スキル、食事調整力、栄養バランス）、食事観尺度は 4 因子（団らん重視、食の伝承、健康重視、効率重視）、家族との食事経験尺度は 3 因子（食事をつくってもらった経験、食事をつくった経験、共食経験）、食育態度尺度は 2 因子（健全な食生活の食育、食文化・食料の食育）となった。主成分分析により食情報活用、食事づくりへの否定感、食事づくり行動・頻度、食事づくり行動・料理数、食事づくり行動・内容は、それぞれ 1 成分が抽出された。

すべての変数で Cronbach の α 係数を算出し、0.75～0.93 と十分な値が得られ、内的整合性が確認されたため、食事づくりに関連する要因の得点を算出した。

(2)食事づくり行動と各要因の関連

食事づくり行動の内容・頻度・料理数について、平均値により低群および高群の 2 群に分け、2 群間の各要因得点の平均値の t 検定を行なった。食事づくり行動・内容では、不安・抑うつおよび就業状況以外の要因は、2 群間に有意差が認められ、効率重視と食事づくりへの否定感低群が有意に高く、それ以外高群が有意に高かった($p<.05$, $p<.01$)。食事づくり行動・頻度では、就業状況以外の要因は、2 群間に有意差が認められ、効率重視、食事づくりへの否定感、不安・抑うつは低群が有意に高く、それ以外高群が有意に高かった($p<.05$, $p<.01$)。食事づくり行動・料理数では、家族との共食経験、効率重視、不安・抑うつ、就業状況以外の要因は、2 群間に有意差が認められ、食事づくりへの否定感低群が有意に高く、それ以外高群が有意に高かった($p<.01$)。

(3)属性別の食事づくり行動

子どもの学齢（解析対象者の①～⑤の区分）別に各要因得点の分析を行なった。その結果、食事づくり行動・料理数では、未就学児群と中学生群が子どもなし群より有意に高く($p<.05$)、食事づくり行動・頻度では、未就学児群と中学生群が子どもなし群より有意に高かった($p<.05$, $p<.01$)。

主婦の年代別に各要因得点の分析を行なった結果、食事づくり行動の 3 側面については、有意差が認められなかった。

子どもの学齢別と主婦の年代別の分析から、本研究では食事づくり行動に分析において、主婦の年代別では有意差が認められなかったため群分けせず、子どもの学齢別で有意差が認められた子どものいない群と子どものいる群に分けて分析することとした。

(4)食事づくり行動に影響を及ぼす要因

子どものいる主婦の食事づくり行動を従属変数とした重回帰分析を行なった結果、食事づくり行動の頻度・料理数・内容の 3 側面に共通して影響を及ぼしたのは食事づくり効力感であった。家族との食事経験、食事観、食事づくり効力感、食事づくり動機は、健全な食生活の食育へ正に影響し、健全な食生活の食育は、食事づくり行動・頻度および内容へ正に影響した。

このことから、子どものいる主婦の食事づくり行動への支援には、食事づくり効力感を高めるための実習を含めた体験的なプログラムによる介入の他に、食事に関わる教育的なプログラムによる介入で食育態度を変化させることも有効である可能性が推察された。

3. まとめと今後の課題

本研究は主婦の食事づくり行動に影響する要因を分析することにより、主婦の食事づくり行動への支援を検討するための示唆を得ることができた。

本研究では主婦の食事づくり行動を詳細に分析するために、食事づくりに関連する多数の要因をとりあげ、その要因の得点化に時間を費やした。そのため、主婦の食事づくり行動に影響する要因は分析できたが、各要因間の関連についての詳細な分析は期間内に終わられなかった。今後の課題は、各要因間の関連についての分析を継続し、そ

の結果を基に親子を対象とした調査を実施して、親の食事づくり行動が子どもの食事づくりの認知に与える影響を明らかにすることである。さらに、その結果により親の食事づくり行動への具体的な支援方法を検討し、計画の立案、支援方法の検証を行なうことである。

今後、この研究を継続して得られる成果は、食事づくりの悩みを抱えて子育てする母親への支援、

家庭における食育推進、数年後には主婦となる可能性のある若い年代への教育などに活かしていきたい。

4. この助成による発表論文等

本研究は大妻女子大学戦略的個人研究費 (S2719)の助成を受けたものです。

(2016年3月31日現在)