

食嗜好の発達に関する研究 —短期大学生を対象としたアンケート調査—

Development of Food Preference : A Questionnaire Survey of Junior College Students

小川 晶子、中澤 弥子
Akiko OGAWA and Hiroko NAKAZAWA

キーワード：食嗜好の発達、アンケート調査

Keywords : Development of Food Preference, Questionnaire

1. はじめに

乳幼児期における食の嗜好は年齢とともに発達することが知られているが、乳幼児期における偏食は、子どもの食事で困っていることとして回答する保護者の割合が多い、食に関する保護者の困りごと¹⁾の一つである。子どもがいつも偏食をしている母親は食事作りの際、献立を考えることが負担になっており²⁾、このような精神的負担が過度にかかることは食卓を楽しく囲むことにも影響する。

二木氏は、嗜好を決定するのはその味覚だけでなく、口当たり、歯ざわり、匂い、外観、食事に伴う音などほとんどすべての感覚が影響し、さらにそれ以上に脳の働きすなわち食品に対する食体験がいろいろの心理的経験、食品に対する馴れや知識・情報などが大きく影響する。したがって嗜好の発達は子どもの記憶力や脳の発達と深い関連をもつものであり、それによって変化していくと述べている³⁾。

そこで本調査では、食の嗜好に関する実態について調査し、偏食に関する食教育に資する基礎資料を得ることを目的とした。

2. 方法

1) 調査対象

対象者は長野県にあるN短期大学およびS短期大学の学生407名とした。

2) 調査方法

アンケート調査は、2011年10月～2013年7月の授業時間を利用して行った。二木氏の先行研究³⁾を参考に、嫌いな食品の代表的なもの16品目(納豆、

にんじん、からし、酢の物、しそ、らっきょう、ねぎ、ピーマン、わさび、玉ねぎ、コーヒー、ニッキ(シナモン)、はっか(ミント)、貝類、しょうが、くらげ)の嗜好について3選択肢(好き、嫌い、どちらでもない)、食べることができるようになった年齢、食べることができるようになった理由、現在も食べることができない食品やその理由などについて自記式質問紙により尋ねた。なお、選択肢には設けなかったが、記入後の質問紙では記載した16品目について「食べたことがない」と回答している者がいたため、集計・解析の際には「食べたことがない」という項目も設定した。

統計ソフトはR3.4.1⁴⁾を用い、単純集計とスピアマンの順位相関分析を行った。有意水準は5%とした。

3. 結果および考察

1) 調査対象者について

アンケート調査は、N短期大学では生活科学科および幼児教育学科、S短期大学では幼児教育学科の学生を対象に行った。社会人学生2名および回答が不十分であった2名の回答を除く、403名の調査票を有効回答として分析した。

2) 16品目に対する嗜好について

16品目について各食品の嗜好の結果を表1に示す。「嫌い」の回答が最も多かったのは「らっきょう」(33.3%)で、唯一「好き」(24.6%)よりも「嫌い」の回答が多かった。らっきょうを「嫌い」と回答した理由として自由記述された中で最も多かったのは「味」(67人)で、中でも「酸っぱい味がきらい(7人)」との自由記述が最も多かった(表2)。

*長野県短期大学生活科学科健康栄養専攻

§連絡先 〒380-8525 長野県長野市三輪8-49-7 TEL 026-234-1221 FAX 026-235-0026

味について、他には辛い（5人）、苦い（4人）、甘い（3人）という自由記述が得られた。「らっきょう」そのものの味ではなく、「らっきょう漬け」に対する嗜好の回答が混在しているように推察された。「味」に次いで「におい」（43人）が嫌いな理由と

表1 16品目についての嗜好（好き・嫌い・どちらでもない）

食品名	好き		嫌い		どちらでもない		食べたことがない		無回答	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
らっきょう	99	24.6	134	33.3	156	38.7	12	3.0	2	0.5
はっか	126	31.3	98	24.3	177	43.9	0	0.0	2	0.5
コーヒー	205	50.9	80	19.9	116	28.8	0	0.0	2	0.5
からし	153	38.0	68	16.9	178	44.2	1	0.2	3	0.7
ニッキ	178	44.3	68	16.9	153	38.1	1	0.2	2	0.5
わさび	200	49.6	64	15.9	138	34.2	0	0.0	1	0.2
しそ	238	59.1	50	12.4	112	27.8	1	0.2	2	0.5
しょうが	214	53.2	49	12.2	136	33.8	0	0.0	3	0.7
貝類	247	61.3	47	11.7	105	26.1	0	0.0	4	1.0
人参	228	56.6	39	9.7	133	33.0	0	0.0	3	0.7
酢の物	253	62.8	38	9.4	110	27.3	0	0.0	2	0.5
ピーマン	254	63.0	36	8.9	111	27.5	0	0.0	2	0.5
ねぎ	244	60.5	34	8.4	124	30.8	0	0.0	1	0.2
納豆	300	74.4	25	6.2	76	18.9	1	0.2	1	0.2
くらげ	176	43.7	18	4.5	160	39.7	38	9.4	11	2.7
玉ねぎ	295	73.2	15	3.7	92	22.8	0	0.0	1	0.2

N=403

して多く自由記述された。中でも「においがきつくて臭いので嫌い」という回答が目立った（29人）。他にも食感（16人）、見た目（4人）、風味（2人）、食わず嫌い（12人）などの理由が得られた。

一方「好き」の回答が最も多かったのは「納豆」（74.4%）であった。「納豆はねばねばした食感」（9人）や「におい」（9人）が嫌いな理由（表2）として挙がっている一方で、「好き」と回答している者は「ねばねばした食感」や「におい」が気にならないと記述していた。また「子どもの頃から日常的に食卓に出ており、なんの違和感もない」（2人）との記述も得られた。

「どちらでもない」の回答が最も多かったのは「からし」（44.2%）であり、次いで「はっか」（43.9%）であった。からしは納豆やうどん、おでんなどの料理にアクセントを添えるための調味料であり、「そのまま単体で食することは少なく、あまり気にならない」、「辛いものが平気になった」などの記述がみられた。「食べたことがない」で最も回答が多かったのは「くらげ」（9.4%）であった。「きくらげ」と混同している者もあり、食材としての「くらげ」の認知度は他の食品に比べて低く、食経験が少

表2 16品目について「嫌い」な回答理由（自由記述）のまとめ

食品名	嫌いの回答数	理由の回答数	自由記述の内容*別の回答数											
			味	におい	刺激	食感	食わず嫌い	風味	見た目	トラウマ	色	その他		
らっきょう	134	149	67（酸っぱい7、辛い5、苦い4、甘い3）	43			16	12	2	4	1			4
はっか	98	85	31（辛い10、苦い2）	15	33（スースーする29、鼻につんと来る3、頭痛1）		1		1					4
コーヒー	80	73	58（苦い53、渋い1）	3	8（腹痛4、頭痛3、舌がピリピリする1）				1		2			1
からし	68	65	40（辛い37）	6	9（鼻につんと来る6、舌が痛い2、その他1）		1		3	1				5
ニッキ	68	62	12	43	1（スーッとする1）			1	1					4
わさび	64	65	31（辛い27、苦い1）	4	24（鼻につんと来る22、舌が痛い1）					2				4
しそ	50	53	25（苦い2）	19			2	3	1	1				2
しょうが	49	37	21（辛い8）	10			2			3				1
貝類	47	52	10	5			12	3		6	4			12
人参	39	54	40（甘い13、苦い2）	11			1		1			1		
酢の物	38	30	16（酸っぱい13）	7	3（つんとする2、耳の後ろが痛くなる1）									4
ピーマン	36	26	17（苦い11）	7										2
ねぎ	34	43	13（苦い1、甘い1）	15	1		11		1					2
納豆	25	27	5	9			9							4
くらげ	18	10					8							2
玉ねぎ	15	16	6（辛い3）	6			4							

*：複数の内容について自由記述された場合は、複数回答として取り扱う。

ないことが示された。

3) 16品目を食べる事ができるようになった年齢とその理由について

16品目について食べる事ができるようになった年齢を図1、その理由を表3に示す。16品目中9品目(からし、しそ、らっきょう、ピーマン、わさび、ニッキ、はっか、しょうが、くらげ)において、食べる事ができるようになった年齢が最も多かったのは10歳であった。10歳というと小学校4~5学年に相当するが、岡本氏は甘味食品6品目(ようかん、まんじゅう、あめ、アイスクリーム、チョコレート、ショートケーキ)、酸味食品6品目(夏みかん、はっさく、梅干し、ヨーグルト、レモン、グレープフルーツ)、塩味食品6品目(ポテトチップ、塩から、塩こんぶ、つけ物、たらこ、塩ざかな)、

苦味食品6品目(セロリー、緑茶、ピーマン、パセリ、コーヒー)の23品目の嗜好調査結果から、まんじゅうでは年齢とともにその嗜好度がやや低くなる傾向と梅干しでは、年齢とともにその嗜好度がやや高くなる傾向がみられるが、他の食品については性別および年齢による嗜好度の顕著な差はないようである⁵⁾と述べている。しかし、岡本氏の調査は横断調査であるため、嗜好度の発達について明らかにできなかったことが考えられる。本調査は、後ろ向き(レトロスペクティブ)に過去にさかのぼってデータを集めて分析する方法であるため、個人の嗜好の発達が明らかになったことが推察される。二木氏³⁾の研究でも、大部分の食品が平均10.2歳で食べられるようになっており、本調査において「学校での調理実習や菜園体験により食べられるようになった」との記述が得られていることから、小学5年時

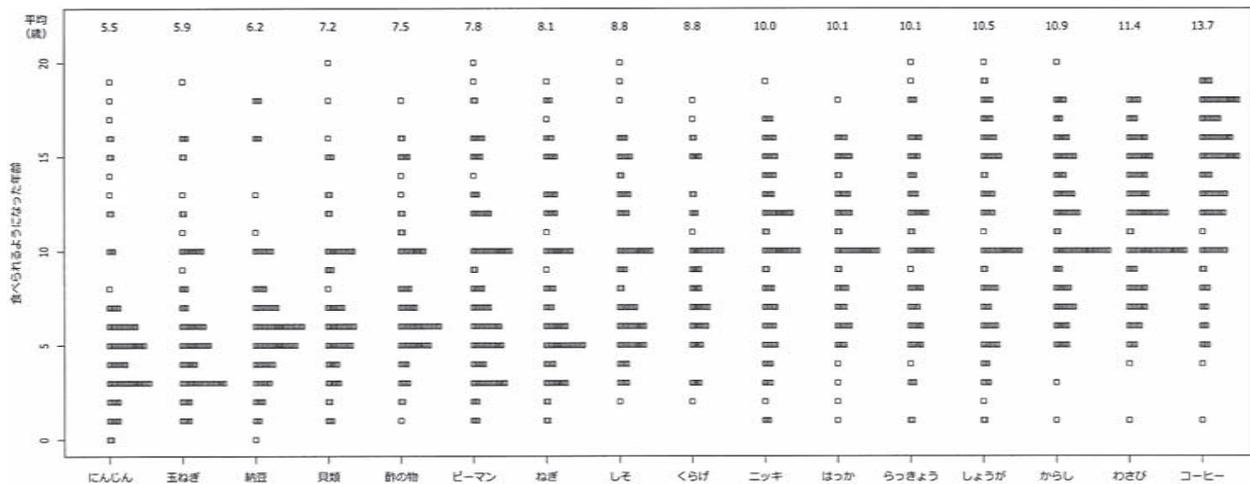


図1 16品目を食べる事ができるようになった年齢

表3 16品目を食べる事ができるようになった理由について

食品名	理由の回答数	自由記述の内容*別の回答数												
		味	におい	食感	風味	身近な人の影響	給食	慣れた	我慢・努力した	自然に(時間の経過)	栄養面	食卓によく出る	新しい食べ方の発見	その他
らっきょう	24	3	2	1	1	6	2	1	6				2	
はっか(ミント)	30	1	2					10	7			7	3	
コーヒー	47	10			1	8		13	3	11		1	10 (受験勉強やテスト勉強のため8人)	
からし	60	25				2	2	4	2	9			15	1
ニッキ(シナモン)	39	6	7					1	2	6			15	2
わさび	64	10				4		19	2	12			17	8 (授業で地元の特産物と知って1人)
しそ	31	3	6		1	3				7			11	3 (家庭菜園2人)
しょうが	38	4	2					3		6	7		15	1
貝類	11		1	4						5				1
人参	23	3	1			1	1		1	8	1		7	3 (家庭菜園1人)
酢の物	26					3	1	7	1	7	4	2		1
ピーマン	62	13	1			1		14	3	11			19	10 (家庭菜園1人、学校栽培1人、調理実習1人)
ねぎ	46	5	3	3	1			5	2	13			14	4 (家庭菜園1人)
納豆	59	2	6	12		8	3		1	11	1	9	4	2
くらげ	13			2			1	2		6			2	1 (調理実習1人)
玉ねぎ	24	4		2				3	1	6			6	2

*: 複数の内容について自由記述された場合は、複数回答として取り扱う。

より導入される家庭科の調理実習や総合的な学習の時間などにおいて行われる食に関する体験学習が影響を与えていることが推察された。なお、データ数が少ないため、さらなる検討が必要ではあるが、10歳頃に嗜好が学習や経験によって広がる、発達する時期があることが考えられた。今後の検討課題としたい。

「コーヒー」については15歳(21人)と18歳(21人)が同率で最も多く、16品目の食品の中で食べることができる(飲むことができる)ようになった平均年齢(13.7歳)が最も高かった。きっかけは、「受験勉強やテスト勉強のために飲み始めた」という記述が8名から得られ、「始めは苦いと感じていたが慣れてその苦みがおいしいと感じるようになった」と回答した者が多かった(7人)。一方で「好き」と回答している者も「ブラックでは飲めない」や「砂糖もしくはミルクを入れる」など、苦みの味わい方には個人差があった。コーヒーに次いで食べられるようになった食品の平均年齢が高かった食品は、「わさび」(11.4歳)、「からし」(10.9歳)、「しょうが」(10.5歳)であった。これらは食品そのものに辛さがあり、匂いも刺激的であるため、幼少期では苦手としているものの、成長するにつれて味や匂いに慣れて「好き」になっていったと考えられた。

「ピーマン」については「好き」になったきっかけを「新しい食べ方の発見」(19人)とする理由が最も多く、中でも「ピーマンの肉詰め」(11人)が「好き」になったきっかけの料理として最も多く回答された。他の食品においても「おいしい料理に出会った」、「おいしい調理法を見つけた」という理由が食べることができるようになったきっかけと回答されており、倉盛氏ら⁶⁾の報告にもあるように、調理の工夫によって「嫌い」から「好き」に変化・発達することが示された。

また、「栄養があると思って」、「身体によさそうだから」、「身体をあたためる効果がある」など食品についての知識を得て、それが食べるきっかけとなった者(13人)もあり、成長とともに味やにおいなど嗜好的に好ましいものでなくても、食べられるようになることも示された。他にも「我慢した」、「努力した」など自ら嫌いなものを克服するための努力をすることで、食べることができるようになったという回答も多く、偏食を無くすには本人の努力も大切だということが示唆された。

食べず嫌いに関しては、見た目やにおいが苦手で敬遠していたが、実際に食べてみると味がおいしかったという記述がみられた。食べてみようと思った

きっかけは「親がおいしそうに食べていた」や「友人に勧められた」や「兄弟姉妹が食べていて自分だけ食べることができないのが悔しかった」、「自分の好きなキャラクターが食べていた」など身近な人の存在が大きく影響していることが示された。また、「学校での調理実習」や「自分で作ってみたらおいしかった」など、自分自身がその食材を扱ったことで食べられるようになっており、調理体験も重要な要素であることが示された。

4) 16品目を食べることができるようになった年齢の相関分析について

16品目を食べることができるようになった年齢の相関分析の結果を表4に示す。各食品を食べることができるようになった年齢の相関については、多くの食品間に有意な相関関係が認められたが、特徴といえるような傾向は認められなかった。分析に用いたデータ数が少なく、一部の調査対象の回答を分析しているためデータ数にばらつきが大きいこともあるので、相関分析の結果の解釈については、今後の検討課題としたい。

5) 16品目以外で最初は嫌いで食べることができなかったが、現在は食べることができるようになった食品とその年齢および理由について

設問に指定した16品目以外の食品で、嫌いだったが食べられるようになった食品を自由記述で尋ねたところ、最も多かったのは「なす」(33人)で、次いで「トマト」(13人)、「セロリー」(12人)、きのこと類(12人)の順に回答された(表5)。これらの食品は小学生の嫌いな食べ物上位に位置する食品で⁷⁾、味やにおいにくせがあり、見た目や食感も独特であることから、幼少期に苦手とする子どもが多い。食べることができるようになった年齢(表6)は、食品によってばらつきがあるが、多くの食品で中学生以降に食べることができるようになっていた。しかしながら、本調査では回答数も少ないことから、今後の検討課題としたい。

食べることができるようになった理由の回答には(表7)、設問に指定した16品目と同様に、「新しい食べ方の発見」がどの食品においても最も多く回答され、様々な調理方法や味付けで何度か試食することが重要であることが示唆された。「なす」の克服料理では「おやき」や「油みそ」といった長野県の郷土料理が回答されていて興味深い。また、「時間の経過とともに自然と食べられるようになった」との回答も複数得られ、成長とともに食べることができ

表4 16品目を食べることができるようになった年齢の相関分析について スピアマンの順位相関係数とp値(上段 相関係数, 下段 p値, 中央 回答数)

	納豆	人参	からし	酢の物	しそ	らっきょう	ねぎ	ピーマン	わさび	玉ねぎ	コーヒー	ニッキ	はっか	貝類	しょうが	くらげ
納豆	118	0.504	0.249	0.405	0.349	0.267	0.251	0.455	0.151	0.464	0.141	0.374	0.293	0.301	0.298	0.215
人参	0.000***	106	0.232	0.449	0.269	0.102	0.468	0.580	0.244	0.832	0.161	0.179	0.125	0.312	0.135	0.275
からし	0.022*	0.004**	126	0.227	0.424	0.519	0.288	0.266	0.716	0.270	0.216	0.285	0.437	0.141	0.402	0.371
酢の物	0.000***	0.000***	0.050	95	0.461	0.166	0.543	0.329	0.143	0.373	0.264	0.222	0.273	0.397	0.215	0.508
しそ	0.002**	0.016*	0.000***	0.000***	103	0.360	0.566	0.354	0.435	0.361	0.256	0.514	0.431	0.431	0.302	0.296
らっきょう	0.038*	0.428	0.000***	0.214	0.003**	81	0.469	0.367	0.536	0.266	0.314	0.539	0.353	0.269	0.552	0.120
ねぎ	0.02*	0.000***	0.009**	0.000***	0.000***	0.000***	108	0.576	0.307	0.658	0.403	0.345	0.338	0.487	0.506	0.328
ピーマン	0.000***	0.000***	0.012*	0.003**	0.001**	0.003**	0.000***	134	0.300	0.728	0.352	0.269	0.277	0.349	0.370	0.113
わさび	0.164	0.031*	0.000***	0.220	0.000***	0.000***	0.004**	0.003**	148	0.242	0.289	0.416	0.447	0.083	0.554	0.223
玉ねぎ	0.000***	0.000***	0.017*	0.001**	0.001**	0.034*	0.000***	0.000***	0.027*	101	0.214	0.248	0.153	0.335	0.269	0.233
コーヒー	0.209	0.167	0.048*	0.018*	0.024*	0.013*	0.000***	0.001**	0.004**	139	0.512	0.352	0.277	0.271	0.339	0.276
ニッキ	0.001**	0.133	0.011*	0.064	0.000***	0.000***	0.003**	0.015*	0.000***	0.029*	0.000***	106	0.620	0.189	0.570	0.262
はっか	0.018*	0.319	0.000***	0.032*	0.000***	0.009**	0.006**	0.019*	0.000***	0.223	0.004**	0.000***	87	0.264	0.533	0.362
貝類	0.010*	0.009**	0.243	0.001**	0.000***	0.054	0.000***	0.002**	0.486	0.003**	0.023*	0.117	0.049*	86	0.421	0.451
しょうが	0.008**	0.229	0.000***	0.064	0.006**	0.000***	0.000***	0.001**	0.000***	0.013*	0.002**	0.000***	0.000***	0.000***	108	0.350
くらげ	0.094	0.028*	0.003**	0.000***	0.015*	0.401	0.008**	0.360	0.074	0.054	0.038*	0.041*	0.008**	0.000***	0.004**	74

注: * : p<0.05, ** : p<0.01, *** : p<0.001

表5 16品目以外で現在は食べられるようになった食品

食品名	人数(人)	食品名	人数(人)
なす	33	たくあん	3
トマト	13	肉	3
きのこ類(しいたけ・えりんぎなど)	12	肉の脂身	3
セロリー	12	ほうれん草	3
レバー	11	抹茶	3
刺身・寿司	9	モツ	3
あんこ	8	山芋・長芋	3
魚	8	甘酢しょうが	2
アボカド	7	梅	2
いくら	6	キウイフルーツ	2
アスパラガス	5	くるみ	2
うに	5	ゴーヤ	2
チーズ	5	卵	2
牡蠣	4	豆乳	2
かぼちゃ	4	パイナップル	2
牛乳	4	ピクルス	2
豆腐	4	プリン	2
生クリーム	4	紅しょうが	2
ブロッコリー	4	マヨネーズ	2
みょうが	4	マンゴー	2
えび	3	メロン	2
オクラ	3	もずく	2
キムチ	3	野菜全般	2
銀杏	3	ラーメン	2
山菜	3		

注: 1人の食品は不掲載

るようになっている様子がうかがわれた。

6) 16品目以外で現在も食べることができない食品とその理由について

現在も食べることができない食品で、最も回答が多かった食品は、「セロリー」(37人)で、次いで「レバー」(25人)、「刺身・生魚・寿司」(22人)、「魚」(20人)、「梅干」(16人)、「トマト・ミニトマ

ト」(16人)、「なす」(14人)の順であった(表8)。「セロリー」と「レバー」を嫌いな理由を、各々表9、表10に示す。山脇氏⁸⁾の女子学生を対象とする調査結果の報告においても、「セロリー」と「レバー」を嫌う者が多く、理由においてもほぼ同様で味、におい、食感が嫌いであるということが示された。また、「刺身・生魚・寿司」(22人)、「魚」(20人)、「いくら」(11人)、「えび」(11人)、「うなぎ」(7人)、「うに」(6人)、「牡蠣」(5人)、「いか」(3人)、「かに」(3人)、「たこ」(3人)、「穴子」(2人)、「ししゃも」(2人)、「白子」(2人)、「たらこ」(2人)と、16品目以外で現在も食べることができない食品の全体の34.0%が魚介類を回答しており、理由は「生臭い」、「見た目が気持ち悪い」、「食感が嫌い」などで、中には「食べると嘔吐する(嘔吐した)」などの辛い経験から嫌いになっている回答も複数得られた。魚料理の場合、下処理が必要である、後片づけが大変などの理由で、敬遠されがちであるが、幼少期から魚介類に対するおいしい食体験を積むことが重要であると考えた。

4. おわりに

食品の嗜好や食べられるようになった年齢には、個人差が認められ、個人の性格、食習慣、食環境などさまざまな要因が影響していることが明らかとなった。嗜好の発達のためには、発達段階に応じた働きかけが重要であり、一つの食品や料理の嗜好に執着せず、調理法の工夫や食環境の整備が必要である。食べないからといって遠ざけて食体験の機会を減らすことなく、時間を置いて繰り返し体験させること

表6 16品目以外で現在は食べられるようになった食品の年齢について

食品名	人数 (人)	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳
なす	31				1			2	1		2	1		4	4	4	5	2	1	2	2		
トマト	13						1		3			1				3		2		1	1	1	
きのこ類 (しいたけ・えりんぎなど)	12											1		2	2	1	1	1	1	3			
セロリー	12												1	2	1	1	3	1	1			2	
レバー	8								1							1	3		1		1	1	
刺身・寿司	8											1		1	1				2	1	2		
あんこ	7											1						3	2	1			
魚	7									2		3		1			1						
アボカド	7														1	1				1	3	1	
いくら	6						1				1	1					1	1	1				
アスパラガス	4													1					2		1		
うに	5										1								1			2	1
チーズ	5											1		1			1				2		
牡蠣	2											2											
かぼちゃ	4									1		1				1			1				
牛乳	4							1		1	1										1		
豆腐	2											1						1					
生クリーム	3																	2	1				
ブロッコリー	4													1							1	1	1
みょうが	3																					2	1
えび	3																	1			1	1	
オクラ	3																			3			
キムチ	3													2			1						
銀杏	3													1				1		1			
山菜	3														1			1		1			
たくあん	3											1		1				1					
肉	7						1									1	1		2	1	1		
肉の脂身	3											1							2				
ほうれん草	3							1	1									1					
抹茶	3																1	1		1			
モツ	3													1			1				1		
山芋・長芋	3										1							1		1			
キウイフルーツ	2						1					1											
くるみ	2							1										1					
ゴーヤ	2																	1					1
卵	3			1						1										1			
パイナップル	2																1		1				
紅しょうが	2							1										1					
マヨネーズ	2														1		1						
マンゴー	2																			1		1	
メロン	1																				1		
もずく	2																	1		1			
野菜全般	2							1										1					

注：回答の得られなかった食品は除く

表7 16品目以外を食べることができるようになった理由について

食品名	理由の 回答数	自由記述の内容*別の回答数											その他	
		味	におい	食感	風味	身近な 人の影 響	給食	慣れた	我慢・ 努力し た	自然に (時間 の経 過)	栄養面	食卓に よく出 る		新しい 食べ方 の発見
なす	24						2	1	1	2		1	17	1 (家庭菜園1人)
トマト	10		1			1	1		1	2	1	3	3 (家庭菜園2人、おいしいトマトに出会った1人)	
きのこ類 (しいたけ・えりんぎなど)	7								2	2		3	2 (自炊したことで好きになった1人、おいしいしいたけに出会った1人)	
セロリー	14	2	3			1				2		6		
レバー	12						1	1	1	2	2	5		
刺身・寿司	7			2		1			2			2		
あんこ	3									3				
魚	5		1				1	1				2	2 (自炊したことで好きになった1人、自分で骨を取れるようになって好きになった1人)	
アボカド	6					1				1		4		
いくら	4					1				2		1		

注 上位10位の食品についてのみ抜粋

*：複数の内容について自由記述された場合は、複数回答として取り扱う。

表 8 現在も食べることができない食品 (291 人)

食品名	人数 (人)	食品名	人数 (人)	食品名	人数 (人)
セロリー	37	きゅうり	5	杏仁豆腐	2
レバー	25	グリーンピース	5	おから	2
刺身・生魚・寿司	22	紅茶	5	オクラ	2
魚	20	春菊	5	柿	2
梅干	16	バセリ	5	キムチ	2
トマト・ミニトマト	16	カリフラワー	4	グレープフルーツ	2
なす	14	キウイフルーツ	4	昆布	2
きのこ類 (しいたけなど)	12	ゴーヤ	4	桜でんぶ	2
いくら	11	チョコレート	4	ししゃも	2
えび	11	漬物	4	じゃがいも	2
みょうが	10	豆腐	4	白子	2
チーズ	9	マヨネーズ	4	ずいか	2
肉	9	いか	3	たらこ	2
肉の脂身	9	海藻	3	ナッツ類	2
あんこ	7	かに	3	生クリーム	2
うなぎ	7	かぼちゃ	3	生卵	2
うに	6	たこ	3	肉の皮	2
牛乳	6	豆乳	3	バクチャー	2
バナナ	6	練り物・かまぼこ	3	ブロッコリー	2
メロン	6	プリン	3	もずく	2
レーズン	6	わかめ	3	餅	2
アボカド	5	アスパラガス	2	モツ	2
牡蠣	5	穴子	2	山羊・長芋	2

注：1 人の食品は不掲載、複数回答可

表 9 セロリーの嫌いな理由 (37 人)

セロリーの嫌いな理由	人数 (人)	割合 (%)
におい	23	62.2
味	19	51.4
食感	2	5.4
風味	1	2.7
その他	4	10.8

注：複数回答可

の重要性が示唆された。特に食べず嫌いについては、自分で作った調理実習やみんなと一緒に食べる学校給食など、学校での食教育により克服しており、さまざまなきっかけを家庭や学校で与え続けることが有効であることが示された。

本調査の結果から、嗜好の発達には個人差があり、成長（時間）や経験により発達するものであることが、あらためて示され、その基礎資料を得ることができた。そして、嗜好を豊かに発達させるため、偏食には根気よく向き合っていくことが必要であることが示唆された。

表 10 レバーの嫌いな理由 (25 人)

レバーの嫌いな理由	人数 (人)	割合 (%)
におい	11	44.0
味	11	44.0
食感	10	40.0
内臓であるということの不快感	2	8.0
その他	1	4.0

注：複数回答可

5. 謝辞

本アンケート調査にご協力くださいました N 短期大学および S 短期大学の 2011 年～2014 年度卒業の学生の皆さんに厚く御礼申し上げます。

6. 参考文献

- 平成 27 年度 乳幼児栄養調査結果：厚生労働省 (2015)
- 曾根眞理枝「幼児の食事に関する母親の意識と対応－偏食の視点からの考察－」, 横浜女子短期大学紀要第 21 号, 2006 年, 85-100 頁
- 二木武, 帆足英一他編「新版小児の発達栄養行動：摂食から排泄まで / 生理・心理・臨床」, 東京：医歯薬出版, 1995 年, 1-89 頁
- R Core Team (2016) . R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. URL <https://www.R-project.org/>.
- 岡本洋子, 田口田鶴子「小学生の食味嗜好傾向および味覚閾値」, 日本家政学会誌 Vol.47, No.2, 1996 年, 161-168 頁
- 倉盛三知代, 細谷圭助「小学校家庭科における野菜教材に関する考察－小学生およびその母親の実態と意識を中心に－」, 日本家庭科教育学会誌, Vol.36, No.1, 1993 年, 65-71 頁
- 独立行政法人日本スポーツ振興センター, 平成 22 年度児童生徒の食生活実態調査【食生活実態調査編】
- 山脇美代「女子学生の食生活状況調査 (第 1 報)－嫌いな食品の原因と理由について－」, 長崎純心大学・長崎純心大学短期大学部紀要第 27 号, 1991 年, 179-187 頁

(平成 29 年 9 月 25 日受付、平成 29 年 12 月 8 日受理)

