

子ども期の食事がその後の味覚感受性や 性格特性に及ぼす影響

岡 本 洋 子, 田 口 田 鶴 子*

(鈴峯女子短期大学, * 倉敷市立短期大学)

平成 8 年 9 月 24 日受理

Effect of Childhood Diet on the Taste Sensitivity and Personality in Later Life

Yohko OKAMOTO and Tazuko TAGUCHI*

Suzugamine Womens' College, Nishi-ku, Hiroshima 733

** Kurashiki Civic College, Kurashiki 711*

A survey of the effect childhood diet on the taste sensitivity and personality in later life was conducted on college students from 18 to 20 years of age (93 females). The sensitivity toward sweet, sour, salty, bitter and umami tastes was measured by using aqueous solutions.

The students recalled the tastes and nutritional balance from childhood when preparing daily meals. Dishes such as Hamburg steak, curry and rice, and nimono were eaten, together with snacks, cakes and sweet rolls by most of the 93 subjects during childhood.

Most of the subjects recalled eating tasty and enjoyable meals around the family dinner table, and that their mothers prepared everything from scratch. A few of the students recalled eating meals alone and having a lot of fast food.

Taste sensitivity tests with aqueous solutions showed that the subjects could perceive 0.1-0.6% of sucrose, 0.01-0.05% of citric acid, 0.01-0.06% of sodium chloride, 1.0×10^{-9} - 1.0×10^{-1} % of quinine, and 0.005-0.035% of MSG. Little difference was found between the diet in childhood and the subsequent taste sensitivity.

There was, however, a significant correlation between the diet in childhood and 8 of the 12 personality traits. A balanced diet in childhood had a good effect on personality (*i.e.*, absence of depression, an active demeanor and social extraversion).

We conclude that a good diet during childhood had little influence on taste sensitivity in later life, while it had a positive influence on personality development.

(Received September 24, 1996)

Keywords: diet 食事, child 子ども, taste sensitivity 味覚感受性, personality 性格.

1. 緒 論

子どもの頃の食生活や食事のあり方がその後の味覚発達や性格形成になんらかの影響を及ぼすのではないかということは、子どもの食事行動を考える上で、興味ある課題である。子どもの食事・食嗜好を味覚機能や心理面から多面的に取り上げた研究としては、女子児童を対象として行い、食嗜好、特に苦味嗜好と味覚識別力と性格類型とは互いに関わり合っていることを示したもの（渡部と垣本 1982）などがある。また子どもの食事・食嗜好と性格との関係にしばった例としては、小・中学生とその母親を被検者として食嗜好に

関する質問紙調査を行い、嗜好と性格特性との関係を分析したもの（永沢等 1976）、小学生に質問紙調査を行って食生活態度が性格形成に及ぼす影響を検討したもの（藤江と猪野 1980）、食事中のふれあいが子どもの人格形成に重要であることを示したもの（Brazelton 1993）などがある。これら先行研究では、子どもの食事・食嗜好と味覚機能や心理的側面を同一時点データの対応によって検討した例であって、子どもの頃の食事状況がその後の味覚形成や心の安定性および社会適応性にどのようなかたちで現れたかという視点で捉えたものではない。

そこで、本研究では先行研究とは異なった視点から以下の仮説に基づいて論を展開する。

仮説：幼児期から学齢期にかけての食生活、食習慣の豊かさはその後の味覚形成や心の発達に少なからぬ要因を投げかけるのではないか。

子ども期（6～11歳）に、和やかな家族団らんの食卓で幅広い食事経験をj得て成長した者は、味覚感度にすぐれ性格形成にも好ましい影響が表れるだろう。一方、子どもの頃の食事が不規則であったり、子どもひとりの孤食とか、単調なメニュー、ファーストフードや調理済み食品の連続であったりしては、味覚感受機能の発達も阻害され人間関係の基盤も希薄となるだろう。子ども期（6～11歳）に孤食や個食の機会の多かった者は、味覚鋭敏性が劣り精神面でも不安定な性格が形づくられるだろう。本研究では、この仮説を検証するために、年齢18～20歳の大学生女子を被検者として、「子ども期（6～11歳）の食事想起調査」、全口腔・上昇系列法による「味覚閾値検査」ならびに「矢田部・ギルフォード性格検査」を行った。そして被検者の子ども期（6～11歳）における食事内容、食卓でのコミュニケーション等について、その概略を明らかにした。またそれらの相互関係の分析を通じて、子ども期（以下、本報告では年齢6～11歳を子ども期とする）の食の周辺状況がその後の味覚感受性や性格特性にどのような作用を及ぼすのか考察した。

2. 方 法

(1) 被検者の属性および実施時期

岡山県内の短期大学食物科に在籍する18～20歳の女子学生93名を被検者とした。被検者の平均年齢は 19.1 ± 0.4 歳であった。被検者の父親の平均年齢は 48.8 ± 4.0 歳、母親は 45.3 ± 4.6 歳であった。居住形態は自宅通学生80.6%、下宿通学生19.4%であった。1993年4月～12月に調査および検査を実施した。

(2) 子ども期の食事調査

調査方法は質問紙法による自己記入によった。調査用紙を被検者に配布し、記入後その場にて回収した。回収率、有効回収率ともに100%であった。子ども期の食事調査項目を表1に示した。子ども期における食事状況の概況を知る調査項目として、本人および両親の健康状態、母親の就業状況等の8項目を設けて調査した（調査1）。調査1では該当する項目を一つ選択、あるいは複数選択・記入させた。また食事内容や食卓でのコミュニケーションを推測する調査項目としては、

表1. 子ども期の食事調査項目

調査1（8項目）

本人および家族の健康状態、母親の就業状況、平日（夕食）の主たる食事担当者、平日（夕食）の共食者、食べる側からみた食事担当者の献立作成上配慮事項、食事担当者が作った頻度の高い献立、出現頻度の高い間食、間食の内容

調査2（24項目）

食卓での食べ方	8項目
献立の組合せ	8項目
食事の作り方	4項目
生活との関連	2項目
料理好きの程度	2項目

足立と秋山（1987）の食事点検票を参考にして、食卓での食べ方、献立の組合せ等の24項目を設定した（調査2）。調査2の評価尺度としては、「いつもそうであった」「だいたいいつもそうであった」「どちらともいえない」「だいたいいつもそうでなかった」「いつもそうでなかった」の5段階とし、5点から1点の評点を与えた。被検者個人ごとに、24項目について5段階評価の総和を算出した。18～20歳である女子学生93名を対象に、子ども期（今回の調査では小学校低学年）の夕食状況について想起調査を行った。予備的に被検者93名のうち姉妹のいる30名をランダムに選出した。姉妹の年齢差は 2.6 ± 1.2 歳であった。食事想起調査票（調査1、調査2）を自宅に持ち帰らせ被検者の姉妹にも実施し、想起法によるデータの客観性を確かめた。調査2の24項目における姉妹の評点差を算出した結果では、評点差（30組、24項目の平均値）は 0.88 ± 0.73 であり、同じ家庭環境に育ったきょうだい間においてほとんど差がないことが示され、本想起調査は客観性があるものと考えられる。さらに同30名について、再度食事想起調査を行い、同様に評点差を計算したところ、差がみられなかったことも付記しておく。

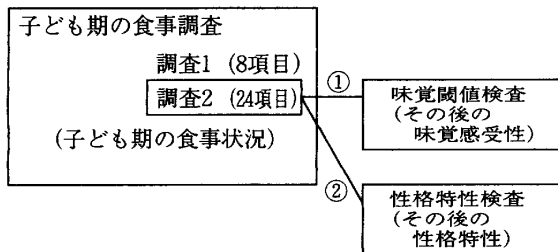
(3) 味覚閾値検査

味覚閾値検査の試料液について、呈味物質、濃度範囲等を表2に示した。各試料液を、濃度の薄い液から濃い液と上昇系列法で10ml程度直接口中に含ませ、舌全体で味わせた。1人につき2回以上測定した。味を感じた試料を指示させることによって、被検者の味覚を知覚できる最小の濃度とした。前系列の試料液

子ども期の食事がその後の味覚感受性や性格特性に及ぼす影響

表 2. 味覚閾値検査の試料液

試料液	呈味物質	濃度範囲 (% (w/v))	試料液間の濃度差	
甘味溶液	ショ糖 (和光純薬)	0.1~0.8	0.1	(等差)
酸味溶液	クエン酸 (和光純薬)	0.01~0.08	0.01	(等差)
塩味溶液	塩化ナトリウム (半井化学)	0.01~0.08	0.01	(等差)
苦味溶液	塩酸キニーネ (和光純薬)	$1.0 \times 10^{-4} \sim$ 1.0×10^{-2}	10	(等比)
うま味溶液	グルタミン酸ナトリウム (協和発酵)	0.005~0.040	0.005	(等差)



分析対象は①および②

図 1. 分析項目の枠組み

の残存効果をなくすため、口腔内をゆすいだ後、十分間隔をあげ、次の系列の試料液へと検査を行った。試料液はすべて純水（イオン交換水）を用いて調製し、検査時の液温は $25 \pm 2^\circ\text{C}$ とし、検査時刻は午前 11 時前後の空腹時とした。

(4) 性格特性検査

矢田部・ギルフォード性格検査（以下 Y-G 性格検査とする）の一般用（辻岡 1982）を用いて、集団法で行った。検査所要時間は約 30 分であり、検査者が質問項目を一定の速さで読み上げ、被検者はそれに対する回答を記入した。得られた得点から 12 の性格特性をプロフィールに表現し、性格の全体像を知ることができる。

(5) 分析方法

各調査項目について単純集計を行った。調査項目と味覚閾値検査ならびに性格特性検査の結果については、平均値の差の検定（Duncan's Multiple Range Test）（若林 1984）を用いて検定した。分析項目の枠組みを図 1 に示した。

3. 結果および考察

(1) 子ども期の食事調査（調査 1）

子ども期の食事状況について、調査した結果を表 3 に示した。

小学生のとき、本人の健康状態が良好であった者は 98.9%，父親が良好であった者は 98.9%，母親が良好であった者は 97.8% であった。

母親の就業状況は非常勤勤務 44.0%，常勤勤務 28.0%，専業主婦 28.0% であった。

平日の主たる食事担当者が、母親である家庭 95.6%，祖母である家庭 2.2%，姉である家庭 2.2% であり、母親である家庭が大部分を占めた。下坂等（1994）、木村等（1992）の青年女子を対象とした最近の調査によると、平日の夕食担当者は、母親である家庭 92.8%，95.0% という結果がそれぞれ示されており、本調査でも同様の傾向がみられた。母親の就業状況は非常勤勤務、常勤をあわせて 72.0% であるが、ほとんどの家庭で母親が帰宅後、夕食作りを担当していたことが推測される。

平日夕食を誰と一緒に食べましたかという質問に関しては、兄弟姉妹と共にとった者 98.9%，両親と共にとった者 97.8%，ひとりでとった者 7.5%，祖父母と共にとった者 3.2% であり、ほとんどの被検者は小学生のときには家族員の誰かと共に食事をとったと考えられる。島田等（1991）は家族における食事状況を年代別に調査しているが、9 歳以下の子どもの孤食については 10% 未満（夕食の場合）であったと述べており、本調査でも同様の結果であった。

食べる側からみて食事担当者が何を配慮しながら夕

表3. 子ども期の食事調査結果 (調査1) (人数 (%))

1. 本人および両親の健康状態		6. 食事担当者が作った頻度の高い献立	
本人の健康状態良好	92 (98.9)	ハンバーグ	40 (43.0)
本人の健康状態良好ではない	1 (1.1)	カレーライス	40 (43.0)
計	93 (100.0)	煮 物	31 (33.3)
父親の健康状態良好	92 (98.9)	シチュー	30 (32.2)
父親の健康状態良好ではない	1 (1.1)	す し	26 (28.0)
計	93 (100.0)	肉じゃが	20 (21.5)
母親の健康状態良好	91 (97.9)	煮 魚	19 (20.4)
母親の健康状態良好ではない	2 (2.1)	コロッケ	19 (20.4)
計	93 (100.0)	グラタン	19 (20.4)
		から揚げ	17 (18.3)
2. 母親の就業状況		7. 出現頻度の高い間食	
非常勤勤務	41 (44.0)	スナック菓子	55 (59.1)
常勤勤務	26 (28.0)	ケーキ類	37 (39.8)
専業主婦	26 (28.0)	菓子パン	24 (25.8)
計	93 (100.0)	アイスクリーム類	20 (21.5)
		プリン・ゼリー類	19 (20.4)
3. 平日 (夕食) の主たる食事担当者		チョコレート	18 (19.4)
母 親	89 (95.6)	ビスケット類	15 (16.1)
祖 母	2 (2.2)	手作り菓子類	15 (16.1)
姉	2 (2.2)	果 物	10 (10.8)
計	93 (100.0)	あ め	8 (8.6)
4. 平日 (夕食) の共食者		8. 間食の内容	
兄弟姉妹	92 (98.9)	時々手作り	58 (62.3)
両 親	91 (97.8)	いつも市販品	26 (28.0)
ひ と り	7 (7.5)	だいたい手作り	9 (9.7)
祖 父 母	3 (3.2)	いつも手作り	0 (0.0)
		計	93 (100.0)
5. 食べる側からみた食事担当者の献立作成上配慮事項			
味 (おいしさ)	79 (84.8)		
栄養のバランス	56 (60.2)		
空腹を満たす	40 (43.0)		
経済的かどうか	33 (35.5)		
好き嫌い	30 (32.2)		
食 品 数	23 (24.7)		
季 節 感	14 (15.1)		
見た目がよいかどうか	5 (5.4)		

$n=93$. 4~7 の項目は複数回答.

食を作っていたと思うかという質問については、味 (おいしさ) 84.9%, 栄養のバランス 60.2%が上位に挙げられ、以下空腹を満たす 43.0%, 経済的かどうか 35.5%, 好き嫌い 32.2%がこれに続いた。木村等

(1992)は母親を対象に献立作成上の関心について調査しているが、栄養が第1位に挙げられており、好み、季節感、支度が簡単な順であった。また伊藤等 (1993)は食生活における母子の関わりという立場からの母親

子ども期の食事がその後の味覚感受性や性格特性に及ぼす影響

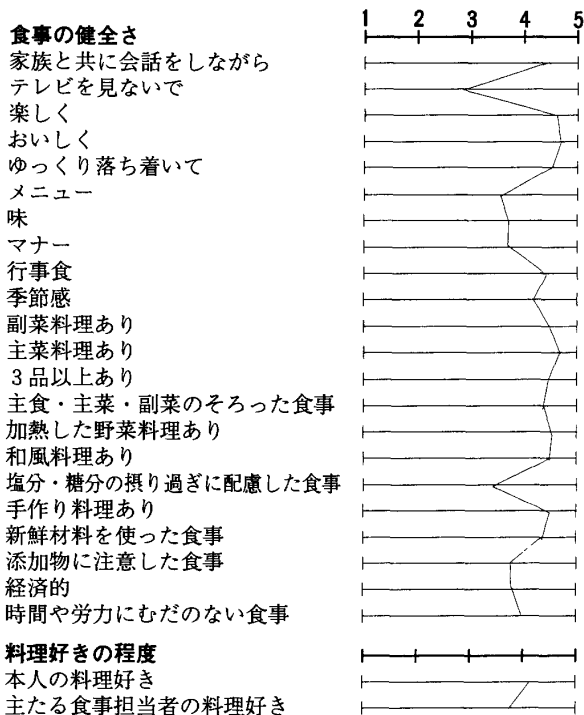


図2. 食事の健全さの評定平均値 (調査2)

を対象とした調査であるが、献立作成上の留意点は栄養のバランス、夫や子どもの好みであると述べている。これら両調査では献立作成上配慮する点として栄養、好みの順で挙げられており、著者等の結果とは上位2個の順位が逆であった。これは、木村等・伊藤等の調査では回答者が食事担当者自身であるのに対し、著者等の場合には食べる側であるため、立場の違いによるものと考えられる。

子ども期に食事担当者が作った頻度の高い料理を5品記述させた結果では、ハンバーグ43.3%、カレーライス43.3%、煮物39.3%、シチュー32.3%、すし28.0%、肉じゃが21.5%、煮魚20.4%等が上位であった。洋風料理と和風料理が混在した。学校給食で子どもの好むメニューはカレーライス、焼きそば、ハンバーグ、ミートソーススパゲッティ、カレーシチュー、とりのから揚げの順(藤沢1989)となっており、その多くが洋風のカタカナメニューであったことから、洋風料理に偏るのではないかと予想したが、和風料理も健在であった。

子ども期に食べた頻度の高い間食について3品を挙げさせた結果では、最も出現頻度の高い間食はスナック菓子59.1%であり、次に頻度の高いのはケーキ類39.8%で、以下菓子パン25.8%、アイスクリーム類21.5%、プリン・ゼリー類20.4%、チョコレート

19.4%、ビスケット類16.1%等の順であった。間食内容を調査した他の報告(岡崎と八木1989;厚生省保健医療局健康増進栄養課1995)においても、最も出現比率の高い間食はスナック菓子という結果となっており、今回の調査でも同様の傾向が示された。

これら間食は時々手作りであった者62.3%、いつも市販品であった者28.0%、だいたい手作りであった者9.7%、いつも手作りであった者0%となっており、手作りの間食を食べた者がわずかであったことが示された。

(2) 子ども期の食事調査 (調査2)

5段階評価による食事調査結果から、各項目ごとに被検者93名の食事健全さ平均値を算出した(図2)。

これによると、「家族と共に会話をしながら」「楽しく」「おいしく」「ゆっくり落ち着いて」「主菜料理あり」「加熱した野菜料理あり」「手作り料理あり」の7項目で、評定平均値4.5以上を示し、その他の項目でもほとんど3.5以上の値であった。「テレビを見ない食事」の項目では、2.8という最も低い値を示しており、テレビを見ながら食事をとっていた者が多かったと推定される。このプロフィール結果から、本調査の被検者は個人差もみられるが平均的には、家庭の中での和やかな食事風景がイメージされ、心理面でも比較的稳定していた様子が見える。

(3) 味覚閾値検査

図3は、大学生女子93名を被検者として行った味覚閾値検査の結果である。甘、酸、塩、苦、うま味に対する閾値の分布状況を示した。0.1~0.8%のショ糖等差濃度水溶液を用いた甘味に対する閾値検査では、0.1~0.3%の間で甘味を感受した者が全被検者の71.0%を占めた。この濃度範囲で感受し得なかった者は4.3%で、大部分の者はこの濃度で甘味を感受した。0.01~0.08%のクエン酸水溶液に対する閾値検査では、被検者の81.7%は0.01~0.02%の濃度で酸味を感受した。本検査の範囲で感受し得なかった者が2.1%であった。塩味、苦味、うま味に対する閾値については、塩化ナトリウム水溶液の場合0.01~0.04%の間で感受した者が全体の73.3%を占め、塩酸キニーネ水溶液の場合 $1.0 \times 10^{-9} \sim 1.0 \times 10^{-6}$ の間にあった者が74.2%を占め、グルタミン酸ナトリウム水溶液では0.005~0.020%の間にあった者が76.3%を占めた。塩味、苦味、うま味の閾値検査において、検査濃度範囲で感受し得なかった者がそれぞれ2.1%、4.3%、2.1%であった。

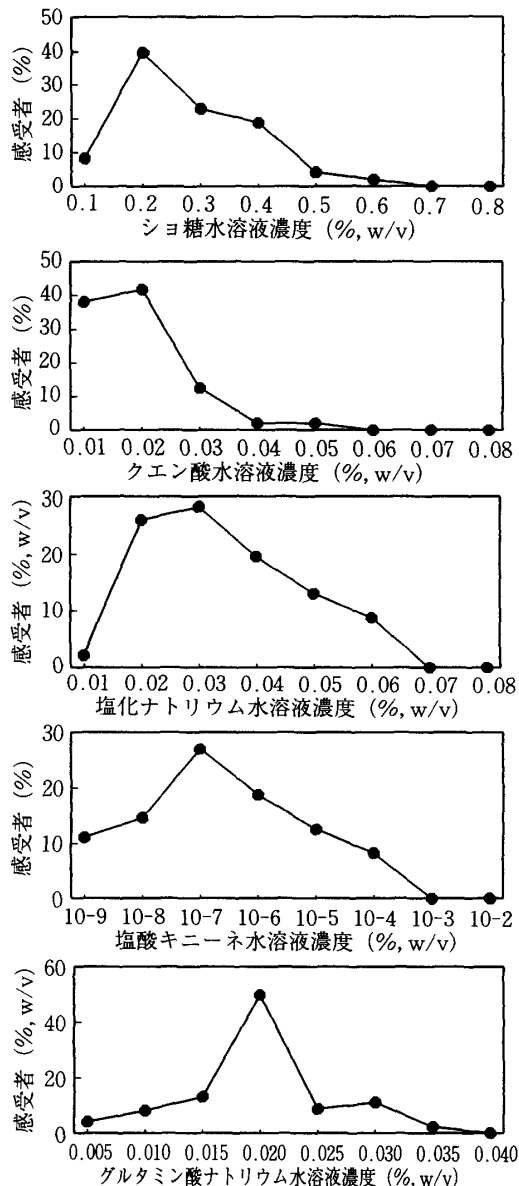


図3. 5基本味溶液に対する味覚閾値の分布状況

(4) 性格特性検査

Y-G 検査を用いて計測した12の性格特性尺度による判定結果を表4に示した。測定した12の性格的特徴は高得点ほど表4の項目に示した傾向が強くなる。

(5) 子ども期の食事と味覚閾値との関係

被検者93名をショ糖、クエン酸、塩化ナトリウム、塩酸キニーネ、グルタミン酸ナトリウム水溶液に対する閾値別に分類し、食事の健全さの総和（総合的食事健全さ）を算出して図4に示した。ショ糖閾値0.1, 0.2, 0.3, 0.4, 0.5 および0.6のグループでは、総合的食事健全さはそれぞれ101.5, 100.7, 97.0, 100.1, 101.6を示しており、いずれのグループ間にも

も有意差は見られなかった。またクエン酸、塩化ナトリウム、塩酸キニーネ、グルタミン酸ナトリウムに対する閾値別グループにおいても、同様にいずれのグループ間にも有意差は認められなかった。

これらの結果から、子ども期の食事状況の良否とその後の味覚感度はほとんど関連性がないことが示唆された。すなわち、子ども期に健全な食事状況にあった者はその後の味覚感受性に好影響が表れるとする仮説を支持しない結果となった。ところで、足立（1990）は女子学生を対象として食生活調査および官能検査を行い、食生活に対する意識や態度と5基本味識別力は相互関係がみられなかったと述べている。足立の調査は常態調査であり、本調査は想起調査であるので、この点では異なるが、本報告でも同様の傾向が示された。またDrewnowski *et al.* (1987) は成人女子の摂食異常者について味の識別機能を調べ、正常者と差異がなかったと報告しており、幼児期からの拒食のような食体験は味の識別機能に必ずしも影響を及ぼさないことを示唆している。これは成人女子を被検者とした実験であるが、本報告でも同様の傾向が得られた。著者等はこれまでの報告（岡本等1994, 1996；田口と岡本1990, 1993）で、加齢のような生理的要因によって、味覚感受性の低下がみられることを明らかにした。しかしこのように子ども期の食事状況、日頃の食生活、幼児期からの食習慣等の社会的・環境的な要因によっては、味覚感受性は大きく変動しないのではないかとと思われるが、社会的・環境的要素がこの味覚感受性にどのように作用するのかについては、今後さらに検討していく価値はあろう。

(6) 子ども期の食事と性格特性との関係

大学生女子93名をY-G性格検査結果から、抑うつ性傾向によって、大、中、小の3群に群別し、これら3群の24調査項目に対する食事の健全さを図5に示した。たとえば、「楽しく」に対する食事の健全さは、抑うつ性小のグループでは4.63をとっており、抑うつ性大のグループの4.29に比べて有意に高い値であった。図5にみられるように、「家族と共に会話をしながら」等の24調査項目のうち、「楽しく」「味」「季節感」「副業料理あり」「塩分・糖分の摂り過ぎに配慮した食事」「手作り料理あり」「新鮮材料を使った食事」「時間や労力にむだのない食事」「本人の料理好き」の9項目においては、抑うつ性大、中、小傾向の3グループ間のいずれかで有意差が認められた ($p < 0.01$)。ここでは抑うつ性の例を示した。他の11性格特性の

子ども期の食事がその後の味覚感受性や性格特性に及ぼす影響

表 4. Y-G 性格検査による結果

情緒の安定性				
抑うつ性	0～8	9～15	16～20	計 93 (100.0)
	58 (62.4)	28 (30.1)	7 (7.5)	
回帰性傾向	0～7	8～13	14～20	計 93 (100.0)
	46 (49.4)	37 (39.8)	10 (10.8)	
劣等感の強いこと	0～5	6～12	13～20	計 93 (100.0)
	31 (33.3)	42 (45.2)	20 (21.5)	
神 経 質	0～7	8～12	13～20	計 93 (100.0)
	48 (51.6)	29 (31.2)	16 (17.2)	
社会的適応性				
客観的でないこと	0～6	7～10	11～20	計 93 (100.0)
	54 (58.1)	26 (28.0)	13 (13.9)	
協調的でないこと	0～4	5～8	9～20	計93 (100.0)
	51 (54.8)	32 (34.4)	10 (10.8)	
愛想の悪いこと	0～8	9～12	13～20	計93 (100.0)
	38 (40.9)	26 (28.0)	29 (31.1)	
活動性，衝動性，内省性				
一般的活動性	0～7	8～13	14～20	計 93 (100.0)
	17 (18.3)	39 (41.9)	37 (39.8)	
のんきさ	0～6	7～11	12～20	計93 (100.0)
	11 (11.8)	40 (43.0)	42 (45.2)	
思考的外向	0～5	6～10	11～20	計 93 (100.0)
	12 (12.9)	26 (28.0)	55 (59.1)	
主 導 性				
支 配 性	0～4	5～11	12～20	計93 (100.0)
	18 (19.4)	36 (38.7)	39 (41.9)	
社会的外向	0～7	8～13	14～20	計93 (100.0)
	9 (9.6)	34 (36.6)	50 (53.8)	

$n=93$. 上欄は 12 の性格特性の得点, 下欄は実数, () 内は%.

結果は略した.

被検者を性格特性別に 36 群に分類し, 算出された各群の 24 調査項目に対する食事健全さデータを基に, ダンカンの検定を行い, 表 5 に示す結果を得た. 「抑うつ性」では, 24 調査項目中 9 項目について大, 中, 小傾向の 3 グループ間のいずれかで有意差が認められた. 「回帰性傾向」「劣等感の強いこと」「神経質」「客観的でないこと」「協調的でないこと」「愛想の悪いこと」「一般的活動性」「のんきさ」「思考的外向」「支配性」「社会的外向」では, それぞれ 6 項目, 9 項目, 6 項目, 5 項目, 13 項目, 3 項目, 18 項目, 8 項目,

6 項目, 14 項目, 15 項目において, 大, 中, 小傾向の 3 グループ間のいずれかで有意差が認められた. 多くのグループ間で各項目に対する食事健全さに有意差がみられた特性としては, 「抑うつ性」「劣等感の強いこと」「協調的でないこと」「一般的活動性」「のんきさ」「支配性」「社会的外向」が挙げらる.

大学生女子 93 名を性格特性別に 36 群に分類し, 各群の総合的食事健全さを計算し図 6 に示した. 情緒の安定性を判定する特性尺度「抑うつ性」においては, 小傾向グループ, 大傾向グループの総合的食事健全さはそれぞれ 101.9, 95.1 と算出され, 小傾向グループ

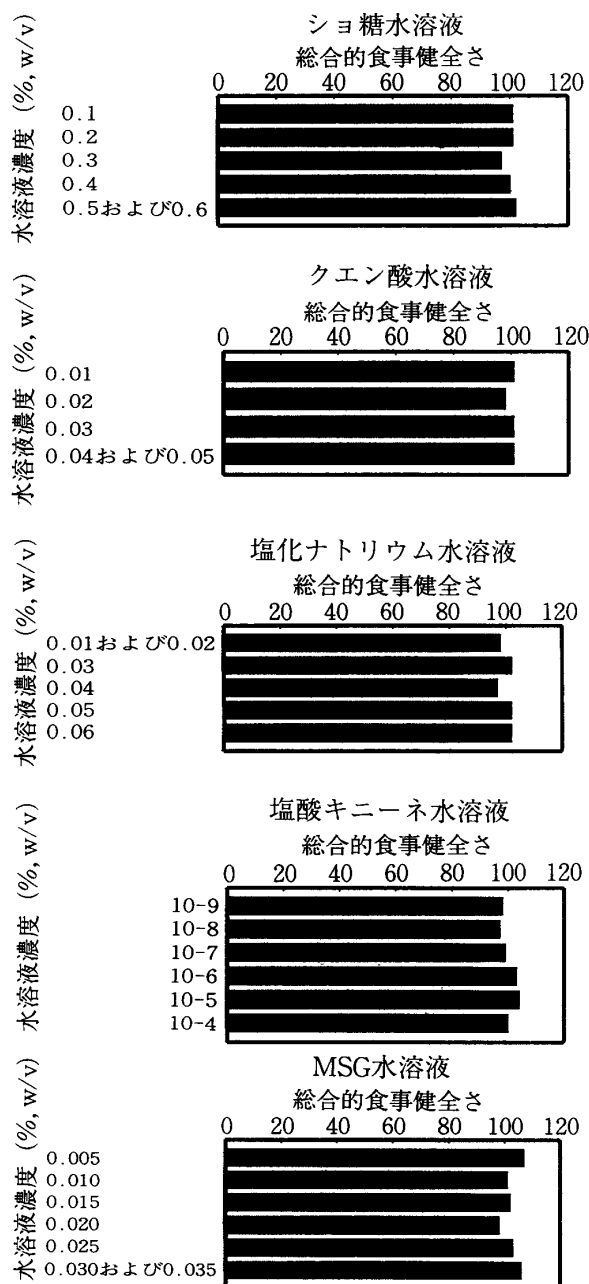


図4. 子ども期の食事と5基本味に対する閾値との関係

横軸の「総合的食事健全さ」は24調査項目の評定平均値の総和である。すべての項目間において有意差なし。

は大傾向グループに比べ、有意に高い傾向であった ($p < 0.01$)。情緒の安定性を判定する他の特性尺度「回帰性傾向」「劣等感の強いこと」では、小傾向グループの総合的食事健全さはそれぞれ102.3, 103.4をとっており、大傾向グループの94.2, 95.6に比べて有意に高い値を示した ($p < 0.01$)。「神経質」の特性尺度では、神経質大傾向グループの総合的食事健全さ

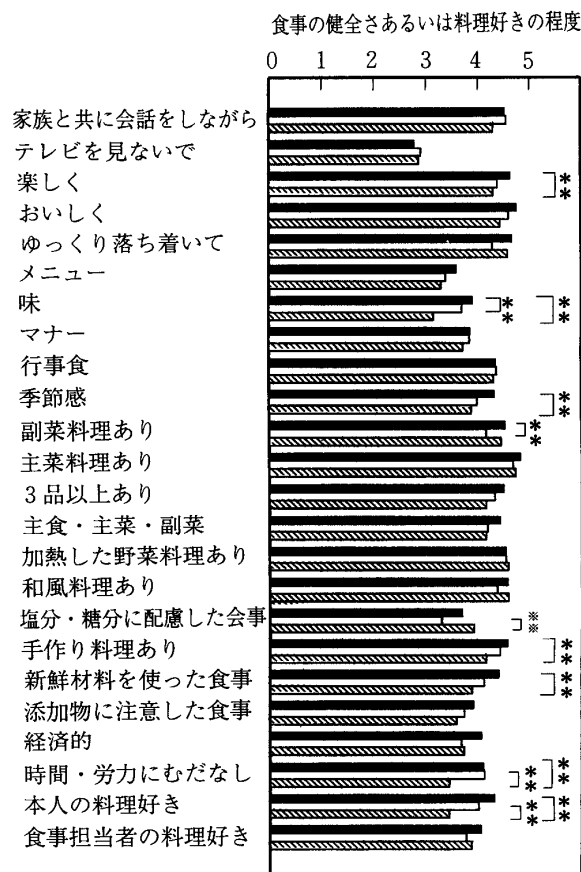


図5. 子ども期の食事と抑うつ性との関係

■, 小傾向; □, 中傾向; ▨, 大傾向. ** $p < 0.01$, *** $p < 0.01$.

と小傾向グループのその間には有意差は認められなかった。また社会適応性を判定する特性尺度では、協調性欠如小グループの総合的食事健全さは102.6をとっており、協調性欠如大グループの94.2に比べて有意に高い値であった ($p < 0.01$)。「客観的でないこと」「愛想の悪いこと」の特性尺度では、傾向の強いグループとそうでないグループの間には有意差は認められなかった。活動性大グループの総合的食事健全さは、104.6をとっており、活動性小グループの90.4に比べて有意に高かった ($p < 0.01$)。のんきさ大グループの総合的食事健全さは、101.4が算出され、のんきさ小グループの96.1に比べ有意に高い値を示した ($p < 0.01$)。思考的外向小グループと思考的外向大グループの間には有意差はみられなかった。主導性を判断する特性尺度「支配性」「社会的外向」では、支配性大グループ、社会的外向大グループの総合的食事健全さはそれぞれ103.3, 102.3であり、支配性小グループ、社会的外向小グループの93.3, 89.0と比較して有意に高い値を示した ($p < 0.01$)。

子ども期の食事がその後の味覚感受性や性格特性に及ぼす影響

表 5. 子ども期の食事と 12 性格特性との関連性

	抑うつ 性	回帰性 傾向	劣等感 の強い こと	神経質	客観的 でない こと	協調的 でない こと	愛想の 悪いこ と	一般的 活動性 さ	のんき さ	思考的 外向	支配性 外向	社会的 外向
食卓での食べ方												
家族と共に会話	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.
テレビを見ないで	n.s.	n.s.	**	**	n.s.	**	n.s.	**	**	**	**	**
楽しく	**	**	**	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.
おいしく	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	**	**	**	n.s.	**	**	**
ゆっくり落ち着いて	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.
メニュー	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	n.s.
味	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	**
マナー	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	**	**	n.s.	**
献立の組合せ												
行事食	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	**	n.s.	**	**
季節感	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	**	n.s.	n.s.	**
副菜料理あり	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	**	n.s.	**	**
主菜料理あり	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**
3品以上あり	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	**
主食・主菜・副菜の そろった食事	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	**
加熱した野菜料理あり	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	**
和風料理あり	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	**
食事の作り方												
塩分・糖分の摂り過ぎ に配慮した食事	**	**	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	**
手作り料理あり	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
新鮮材料を使った食事	**	**	**	n.s.	**	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.
添加物に注意した食事	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	**	**	n.s.	**	n.s.
生活との関連												
経済的	n.s.	**	**	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	n.s.
時間や労力にむだのな い食事	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	**	n.s.	n.s.	n.s.
料理好きの程度												
本人の料理好き	**	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	n.s.	n.s.	**	**
主たる食事担当者の料 理好き	n.s.	**	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	**	n.s.	**	n.s.	**

または：各性格特性の大，中，小傾向の3グループ間においていずれかで $p<0.01$ ，n.s.：各性格特性の大，中，小傾向の3グループ間においていずれも有意差なし。*：食事健全さが大ほどその性格特性が小である場合，**：食事健全さが大ほどその性格特性が大である場合。

これらから，子ども期の食事に対する健全さ（総和）では，12 性格特性のうち 8 特性においてその傾向の強いグループとそうでないグループの間に統計的有意差がみられることが示された。「抑うつ性」「回帰性傾

向」「劣等感の強いこと」「協調的でないこと」では，大傾向グループと中・小傾向グループの間に，総合的食事健全さが大であるほどその性格特性は小である負の相関がみられた。これに対して，「一般的活動性」

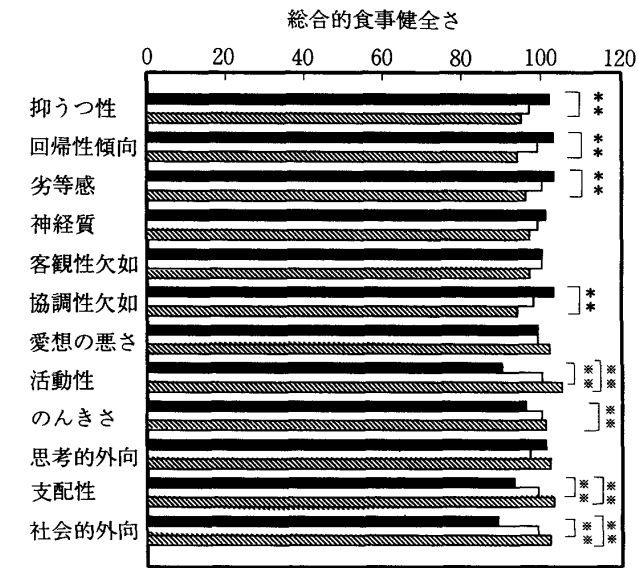


図6. 子ども期の食事と12性格特性との関係

■, 小傾向; □, 中傾向; ▨, 大傾向. 横軸の「総合的食事健全さ」は24調査項目の評定平均値の総和である. ** $p < 0.01$, 総合的食事健全さが大ほど性格特性が小である場合, *** $p < 0.001$, 総合的食事健全さが大ほど性格特性が大である場合.

「のんきさ」「支配性」「社会的外向」では、大傾向グループと中・小傾向グループの間に、総合的食事健全さが大であるほどその性格特性は大である正の相関がみられた。つまり、子ども期に健全な食事状況にあった者は、そうでなかった者に比べ、よりよい性格形成がなされていることが推測され、積極的に心理的にも安定した性格の特徴をもつようになることが明らかとなった。このことは、子ども期に健全な食事体験を得て成長した者はのちの性格特性にも好影響が表れるとする仮説を支持するものである。食事や食生活と性格との関係については、食事中におけるコミュニケーションの成立が子どもの人格形成や精神面の発達に極めて重要であるという考え (Brazelton 1993) や食生活の満足度に影響を及ぼす要因の一つに性格特性が挙げられるという報告 (足立 1990) があり、本報告で示された子ども期の積極的な食事行動がその後の性格特性に好ましい影響を及ぼすのではないかという結果とともに大変興味深い。

4. 結 論

年齢18～20歳の大学生女子(93名)を被検者として、「子ども期(6～11歳)の食事想起調査」、全口腔・上昇系列法による「味覚閾値検査」「Y-G性格検査」

を行い、以下の結果を得た。

(1) 子ども期の被検者家庭における食事担当者は、味(おいしさ)、栄養バランス等を配慮しながら食事作りをした。食事担当者が作った出現頻度の高い献立はハンバーグ、カレーライス、煮物、シチュー、すし、肉じゃが等であった。出現頻度の高い間食はスナック菓子、ケーキ類、菓子パン、アイスクリーム類、プリン・ゼリー類等であった。

(2) 子ども期の被検者のうち半数以上は、家族と共に会話をしながら、楽しく、ゆっくり落ち着いて食事をとっており、手作り料理のある食卓であった。

(3) 被検者の味覚閾値は、それぞれショ糖水溶液(甘味)0.1～0.6%、クエン酸水溶液(酸味)0.01～0.04%、塩化ナトリウム水溶液(塩味)0.02～0.06%、塩酸キニーネ水溶液(苦味) $1.0 \times 10^{-3} \sim 1.0 \times 10^{-4}$ %, グルタミン酸ナトリウム水溶液(うま味)0.005～0.030%であった。

(4) 子ども期における食事の健全さとその後の味覚閾値の間には、いずれの閾値においても有意差は認められなかった。

(5) 子ども期における食事の健全さ(総和)とその後の性格特性との間には、12性格特性のうち8特性において有意差が認められた。

(6) 子ども期に健全な食事状況にあった者は、そうでなかった者に比べ、その後の味覚感度にはほとんど差異はみられなかったが、情緒の安定性、活動性、主導性等の性格形成には好影響を及ぼしていることが示された。

以上、緒論に述べた仮説、子ども期の食事とその後の味覚感受性ならびに性格特性の関連性について検証したところ、子ども期における食事のあり方は、その後の味覚感受性には必ずしも影響を及ぼすとは限らないが、性格形成にはなんらかの関わり合いをもつことが確かめられた。本研究では「子ども期の食事想起調査」を同一家庭環境に育った姉妹30組にも実施し、想起調査データの客観性を確認した。さらに今後は、現在子ども期にある子どもを被検者として食事行動の観察、味覚閾値検査ならびに性格特性検査を実施し、同一被検者群を追跡的に検討して分析することも必要であろう。

本研究にご協力いただいた小川節子氏に感謝の意を表します。

子ども期の食事がその後の味覚感受性や性格特性に及ぼす影響

引用文献

- 足立己幸, 秋山房雄 (1987) 『食生活論』, 医歯薬出版, 東京, 61
- 足立蓉子 (1990) 女子学生の食生活満足度に及ぼす要因, 家政誌, **41**, 303-311
- Brazelton, B.T. (1993) Why Children and Parents Must Play While They Eat, *J. Am. Diet. Assoc.*, **12**, 1385-1387
- Drewnowski, A., Halmi, A.K., Pierce, B., Gibbs, J., and Smith, G.P. (1987) Taste and Eating Disorders, *Am. J. Clin. Nutr.*, **46**, 442-450
- 藤江 奏, 猪野郁子 (1980) 食生活態度が性格形成に及ぼす影響 (第1報), 家政誌, **31**, 574-580
- 藤沢良知 (1989) 『子どものヘルシー食事学』, 第一出版, 東京, 73
- 伊藤至乃, 天野幸子, 殿塚婦美子 (1993) 食生活における母子のかかわりについての研究, 栄養誌, **51**, 39-52
- 木村友子, 加賀谷みえ子, 福谷洋子 (1992) 女子大学生とその母親の生活活動並びに食生活状況の実態調査, 栄養誌, **50**, 325-336
- 厚生省保健医療局健康増進栄養課 (1995) 『平成7年度版国民栄養の現状』, 第一出版, 東京, 162
- 永沢幸七, 阪井礼子, 松沢三恵 (1976) 食品嗜好と性格, 教育心理, **24**, 354-357
- 岡本洋子, 田口田鶴子 (1996) 小学生の食味嗜好傾向および味覚閾値, 家政誌, **47**, 161-168
- 岡本洋子, 田口田鶴子, 須見洋行 (1994) 嗜好と味覚, 食生活研究, **15**, 44-53
- 岡崎光子, 八木裕子 (1989) 子どもの間食摂取と歯科衛生との関連, 栄養誌, **47**, 77-84
- 島田淳子, 村元順子, 浜田陽子, 長尾慶子, 畑江敬子 (1991) アンケートによる食生活の実態調査 (第1報), 調理科学, **24**, 310-316
- 下坂智恵, 下村道子, 近藤四郎 (1994) 青年女子の食意識と家事行動に関する研究, 家政誌, **45**, 1103-1114
- 田口田鶴子, 岡本洋子 (1990) 老年期の人々の甘・酸・塩味に対する嗜好傾向と味覚閾値, 家政誌, **41**, 509-516
- 田口田鶴子, 岡本洋子 (1993) 幼児の食味嗜好性および味覚閾値, 家政誌, **44**, 115-121
- 辻岡美延 (1982) 『新性格検査法』, 日本心理テスト研究所, 東京, 21
- 若林克己 (1984) 『実験データの整理』, 培風館, 東京, 44
- 渡部由美, 垣本 充 (1982) 女子児童の味覚と性格に関する研究, 家政誌, **33**, 346-350