

箸の持ち方と食生活との関連 ～小学校低学年における調査より～

河村美穂*・高橋 愛**

キーワード：箸の持ち方、小学校低学年、食教育、給食

1. 研究目的

子どもたちの食生活の乱れが社会問題となって久しい。食育基本法の制定により学校教育においても食育が推進されるようになった。そのなかには、スローガンを掲げて正しい食生活を教える精神至上主義的な栄養教育もみられる。

一方、食文化を見直し、伝承することの重要性も認識されるようになってきた。特にこれまであまり注目されることの少なかった箸の持ち方という生活技能の低下にあらためて注目があつまるようになってきた。

そもそも、食生活における箸の研究は、二つの側面から論じられてきたといつてよい。一つは、箸という食具の特殊性とこの食具を使って食べる日本食の特徴が強調されるものである。東アジアの一部で使用される箸は、それぞれの食文化によって用途は大きく違っており、食の形態と密接に結びついていることは周知の通りである。なかでも、スプーンなど他の食具と併用するのではなく、箸のみで調理から食事までをすませてしまう日本独特の箸文化（一色 1998）は、その特殊性に注目され論じられてきた。

さらにもう一つの側面としては、箸の持ち方、使い方の技能に関するものである。箸はひとりでに持てるようになるものではなく、一定の訓練によっていわゆる正しい技能をみにつけることができるものである。また、箸を持つ技能が身につけていることがその人の生い立ちや家庭環境を特徴付けるものとして語られることも多く、箸を正しく持つ技能の習得に関する研究（向井ら 1978, 1981, 1983、坂田1990、立屋敷ら 2005a, b, c）が行われてきた。

これまでの箸の持ち方に関する研究では、以上のような食文化や食生活との関連から、日常生活における箸の持ち方の実態を調査するものが多い。実態調査は質問紙によるもの、観察調査によるものがある。質問紙調査としては、1936年に保育者に子どもの基本的な生活習慣の習得状況を尋ねる中で習得の実態を把握したものがあり（山下 1936）この当時は、3歳6ヶ月～4歳において75%の子どもが正しい持ち方になるという結果が示されている。

一方、観察調査を自然な場面で行う方法としては、16ミリ映写機を用いて撮影したデータを分析した研究（山下 1941）を端緒として、現在まで断続的に行われてきている。また、実際に被験者に箸を使って作業をさせて作業量を測定する方法も行われてきた。

これらの先行調査はおおよそ10年に一度の割

* 埼玉大学教育学部家政教育講座

** 所沢市立北小学校

合で実施されている。先述したように箸の持ち方に関する最初の調査（山下 1936）では、小学校に入学する児童の約 7 割が箸を正しく持つことができていたことがわかっているが、その後、徐々に箸を正しく持つ割合が低くなり、1984年の調査および1997年の調査では、小学校1年生の児童のうち8～10%のみが正しい持ち方であると示されている（矢田貝ら 1999）。

そこで、本研究はこれまで断続的に行われてきた箸の持ち方調査を、小学1年生に対してあらためて実施し、現在の状況を過去の調査と比較してあきらかにする。さらに同時に行う食生活に関する聞き取り調査との関連を考察し、小学校低学年の時期から必要とされる食教育の方向性を示すことを目的とする。

2. 研究方法

本研究は、箸の持ち方調査と、食生活に関する聞き取り調査を同一の対象児童にそれぞれ実施する。それぞれの調査について、以下にその方法を示す。

A 箸の持ち方調査

(1) 対象

対象学校：所沢市内の公立A小学校

対象児童：第1学年3クラスの男子41名、女子54名、計95名である。

(2) 観察調査の方法

日常生活での食行動の状況を観察するために、学校給食時のできるだけ自然な場面を設定し、デジタルカメラを用いて撮影する方法を採用した。具体的な方法は、向井らの調査方法を参考にした上で観察調査の1週間前に予備観察を行って決定した。この予備観察は、観察調査に対して児童が慣れるという効果もねらったものである。観察調査の方法を以下に示す。

①手のひら側が写るように撮影する。

②撮影は、対象児童の左横（左手で箸を使う

児童の場合は右横）に位置して真横から撮影する。

③1班4～5人に、調査者を1人配置し、3クラス95名の撮影を同一給食時間内で撮影を行った。

④調査者が対象児童と会話しながら1人につき5～6枚撮影し、児童の気になった行動なども併せて記録した。

観察調査については、個人情報保護の観点から児童の手のひらにシールを貼り、座席表とあわせて食生活調査と対応できるように配慮した。また、給食前に実施した聞き取り調査時と同じ児童を担当するように調査者を配置して、児童が自然な食事場で撮影できるようにした。

(3) 観察調査日と食事内容

観察調査日：2007年2月27日（火）

給食の食事内容：五目ごはん、子どもししゃものこうみあげ、きりたんぼ汁、くきわかめとツナのいため煮、牛乳

B 食生活に関する聞き取り調査

(1) 対象

箸の持ち方調査と同様である。

(2) 調査方法

対象児童に対して1対1での聞き取り調査を行った。1人につき約5～6分である。調査者が、食生活に関する質問内容について会話をしながら聞き取り、記録するという方法を用いた。会話の中であきらかになった対象児童の生活に関する情報を記録し分析の際の参考とした。なお、対象児童が1年生であることから、聞き取りの質問内容は厳選して、以下の通り設定した。

《質問内容》

①一緒に住んでいる人は誰ですか？

②昨日の夜ごはんを思い出してください。

(1) 誰と食べたかな？

(2) 何を食べたかな？

(3) ごはんの時注意されることはあるかな？ どんなことかな？

(4) ごはんの時テレビはついているかな？

③今日の朝ごはんは何を食べたかな？

④今日の夜ごはんは何が食べたいですか？
それは何でかな？

⑤食具について

(1) 次のごはんはおはし、スプーン、フォーク、何を使って食べるかな？

①和食(ごはん・みそ汁・ひじき・ぶり) ②カレーライス ③スパゲッティ ④親子丼

*料理を写真でみて、写真で示した箸、スプーン、フォークのいずれを用いるかを回答する。

(2) 何で食べるのが一番好き？

(3) おはしは上手に使えるかな？

(4) おはしは誰に教えてもらったの？

3. 結果と考察

(1) 箸の持ち方調査と食生活に関する聞き取り調査それぞれの結果と考察

A 箸の持ち方調査

箸の持ち方調査については、収集した静止画データを比較検討しながら、分析方法を決定した。本研究で収集したデータを見る限り、正しく箸を持っている割合は1997年の矢田貝らの調査よりさらに低下していると考えられ、何がどのように正しくないのかを検討することが必要と考えた。つまり、現状の小学1年児童の実態にあわせて分析方法を考える必要があると判断したのである。

そこで、以下ではまず収集データを前にして筆者らが議論を繰り返して分析方法を決定したプロセスを明らかにする。さらに、結果を示した上で若干の考察を加えることとする。

1) 分析方法

箸の持ち方を分類するにあたって、正しい箸

の持ち方を先行研究よりあきらかにした。一般に箸の正しい持ち方とは、下の箸は、親指と人差指の股に挟みこんで固定し、薬指のつめの横に当て支える。上の箸は、下の箸先にそろえて、中指の爪の横に当てるようにし、親指と人差指で軽く挟むようにしたものである。機能的には、上側の1本を親指を支点にして中指で持ち上げることができることが重要(図1)である。今回の調査では、95名の対象児童のうち5名が終始スプーンを用いており、実際に箸の持ち方として収集したデータは90名分であった。さらに、図1に見るような正しい持ち方をしていると判断できる者はごくわずかであった。そこで、データ(写真)から比較的正しいと判断できるものと、あきらかにおかしいと判断できるものを抽出してそれぞれの特徴を比較すると、中指の位置の違いにより判断できることがわかった。そのため、まず中指の位置、つまり二本の箸の間に中指が位置しているかどうか注目した。箸は中指で上の箸を持ち上げることによって動かすことができ、箸と箸の間に入る唯一の指であると言われている。また、中指はものをはさむ機能を果たす上でも重要である。このことは、酒井の調査によっても幼児において中指が箸と箸の間に入るのは最終段階であるとされている(酒井 1996)ことから、重要と判断した。このように中指の位置によって「中指の上に位置」

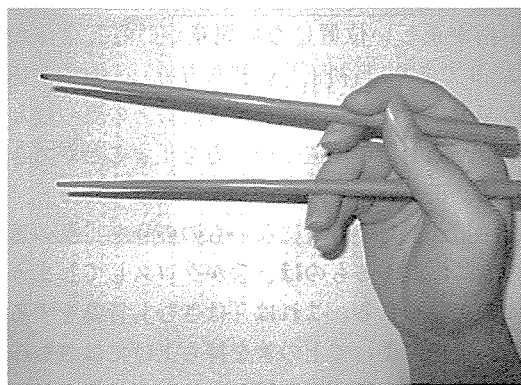


図1 正しい箸の持ち方

「上の箸と下の箸の間に位置」「下の箸の下に位置」という3つのグループに分類が可能となった。(表1参照)

次にどのようにして箸を動かしているのかについて一人につき5～6枚撮影した写真をすべて参考にして検討した。そこで箸を動かして使う状態にするには親指が重要であると考えた。箸は親指を支点として中指・人差し指を動かすことによって機能を果たすものであり、酒井の研究からも、親指が出すぎてしまっているものはまだ幼児期の発達段階にあることがわかっている。つまり、親指の使い方によって箸を使う技能がどの程度習熟しているのかを見ることができると考えた。ここでは、データを見る限り親指が立っているか、いないか、つまり支点として機能しているかどうかで分類した。さらに、それぞれの分類にあるものを一色(一色 1996)や酒井(酒井 1996)の分類を参考にして、その他の人差し指・薬指・小指の様子や、箸を持つ位置などから特徴によってさらに細かい分類を試みた。

2) 結果と考察～小学校低学年における箸の持ち方の実態

表1に、以上の分析のプロセスによって得られた結果を示した。

中指に注目したところ、表1に示したように中指が上の箸の上に位置するもの30人、上の箸と下の箸の間に位置するもの29人、下の箸の下に位置するものは31人とほぼ同数ずつであった。中指が正しい位置にない児童が61名と全体の2/3であり、当初正しい持ち方をしたものが極めて少ないという印象を持ったことの裏づけとなった。中指の位置や使い方を正すことができれば、正しい持ち方に近づくと考えられる。

中指が正しい位置にないもののうち、上の箸の上に位置するものは、箸がクロスしてしまう傾向が見られる。これは「はさむ」行為をする時、中指によって上の箸を持ち上げてはさむのではなく、中指が上の箸の上にある状態で無理やりはさもうとしていることによるものである

と考えられる。逆に中指が2本の箸に完全におおいかぶさってしまい、二本の箸が一本として機能しているものも見られた。




















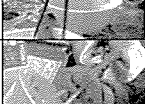

もう一つの中指が正しい位置にない分類の、中指が下の箸の下に位置するものでは、箸がクロスする形はほとんど見られず、人差し指と親指で箸を握ってしまったり、人差し指で上の箸をおさえてしまうことにより、1本の箸として使っているものが多かった。

さらに、中指の位置に関するそれぞれのグループを親指に注目して分類した。ここで親指が「立っている」とは、親指を使えていない、本来の支点としての機能を果たしていないということである。つまり、親指の第一関節で上の箸を支えているのではなく、上下の箸を親指と人差し指の股で挟み込んでいるものである。見た目には上の箸より親指が出すぎてしまっているということになる。

中指と同様、親指も正しく使えているものは少ないが、中指が正しい位置にある29人のうちの25人は、親指が立っていない正しい状態にあった。他の二つのグループでは、親指が立っていない者が、上の箸の上に位置するグループの30人中15人、また下の箸の下に位置するグループの31人中17人である。これらの比較から中指が正しい位置にあるグループの者は親指が正しい状態にある割合が高くなっていると言える。つまり、中指が箸と箸の間に入ると、必然的に親指も正しく使えると考えられ、箸を正しく持つには中指の位置が鍵であるということがわかる。

ただし、これら25名には、箸を持つ位置が下すぎるもの、人差し指が機能を果たしていないもの、薬指や小指が使えていないもの、親指が外を向いてしまっているものなども含まれている。データで判断する限り比較的正しい持ち方ができていたものは16名であった。これは、見た目や機能性が実用に足りるという規準で抽出したものである。矢田貝らの1997年調査では(矢田貝ら 1999)小学校1年生の10%が伝統的な持ち

表1 箸の持ち方調査の分析結果

中指	親指	例	人数	特徴	例	人数	特徴
上の箸の上に位置 30	立っている 15		3	箸がクロスしてしまっているもの。		3	親指と中指で完全に握ってしまっている。人差し指は使われず、上の箸の上に添えられている。箸が一本化している。
			3	とてもゆるく握っている。人差し指で箸を握っていない。		6	人差し指と中指、薬指と小指が2本ずつペアになっている。
	立っていない 15		6	中指を正せば、正しい持ち方になる。		1	人差し指が機能を果たしていない。
			8	人差し指が伸びている。7名が箸がクロスしており、1名はクロスしていない。			
上の箸と下の箸の間に位置 29 (正しい)	立っている 4		4	親指が少し出すぎてしまっている。			
	立っていない 25		16	正しい持ち方。		2	薬指と小指が使えていない。
			4	箸の下を持ちすぎる。		2	親指が外を向いてしまっている。
	1	人差し指が機能を果たしていない。					
下の箸の下に位置 31	立っている 14		5	人差し指が独立して違う方向を向き、親指が他の3本の指と同じ方向を向いている。親指と人差し指がほぼ直角。箸が一本化している。		6	人差し指が深く入り、親指と2本で箸を握ってしまっている。そのなかで、比較的その程度が軽いものが2名である。
			3	小指と薬指が使えていない。			
	立っていない 17		9	人差し指が独立し、中指・薬指・小指がまとまって同じ方向を向いている。中指を正せば、正しく美しい持ち方になりそうである。		1	中指の位置が正しいだけで、独特な持ち方。
			2	人差し指・中指・薬指・小指の4本の指が同じ方向を向いている。		2	親指と人差し指で、箸を握ってしまっている。
			3	人差し指が伸びている。			
スプーン 5			5	給食の間中スプーンのみ使用していた。			

方であるという結果よりも、本調査結果は抽出規準が緩やかであったと考えられる。

中指が上の箸と下の箸の間に位置しているもの以外の61名はどれも「はさむ」機能を果たしていないと考えられるが、実際には、子どもたちは無理やり箸を開いたり閉じたりして、どうにかして食べようとしている様子がうかがえた。

また、上手に使うための基本としては、箸を軽く持つこと、指に力を入れないことがあげられるが、観察調査からは、全体の傾向として力を入れて箸を持っている様子がみられた。対象児童の多くが箸を持つ技能については発達途上にあると考えられる。

B 食生活に関する聞き取り調査

1) 分析方法

多くの質問項目については単純集計を行った。なお、食事の内容を問う質問については、その回答から判断し「栄養バランスのよい献立になっている食事」「カレーや丼ものなどの単品の食事（バランスはよくない）」「偏った不十分な食事」「食べていない、忘れたもの」の4つに分類した。

以下に分析結果を示す。

2) 児童の食生活の実態

食生活に関する聞き取り調査の結果は紙幅の都合により、特徴的な部分だけを示すこととする。

①一緒に住んでいる人

両親と兄弟という家族構成の家庭が68人でほとんどを占めた。祖父母が同居している家庭は17人であったが、このうち一緒に食事をしていると判断できた者は少なかった。

②夜ごはん（夕食）について

夕食については、今問題視されている孤食は見られなかったが、家族が揃うのは難しいようであった。食事中に食事のマナーや食べ方について注意をされているかについては、注意されることを具体的にあげることはできなかった8人も含めると、48人が「されない」と

と答えており、全体の半数を占めた。子ども自身が食事中に注意をされないと答えているということは、実態に多少のずれがあったとしても自覚をしていないということである。

さらに食事中に注意されるものの多くが、父親が不在が多いということの影響か、母親からの注意であった。また、食事中にテレビがついているかについては、「ついている」と「たまについている」を合わせると7割にのぼった。

③朝ごはん（朝食）について

朝食については、欠食は1名であり、これまでの調査にくらべて低い割合を示した。ただし、その内容に問題がある結果となった。表2に示したように、朝ごはんの食事内容としては、パンだけであったり、ケーキやたい焼きなど甘いおやつのようなものが食卓にのぼっていたり、ごはんと言いうように主食を2つ答えた児童も多く、結果として偏った不十分な食事が7割にのぼった。朝食は夕食にくらべて軽視されていることが明らかとなった。

④夜ごはん（夕食）に食べたいもの

児童の食の嗜好をあきらかにするために食べたいものをたずねたところ、「ハンバーグ」のように主菜を単品で回答する児童が大多数を占め、ごはん、みそ汁、サラダとともに「献立」として回答した子は3人のみであった。対象児童は、献立の認識がほとんどないと言える。

表2 夕食、朝食（食べたものを思い出して回答）内容の分類

	夕食	朝食
献立になっている食事	46	18
単品の食事	15	2
不十分な食事	19	71
忘れた、食べていない	15	4
	95	95

⑤食具について

料理を写真で見せて用いる食具をたずねたところ、ほとんどの児童は和食は箸、カレーライスにはスプーン、スパゲッティはフォークと正しく認識していた。一番好きな食具は81人が箸、箸を上手に使えるかについては、「はい」と「たぶん使える」を合わせると78人であり、対象児童は日常的な食具として箸を認

識していることがわかった。しかし、箸の持ち方調査では、正しい持ち方ができていたのは16人であり、実際に箸を持つ技能と認識の間には大きなズレがあることがわかった。

(2) 箸の持ち方と食生活との関連

箸の持ち方調査、食生活に関する聞き取り調査のそれぞれの調査の結果を受けて、2つの調査の関連をみた。方法は箸の持ち方調査で正しい持ち方とした16人（以下R群）と、機能的にも見た目にも明らかにおかしな持ち方をした11人と箸を使用せずにスプーンのみを使用して食事をしてきた5人を合わせた16人のグループ（以下W群）を設定し、聞き取り調査の全ての項目について比較を行った。R群とW群それぞれの箸の持ち方の分類表における分布は表3の通りである。比較の結果、ほとんどの項目においては違いが見られなかったが、夕食について顕著な違いが認められた。結果を表4に示す。

R群の児童は料理の品揃えの数が豊富であり、

表3 箸の持ち方調査分類におけるR群・W群児童の分布 (人)

中指	親指	R群	W群
上の箸の上に位置	立っている		4
	立っていない		3
上の箸と下の箸の間に位置	立っている		1
	立っていない	16	
下の箸の下に位置	立っている		2
	立っていない		1
スプーン			5

表4 箸の持ち方R群児童16名とW群児童16名の夕食の内容 (栄養のバランスがよいと判断したものを網掛けで示した)

	R 群	W 群
1	覚えてない	忘れた (作ってくれたもの)
2	ご飯、ウインナー、牛乳	おかゆ (卵) とんかつ
3	白いご飯、お魚、餃子スープ、かつおぶし、ほうれん草、お茶	ご飯、鶏肉、きんぴらごぼう、りんご
4	ポテトサラダ、カレー、他忘れた	カレーライス
5	ご飯、みそ汁、ほっけ、肉じゃが	ドライカレー
6	ご飯、スープ、肉いため、にんじん、キャベツ	覚えていない
7	スパゲッティ、みそ汁、グラタン	お肉
8	ご飯、さんまの中にチーズ、ポテトサラダ、貝のみそ汁、スパゲティ	やきそば、麦茶
9	親子丼、みそ汁	ごはん、みそ汁、ししゃも、からあげ
10	ハンバーグ、ごはん、みそ汁、ぎょうざ	カツ丼
11	すきやき、ごはん	ステーキ、ごはん、野菜
12	ぎょうざ、白ごはん、天ぷら (にんじん)	白ご飯、みそ汁、のり、お肉
13	チャーハン、たくあん、スープ	ご飯、サラダ
14	忘れた	ごはん、からあげ
15	ささみかつ、ごはん、カキフライ、サラダ (キャベツの千切り、きゅうり)	うどん、豚汁
16	カレー、ほうれん草のごま和え	ごはん、みそ汁、おかず覚えていない

主食・主菜・副菜・汁物といったバランスのよい食事（網掛け部分）をとっている。単品を回答した児童はいなかった。つまり、献立として成り立つ食事をしていたのである。

一方、W群の児童は単品の食事を回答したものが多く、同じ料理である「カレー」や「丼もの」という回答であっても、R群の児童はサラダやみそ汁を共に回答しているが、W群の児童は単品のみで回答している。

以上の結果から、W群の児童は一度の食事で口にする品数が少なく、食べる経験が少ないということが考えられる。食べる経験が少ないことは、多様な食材や料理、味を知らないことにつながる。また、「おいしい」「楽しい」といった食に関わるプラスの経験が少ないことも予想される。

W群の児童は聞き取り調査の記録からも、食に対する興味・関心が低いと考えられ、「食の楽しみ」を十分に体験していないということが推察された。さらに、夕食に食べたいものの調査結果では、R群W群いずれの児童も献立として回答しなかったという先述の結果と併せて考えるならば、R群の児童は食べたものをよく記憶していること、つまり食べることにに対する興味・関心が高いと言うことができる。それに対してW群の児童は、実際に食べたものをすべて回答していない可能性があることを考慮しても、食べたものを記憶していないということであり、R群の児童に比べて食べることにに対する興味・関心が低いと考えられる。

（3）箸の持ち方と食べることから考える食教育の方向性

本研究では、現在の小学校1年生児童を対象として、箸の持ち方という生活技能がどの程度習得されているか、また、箸の持ち方の状態が食生活の実態と関連があるのかについて検討を加えた。箸の持ち方に関しては、予想以上に正しく持つことのできない実態が明らかになった。また、不十分な朝食をはじめとする食生活の実

態が明らかになり、食に関する問題状況が広範に及ぶことも示された。

本研究で明らかになったように、どのような食事を取っているかということと箸の持ち方は、密接に関連している。このことは、様々な料理が食卓に並ぶことによって箸を使う機会を多くもち、箸の持ち方も上達するというよいサイクルが回るということを示すものと考えられる。その際、単に様々な料理が並ぶことだけではなく、その質つまり食事の内容が重要であると考えられる。このように食卓に様々な料理が並ぶということは、その家庭の食に関する関心が高いということであり、食卓が箸の持ち方を教える場となり、コミュニケーションを図る場となるということである。

本来、食卓に並ぶ様々な料理は健康に生きていくためのものであり、家族や仲間とコミュニケーションを取るためのものである。さらに、食事を通して「おいしいね」「楽しいね」と感じることで、食への興味を育み関心を高め、食文化を継承する営みへとつながることを再認識したい。

以上のことから、箸を正しく持つことができない児童は「箸を正しく持つことができない」ことを問題として扱うことよりも、食べるという営みを豊かにしていくことが必要であると考えられる。

すなわち、本研究で分類したW群の児童は、箸を正しく持つように指導することが問題の解決にはならないのである。箸の持ち方も含めた食全体の営みをとらえ直していくことが必要となる。調査結果にもあるように、食の営みの中心は家庭であり、学校教育における食教育も家庭との連携を図る必要があることが理解できる。家庭を視野に入れた食全体の営みを捉え直す実践に関しては別稿で提案する。

最後に、本研究の調査を快くおきひうけくださった所沢市立A小学校の1年生児童の皆様と先生方に御礼を申し上げます。

参考文献

- 酒井治子・足立己幸・高橋悦二郎. (1996) 保育所給食の料理形態との関連からみた幼児における食具の持ち方及び使い方の発達的变化 小児保健研究55 (3) 410-425.
- 坂田由紀子. (1990) 箸の持ち方とその機能性およびその要因について—女子学生について—日本家政学会誌41 (7) 637-645.
- 立屋敷かおる・今泉和彦. (2005a) 箸使用時の利き手と非利き手のパフォーマンスに対する視覚の関与 日本調理科学会誌38 (3) 236-242.
- 立屋敷かおる・杉田泰葉・今泉和彦. (2005b) 箸およびスプーン使用時の利き手と非利き手の比較と箸のトレーニング効果 日本調理科学会誌38 (4) 350-354.
- 立屋敷かおる・山岸好子・今泉和彦. (2005c) 小中学生における箸の持ち方と鉛筆の持ち方との関連 日本調理科学会誌38 (4) 355-361.
- 向井由紀子・橋本慶子. (1978) 箸の使い勝手について—箸の持ち方— 家政学雑誌29 (7) 467-463.
- 向井由紀子・橋本慶子. (1981) 箸の使い勝手について—箸の持ち方 (その2)— 家政学雑誌32 (8) 622-627.
- 向井由紀子・橋本慶子. (1983) 箸の使い勝手について—箸の持ち方 (その3)— 家政学雑誌34 (5) 269.
- 谷田貝公昭. (1985) 箸の持ち方・使い方の実態に関する研究 家庭教育研究所紀要 (6) 25-32.
- 谷田貝公昭・村越晃・伊藤野里子・松川秀樹・高橋弥生・生駒恭子. (1999) 箸の持ち方・使い方の実態—1984年と1997年の調査から— 家庭教育研究 (4) 1-11.
- 山下俊郎. (1936) 幼児に於ける基本的習慣の研究 (第1報告) 教育4 (4) 648-672.
- 山下俊郎・村松泰次郎. (1941) 幼児における用著運動の発達段階 心理学研究—日本心理学会第8回研究報告16 31-32.
- 山下俊郎. (1962) 用著運動の類型の発達の分布 東京都立大学人文学部人文学報 (27) 3-7.

(2008年3月31日提出)

(2008年4月25日受理)

A Research of the relationship between using chopsticks and the eating of foods in daily life

Miho KAWAMURA and Ai TAKAHASHI

Keywords : Use of chopsticks, The lower grades students in elementary school,
Food education, School lunch

Recently there has been discussion about problems concerning children and foods they eat. This has been especially true for learning how to use chopsticks.

Using chopsticks is not only about technique and discipline, but about culture. The aim of this study is to examine the relationship between using chopsticks and the eating of foods in daily life.

Authors examined how 95' students used chopsticks while eating school lunch using digital cameras, and then compared the results with the preresearch. Interviews about the eating of foods in daily life for all 95 students were used.

The results were as followed

- 1) Only 16 students used chopsticks correctly. (Under 20%)
- 2) The main point in correct use of chopsticks is the position of the second finger and use of the thumb.
- 3) Breakfast was insufficient for most students.
- 4) Students using chopsticks correctly have a better balanced dinner than students using chopsticks incorrectly.

It is so important to teach not only using the techniques for chopsticks, but correct eating habits. Though these are essentially learned at home, they must be taught in school because of present family conditions.