

子どもはキャラ弁が好きか？

— 子どもと保護者の意識の比較 —

Do Children Prefer *Charaben*?

— A Comparison of the Consciousness of Children and Parents about *Charaben* —

今井景子

IMAI, Keiko

Objective : The objective of this study was to investigate why parents/guardians make *charaben* (an abbreviated form of “character bento”; a Japanese boxed lunch in which food is decorated to resemble popular animals, anime characters, etc.) and whether children like it.

Methods : A questionnaire survey was conducted in October 2018 on the parents/guardians of 637 children attending nursery school and kindergarten in Tokyo. The questionnaire items assessed which type of bento box (*charaben* vs. normal) parents/guardians and their children preferred and what they thought about *charaben*.

Results : Data were obtained from 456 parents/guardians (71.5% valid response rate). About 64% of the children and 20% of the parents/guardians preferred *charaben*, and 21% of the parents/guardians had actually prepared *charaben*. Girls preferred *charaben* significantly more than boys (71.1% vs. 57.6%, respectively), younger children preferred *charaben* significantly more than older children (3-year-olds : 78.4% ; 4-year-olds : 64.9% ; 5-year-olds : 46.4%), and children who ate small meals preferred *charaben* significantly more than children who ate bigger meals (small meals : 79.2% vs. big meals : 62.1%). Parents/guardians who thought *charaben* was good for dietary education (59.9%) recognized the importance of making a bento box that children enjoy eating, whereas parents/guardians who thought *charaben* was not good for dietary education (17.1%) emphasized nutrition. The remaining parents/guardians (23.0%) recognized the importance of their child’s preferences, food shapes that are easy to eat, and food safety.

Conclusion : Children’s bento box preferences were influenced by those of their parents/guardians, as well as their sex, age, and typical meal size. These results suggest that parents/guardians should prepare bento boxes that not only have a fun appearance, but also are nutritious and match the child’s level of development. Therefore, parents/guardians should recognize their child’s level of development and focus on nutrition, hygiene, and easy-to-eat shapes to prepare optimal bento boxes for their children.

keyword : character bento, boxed lunch, preference, dietary education

I. はじめに

小児に対する“食”の機能には生理的・社会的・情緒的発達を促す要素が含まれ、これらは発育や身体的能力、社会的行動や集団適応力、基本的信頼感や安定感と意欲などを育む利点を持つ¹⁾。平成25年に「和食」がユネスコ無形文化遺産として登録された。和食の特徴の中には旬の材料を用いて、自然の美しさや季節感を表現することがあり²⁾、食の中で五感を通して幼児の情緒的発達を促すことができる。

近年、食における視覚的表現に重点をおいて作るキャラクター弁当(以下、キャラ弁とする)が登場してきた。弁当の中身を使ってアニメのキャラクターや動物、顔などを形作るものである。料理本やインターネットのブログで数々取り上げられており、専用のカッターや抜き型も多数販売されていて、特別なものではなくなっている。

キャラ弁は幼児の昼食になることもあり、村田らにより栄養価の評価が行われ、エネルギー、タンパク質、脂質が過多であり、カルシウムや鉄が少なく、栄養学的に見ると十分でない点もあり、また、弁当の製作時間は一般的な弁当の2倍もかかるという報告がされている³⁾。幼児期の昼食は、身体発育の盛んな幼児の栄養を給与す

る重要なものである。キャラ弁は見た目からの印象が中心となっていて、幼児の弁当として内容が十分でない可能性もある。

保護者の中には「子どもにキャラ弁を作ってあげた時の笑顔が見たい」、という意見がある一方、「キャラ弁が良いものとは思えない」という賛否両論がある⁽⁴⁾。

食品の視覚的効果に関する研究では、弁当箱の色彩⁽⁵⁾や、ケーキの外観印象とおいしそうという感情関係についての調査⁽⁶⁾も行われているが、食品の形を変化させることの意義に関する検討はされていない。

そこで本研究では、保護者の弁当作成および食に関する意識と、3歳児から5歳児の保育園・幼稚園に通う子どもと保護者が通常弁当とキャラ弁のどちらを嗜好するかとの関連を明らかにし、望ましい持参弁当のあり方を検討することを目的とした。

II. 調査方法

1. 方法

1-1 調査対象者

東京都内の私立の幼稚園2園、社会福祉法人立の保育園1園に通う園児638名とその保護者を対象に質問紙調査を実施した。各園の昼食の形態は、弁当を持参する幼稚園、自園で調理する給食の幼稚園、自園で調理する給食の保育園の計3園である。

1-2 調査方法および実施時期

2018年10月に調査を実施した。研究者が各園に出向いて調査方法の説明と調査票の配布を依頼した。自記式質問票調査を無記名式で行い、幼児に対する質問は保護者から口頭でするように依頼した。記入後の調査票は、2園は研究者が回収に出向き、1園は事前に渡しておいた返信用の封筒を用いて返送してもらった。

1-3 調査項目

調査票の内容は①基本的属性、②食の意識、③キャラ弁の嗜好に関する質問である。記入者を保護者として男女を分けずに調査した。

①基本的属性：子どもの性別、子どもの年齢、子どもの食事の量、保護者の性別、保護者の年齢、保護者の就業形態、保護者の子どもの頃（小学校入学前）の昼食の形態。

②食の意識：キャラ弁は食育になるか、キャラ弁は誰のためか、キャラ弁を作るか、子どもの弁当を作る際に最も意識することはどのようなことか、食に興味があるか、料理の頻度、中食の頻度。

③キャラ弁の嗜好：子どもの弁当の嗜好とその理由、保護者の弁当の嗜好とその理由、保護者が子どもに食べさせたい弁当とその理由。弁当の嗜好の調査は、作成した

キャラクター有り \square と通常 \square の弁当の写真を撮り、実物大で調査用紙に添付し（図1）、どちらを好むかを調査した。

1-4 調査に用いた弁当

内容量360mL白色楕円形の弁当箱に赤・黄・緑・白・茶・黒色の食材を用いて、主食を中心に置きキャラクターを形作るキャラ弁と、主食を弁当箱の半分に寄せて詰めた通常の弁当を作成した。

キャラクターは男女による好みの差がないものとして「アンパンマン」とし、日常的に園に持参する弁当として、難易度が高くなく、特別な材料を使用しないものをインターネットのレシピサイト⁽⁷⁾から選択した。中身は、幼稚園の弁当に使用頻度が高い、彩りが良く、崩れにくく入れやすいものとして⁽⁸⁾プチトマト、ブロッコリー、卵焼き、主菜として鶏肉から揚げ、背景としてサニーレタス、キャラクターを作る素材としてケチャップライス、ウインナー、キャンディチーズ、のりとした。レシピでは、飯に色を付けるために鮭フレークを使用していたが、主菜の量が多くなりすぎるため色を付ける食材としてトマトケチャップを用いた。

使用した食材と量は以下の通りである。

飯 100g、鶏肉から揚げ 32g、卵 25g、ブロッコリー（ゆで）17g、ウインナー 17g、ミニトマト 14g、サニーレタス 9g、プロセスチーズ 10g、トマトケチャップ 5g、調合油 2g、のり 約2cm²である。

2. 解析方法

データをMicrosoft Excelに入力し、項目により未記入や無効回答がある場合は欠損値として分析ごとに処理した。解析にはIBM社SPSS Statistics ver.20を使用し、単純集計、クロス集計を行った。クロス集計は χ^2 検定を行い、有意水準は5%未満（両側）とした。また、クロス集計において調整済みの標準残差の絶対値が1.96より大きければ5%水準で有意とした。

3. 研究倫理

本研究は、こども教育宝仙大学研究倫理規定に基づき、倫理委員会の承認を受けて実施した。調査は無記名で行い、倫理面を考慮し解答による不利益がないことおよび個人情報の遵守に関する説明を調査票配布時に行い、調査票の回収をもって研究への同意とみなした。

4. 利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

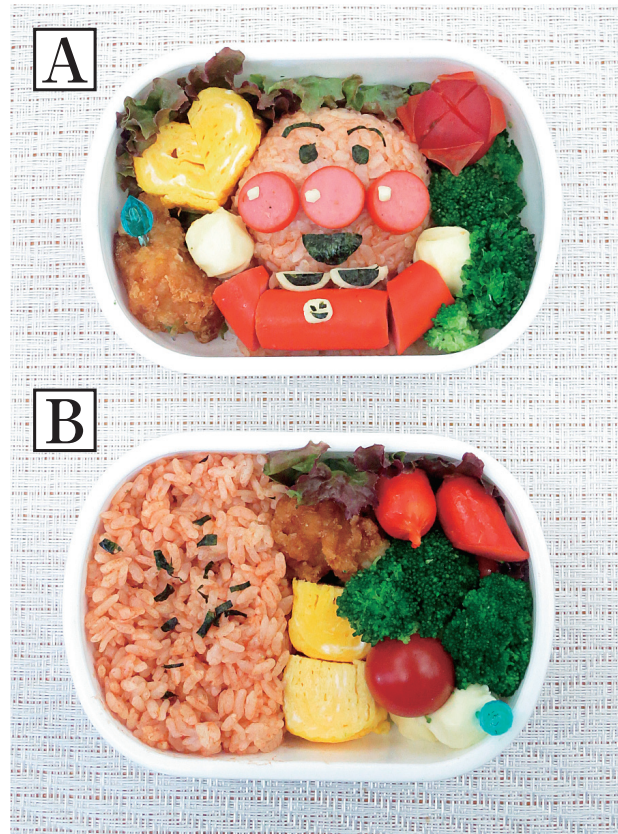


図1 調査に使用した弁当の写真

Ⅲ. 結果

1. 調査票回収率

調査票回収率とその内訳は以下の通りである。

- ①東京都 N 区 Y 幼稚園（弁当園）280枚配布170枚回収（60.7%）（男児96名、女児74名）②東京都 N 区 H 幼稚園（給食園）279枚配布237枚回収（84.9%）（男児116名、女児120名、不明1名）③東京都 S 区 M 保育園（給食園）79枚配布49枚回収（62.0%）（男児32名、女児17名）、配布合計638枚、回収合計456枚、回収率71.5%であった。

2. 弁当の栄養価

作成した弁当の栄養価を表1に示す。

弁当箱の容積と入るエネルギー量はほぼ同じとされている⁹⁾。3歳から5歳の昼食に給与すべき栄養量を日本人の食事摂取基準¹⁰⁾で示されている1日の栄養量の30%とすると、エネルギーは390kcalほどであるので、今回使用した弁当箱は10%ほど小さかったと言える。しかしエネルギーは基準とする390kcalを約10%超え430kcalほどであった。PFC比を見ると、たんぱく質は基準である13~20%の範囲内であったが、脂質は20~30%の基準範囲を超えて38%と高く、炭水化物が低い弁当で

表1 作成した弁当の栄養価

		作成弁当	基準値	割合(%)
エネルギー	(kcal)	429	390	110.0
たんぱく質	(g)	18.8	15.1	124.5
脂質	(g)	18.2	10.8	168.5
カルシウム	(mg)	99	180	55.0
鉄	(mg)	1.4	1.65	84.8
ビタミンA	(μ gRE)	112	150	74.7
ビタミンB ₁	(mg)	0.15	0.21	71.4
ビタミンB ₂	(mg)	0.29	0.24	120.8
ビタミンC	(mg)	18	12	150.0
食塩相当量	(g未満)	1.7	1.2	141.7

P : F : C = 17 : 38 : 44

あった。食塩相当量も基準値より多くなっていた。それ以外の栄養素で基準値を満たしているものは、ビタミンB₂とビタミンCだけであり、それ以外は基準値の55～85%程であった。使っている食材は年間を通して手に入りやすいものであったが、弁当の内容として季節感は薄いものであった。

3. 保護者の状況

保護者の状況を表2に示した。全体では、保護者の年代は、30歳代が54.6%、40歳代が40.6%で大部分であった。弁当作りや家庭内での子どもへの対応は、ジェンダーフリーであるべきなので、保護者の性別は分けずに解析した。就業形態は、フルタイム勤務が17.6%、パートタイム勤務が18.9%、無職が56.0%であった。園ごとの表記はしていないが、保育園児の保護者はフルタイム勤務が85.7%で幼稚園児の9.4%より有意に高かった($p < .001$)。幼稚園児の保護者も無職は62.3%であり、4割近い保護者がフルタイムまたはパートタイムで職についていた。保護者の幼児時の昼食形態は、弁当が38.5%、給食が39.1%、弁当と給食が16.9%で、給食と弁当の割合がほぼ同じであった。料理に興味があるかでは、興味ありが89.1%、興味なしが10.3%と興味があるものが多かった。

キャラ弁を作るかに関する質問では、作るが20.8%、作らないが79.0%と作らないものが多かった。キャラ弁を作る者に対して、キャラ弁を作る頻度を尋ねたところ、毎日が3.3%、週に1度が7.8%、月に1度が5.6%に対して、誕生日、行事などの特別な日に作るが78.9%と高い割合であった。

保護者に対して、どちらの弁当を食べたいかでは、キャラクター有りが18.6%、キャラクター無しが58.7%、どちらでも良いが21.8%と、保護者は自分が食べるものとしては半数以上がキャラクター無しを選んでおり、キャラ弁の嗜好は低くなっていた。また、子どもにどちらの弁当を食べさせたいかでは、キャラクター有りが29.2%、キャラクター無しが30.8%、どちらでも良いが38.2%でいずれも30%前後であり、嗜好の違いはなかった。

4. キャラ弁作成の有無の要因と意識

保護者のキャラ弁作成の有無と要因・意識に関する結果を表3に示す。

「キャラ弁を作成する(作成群)」は95人で全対象者の20.8%、「キャラ弁を作成しない(非作成群)」は361人で全対象者の79.2%であった。

保護者の年齢とキャラ弁作成の関連では、作成群は10歳代が0%、20歳代が15.0%、30歳代19.7%、40歳代23.2%で、有意ではないが年齢が上がるとキャラ弁を作

成する割合が高くなった。

保護者の就業形態とキャラ弁作成の関係では、作成群はフルタイム勤務22.5%、パートタイム勤務が26.7%、無職が16.5%、その他が32.4%であった。非作成群はフルタイムが77.5%、パートタイムが73.3%、無職が83.5%、その他が67.6%であった。作成群は調査した人数の約4分の1であったがその中でも半数近くの人が仕事を持っていた。

保護者の幼児時の昼食形態との関係では、作成群は、弁当が16.0%、給食が23.0%、弁当と給食が22.1%、非作成群は弁当が84.0%、給食が77.0%、弁当と給食が77.9%であり、幼児時に給食または給食と弁当だった保護者がややキャラ弁を作る割合が高かったが、有意な差はみられなかった。

子どもの年齢との関係は、作成群では3歳児が21.8%、4歳児が15.2%、5歳児が25.7%とキャラ弁を作る割合は4歳児が最も低かった。

子どもの性別との関係では、作成群は男児が18.0%、女児が24.2%と女児の方が高かったが、有意な差は見られなかった。

子どもの食事量との関係では、作成群はよく食べるが17.7%、普通が22.1%。少食が25.0%であった。少食の子どもに対してキャラ弁を作る割合が高くなっていたが、有意な差は見られなかった。

保護者が食べたい弁当とキャラ弁作成の関係では、キャラ弁作成の有無に関係なく保護者がどちらの弁当を食べたいかは、キャラクター無しを選択する割合が高かった。作成群はキャラクター有りが32.9%、キャラクター無しが16.9%、どちらでも良いが22.2%を食べたい弁当として選択した。一方、非作成群はキャラクター有りが67.1%、キャラクター無し83.1%、どちらでも良い77.8%を選択し、有意な差が認められた($p = .01$)。残差分析より、作成群は自分が食べるものとしてキャラ弁を好む傾向が強く見られ、非作成群はキャラクター無しを好む傾向にあった。

保護者が子どもに食べさせたい弁当とキャラ弁作成の関係では、子どもにどちらの弁当を食べさせたいかは、作成群ではキャラクター有りが33.8%、キャラクター無し10.7%、どちらでも良いが19.5%を選択した。非作成群ではキャラクター有りが66.2%、キャラクター無し89.3%、どちらでも良い80.5%を選択し、有意な差が認められた($p < .001$)。残差分析より、作成群は子どもに食べさせる弁当にキャラ弁を好む傾向が強く見られ、非作成群はキャラクター無しを選択する傾向があった。

キャラ弁は食育になるかという意識とキャラ弁作成の関係を図2に示す。作成群は食育になるが80.0%、どちらとも言えないが11.6%、食育にならないが8.4%であ

表2 保護者の状況

		人数 (%)			
保護者性別	n=456	男性	女性		
		24 (5.3)	432 (94.5)		
保護者年代	n=456	10歳台	20歳代	30歳代	40歳代
		2 (0.4)	20 (4.4)	249 (54.6)	185 (40.6)
保護者就業形態	n=455	フルタイム勤	パートタイム勤	無職	その他
		80 (17.6)	86 (18.9)	255 (56.0)	34 (7.5)
保護者幼児時の昼食形態	n=455	弁当	給食	弁当と給食	その他
		175 (38.5)	178 (39.1)	77 (16.9)	25 (5.5)
料理に興味があるか	n=456	興味あり	興味なし	その他	
		407 (89.1)	47 (10.3)	2 (0.4)	
キャラクター弁当を作るか	n=456	作る	作らない		
		95 (20.8)	361 (79.0)		
キャラクター弁当を作る頻度	n=90	毎日	週に1度	月に1度	特別な日
		3 (3.3)	7 (7.8)	5 (5.6)	71 (78.9)
自分ではどちらの弁当が食べたいか	n=455	キャラクター有	キャラクター無	どちらでも良い	その他
		85 (18.6)	267 (58.7)	99 (21.8)	4 (0.9)
子どもにどちらの弁当を食べさせたいか	n=455	キャラクター有	キャラクター無	どちらでも良い	その他
		133 (29.2)	140 (30.8)	174 (38.2)	8 (1.8)

表3 キャラ弁作成の有無の要因と意識

			キャラ弁作成群	キャラ弁非作成群	p値
キャラクター弁当を作るか	n=456		95 (20.8%)	361 (79.2%)	
保護者年齢	10歳代	n= 2	0 (0.0%)	2 (100.0%)	0.617
	20歳代	n= 20	3 (15.0%)	17 (85.0%)	
	30歳代	n= 249	49 (19.7%)	200 (80.3%)	
	n=456 40歳代	n= 185	43 (23.2%)	142 (76.8%)	
保護者就業形態	フルタイム	n= 80	18 (22.5%)	62 (77.5%)	0.053
	パートタイム	n= 86	23 (26.7%)	63 (73.3%)	
	無職	n= 255	42 (16.5%)	213 (83.5%)	
	n=455 その他	n= 34	11 (32.4%)	23 (67.6%)	
保護者幼児時の昼食	弁当	n= 175	28 (16.0%)	147 (84.0%)	0.144
	給食	n= 178	41 (23.0%)	137 (77.0%)	
	弁当と給食	n= 77	17 (22.1%)	60 (77.9%)	
	n=455 その他	n= 7	1 (14.3%)	6 (85.7%)	
	わからない	n= 18	7 (38.9%)	11 (61.1%)	
子どもの年齢	3歳児	n= 165	36 (21.8%)	129 (78.2%)	0.082
	4歳児	n= 151	23 (15.2%)	128 (84.8%)	
	n=455 5歳児	n= 140	36 (25.7%)	104 (74.3%)	
子どもの性別	男	n= 244	44 (18.0%)	200 (82.0%)	0.068
	n=455 女	n= 211	51 (24.2%)	160 (75.8%)	
子どもの食事量	良く食べる	n= 141	25 (17.7%)	116 (82.3%)	0.518
	普通	n= 204	45 (22.1%)	159 (77.9%)	
	小食	n= 72	18 (25.0%)	54 (75.0%)	
	n=419 その他	n= 2	0 (0.0%)	2 (100.0%)	
保護者・どちらの弁当が食べたいか	自分はキャラクター有	n= 85	28 (32.9%) ^{††}	57 (67.1%)	0.010 **
	自分はキャラクター無	n= 267	45 (16.9%)	222 (83.1%) [†]	
	自分はどちらでもよい	n= 99	22 (22.2%)	77 (77.8%)	
	n=455 その他	n= 4	0 (0.0%)	4 (100.0%)	
保護者・子どもにどちらの弁当を食べさせたいか	子にはキャラクター有	n= 133	45 (33.8%) ^{††}	88 (66.2%)	<0.001 **
	子にはキャラクター無	n= 140	15 (10.7%)	125 (89.3%) [†]	
	子にはどちらでもよい	n= 174	34 (19.5%)	140 (80.5%)	
	n=455 その他	n= 8	1 (12.5%)	7 (87.5%)	
χ^2 検定	* : $p < .05$, ** : $p < .01$				
残差検定	† : $p < .05$, †† : $p < .01$				

た。非作成群は食育になるが54.3%、どちらとも言えないが25.9%、食育にならないが19.8%であった。作成群、非作成群で有意な差が認められた ($\chi^2 = 20.599, df = 2, p < .001$)。残差分析より、作成群は食育になると考える傾向が強く見られ、非作成群は食育にならないと考える傾向にあった。

キャラ弁は誰のためのものかという意識と作成の関係を図3に示す。作成群では食べる人のためのものが71.6%、作る人のためのものが3.2%、食べる人と作る人のためのもの25.3%であった。非作成群では食べる人のためのものが74.4%、作る人のためのものが4.5%、食べる人と作る人のためのものが20.1%であり、70%以上の人が食べる人だけのものであると考えていたが、両群の20%が食べる人のものだけでなく作る人のためのものでもあったと考えていた。

5. 弁当を作る際に最も意識すべきことと食育に対する考え方

保護者が子どもの弁当を作る際に最も意識すべきことを1つ尋ねた。保護者全体で見ると、弁当を作る際に最も意識すべきと考えている事は、好きなもの・味24.3%、栄養23.2%、子どもが楽しく食べられること18.5%、安全・衛生14.9%、食べやすさ14.6%、彩り・見た目4.5%であった。全体では、好きなものや味をとりいれつつ栄養を意識し、子どもが楽しんで食べられることを重視していた。

キャラ弁は食育になるかと弁当を作る際に最も意識すべきこととの関係を図4に示す。食育になると考えている群(キャラ弁食育認識群)では、好きなもの・味が27.1%、子どもが楽しく食べられることと栄養がそれぞれ22.2%、食べやすさと安全衛生が11.3%、彩り・見た目が6.0%であった。食育にならないと考えている群(キャラ弁食育非認識群)で最も意識する事は、栄養が28.9%、

食べやすさが21.1%、好きなもの・味および安全・衛生がそれぞれ18.4%、子どもが楽しく食べられることが9.2%、彩り・見た目が3.9%であった。どちらとも言えないと考えている群(キャラ弁食育判断不能群)で最も意識する事は、好きなもの・味、栄養および安全・衛生がそれぞれ21.6%、食べやすさが18.6%、子どもが楽しく食べられることが15.7%、彩り・見た目が1.0%であり、有意な差が認められた ($\chi^2 = 25.028, df = 10, p = .005$)。残差分析より、キャラ弁食育認識群は、子どもが楽しく食べられることを強く意識する一方、食べやすさへの意識は低く、安全・衛生を意識しない傾向が強く見られた。キャラ弁食育非認識群では、子どもが楽しく食べられることへの意識は低い傾向がみられた。キャラ弁食育判断不能群では、安全・衛生を意識する傾向にあり、彩り・見た目については意識しない傾向があったが、それ以外は同じ位の割合で意識されていた。

6. 幼児の弁当のキャラクターの有無に対する嗜好

幼児のキャラ弁嗜好と要因を表4に示す。幼児が普通弁当とキャラ弁のどちらの弁当を食べたいかでは、キャラクター有りを選択したのは291人で全対象者の64.0%、キャラクター無しを選択したのは127人で全対象者の27.9%であった。

性別との関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは、男児が57.6%、女児が71.1%、キャラクター無しでは男児が34.2%、女児が20.9%で有意な差が認められた ($p = .016$)。残差分析より男児よりも女児の方がキャラクター有りを好む傾向が強かった。

年齢との関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは、3歳児が78.0%、4歳児が64.9%、5歳児が46.4%であり、キャラクター無しでは3歳児が14.0%、4歳児が27.2%、5歳児が45.0%で有意な差が認められた ($p < .001$)。残差分析より3歳児はキャラクター有りを好む傾向が強く、5歳児はキャラクター無しを好む傾向

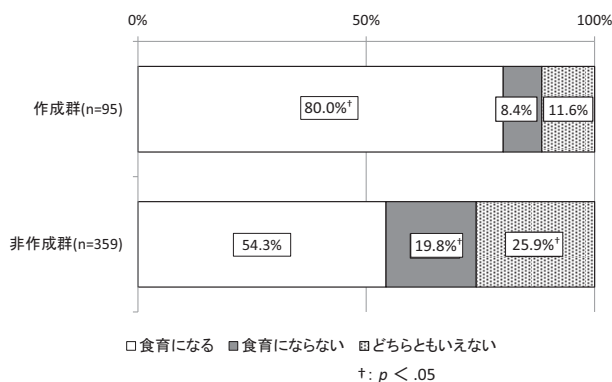


図2 キャラクター弁当は食育になるか

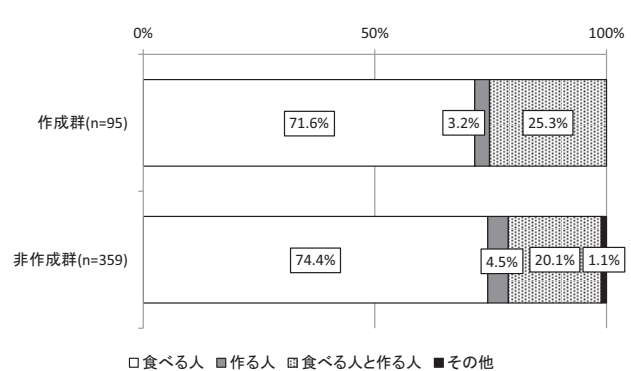


図3 キャラクター弁当は誰のためのものか

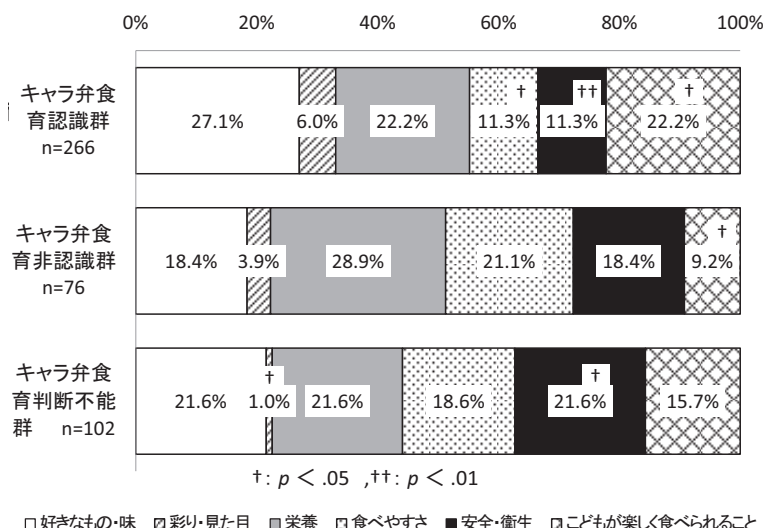


図4 弁当を作る際に最も意識すべきこと n=444

が強かった。

子どもの幼稚園または保育園の昼食形態との関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは、弁当昼食が61.8%、給食が65.3%、キャラクター無しを嗜好するのは弁当昼食が27.6%、給食が28.1%であり、昼食形態による違いはみられなかった。

子どもの食事量と選ぶ弁当の関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは、良く食べるが62.1%、普通が58.3%、小食が79.2%、キャラクター無しを嗜好するのは、良く食べるが27.9%、普通が32.4%、小食が19.4%で有意な差が認められた ($p < .001$)。残差分析より、食事量普通はキャラクター有りを嗜好しない傾向にあり、小食ではキャラクター有りを好む傾向が強く見られた。

子どもの選ぶ弁当と保護者の食べたい弁当の関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは、「自分にはキャラクター有り」が75.0%、「自分にはキャラクター無し」が59.2%、「自分にはどちらでも良いが」69.7%であり、キャラクター無しを嗜好するのは、「自分にはキャラクター有り」が17.9%、「自分にはキャラクター無し」が32.6%、「自分にはどちらでも良いが」21.2%であった。保護者と子どもの食べたい弁当の嗜好には有意な差が認められた ($p = .019$)。残差分析よりキャラクター有りを選ぶ子の親はキャラクター有りを好む傾向があり、同様にキャラクター無しを選ぶ子の親はキャラクター無しを好む傾向があった。

子どもの選ぶ弁当と保護者が子どもにどちらの弁当を食べさせたいかとの関連を見ると、キャラクター有りを嗜好する子どもの保護者は、「子どもにはキャラクター有り」が81.1%、「子どもにはキャラクター無し」が

54.3%、「子どもにはどちらでも良いが」60.9%であり、キャラクター無しを嗜好する子どもの保護者は、「子どもにはキャラクター有りが」12.9%、「子どもにはキャラクター無し」が37.9%、「子どもにはどちらでも良いが」30.5%であった。子どもがどちらでも良いを嗜好するのは、「子どもにはキャラクター有り」が3.0%、「子どもにはキャラクター無し」が2.1%、「子どもにはどちらでも良いが」6.9%であった。保護者が食べさせたい弁当と子どもの食べたい弁当の嗜好には有意な差が認められた ($p < .001$)。残差分析よりキャラクター有りを選ぶ子の親は「子どもにはキャラクター有り」を選ぶ傾向が強く、同様にキャラクター無しを選ぶ子の親も「子どもにはキャラクター無し」を選ぶ傾向が強かった。また、どちらでも良いを選ぶ子の親も「子どもにはどちらでも良い」を選ぶ傾向があった。

子どもの選ぶ弁当とキャラ弁を作る頻度との関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは毎日が66.7%、週に1度が85.7%、月に一度が100%、であった。特別な日に作成してもらおう子では、キャラクター有りを嗜好する子が67.6%であったが、キャラクター無しが25.4%で、どちらでも良いが7.0%で有意な差が認められた ($p = .008$)。残差分析より、特別な日にキャラ弁を作ってもらおう子は、キャラクター無しを選ぶ傾向が見られた。

子どもの選ぶ弁当と保護者の就業形態との関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは、フルタイムが70.0%、パートタイムが60.5%、無職が63.8%であり、キャラクター無しを嗜好するのは、フルタイムが25.0%パートタイムが33.7%、無職が27.2%であった。保護者の就業形態と子どもの食べたい弁当の嗜好には関連が見られなかった。

表4 幼児のキャラ弁嗜好と要因

		子 キャラクター有	子 キャラクター無	子 どちらでもよい	子 その他	p値
どちらの弁当が食べたいか		(n= 455) 291 (64.0%)	127 (27.9%)	19 (4.2%)	18 (4.0%)	
こどもの性別 n=454	男	(n= 243) 140 (57.6%)	83 (34.2%)	10 (4.1%)	10 (4.1%)	0.016 *
	女	(n= 211) 150 (71.1%) [†]	44 (20.9%)	9 (4.3%)	8 (3.8%)	
こどもの年齢 n=455	3歳児	(n= 164) 128 (78.0%) [†]	23 (14.0%)	7 (4.3%)	6 (3.7%)	<0.001 **
	4歳児	(n= 151) 98 (64.9%)	41 (27.2%)	5 (3.3%)	7 (4.6%)	
	5歳児	(n= 140) 65 (46.4%)	63 (45.0%) [†]	7 (5.0%)	5 (3.6%)	
こどもの昼食形態 n=455	弁当	(n= 170) 105 (61.8%)	47 (27.6%)	7 (4.1%)	11 (6.5%)	0.208
	給食	(n= 285) 186 (65.3%)	80 (28.1%)	12 (4.2%)	7 (2.5%)	
こどもの食事量 n=418	良く食べる	(n= 140) 87 (62.1%)	39 (27.9%)	8 (5.7%)	6 (4.3%)	<0.001 **
	普通	(n= 204) 119 (58.3%)	66 (32.4%) [†]	11 (5.4%)	8 (3.9%)	
	少食	(n= 72) 57 (79.2%) [†]	14 (19.4%)	0 (0.0%)	1 (1.4%)	
	その他	(n= 2) 1 (50.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (50.0%)	
保護者・どちらの弁当が食べたいか n=454	自分はキャラクター有	(n= 84) 63 (75.0%) [†]	15 (17.9%)	1 (1.2%)	5 (6.0%)	0.019 *
	自分はキャラクター無	(n= 267) 158 (59.2%)	87 (32.6%) [†]	11 (4.1%)	11 (4.1%)	
	自分はどちらでもよい	(n= 99) 69 (69.7%)	21 (21.2%)	7 (7.1%)	2 (2.0%)	
	その他	(n= 4) 1 (25.0%)	3 (75.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	
保護者・子どもにどちらの弁当を食べさせたいか n=454	子にはキャラクター有	(n= 132) 107 (81.1%) ^{††}	17 (12.9%)	4 (3.0%)	4 (3.0%)	<0.001 **
	子にはキャラクター無	(n= 140) 76 (54.3%)	53 (37.9%) ^{††}	3 (2.1%)	8 (5.7%)	
	子にはどちらでもよい	(n= 174) 106 (60.9%)	53 (30.5%)	12 (6.9%) [†]	3 (1.7%)	
	その他	(n= 8) 1 (12.5%)	4 (50.0%)	0 (0.0%)	3 (37.5%)	
キャラ弁作成頻度 n=90	毎日	(n= 3) 2 (66.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (33.3%)	0.008 **
	週に1度	(n= 7) 6 (85.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (14.3%)	
	月に1度	(n= 5) 5 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	
	特別な日	(n= 71) 48 (67.6%)	18 (25.4%) [†]	5 (7.0%)	0 (0.0%)	
	その他	(n= 4) 4 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	
保護者就業形態 n=454	フルタイム	(n= 80) 56 (70.0%)	20 (25.0%)	2 (2.5%)	2 (2.5%)	0.674
	パートタイム	(n= 86) 52 (60.5%)	29 (33.7%)	2 (2.3%)	3 (3.5%)	
	無職	(n= 254) 162 (63.8%)	69 (27.2%)	13 (5.1%)	10 (3.9%)	
	その他	(n= 34) 20 (58.8%)	9 (26.5%)	2 (5.9%)	3 (8.8%)	
料理の回数 n=455	毎日複数回	(n= 259) 159 (61.4%)	74 (28.6%)	12 (4.6%)	14 (5.4%)	0.768
	ほとんど毎日	(n= 153) 107 (69.9%)	38 (24.8%)	6 (3.9%)	2 (1.3%)	
	週に3~5回料理	(n= 34) 19 (55.9%)	12 (35.3%)	1 (2.9%)	2 (5.9%)	
	週に1~2回料理	(n= 6) 4 (66.7%)	2 (33.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	
	料理しない	(n= 3) 2 (66.7%)	1 (33.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	

χ^2 検定 * : $p < .05$, ** : $p < .01$
 残差検定 † : $p < .05$, †† : $p < .01$

子どもの選ぶ弁当と保護者の料理の回数との関連を見ると、キャラクター有りを嗜好するのは、毎日複数回が61.4%、ほとんど毎日が69.9%、週に3~5回料理が55.9%、週に1~2回料理が66.7%、料理しないが66.7%であり、キャラクター無しを嗜好するのは、毎日複数回が28.6%、ほとんど毎日が24.8%、週に3~5回料理が35.3%、週に1~2回料理が33.3%、料理しないが33.3%であった。保護者の料理回数と子どもの食べたい弁当の嗜好には関連が見られなかった。

IV. 考察

幼児期の昼食は、身体発育の盛んな幼児期の栄養を給与する重要なものである。保育所では各種通達やガイドラインに沿って栄養および衛生管理された給食が提供されている^(11, 12, 13, 14, 15)。一方、現在の幼稚園の通常保育時の昼食に給食を提供しているのは国公立、私立幼稚園で40%前後であり、国公立幼稚園(297園)の59.2%、私

立幼稚園(578園)の46.7%が全部または一部を持参弁当で行っている⁽¹⁶⁾。弁当の内容は保護者の主観や知識に負うところが大きく、野菜類、肉類、卵類の出現頻度が高く、魚介類と豆類が低いことが明らかになっており、栄養バランスの良い弁当を作ることが保護者の頭を悩ませることとなっている⁽⁴⁾。

幼児の弁当には、プチトマト、レタス、にんじん、ブロッコリーなどが色合いや形状から取り入れやすい傾向にある⁽⁸⁾。本やインターネットで作り方を示しているキャラ弁でも色彩を豊かにしたり、キャラクターを際立たせるための背景やしきりとして野菜類が使用されている。瀬尾は、年齢が低い子どもにはおにぎりなどは食べやすい形状にするなど、主食の形状が異なることが明らかになり、子どもの手指の発達や嗜好・経験の広がりに伴い、保護者が弁当に入れるものを調節していたと報告している⁽¹⁷⁾。弁当の内容と食べやすさを中心に考察する。

1. 食事としてのキャラ弁

本調査で使用したキャラ弁は、主食のケチャップライスはスプーンあるいはフォークを用いて食べられるように作成した。他のものはフォークで刺して1口か2口程度で食べられる形状にして、年少児でも食べやすくなるように配慮した。飾りのチーズなどは小さく切っておりそれだけをつまむのは難しいが、下にある飯やウインナーと一緒になら難なく食べられるように配慮した。年長児が箸で食べる場合でも、箸で挟めるように作成した。

キャラ弁を作る際には、食べやすさにはそういった配慮が必要であると考えられる。

栄養面では、表面積が主食：主菜：副菜が「8：5：5」となった。目標とする「3：1：2」と比べると、副菜はやや少なく、主菜が多くなった。その結果としてたんぱく質と脂質が過多になっていた。主菜が多くなったのは、黄色の卵焼きでハート、ソーセージでキャラクターの体を作っていたため、中心になるおかずとしても1品鶏肉から揚げを入れたためである。キャラ弁作りでは、キャラクターを作る都合で中身すなわち給与栄養が変わってくることもある。

キャラ弁作りの中では、食材のパターン化、形作りするために生じる食べにくさ、キャラクターを取り入れることによる栄養の過不足などが懸念される。

2. キャラ弁作成の有無の要因と意識

保護者は、料理に興味があるものが大部分だったが、キャラ弁を作る割合が20%程度であり、料理の興味とキャラ弁の作成には関係は見られなかった。保護者の就業、年齢、子どもの年齢、性別、食事量などもキャラ弁作成の要因にはなっていなかった。小食の子どもの食欲を促すためと予想していたが、関連は見られなかった。

保護者のキャラ弁嗜好では、作成群は自分が食べるものとしても子どもに食べさせるものとしてもキャラ弁を好んでいた。また、自分が食べる弁当としては2割程度、子どもに食べさせる弁当としては3割強がどちらの弁当でもよいと考えていた。

自分が好きだからキャラ弁を作り子どもにも食べさせたいという関連が見える反面、子どもが食べるのはどちらでも良いと考える保護者も多かった。これについては、「サンプル写真を見て判断した調査のために、他人が作った弁当だから子どもにはキャラクター有でも無しでもどちらでも良い」と考えていたのか、「自分が作ったキャラ弁でも、子どもにとってはキャラクター有りでも無しでもどちらでも良い」と考えていたのか判断できない。後者であるならキャラ弁作成は子どものためのものではないと考えられた。

3. キャラ弁と食育

キャラ弁作成と食育に対する考えでは、作成群は、食育になると考えている割合が高く、食育の一環としてキャラ弁を作っていたと考えられた。

弁当を作る際に最も意識すべきことと食育の関係は、キャラ弁食育認識群は子どもの嗜好的な事を重視する傾向にあり、キャラ弁食育非認識群は栄養と食べやすさを重視していた。キャラ弁食育判断不能群は子どもの嗜好的な事や栄養衛生など多方面を意識していた。食育に対する考え方が違うのではないかと推測された。

食育の概念は幅広く、食を通じたコミュニケーションやマナー等の食に関する基本的所作の実践に加えて、自然の恩恵等に関する感謝の念と理解、優れた食文化の継承等に関する基礎的理解など、広範な内容が含まれる。その上で子どもたちが豊かな人間性をはぐくみすべての人々が生涯にわたって健全な心身をもって生活するために必要なものである¹⁸⁾。

食の楽しさの実践は食を通じたコミュニケーションの1つであり、食に関する基礎である。食育認識群は、最も大切なことを基本的なコミュニケーションの楽しさに置いており、それ以外の要素をあまり盛り込んでいない可能性があるのではないかと推察された。一方、キャラ弁食育非認識群は、心身の健康の増進のための栄養のバランスを意識すべきことと考えており、食育に対する考え方に相違があると推測された。

食育に関する考え方は様々であるが、年少児は食べる楽しさから始まる。それは、自分で食べることの喜びであり、弁当を全部食べたという満足感や先生や仲間と食べる楽しさでもある。そこに留まることなく、子どもの発達や理解力の進捗に従って、いろいろな食物を取り入れることから味、彩り、香り、食感などを楽しみながら五感を養う多方面の要素を加えて行き、弁当を通じて好き嫌いや健康や栄養の内容まで伝えていくことが必要ではないかと考えられる。

4. 幼児の弁当のキャラクターの有無に対する嗜好

普通弁当とキャラ弁では幼児は高い割合でキャラ弁を好むことが明らかになった。

性別で見ると男児より女児の方が嗜好する割合が高かった。今回は、男女で好みがわからないキャラクターを選定したが、女児が好きなキャラクターならもっと好まれたのではないかと推測される。年齢に関しては今回の調査では、3歳児、4歳児、5歳児と年齢が大きくなるに従って好まなくなる傾向が見られた。これはキャラクターがアンパンマンで小さな子どもに合わせたものだったからと推測される。

日ごろ食べている昼食との比較のために、弁当と給食

の昼食形態で比較したが差異はみられなかった。

子どもの食事量との関係では、食事量が少ない子どもはキャラ弁を好む傾向があった。これは食事量が少ない子どもは、給食や弁当を食べることが苦痛であったり、食べ物自体に興味が無かったりするが、キャラクターが付いていることで弁当を好ましく感じ食べたいと言う意欲がわくためではないかと考えられた。

キャラ弁を作る頻度と幼児のキャラ弁嗜好では、毎日から月に1度程度作ってもらう子はキャラ弁を嗜好していたが、特別な日にのみ作ってもらう子どもでは半分近くがキャラクター無しまたはどちらでも良いと答えていた。作ってもらう子どもは、日常的に食べていないものには馴染みがなく好まないのかもしれないと推測された。行事があるまたは特別な日だからキャラ弁を作るという親の意識と、日頃作ってもらう物を食べたいと思わない子の意識には乖離が見られた。

5. キャラ弁は誰のためのものか

瀬尾は、「弁当の内容では年少児ではコーンやブロッコリー、インゲンなどが弁当に入っていたが、年中児ではアクの強いほうれん草や小松菜なども入れられていた。子どもの食具の使用の状況や子どもの嗜好や食経験の広がりによって母親が調整している可能性が示唆された」¹⁷⁾と報告している。キャラ弁の作り方はインターネットのレシピやブログ、本などで見られる。母親が子どもの食べ方や嗜好、あるいは食具に適した形態などの様子を見ながら調整して作る部分が少ないのではないかと推測された。弁当の栄養素が十分でなかったり、形状・食べやすさが子どもの状況に合っていないか意識が食べる子どもに向いていなければ、作り手の好み・自己表現としての意味合いの方が大きいのではないかと考えられる。

キャラ弁は誰のためかという質問に対して、当然ながら食べる人のものではあるが、作る人のためのものでもあり25%余りの人が答えたのは、これらの意味があったのではないかと推測される。

6. 望ましい持参弁当のあり方

江田によると、嫌いなものを食べさせるための工夫には、特に形を可愛らしく作ることもあるという¹⁹⁾。それで子どもがその嫌いな食材に興味を持って食べられるようになるならば、可愛らしく形を整えることが有効であるので、弁当全体を形作るのではなく、親しみを持たせた食品だけ見栄えよく作ることも有効なのではないだろうか。

幼児の持参弁当に必要な要素は、食に対する意欲を持たせるように見て楽しい弁当、子どもに十分な栄養素を

提供できる中味、かつまた、子どもの心身の成長に合わせて発達を促すような内容である。キャラ弁の果たす役割は、見て楽しいという部分を中心である。

本やインターネットでは多数のレシピが提供されており、キャラ弁は日本のポップカルチャーの1つとして認識されている部分もある。しかし、幼児のための弁当は、かわいいと言う見た目だけを重視したものとは一線を画すべきであろう。

子どもの一食となるべき弁当には、栄養と衛生、発達に合わせた食べやすさなどがなければならない。キャラ弁を作る作業には時間と手間がかかるが、子どものためになるような弁当を作るには発達や理解を把握する必要がある。日ごろから子どもの好き嫌いや、弁当の喫食状況、食具の使い方を観察し、何より子どもに弁当の感想を聞くなどのコミュニケーションをとりながら、広い視野をもって良い内容を考えることが重要である。そのためにも親に向けた食育が必要だと考える。

7. 本研究の限界

幼児に対する調査は、保護者の聞き取りの形で行った。質問項目は「AとBのどちらが食べたいか」なので、答えやすい反面、聞き手に対する配慮からのバイアスがかかる可能性もあった。今後の調査は、調査者が直接聞き取りをするのが望ましいであろう。

本研究において、子どものキャラ弁に対する嗜好の割合が高いことが示されたが、1回の調査で、1つの弁当の提示のみであったので、キャラ弁全体のことを述べるには、データが限られている。今後、弁当の内容、栄養、食べやすさ、使用するキャラクター、形状、年齢、性差などを考慮に入れて多角的に検討することが必要である。

V. まとめ

現在の日本では、キャラクター弁当が日常の弁当として取り入れられている。親はどのような意識でキャラ弁を作るのか、食べる幼児はキャラ弁を好むかの調査をして、望ましい弁当の方向性を探った。

キャラ弁と普通弁当の2つから好きな方を選択させたところ、幼児の6割強、親の2割近くがキャラ弁を好んだ。男児より女児、5歳児より3歳児、小食の幼児がキャラ弁を好む傾向があった。親の25%がキャラ弁は食べる人だけでなく作る人のためのものであると認識していた。キャラ弁が食育になると考える親は、弁当は、好きなもの・味や栄養、こどもが楽しく食べられることが大事だと考えていたが、食育にならないと考える親は、栄養、食べやすさが大事だと認識していた。食育になるか

わからないと考える親は、子どもの好きなもの・味や栄養や衛生が大事だと認識しており、食育に対する考え方に差が見られた。幼児の多くはキャラ弁を好み、性別、年齢および通常の食事量により差異が見られたが、親が食べさせたい弁当の意向を反映していた。それゆえに、親は見た目が楽しいだけでなく、子どもに適した栄養価があり、子どもの発達レベルに適した弁当を作る必要がある。キャラ弁を作る者は、子どもの食べる楽しさ重視で弁当を作っており、それが食育であると考えていたが、弁当は楽しさや子どもの嗜好に合わせるだけでなく、栄養、衛生、食べやすい形状を考え、子どもの発達を理解しながら弁当を準備すべきであり、親にそのための食育をする必要がある。

福祉施設における食事の提供ガイド (2010)

- 15) 厚生労働省医薬・生活衛生・食品安全部長：大量調理施設衛生管理マニュアル (2017)
- 16) ベネッセ教育総合研究所：第3回幼児教育・保育についての基本調査
https://berd.benesse.jp/up_images/research/All_web.pdf (2019年11月2日アクセス)
- 17) 瀬尾知子：年齢や性差による弁当内容の違いの検討、お茶の水女子大学子ども学研究紀要、1巻、22-29頁(2013)
- 18) 農林水産省：食育白書〈令和元年版〉、日経印刷 (2019)
- 19) 江田節子：幼児の食生活に関する研究—幼稚園児の弁当の実態とその問題点—、日本食生活学会誌、17巻、3号 (2006)

参考文献

- 1) 生野照子：親子関係と“食”、心身医、29巻、3号、278-283頁 (1989)
- 2) 農林水産省：ユネスコ無形文化遺産登録
<http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/ich/index.html> (2019年10月31日アクセス)
- 3) 村田美穂子、前里美：幼児期における料理本のキャラクター弁当についての栄養評価に関する研究、広島文化学園短期大学紀要、48巻、25-32頁 (2015)
- 4) 多々納道子、西村世梨子：幼稚園児の保護者の弁当昼食作りの実態と課題、島根大学生涯学習教育センター年報、10巻、123-132頁 (2013)
- 5) 香曾我辺琢、安孫子遥、渡辺聡美：幼児の弁当箱の色彩に関する印象評価尺度の作成—性別と色の嗜好性に着目して—、宮城教育大学情報処理センター研究紀要、24巻、39-44頁 (2017)
- 6) 志堂寺和則、都甲潔：ケーキの外観印象の共分散構造分析、日本食品科学工学会誌、54巻、1号、1-8頁 (2007)
- 7) クックパット：大好き！アンパンマンキャラ弁体付き
<https://cookpad.com/recipe/3869107> (2019年10月26日アクセス)
- 8) 木川真美、吉澤さやか、牧野紘子、水野あゆみ、鈴木隆：幼稚園における弁当を介した親に対する食育、日本食育学会誌、6巻、2号、215-223頁 (2012)
- 9) 足立己幸、針谷順子：3・1・2弁当箱ダイエット法、群羊社 (2004)
- 10) 厚生労働省：日本人の食事摂取基準 (2015年版)、第一出版 (2014)
- 11) 厚生労働省：保育所におけるアレルギー対応ガイドライン (2019)
- 12) 厚生労働省：保育所における食事の提供ガイドライン (2012)
- 13) 厚生労働省：授乳・離乳の支援ガイド (2019)
- 14) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子福祉保健課：児童