

女子学生の食事づくり行動に関係する要因の検討 —子どもの頃の食事経験による分類での比較—¹

大妻女子大学短期大学部 鎌田 久子
筑波大学 安藤 智子

Factors related to meal-making behaviors of female students
—Comparison by home meal experience in childhood—

Hisako Kamata (Junior College Division, Otsuma Women's University)
Satoko Ando (University of Tsukuba)

In this study, factors related to female university students' meal-making behaviors were examined. Scales for measuring female students' childhood home meal experience (CHME), belief in meals (BM), meal-making self-efficacy (MMS), and meal-making behavior (MMB) were first developed. We then compared between female students' CHME groups on trust toward their parents, BM, MMS, MMB, and intention toward future meal-making (ITFMM). We conducted a survey to female students attending universities in the Tokyo metropolitan area (valid responses: 470). It was suggested that trust toward their parents was related to CHME, BM, and ITFMM. The female students who had many experiences of making or helping to make meals in their childhood thought that they were capable of making meals. It was also suggested that they not only made or helped to make meals, but also devised ways to improve the taste and appearance of the meals. Students who had a good relationship with their parents through meals in their childhood tended to have a belief that they should pass on the taste of their home cooking and cherish their family bond through meals. They also have the intention of making meals for their children in the future.

平成17年に「食育基本法」(農林水産省, 2005)が施行され, 第3次食育推進基本計画(内閣府, 2016)では, 食に関する知識や取組を次世代に伝えつなげていけるよう, これから親になる若い世代への食育を推進した。

家庭での食事経験, 食事観, 食教育に関する母子を対象とした先行研究では, 母親の子どもの頃の肯定的な食事経験は, 家族との食事, 子どもに健康的な食事について教えること, 我が家の味を大事にする食事観を有することに関連し, その母親の子どもは食事に対する肯定的

な興味をもてるようになることが示された(高畑・富田・饗庭・大谷, 2006)。また, 栄養バランスの良い朝食や毎日の朝食摂取など健康に配慮した食行動をしている母親のほうが, 子どもに食事のマナーや食事づくりの手伝いなどの食育への取り組みをしていることが示された(白木, 2012)。大学生対象の研究では, 幼少期の弁当経験(評価の高さ)は母親への同一化感情を高め(伊東・竹内・鈴木, 2007), 学童期以前の食体験・郷土料理体験や「食べ物や郷土料理に関する話をする」ことは, 郷

¹ 本研究は, 平成28年度大妻女子大学戦略的個人研究費(S2815)の助成による。本論文は, 筑波大学人間総合科学研究科後期課程生涯発達科学専攻に提出した学位論文の一部に加筆・修正したものである。

土料理への関心や継承意欲を高めることが示された（秋山他，2013）。これらの知見から，子どものころの食事経験，健康的な食生活に関する意識や食行動は，食事観，食教育態度，親への感情に関係すると考えられる。

家庭での食事場面などから検討した先行研究では，子どもの認知する母親との関係性の良さは，食事場面での健康を配慮した母親の食意識や態度，母親による食育や子どもの食事づくりの手伝い，過去の食事場面の雰囲気の良いことによって構築されることが示されている（平井・岡本，2005,2006）。また，家族と一緒に楽しい食事体験や食事時間での楽しい親子の心の交流は，親への尊敬など好ましい親子関係を構築することが示されている（大谷他，2000；大谷他，2003）。親の養育態度との関連を検討した先行研究では，夫婦間で愛情度が高いほど家庭の雰囲気が暖かく居心地の良いものになり，養育態度が暖かいものになり，家庭の雰囲気の良さや母親の養育態度の暖かさが子どもの抑うつ抑制に関連することが示された（菅原他，2002）。一方，食事場面で両親の養育行動が強制や叱責など行き過ぎると，幼児はネガティブな情動状態になり，親の養育態度が権威的態度である（統制および応答性が高い）と，子どもの不適切な摂食行動を抑えられることも示された（Topham et al., 2011）。これらの知見から，親子が共食の場でコミュニケーションをとり，子どもに親の食事に対する意識や態度を伝え，食事づくりの手伝いをさせることは，子どもと親との心理的つながりを強くし，親子関係を構築すると考えられる。また，食事場面での親の子どもとの関わり方は，子どもの食意識・食態度・食行動を左右する可能性があると考えられる。

このような背景を踏まえ，鎌田・安藤（2020）では主婦を対象とした調査により食事づくり行動に関連する要因を検討した。子どもの頃の食事をつくってもらった肯定的経験尺度，食事観尺度，食事づくり効力感尺度，食事づくり行動・内容尺度を作成し，内容的妥当性及構成概念妥当性が確認され，Cronbachの α 係数により内的整合性が確認された。そして，子どもの頃の家庭での食事経験と主婦の食事観・食事づくり効力感と主婦の食事づくり行動に関連することを示した。本研究では，第3次食育推進基本計画で課題としているこれから親になる世代である学生を対象に，食事づくり行動に関連する要因を親子の関係も加えて検討する。主婦の研究（鎌田・安藤，2020）に取り組む以前に，学生を対象に食事づ

くり効力感尺度の作成を試みたが（鎌田・相川，2012），栄養士養成課程のみに限定された学生を対象としていた。食に対する興味や栄養に関する知識があり食事づくりに関心の高い（堀内他，2009）対象者だけでなく，食事づくりに関心の低い者も含めた一般的な女子学生を対象とするため，本研究では複数の学科・専攻で学ぶ学生を対象として再検討したい。なお，鎌田・安藤（2020）では主婦（女性）を対象としていたことから，本研究では女子学生のみを対象として検討することとした。

主婦と学生はライフステージが異なり，家庭内での立場も異なるので，まず食事づくり行動や食事づくりに関連する認知に相違があるかを確認する。そのため，鎌田・安藤（2020）で用いた項目を使用し，女子学生の子どもの頃の家庭での食事経験尺度，食事観尺度，食事づくり効力感尺度，食事づくり行動・内容尺度を作成して主婦の尺度との相違を検討する。平成28年社会生活基本調査の結果（総務省，2016）では，女性の1週間の食事の管理時間が15～24歳では11分であったのに対して，35～64歳では93～115分と長かった。学生の年代は主婦の年代のように食事をつくっていないことが想定される。そのため，食事づくり行動・頻度には料理の手伝いを含めて検討する。また，食事づくり行動だけでなく，将来に学生が親になった時の，自分の子どもに対する食事づくりへの意識も検討に加えることにする。そして，学生の子どもの頃の食事経験により分類し，その群間による親への信頼感・食事観・食事づくり効力感・食事づくり行動・将来の食事づくりへの意識を比較検討する。

中食の市場規模は10年前と比較すると127.3%と成長し，外食の市場規模も108.9%で，どちらも増加傾向が続いている（一般社団法人日本惣菜協会，2020）。平成29年食育に関する意識調査では，20～50代女性の6割弱は，週1回以上そう菜を購入しており（農林水産省，2017），家庭での中食利用は珍しいことではなく，日常の食生活に馴染んでいることがうかがわれる。鎌田・安藤（2020）では，外食や中食の利用で手間や時間を省くことを肯定的にとらえていると（効率重視の食事観），実生活で食事をつくる頻度は減るが，子どもに食育を実践するために食事をつくる頻度を増やす努力をしていることが示唆された。そこで本研究では，効率重視の食事観であっても，食事づくりに前向きなのはどのような学生かを検討する。

方 法

調査対象と手続き

首都圏の大学3校の複数の学科・専攻（文系、家政系、保育系、栄養士養成系、ビジネス系など）に所属する女子学生を調査対象とした質問紙調査を2016年10月から11月に実施した。学生への研究協力依頼は、授業終了後に残ってくれた学生に、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を説明し、調査票を配布した。回答後の調査票はその場で回収した。学生への調査票の配付数631、回収数494、有効回答数470(有効回答率95.1%)であった。

調査内容

1.子どもの頃の家庭での食事経験 鎌田・安藤（2020）で用いた項目を使用し、子どもの頃の条件も同様に、食事の記憶が明確であり、一般的に家族での食事が毎日の生活の日課としてある時期を選び小学生および中学生の時とした。家族との共食経験の2項目は、小学生および中学生での「夕食を家族と一緒に食べたこと」で、食事をつくったり手伝いをした経験の3項目は、小学生および中学生での「食事をつくる手伝いをしたこと」と「自分が（家族のために）食事をつくったこと」とした。選択肢は「まったくなかった」（1点）「月に3日以下」（2点）「週に1～3日」（3点）「週に4～6日」（4点）「毎日」（5点）の頻度で回答を求め、それぞれの合計得点を共食経験得点、食事をつくった経験得点とした。鎌田・安藤（2020）の食事をつくってもらった肯定的経験尺度（1因子3項目、 $\alpha=.93$ ）の「家族が自分のために特別な料理をつくってくれたことがある」「家族がつくってくれた料理で、また食べたいと思う料理がある」「家族がつくってくれた料理で、自分もつくりたいと思う料理がある」について「まったくあてはまらない」（1点）から「非常にあてはまる」（5点）の5件法で回答を求め、合計して得点化した。

2.食事観 鎌田・安藤（2020）の主婦の食事観尺度（4因子23項目、「家族とのつながりと学び」 $\alpha=.92$ 、「体験的獲得と伝承」 $\alpha=.88$ 、「健康的な食事の追求」 $\alpha=.81$ 、「効率重視」 $\alpha=.75$ ）と同じ項目を用い、「まったくあてはまらない」（1点）から「非常にあてはまる」（6点）の6件法で回答を求め、合計して得点化した。

3.食事づくり効力感 鎌田・相川（2012）で作成した

「私は料理のつくり方を自分でアレンジすることができる」「私は時間をかけずに料理をつくることができる」など24項目を用い、前述の6件法で回答を求め、合計して得点化した。

4.食事づくり行動 鎌田・安藤（2020）の主婦の食事づくり行動・内容尺度（1因子8項目、 $\alpha=.89$ ）と同じ項目を用いて、最近1か月間の食事づくりについて「まったく行わなかった」（1点）「あまり行わなかった」（2点）「たまに行なった」（3点）「いつも行なった」（4点）の4件法で回答を求め、合計して得点化した。また、食事づくり行動・頻度については、鎌田・安藤（2020）で用いた平日及び休日の朝食・昼食・夕食を自分で調理した頻度の6項目に「調理の手伝いを含む」の文言を追加した。選択肢は「つくらない」（1点）「月に3日以下」（2点）「週に1から3日」（3点）「週4日以上」（4点）で回答を求めて得点化し、6項目の得点の合計を食事づくり行動・頻度得点とした。

5.将来の食事づくりへの意識 前述のとおり、学生の年代は主婦の年代のように食事をつくっていないことが想定されるため、本研究では、将来、学生が親になった時の、自分の子どもに対する食事づくりへの意識を問う項目を生活科学と心理学領域の専門家2名で検討した。「将来、自分の子どものために食事をつくると思う」など4項目を作成し、前述の6件法で回答を求め、合計して得点化した。

6.父母との関係と両親の関係 父母との関係・両親の関係尺度（脇坂、2014）の「母への信頼」は「母は尊敬できる人だ」「いざという時、母は頼りになる存在だ」「母のことを思うと、気持ちがなごむ」「母のような生き方を私はしたくない（R:逆転項目）」の4項目で $\alpha=.83$ であった。「父への信頼」は「父は尊敬できる人だ」「いざという時、父は頼りになる存在だ」「父は思いやりのある温かい存在だ」の3項目で $\alpha=.89$ であった。「両親の関係」は「両親の仲が良い」「父と母はお互いの生き方を尊重している」「両親はよくけんかする（R）」「母は父と結婚して幸せだと思う」の4項目で $\alpha=.86$ であった。Cronbachの α 係数は十分に高い値が得られ、内的整合性が確認された。「父への信頼」「母への信頼」「両親の関係」はParental Bonding Instrument(PBI) (Parker, Tupling,&Brown,1979) の日本語版（北村, 1988, 1998）の父の「養育の暖かさ」と母の「養育の暖かさ」と中程度の正の相関、父の「過干渉傾向」と母の「過干

渉傾向」と中程度の負の相関が認められ、併存的妥当性が確認されている。これらの3因子11項目は、前述の5件法で回答を求め、合計して得点化した。尚、回答者の家庭状況を配慮して、母親や両親について尋ねる質問の前に、無理に回答する必要はないことを明記した。

7.その他 居住状況については、家族と同居、一人暮らし、寮、その他という選択肢で回答を求めた。

分析方法

食事をつくってもらった肯定的経験、食事観、食事づくり効力感、食事づくり行動・内容、将来の食事づくりへの意識は、探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を用いた。尺度の信頼性は、Cronbachの α 係数から内的整合性を検討した。各変数の相関関係の検討には相関分析を用いた。クラスター分析はWard法を用いた。子どもの頃の食事経験による群間の各変数の差の検討には一元配置分散分析を用いた。効率重視2群およびその他の変数2群と食事づくり行動や将来の食事づくりへの意識との関連の検討には二要因分散分析を用いた。統計ソフトはIBM SPSS Statistics 24.0を使用した。

倫理的配慮

調査協力者に対する承諾や研究協力者となる学生個人の人権擁護（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研究倫理審査を受け、筑波大学人間系研究倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号：東28-56）。

結果

研究協力者の概要

研究協力者のうち分析対象となった470名の平均年齢は19.2（ $SD=0.87$ ）歳であった。居住状況は家族と同居375人（79.8%）、一人暮らし65人（13.8%）、寮26人（5.5%）、その他4人（0.9%）であった。

子どもの頃の家庭での食事経験の分析

食事をつくってもらった肯定的経験尺度（鎌田・安藤，2020）の3項目は、欠損のあった3名を除き探索的因子分析を行なった。その結果、1因子が抽出され、負荷量は.70以上となった。Cronbachの α 係数を算出した結果、 $\alpha = .84$ と十分に高い値が得られ、内的整合性が確認された。以上のことから、本研究では主婦の食事をつくってもらった肯定的経験尺度と同様の項目を用いて、学生の食事をつくってもらった肯定的経験を測定することにした。

各変数の得点は共食経験 $M=9.07$ 、 $SD=1.53$ 、食事をつくった経験 $M=7.99$ 、 $SD=3.01$ 、食事をつくってもらった肯定的経験 $M=3.48$ 、 $SD=2.15$ であった。

学生の食事観尺度の分析

主婦の食事観尺度（鎌田・安藤，2020）の23項目を用いて探索的因子分析を行なった。その結果、回転前の第5因子までの累積寄与率は69.769%で、固有値が第1因子6.926、第2因子1.774、第3因子1.593、第4因子1.277、第5因子0.988、第6因子0.717、第7因子0.655と減衰し、解釈可能性の高さから5因子解と判断することが妥当と考えた。因子負荷量が.4未満の5項目を除き、5因子18項目が抽出された（Table 1）。第1因子は「食事は家族とのコミュニケーションの場であると思う」「食事は家族とのつながりを深めると思う」「食事は家族一緒に食べた方が良いと思う」など5項目で、食事の場を家族とのつながりにおいて重要と考える内容であるため「家族とのつながり」と命名した。

第2因子は「子どもの時においしいと思った味は、我が家の味として伝えていきたい」「子どもの頃から家庭で味わってきた味を再現できるようになりたいと思う」など4項目で、子どもの時に食べた料理や味を伝えたいという内容であるため「食の伝承」と命名した。

第3因子は「食事では必要な栄養をバランスよくとることをいつも意識している」「食事はいつも主食と主菜および副菜をそろえようと思う」など3項目で、健康に配慮した食事を追求している内容であるため「健康的な食事の追求」と命名した。

第4因子は「子どもの頃から家庭で経験してきた食事の内容は、自分の料理のレパートリーに影響していると思う」「子どもの頃から家庭で経験してきた食事は、今の自分の食事に対する考え方に影響していると思う」など3項目で、子どもの時に体験した食事により獲得された考えを示す内容であるため「体験的獲得」と命名した。

第5因子は「食事は外食が多くなってもよいと思う」「食事はお店で買ってくる惣菜や弁当が多くなってもよいと思う」など3項目で、食事を家庭外で調達して効率よく時間や手間を省くことをいとわない内容であるため「効率重視」と命名した。

次に、Cronbachの α 係数を算出した結果、「家族とのつながり」 $\alpha = .89$ 、「食の伝承」 $\alpha = .85$ 、「健康的な食事の追求」 $\alpha = .75$ 、「体験的獲得」 $\alpha = .83$ 、「効率重視」は $\alpha = .65$ で、「効率重視」以外は十分な値が得られたが、「効

Table 1 学生の食事観の因子分析結果（最尤法・プロマックス回転）

項目	F1	F2	F3	F4	F5	
F1 家族とのつながり（5項目、$\alpha = .89$）						
食事は家族とのコミュニケーションの場であると思う	.92	-.14	.02	-.01	-.06	
食事は家族のつながりを深めると思う	.90	-.01	-.07	.01	.02	
食事は家族一緒に食べたほうがよいと思う	.82	.12	-.10	.01	.02	
食事を通じて家族の様子を知ることができると思う	.74	-.01	.03	.01	.05	
食事中に家族と食べ物について話をするのは大切だと思う	.45	.24	.17	-.06	.01	
F2 食の伝承（4項目、$\alpha = .85$）						
子どもの時においしいと思った味は、我が家の味として伝えていきたい	-.04	.89	.01	.03	.05	
子どもの時、食事のマナー（箸の使い方や食事中にはいけないことなど）を家族に教えてもらうのは大切だと思う	-.05	.84	-.04	-.03	-.05	
子どもの頃から家庭で味わってきた味を再現できるようになりたいと思う	.01	.65	.03	.08	-.02	
子どもの頃の生活を通して食事の大切さを実感することは重要だと思う	.21	.60	.00	-.06	-.01	
F3 健康的な食事の追求（3項目、$\alpha = .75$）						
食事では必要な栄養をバランスよくとることをいつも意識している	.03	-.05	.84	.01	-.06	
食事はいつも主食と主菜および副菜をそろえようと思う	-.05	.04	.67	.00	-.02	
食事では見栄え（食材の色のバランス、盛りつけ方、食器等）をいつも意識している	-.02	.01	.56	.13	.06	
F4 体験的獲得（3項目、$\alpha = .83$）						
子どもの頃から家庭で経験してきた食事の内容は、自分の料理のレパートリーに影響していると思う	-.04	-.05	.03	.96	.05	
子どもの頃から家庭で経験してきた食事は、今の自分の食事に対する考え方に影響していると思う	.00	.11	.06	.73	-.03	
子どもの時の食事づくりの手伝いは、今の食事づくりに影響していると思う	.26	.03	.06	.44	-.04	
F5 効率重視（3項目、$\alpha = .65$）						
食事は外食が多くなってもよいと思う	.02	-.01	.14	-.08	.89	
食事はお店で買ってくる惣菜や弁当が多くなってもよいと思う	.01	-.02	-.02	-.02	.52	
食事がおいしければ脂肪や塩分は気にしない	-.02	.01	-.27	.19	.46	
	因子間相関	F1	.65	.43	.51	-.22
		F2		.46	.61	-.28
		F3			.51	-.22
		F4				-.19

率重視」はやや低い値であった。心理特性などを測定するテストでは、 $\alpha \geq .70$ が望ましく、 $\alpha < .60$ は精度が不十分とみなされるが（熊谷・荘島, 2015）、 $\alpha > .60$ では採用する場合もあることから（Bland & Altman, 1997；Bosma et al., 1997；McKinley, Manku-Scott, Hastings, French, & Baker, 1997）、本研究では主婦の食事観尺度「効率重視」と同じ3項目であった女子学生の「効率重視」を用いることにした。生活科学および心理学領域の専門家によって内容的妥当性が確認された。

各変数の得点は家族とのつながり $M=24.15$, $SD=4.74$, 食の伝承 $M=20.82$, $SD=3.31$, 健康的な食事の追求 $M=12.33$, $SD=3.15$, 体験的獲得 $M=14.24$, $SD=3.17$, 効率重視 $M=8.0$, $SD=2.61$ であった。

学生の食事づくり効力感尺度の分析

食事づくり効力感に関する24項目（鎌田・相川,

2012）を用いて探索的因子分析を行なった。その結果、回転前の第2因子までの累積寄与率は58.167%であり、固有値が第1因子10.280, 第2因子1.354, 第3因子0.907, 第4因子0.796と減衰し、解釈可能性の高さからも2因子解と判断することが妥当と考えた。2因子に対して高い因子負荷量を示した4項目を除き、2因子20項目の因子構造で最も良い結果が得られた（Table 2）。

第1因子は、「私は料理の見栄えを考えながら食器を選ぶことができる」「私は安全な食材を選ぶことができる」「私は食べる人の体調に合わせて食事をつくることができる」など、食事の内容や見栄えを調えることに関わる13項目なので、「食事調整力」因子と命名した。第2因子は、「私は料理のつくり方を自分でアレンジすることができる」「私は時間をかけずに料理をつくることができる」など、調理技術に関わる7項目なので、「調理スキル」

Table 2 学生の食事づくり効力感の因子分析結果（最尤法・プロマックス回転）

項目	F1	F2
F1 食事調整力 (13項目, $\alpha = .92$)		
私は料理の見栄えを考えながら食器を選ぶことができる	.78	-.14
私は料理を見栄え良く盛りつけることができる	.78	-.02
私は食事に関するマナーを実践できる	.77	-.15
私は色のバランスを考えながら食事をつくることができる	.75	.08
私は安全な食材を選ぶことができる	.64	.02
私は食品に表示されている品質表示などを参考にして食事をつくることができる	.61	.12
私は食べる人の体調に合わせて食事をつくることができる	.58	.26
私は食事で人をもてなすために食卓を飾ったりすることができる	.54	.13
私はお金をかけずにおいしい食事をつくることができる	.54	.27
私は料理番組や料理本を見て楽しむことができる	.52	.10
私は購入した食材を無駄なく使うことができる	.52	.24
私は火加減を上手に調節しながら調理することができる	.52	.20
私はよい食材を安く手に入れるのが上手だ	.44	.18
F2 調理スキル (7項目, $\alpha = .92$)		
私は料理のつくり方を自分でアレンジすることができる	-.14	.96
私はつくれる料理がたくさんある	-.06	.84
私は時間をかけずに料理をつくることができる	-.05	.82
私は冷蔵庫に残っている食材で食事をつくることができる	.00	.76
私は料理をおいしくするためのコツを身につけている	.23	.64
私は食事を効率よくつくるための段取りを考えることができる	.26	.60
私は料理をちょうどよい味に仕上げることができる	.20	.52
因子間相関	F1	.76

因子と命名した。

次に、Cronbachの α 係数を算出した結果、「食事調整力」因子は $\alpha = .92$ 、「調理スキル」因子は $\alpha = .92$ と、十分に高い値が得られ、内的整合性が確認された。また、生活科学および心理学領域の専門家によって内容的妥当性が確認された。各変数の得点は調理スキル $M = 23.46$ 、 $SD = 7.25$ 、食事調整力 $M = 48.61$ 、 $SD = 11.61$ であった。

食事づくり行動の分析

食事づくり行動・内容の8項目について探索的因子分析を行なった。その結果、1因子が抽出され、負荷量は.74以上であった（Table 3）。Cronbachの α 係数を算出した結果、 $\alpha = .94$ と十分に高い値が得られ、内的整合性が確認された。また、生活科学および心理学領域の専門家によって内容的妥当性が確認された。以上のように、主婦の食事づくり行動・内容と同様の項目を用いて学生の食事づくり行動・内容を測定することにした。得点は $M = 19.12$ 、 $SD = 6.69$ であった。

食事づくり行動・頻度の6項目について週1日以上と回答した割合は、平日の朝食32.4%、昼食26.8%、夕食36.8%、休日の朝食36.8%、昼食33.1%、夕食36.2%であった。得点は $M = 12.18$ 、 $SD = 4.69$ であった。

将来の食事づくりへの意識の分析

将来の食事づくりへの意識4項目について探索的因子分析を行なった。その結果、因子負荷量が.4未満の1項目を除き、1因子3項目が抽出され、負荷量は.68以上であった（Table 4）。Cronbachの α 係数を算出した結果、 $\alpha = .86$ と十分な値が得られ、内的整合性が確認された。また、生活科学および心理学領域の専門家によって内容的妥当性が確認された。得点は $M = 16.37$ 、 $SD = 2.42$ であった。

父母との関係と両親の関係の分析

脇坂（2014）が作成した「父への信頼感」3項目、「母へ信頼感」4項目、「両親の関係」4項目の信頼性を検討するため、3つの下位尺度ごとに欠損のあった人数を除いてCronbachの α 係数を算出した。その結果、「父への信頼感」 $\alpha = .92$ 、「母へ信頼感」 $\alpha = .83$ 、「両親の関係」 $\alpha = .82$ と、いずれも十分に高い値が得られ、内的整合性

Table 3 学生の食事づくり行動・内容の因子分析結果（ $\alpha = .94$ ）

項目	負荷量
家族や自分が安心して食事するための安全な食材の調達	.89
家族や自分がおいしく食事するための味付けの工夫	.88
家族や自分がおいしく食事するために見栄えを整える工夫	.85
家族や自分のこと(好み、体調、健康など)を考慮した食事づくり	.81
予定した食事づくりの内容にあわせた食材の調達	.80
時間に間に合うように、適切な手順を考えた食事づくり	.80
予定している金額に収まるような食材の調達	.78
家族や自分の必要な栄養量(エネルギー、脂質、食塩相当量など)を考慮した食事づくり	.74
固有値	5.69

Table 4 学生の将来の食事づくりへの意識の因子分析結果 ($\alpha = .86$)

項目	負荷量
将来、自分の子どものために、食事をつくると思う	.92
将来、自分の子どものために、食事づくりが上手になりたいと思う	.91
将来、自分の子どもに、我が家の味を伝えたい	.68
	固有値 2.39

が確認された。各変数の得点は父への信頼感 $M=12.15$, $SD=3.23$, 母への信頼感 $M=17.41$, $SD=3.02$, 両親の関係 $M=14.51$, $SD=3.98$ であった。

各変数の相関関係

各変数の相関分析の結果を示す(Table 5)。食事づくり行動・頻度と中程度の正の相関がみられた変数は、食事づくり効力感の「調理スキル」($r = .52, p < .01$)、「食事調整力」($r = .43, p < .01$)であった。食事づくり行動・内容と中程度の正の相関がみられた変数は、食事をつくった経験($r = .35, p < .01$)、食事観の「健康的な食事の追求」($r = .38, p < .01$)、「体験的獲得」($r = .33, p < .01$)、食事づくり効力感の「調理スキル」($r = .55, p < .01$)、「食事調整力」($r = .52, p < .01$)であった。将来の食事づくりへの意識と中程度の正の相関がみられ

た変数は、食事をつくってもらった肯定的経験($r = .43, p < .01$)、食事観の「家族とのつながり」($r = .35, p < .01$)、「食の伝承」($r = .50, p < .01$)、「体験的獲得」($r = .41, p < .01$)であった。将来の食事づくりへの意識と有意な負の相関がみられたのは、食事観の「効率重視」($r = -.13, p < .01$)であった。

食事をつくってもらった肯定的経験と中程度の正の相関がみられた要因は、共食経験($r = .43, p < .01$)、父母との関係の「母への信頼感」($r = .46, p < .01$)、食事観の「家族とのつながり」($r = .35, p < .01$)、「食の伝承」($r = .48, p < .01$)、「体験的獲得」($r = .33, p < .01$)であった。食事をつくった経験と中程度の正の相関がみられた要因は食事づくり効力感の「調理スキル」($r = .33, p < .01$)であった。

Table 5 各変数間の相関係数

	食事づくり行動頻度	食事づくり行動内容	意将来の食事づくりへの	肯定的経験	食事をつくった経験	共食経験	父への信頼感	母への信頼感	両親の関係	家族とのつながり	食の伝承	健康的な食事の追求	体験的獲得	効率重視	調理スキル
食事づくり行動 内容	.61 **														
将来の食事づくりへの意識	.11 *	.17 **													
子どもの頃の家庭での食事経験	食事をつくってもらった肯定的経験	.06	.13 **	.43 **											
	食事をつくった経験	.28 **	.35 **	.08	.20 **										
	共食経験	-.02	.05	.28 **	.43 **	.10 *									
父母との関係	父への信頼感	.11 *	.10 *	.21 **	.28 **	.10 *	.23 **								
	母への信頼感	-.04	.03	.29 **	.46 **	.05	.29 **	.34 **							
両親の関係	.16 **	.13 **	.16 **	.23 **	.09	.17 **	.64 **	.34 **							
食事観	家族とのつながり	.11 *	.16 **	.35 **	.35 **	.14 **	.27 **	.28 **	.35 **	.30 **					
	食の伝承	.14 **	.16 **	.50 **	.48 **	.03	.24 **	.16 **	.32 **	.19 **	.62 **				
	健康的な食事の追求	.28 **	.38 **	.25 **	.19 **	.19 **	.08	.01	.08	.06	.37 **	.39 **			
	体験的獲得	.26 **	.33 **	.41 **	.33 **	.20 **	.16 **	.21 **	.16 **	.21 **	.53 **	.59 **	.49 **		
	効率重視	-.03	-.03	-.13 **	-.14 **	.06	-.12 *	.03	-.05	.00	-.18 **	-.23 **	-.21 **	-.15 **	
食事づくり効力感	調理スキル	.52 **	.55 **	.16 **	.09	.33 **	-.06	.08	-.05	.09 *	.04	.10 *	.40 **	.35 **	-.02
	食事調整力	.43 **	.52 **	.21 **	.13 **	.26 **	.01	.05	.00	.09	.16 **	.21 **	.57 **	.38 **	-.12 **

** $p < .01$, * $p < .05$

子どもの頃の家庭での食事経験の分類

子どもの頃の家庭での食事経験3変数の得点が求められた467名のデータを用いて、Ward法によるクラスタ分析を行ない、3クラスタを抽出した。各クラスタの3変数を用いて一元配置分散分析を行なった結果 (Table 6)、第1クラスタは、食事をつくってもらった肯定的経験得点と食事をつくった経験得点が3クラスタの中で最も高く、共食経験の得点が第2クラスタより高かった。第2クラスタは、食事をつくってもらった肯定的経験得点と共食経験得点が3クラスタの中で最も低く、食事をつくった経験の得点が第1クラスタより低く、第3クラスタより高かった。第3クラスタは、食事をつくってもらった肯定的経験得点と共食経験の得点が第2クラスタより高く、食事をつくった経験得点が3クラスタの中で最も低かった。食事をつくってもらった肯定的経験と共食経験の得点の高さは、親子間の食事を通じた関わりが良好で

あることを推察でき、得点の低さは親子間の食事を通じた関わりが希薄であることを推察できる。一方、食事をつくった経験得点の高さは食事づくりや手伝いに積極的であることを推察でき、得点の低さは食事づくりや手伝いに消極的であることを推察できる。そこで、第1クラスタは、「良好・積極群」、第2クラスタは、「希薄・中間群」、第3クラスタは、「良好・消極群」と命名した。

子どもの頃の食事経験3群別の各変数の検討

子どもの頃の食事経験3群別に各変数を従属変数とする一元配置分散分析を行なった結果を示す (Table 7)。変数の多重比較の結果、良好・積極群が希薄・中間群と良好・消極群より有意に高かった変数は、食事観の「健康的な食事の追求」「体験的獲得」、食事づくり効力感の「食事調整力」であった。良好・積極群、希薄・中間群、良好・消極群の順で有意に高かった変数は、食事づくり効力感の「調理スキル」、食事づくり行動・内容であった。

Table 6 子どもの頃の食事経験3群の子どもの頃の食事経験得点の分散分析結果

	1 良好・積極群 n=190	2 希薄・中間群 n=115	3 良好・消極群 n=162	F値	多重比較 ^{※1}
食事をつくってもらった 肯定的経験	14.76 (0.56)	10.48 (1.99)	14.10 (1.20)	441.52 ***	1>3>2 ***
共食経験	9.38 (1.17)	8.23 (1.93)	9.30 (1.38)	24.91 ***	1>2*** 3>2***
食事をつくった経験	10.41 (2.24)	7.95 (2.34)	5.17 (1.33)	299.50 ***	1>2>3***

上段: 平均値、下段: 標準偏差、*** $p<.001$

※1 多重比較はTukeyHSD法による

Table 7 食事経験3群別各変数の分散分析結果

	1 良好・積極群 n=190		2 希薄・中間群 n=115		3 良好・消極群 n=162		F 値	多重比較 ^{※1}
	M	SD	M	SD	M	SD		
父への信頼感	12.88	3.15	11.06	2.97	12.03	3.31	11.28 ***	1>3*, 3>2*, 1>2***
母への信頼感	18.22	2.12	15.44	3.98	17.85	2.50	38.04 ***	1>2***, 3>2***
両親の関係	15.16	4.07	13.42	3.42	14.45	4.07	6.48 ***	1>2***
家族とのつながり	25.89	3.87	21.82	5.11	23.79	4.67	30.49 ***	1>3>2***
食の伝承	21.93	2.63	18.34	3.77	21.32	2.76	54.84 ***	1>2***, 3>2***
健康的な食事の追求	13.28	2.76	11.57	3.07	11.77	3.39	15.49 ***	1>2***, 1>3***
体験的獲得	15.36	2.59	13.02	3.19	13.85	3.36	23.74 ***	1>2***, 1>3***
効率重視	7.83	2.74	8.63	2.22	7.76	2.66	4.47 **	2>1*, 2>3*
調理スキル	25.84	6.37	23.30	7.44	20.74	7.18	23.70 ***	1>3***, 2>3**, 1>2**
食事調整力	52.11	9.76	47.17	11.82	45.49	12.47	16.26 ***	1>2***, 1>3***
食事づくり行動頻度	13.46	4.80	12.30	4.66	10.65	4.14	16.74 ***	1>3***, 2>3**
食事づくり行動内容	21.56	6.09	18.71	5.74	16.52	6.99	27.96 ***	1>3***, 2>3*, 1>2***
将来の食事づくりへの意識	17.06	2.13	14.85	2.69	16.65	2.06	36.18 ***	1>2***, 3>2***

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

※1 多重比較はTukeyHSD法による

良好・積極群, 良好・消極群が希薄・中間群より有意に高かった変数は, 母への信頼感, 食事観の「食の伝承」, 将来の食事づくりへの意識であった。良好・積極群が希薄・中間群より有意に高かった変数は, 両親の関係であった。良好・積極群, 良好・消極群, 希薄・中間群の順で有意に高かった変数は, 父への信頼感, 食事観の「家族とのつながり」であった。希薄・中間群が良好・積極群と良好・消極群より有意に高かった変数は, 食事観の「効率重視」であった。良好・積極群, 希薄・中間群が良好・消極群より有意に高かった変数は, 食事づくり行動・頻度であった。

食事観「効率重視」と将来の食事づくりへの意識の検討

効率重視の価値観であっても, 食事づくりに前向きなのはどのような学生かを検討するため, 効率重視2群(高群277名・低群193名)と各変数の2群を説明変数として, 食事づくり行動の2変数と将来の食事づくりへの意識を従属変数とする二要因分散分析を行なった。各変数の2群は平均値以上を高群, 平均値未満を低群とした。その結果, 将来の食事づくりへの意識の交互作用が有意であった要因は, 共食経験2群のみであった。将来の食事づくりへの意識において効率重視の主効果は有意($F(1,466) = 6.46, p < .01$)で, 共食経験の主効果も有意($F(1,466) = 27.36, p < .01$)であった。効率重視と共食経験の交互作用は有意($F(1,466) = 3.99, p < .05$)であったので, 単純主効果の検定を行なった。共食経験高群において, 効率重視高群より効率重視低群の将来の食事づく

りへの意識得点が有意に高かった($F(1,466) = 14.65, p < .01$) (Figure 1)。効率重視低群および高群において, 共食経験低群より共食経験高群の将来の食事づくりへの意識得点が有意に高かった($F(1,466) = 21.47, p < .01$) ($F(1,466) = 6.68, p < .01$) (Figure 1)。

考 察

食事観尺度

学生の食事観尺度は5因子18項目となり, 鎌田・安藤(2020)の主婦の食事観尺度(4因子23項目)の因子構造とは異なった。主婦の食事観尺度の「家族とのつながり」と学び「体験的獲得と伝承」の2因子が, 学生の食事観尺度では「家族とのつながり」「食の伝承」「体験的獲得」の3因子となった。主婦は家族のために食事をつくる役割を担っており, 特に母親は食行動パターンに関わらず子どもに箸の持ち方を教えたり, 食事中の会話が多いなど(山口・春木・原田, 1996), 食事をつくって食卓で家族との絆を深めたり, 食卓で子どもにマナーを教えているので1つの因子にまとまったと推察される。また, 高畑他(2006)の知見と同様に, 子どもの頃の食事経験を通じて得た体験が, 子どもに我が家の味を伝えようという考えにつながり1つの因子にまとまったと推察される。一方, 学生は自分の子どもに食事について伝えることは想像の段階であり, 実際に行なっていることではないため, 子どもの頃の食事経験を通じて得た体験が現在の自分に反映されているという実感とは区別され,

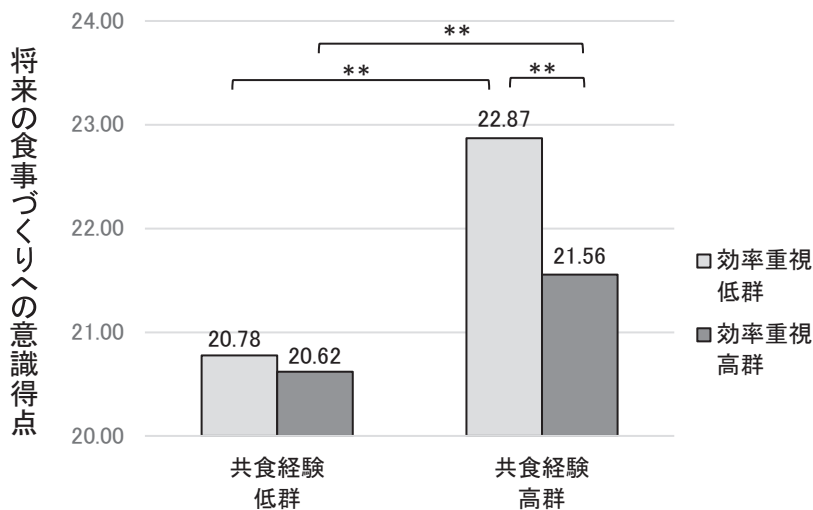


Figure 1 将来の食事づくりへの意識の効率重視2群別・共食経験2群別の二要因分散分析結果 (** $p < .01$)。

3因子になったと考えられる。このような因子構造の違いから、主婦と学生というライフステージの異なる集団では、それぞれの食事観尺度を用いることが妥当と考えられる。

食事づくり効力感尺度

学生の食事づくり効力感尺度は2因子20項目となり、鎌田・安藤(2020)の主婦の食事づくり効力感尺度(4因子18項目)の因子構造とは異なった。主婦の食事づくり効力感尺度の「基本的スキル」因子は基本的な調理技術、食べる人の体調にあわせる、限られた時間内につくる、材料を無駄なく使うなど、主婦が食事をつくるために必要な基本的行動を含む内容であった。「応用的スキル」因子は、料理のアレンジやコツなど応用的な行動を含む内容であった。「栄養バランス」因子は栄養を調える行動を含む内容、「見栄え・安全」因子は盛りつけや安全な食品を調える行動を含む内容であった。一方、学生の食事づくり効力感の「食事調整力」因子は食事の見栄えを調えたり、食材の購入や食材を無駄なく使うなど、食事を調えることに関する内容で、「調理スキル」因子は基本的な調理(野菜を切る、味つけをする)と応用的な調理(効率よくつくる、つくり方をアレンジする)を合わせた調理に関する内容であった。本研究の調査協力者の学生の約8割は家族と同居し、平日や休日の朝・昼・夕に週1日以上食事をつくったり手伝ったりする学生は約3割で、食事づくりをたまに行なう程度であった。そのため、調理することやおいしそうに見栄えをよくすることは意識しても、栄養バランスや安全性まで意識した行動ではなく、学生の食事づくり効力感尺度では因子とはならなかったと推察される。一方、食育に関する意識調査報告書(農林水産省, 2017)では、30～50代の女性は栄養バランスや食品の安全性などを意識している割合が高かった。鎌田・安藤(2020)の調査協力者の87%は30～50代の主婦であったため、同様の意識が高く、栄養バランスを考えて食事をつくることのできる、安全な食品を選択することができるという「栄養バランス」因子や「見栄え・安全」因子が抽出されたと推測される。また、主婦の食事づくり効力感尺度では、基本的な調理と応用的な調理が「基本的スキル」因子と「応用的スキル」因子に分かれたが、学生の食事づくり効力感尺度では2つの内容がまとまって「調理スキル」因子となった。ある能力や特性の時系列的連続性や変化は、因子分析などにより構造を比較することで明らかにするこ

とができる(遠藤, 2005)。本研究の結果、家庭で調理する機会が増えることにより「基本的スキル」因子と「応用的スキル」因子に分化していくことが推測される。

一方、鎌田・相川(2012)の栄養士養成課程の学生を対象とした食事づくり効力感尺度作成の試みでは、栄養のバランスを考えた献立やからだに良さそうな食事といった項目が含まれていた。しかし、本結果ではこれらの項目の因子負荷量が低く除外され、鎌田・相川(2012)とは異なる因子構造となった。これらの項目は、主婦の食事づくり効力感尺度では「栄養バランス」因子に含まれていた項目であった。栄養士を目指して学ぶ学生は、日頃の学びからバランスの良い食事実践力や調理能力を持ち合わせており(堀内他, 2009)、主婦に近い感覚を備えていたことが考えられる。本研究では、研究協力者を栄養士養成課程の学生に偏らないようにしており、本結果から導き出された尺度を女子学生の食事づくり効力感尺度として使用することが望ましいと考えられる。

父母との関係・両親の関係と家庭での食事経験、食事観、食事づくり効力感、食事づくり行動、将来の食事づくりへの意識との関連

「父への信頼感」「母への信頼感」「両親の関係」は、食事をつくってもらった肯定的経験、共食経験、食事観の「家族とのつながり」「食の伝承」「体験的獲得」、将来の食事づくりへの意識と有意な正の相関がみられた。子どもの認知する親子の関係性が良い方が、夕食を共食しており、食事場面の相互交流や雰囲気が良い(平井・岡本, 2005)という知見のように、本研究でも親への信頼感や両親の関係に対する学生の良好な評価は、食事を通じた肯定的な親子間の関わりに関連することが示唆された。また、親への信頼感や両親の関係に対する学生の良好な評価は、我が家の味を伝えようという信念、食事を通じた家族との絆を大切にしようという信念、子どもの頃の経験が現在の料理のレパートリーや食事に対する考えに影響しているという信念、将来自分の子どもに食事をつくらうという意識に関連することが示唆された。父親と母親の関係性が良いという子どもの評価から、夫婦関係が良好と考えられる。夫婦関係が良好であると家庭の雰囲気が暖かく居心地の良いものとなり(菅原他, 2002)、将来自分の食事づくりをしようという意識が育まれると考えられる。伊東他(2007)は幼少期の食事経験の母親への同一化感情への影響を示したが、本研究では親への信頼感、両親の関係と、食事経験、食事観、

将来自分の子どもに食事をつくらうという意識との関連を確認することができた。

子どもの頃の食事経験3群別の食事に関する要因と食事づくり行動および将来の食事づくりへの意識の検討

子どもの頃の食事経験の良好・積極群の特徴は、他の群に比べて健康的な食事の追求、体験的獲得、食事調整力が高く、特に父への信頼感、家族とのつながり、調理スキル、食事づくり行動内容が最も高いことであった。このことから、子どもの頃に親子間の食事を通じた関わりが良好で、かつ食事づくりや手伝いをよく行っていた学生は、健康に配慮した食事を追求する信念や子どもの頃の経験が現在の料理のレパートリーや食事に対する考えに影響しているという信念があることが示唆された。母への信頼感だけでなく父への信頼感も獲得され、食事を通じた家族との絆を大切にしようという信念をもつようになり、調理することや食事を調えることに自信をもって、見栄えや味を調べて食事をつくっていたことが示唆された。過去の好ましい食経験が食教育意識の高さに関連する（高畑他、2006）だけでなく、子どもの頃に家庭でつくってもらった食事を肯定的に受けとめた経験や食事をつくったり手伝った経験によって、親の食事づくりを観察学習したり、自分が食事をつくったり手伝って体験的に獲得され、食事に対する信念や食事づくり効力感に関連することが示唆された。良好・消極群の特徴は、他の群に比べて調理スキル、食事づくり行動頻度、食事づくり行動内容が最も低いことであった。このことから、子どもの頃に親子間の食事を通じた関わりが良好で、かつ食事づくりや手伝いをあまり行なっていなかった学生は、調理することに自信がなく、食事をつくったり手伝った頻度が低く、食事づくりで見栄えや味を調えられていなかったことが示唆された。子どもの頃に親子間の食事を通じた関わりが良好な学生に共通していたのは、我が家の味を伝えようという信念や食事を通じた家族との絆を大切にしようという信念があり、将来子どもに食事をつくらうと意識していることであった。秋山他（2013）の知見のように、学生が家庭でつくってもらった食事を肯定的に受けとめた経験をしたことにより、自分の学び得た食事の大切さや我が家の味を伝えようと考え、将来自分の子どもに食事をつくらうと意識するようになったのではないだろうか。つまり、子どもは、親が自分に与えてくれた食事、おいしさ、ぬくもりなどに対して感謝し、愛されていることを実感し、肯定的に評価

して、自分の子どもにも家族の絆として我が家の味を伝えていこうと意識することが推察できる。一方、希薄・中間群の特徴は、他の群に比べて母への信頼感、食の伝承、将来の食事づくりへの意識が低く、特に父への信頼感、家族とのつながりは最も低いことであった。また、効率重視は他の群に比べて最も高いことであった。このことから、子どもの頃に親子間の食事を通じた関わりが希薄で、かつ食事づくりや手伝いをほどほどには行なっていた学生は、母や父への信頼感は低く、中食や外食を利用して食事づくりの手間や時間を省こうと考え、食事を通じた家族とのつながりを大切だとはあまり考えない傾向が示唆された。子どもの頃に親子間の食事を通じた関わりが良好か希薄にかかわらず、子どもの頃に食事をつくったり手伝う経験の多さは、基本的な調理や応用的な調理ができるという考えや食事をつくる頻度と食事の味や見栄え等を工夫してつくることに関連することも示唆された。子どもの頃に食事をつくったり手伝う理由として、母親が食育として行わせたり（白木、2012；山口他、1996）、母親が就業している（堀口、2005）ことが挙げられる。調理の得意な女子学生は小学校から高校までの調理体験が多く、家庭で調理を教わる環境にあった（駒場・武見・中西・松田・高橋、2012）ことなどからも、子どもの頃に食事をつくったり手伝っていると、食事をつくることは生活の中で特別なことではなくなり、普段から食事をつくるようになると推察される。

将来の食事づくりへの意識と食事観の「効率重視」の検討

本研究では、外食や中食を利用して手間や時間を省くことに肯定的な食事観にかかわらず、子どもの頃の共食経験が多い場合は少ないよりも将来の食事づくりへの意識が高いことが示唆された。一方で、子どもの頃の共食経験が多い場合、食事づくりの手間や時間を省こうと考えていないほうが将来の食事づくりへの意識が高いことが示唆された。中食や外食の市場規模の増加傾向や（一般社団法人日本惣菜協会、2020）、20～50代女性のそう菜購入状況（農林水産省、2017）をみても、共働きや子育てなどで忙しい家庭生活を送っていれば、食事づくりの手間や時間を省かざるを得ないことはあるだろう。子どもの頃に家族との共食の機会をつくり、食事を通じて家族とかかわった経験をすることで、食事づくりの手間や時間を省くことに肯定的な食事観であったとしても、子どもの将来に食事づくりをしようという意識を高める

可能性があることは、家庭での食事づくりの伝承を考える上でも、貴重な結果といえる。

本研究の限界と課題

本研究では、首都圏の大学に通う女子学生という限られた調査対象であった。また、本研究対象は家族との同居率79.8%で、首都圏の女子学生を対象にした根立・石井・米田・由比(2012)の同居率76.6%と同程度であったが、男女合わせた全国の私立大学生の同居率64.5%(日本学生支援機構, 2020)より高かった。本研究で作成した女子学生における食事観尺度, 食事づくり効力感尺度, 将来の食事づくりへの意識尺度は, 内容的妥当性のみを確認している。また, 食事観の「効率重視」は内的整合性がやや低い値であった。そのため, 今後は尺度の妥当性をさらに検討する必要がある。このような限界点はあるものの, 本研究ではこれまでに検討されてこなかった女子学生の食事づくり行動と将来の食事づくりへの意識に関連する要因を検討することができた。今後の課題として, 一人暮らしの女子学生において同様の結果が得られるのか検討する必要がある。さらに, 本研究結果を踏まえて, 母親の食事づくり行動がその子どもの食事観, 食事づくり効力感, 食事づくり行動にどのように影響するかを検討し, 母親から子どもへの食事づくりの伝承について関連を検討していくことが課題である。

引用文献

- 秋山(山王丸)靖子・岩瀬靖彦・中谷弥栄子・西明真理・深谷睦・秋山隆・寺尾哲(2013). 郷土料理への関心に及ぼす学童期以前の食体験の影響 日本食生活学会誌, 24, 236-245.
- Bland, J., & Altman, D. (1997). Statistics notes: Cronbach's alpha. *British Medical Journal*, 314, 572.
- Bosma, H., Marmot, M. G., Hemingway, H., Nicholson, A. C., Brunner, E., & Stansfeld, S. A. (1997). Low job control and risk of coronary heart disease in Whitehall II (prospective cohort) study. *British Medical Journal*, 314, 558-565.
- 遠藤利彦(2005). 発達心理学の新しいかたち 誠信書房.
- 平井滋野・岡本祐子(2005). 小学生の父親および母親との心理的結合性と家庭における食事場面の諸要因の関連 日本家政学会誌, 56, 273-282.
- 平井滋野・岡本祐子(2006). 家庭における過去の食事場面と大学生の父親および母親との心理的結合性の関連 日本家政学会誌, 57, 71-79.
- 堀口美智子(2005). 母親の就業が子どもの生活技能に及ぼす影響 日本家庭科教育学会誌, 48, 123-132.
- 堀内理恵・大浦麻衣子・藤井久美子・北脇涼子・横溝佐衣子・谷野永和・高橋徹(2009). 栄養士養成課程学生の目測能力および食意識変化 日本食生活学会誌, 20, 230-238.
- 一般社団法人日本惣菜協会(2020). 2020年版惣菜白書ダイジェスト版 https://www.nsouzai-kyoukai.or.jp/wp-content/uploads/hpb-media/hakusho2020_digest-20200520.pdf (2021年4月20日)
- 伊東暁子・竹内美香・鈴木晶夫(2007). 幼少期の食事経験が青年期の食習慣および親子関係に及ぼす影響 健康心理学研究, 20(1), 21-31.
- 鎌田久子・安藤智子(2020). 主婦の食事づくり行動に関連する要因の検討—就業状況による比較— 教育相談研究, 57, 1-19.
- 鎌田久子・相川りゑ子(2012). 食事づくり効力感尺度の開発の試み 大妻女子大学家政系研究紀要, 48, 87-94.
- 北村俊則(1988). 精神症状測定理論と実際第2版 海鳴社
- 北村俊則(1998). 現代の古典(28) Parker 仮説: 児童期の養育体験はその後の精神疾患の発症危険要因か? 精神科診断学, 9(4), 565-568.
- 駒場千佳子・武見ゆかり・中西明美・松田康子・高橋敦子(2012). 女子大学生の調理をする力の形成要因に関するフォーカスグループインタビューを用いた検討 日本調理科学会誌, 45, 359-367.
- 熊谷隆一・荘島宏二郎(2015). 教育心理学のための統計学 誠信書房
- McKinley, R. K., Manku-Scott, T., Hastings, A. M., French, D. P., & Baker, R. (1997). Reliability and validity of a new measure of patient satisfaction with out of hours primary medical care in the United Kingdom: development of a patient questionnaire. *British Medical Journal*, 314, 193-198.
- 内閣府(2016). 第3次食育推進基本計画 <https://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/3kihonkeikaku>.

- pdf(2020年10月19日)
- 根立恵子・石井幸江・米田泰子・由比ヨシ子 (2012). 女子大学生の日常食における魚類と肉類の利用状況および利用におよぼす要因 日本調理科学会誌, 45, 215-222.
- 日本学生支援機構 (2020). 平成30年度学生生活調査結果 https://www.jasso.go.jp/about/statistics/gakusei_chosa/_icsFiles/afieldfile/2020/03/16/data18_all.pdf (2021年4月20日)
- 農林水産省 (2005). 食育基本法 https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_28.pdf (2020年10月19日)
- 農林水産省 (2017). 食育に関する意識調査報告書 (平成29年3月) <https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/attach/pdf/H29PDF-20.pdf> (2020年10月19日)
- 大谷貴美子・浅野麻理子・山田優子・中北理映・出隆久・畠中宗一・本村汎 (2000). 食生活体験が中学生の家庭生活満足度に及ぼす影響-パステリアグラム 日本食生活学会誌, 11(2), 121-128.
- 大谷貴美子・中北理映・饗庭照美・康薔薇・富田圭子・南出隆久(2003). 家庭における食生活体験や親の関わり方が青年期後期の自己独立性に及ぼす影響 日本食生活学会誌, 14(1), 14-27.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (1979). A Parental Bonding Instrument. *The British Journal of Medical Psychology*, 52, 1-10.
- 白木裕子(2012). 幼児をもつ保護者の食生活と食育への取り組みとの関連 日本小児看護学会誌, 21(3), 1-7.
- 総務省 (2016). 平成28年社会生活基本調査 調査票Bに基づく結果 <https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00200533&tstat=000001095335&cycle=0&tclass1=000001095399&tclass2=000001095400&tclass3=000001095402&tclass4val=0>
- 菅原ますみ・八木下暁子・詫摩紀子・小泉智恵・瀬地山葉矢・菅原健介・北村俊則 (2002). 夫婦関係と児童期の子どもの抑うつ傾向との関連, 教育心理学研究, 50, 129-140.
- 高畑彩友美・富田圭子・饗庭照美・大谷貴美子(2006). 母親の食生活に対する意識や生活充実感が幼稚園に通う子どもとのコミュニケーション頻度に与える影響 日本家政学会誌, 57, 287-299.
- Topham, G. L., Hubbs-Tait, L., Rutledge, J. M., Page, M. C., Kennedy, T. S., Shriver, L. H., & Harrist, A. W. (2011). Parenting styles, parental response to child emotion, and family emotional responsiveness are related to child emotional eating. *Appetite*, 56, 261-264.
- 山口静枝・春木敏・原田昭子(1996). 母親の食行動パターンと幼児の食教育との関連 栄養学雑誌, 54(2), 87-96.
- 脇坂陽子 (2014). 青年期女性の女性性の発達と被養育経験との関連 筑波大学大学院人間総合科学研究科生涯発達専攻カウンセリングコース修士論文。(未公開)

謝 辞

本研究にご協力いただきました研究協力者の皆様、本研究の構想段階からご指導いただきました小玉正博先生に深く感謝申し上げます。