

## Relationship between friendship and dietary life conditions

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2009-02-06 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 鈴木, ゆかり, 氏家, 靖浩, 村上, 亜由美, 細田, 憲一, 熊谷, 高幸, SUZUKI, Yukari, UJIE, Yasuhiro, MURAKAMI, Ayumi, HOSODA, Ken-ichi, KUMAGAI, Takayuki メールアドレス: 所属:
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10098/1894">http://hdl.handle.net/10098/1894</a>

# 友人関係と食事状況との関連性

## Relationship between friendship and dietary life conditions

鈴木ゆかり<sup>1</sup> 氏家靖浩<sup>2</sup> 村上亜由美<sup>3</sup> 細田憲一<sup>3</sup> 熊谷高幸<sup>3</sup>

Yukari Suzuki Yasuhiro Ujiiie Ayumi Murakami Ken-ichi Hosoda Takayuki Kumagai

<sup>1</sup>福井大学大学院生 <sup>2</sup>東北文化学園大学 <sup>3</sup>福井大学

### I. 序及び目的

近年、家族の食卓の状況が、変化してきている。子どもたちは、日常の食卓で家族のメンバーとのきわめて具体的なやりとりの中から、ものの考え方、価値判断、ものごとへの対処のしかた、態度など、人として生きていく技術の基本を身につけていく。しかし、外見は普通家庭であるのに、コミュニケーションの内容が貧しくて心にひずみをもたらす家族の状況をもつ家庭が少なくない(室田 1996)。

また、メディアで「いじめ」の問題が報道されている。鈴木(2003)の行った調査によると、食生活の一番悪いグループのいじめ率は男子で40%、女子では17%、他のグループと比べると際だって多くなっている。食生活の内容が悪くなると、心が不安定になる。それがいじめに結びつき、いじめるという行為によって、「うっぶん晴らし」をやっているのではないと思われる。そして、いじめられることによって自殺をする子どももいる。川崎(2001)は、心安らぐ食卓で家族と頻度高く食事をする事で家族との統合感が強められ「自殺念慮」が抑制されていると指摘している。

平成17年に食育基本法が成立し、食教育の重要性が叫ばれている。核家族化や、女性の社会進出で、家庭環境は変わり、食事のとり方、食事の質などが大きく変化してきている現在、食生活の現状を調査し、見直す必要がでてきた。

本研究では、児童・生徒の食生活、特に食事状況における児童・生徒の友人関係のあり方に及ぼす影響について検討する。

## II. 定義

### 1. 食事の状況

本研究では、家庭と学校での食事の状況について以下の観点で検討した。

(1) 食物の好き嫌いの程度 (2) 共食状況 (3) 食卓の雰囲気 (4) 食事中の会話の程度

### 2. 友人関係

中澤(2000)によると、対人関係のうち、年齢が近く興味・関心をともにする者との関係を仲間関係(peer relation)とよぶ。また仲間関係のなかでも、とくに特定の人物との、好感をもちお互いを心理的に支え合う親密な関係を友人関係(friendship)とよぶ。本研究では、調査対象者である小学校高学年と中学生にとって重要な関係と思われる「仲間関係・友人関係」を合わせて友人関係とした。

## III. 方法及び手続き

### 1. 調査対象者

調査をF県内の小学校、中学校1校ずつに依頼した。F市内のN小学校5年生の児童48名、6年生の児童48名、F市内のS中学校の1年生の生徒64名、2年生の生徒60名、3年の生徒74名、計294名を対象にアンケート調査を行った。回収率は96.9%、有効回答率は86.2%であった。

### 2. 調査紙の構成

学年、性別、食事の状況に関する質問と、友人関係についての質問とを組み合わせた。

なお、アンケートで、特に友人関係に関する質問に無回答が多くみられたが、質問の文章が分かりにくかったため書けなかったところや、質問内容がプライベートなことなので答えたくなかったところがあったと考えられる。したがって、検定を行う際は、無回答は欠損値として処理した。

### 3. 手続き

小学生には『小学生の生活についてのアンケート』、中学生には『日常生活に関するアンケート』という自己記入式の質問紙を用いた。共同研究者と、各学校の校長先生、教頭先生との打ち合わせを経て、担任の先生を通し、小学校は2006年11月17・20日に、中学校は2006年11月9～16日に実施した。調査するクラスの決定は各学校で行われ、我々は関与せず、また、教示もしていない。プライバシー保護のため、氏名や名簿は一切使用せず回収した。

分析には、SPSS 11.0 for windows を使用した。

## IV. 結果及び考察

20項目の質問項目を用いてクラスタ分析を行ない、大規模ファイルのクラスタ分析で3つのクラスタに分類した。その後、クラスタ分析でグループ分けされた各群が、どのような特徴を持つかを調べるため、因子分析を行った。因子の抽出には主成分分析を用いた。因子数は、固有値1以上の基準を設けた。プロマックス回転を行った結果の因子パターンをそれぞれ第1グループは表1、第1グループの因子相関行列は表2、第2グループは表3、第2グループの因子相関行列は表4、第3グループは表5、第3グループの因子相関行列は表6に示した。

表1 友人関係第1グループの因子分析

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
思うようにふるまえない	0.834	-0.001	-0.037	0.048	-0.067	0.001	0.156	-0.108	0.068
つきあいは学校の中だけ	0.667	-0.001	-0.252	-0.080	0.017	0.084	-0.005	0.420	-0.216
電話のほうが好き	0.614	0.053	0.161	0.060	-0.128	0.016	-0.403	-0.091	0.289
相談を受ける	-0.144	0.796	-0.081	0.114	-0.149	0.256	-0.023	0.207	0.080
べたべたは嫌い	0.215	0.693	0.065	0.093	0.086	-0.226	0.241	-0.290	-0.014
誰とでも友達になれる	0.048	0.539	-0.048	-0.094	0.190	-0.109	-0.383	-0.171	-0.270
わずらわしい	-0.138	0.073	0.794	-0.022	-0.088	0.015	-0.027	-0.169	-0.109
受けることをいう	0.011	0.147	-0.045	0.857	-0.145	0.018	-0.176	0.086	-0.121
気の合わない人避ける	0.185	-0.157	0.038	0.671	0.143	0.267	0.226	-0.135	-0.105
リードする	-0.151	0.089	0.069	0.530	0.225	-0.322	0.045	0.221	0.134
付き合う友達を変える	-0.071	0.060	-0.194	0.006	0.817	-0.102	0.041	0.180	0.023
狭く深いつきあい	0.027	0.026	-0.002	0.052	-0.011	0.966	-0.151	0.290	-0.007
注意する	-0.021	0.339	0.228	-0.081	0.294	0.487	-0.009	0.147	0.134
しらせせないように	0.016	0.024	-0.215	0.005	-0.090	-0.164	0.740	-0.028	0.053
けんかしないように	0.139	-0.011	0.323	-0.265	0.157	-0.038	0.552	0.245	-0.055
かばいあう	-0.012	-0.038	-0.034	0.076	0.063	0.283	0.043	0.821	-0.015
悩みをいわない	0.050	0.169	0.098	0.068	-0.681	-0.281	0.223	0.319	-0.002
別々のことをしている	0.098	-0.139	-0.019	-0.017	0.285	-0.207	-0.155	0.127	0.719
安心	-0.030	0.138	-0.851	-0.024	0.235	-0.001	0.190	-0.094	0.071
一人の方が落ち着く	-0.005	-0.108	0.194	0.157	0.199	-0.187	-0.208	0.169	-0.721

初期の分散の説明率 67.1%

表2 第1グループの因子相関行列

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	1	-0.026	0.204	-0.025	0.137	-0.120	-0.070	0.035	0.024
2	-0.026	1	0.205	-0.072	0.057	-0.206	-0.001	0.169	0.033
3	0.204	0.205	1	0.020	0.296	-0.075	-0.010	0.090	0.167
4	-0.025	-0.072	0.020	1	0.175	-0.139	0.003	-0.086	0.139
5	0.137	0.057	0.296	0.175	1	0.038	0.118	-0.016	0.062
6	-0.120	-0.206	-0.075	-0.139	0.038	1	0.270	-0.330	-0.091
7	-0.070	-0.001	-0.010	0.003	0.118	0.270	1	-0.158	-0.021
8	0.035	0.169	0.090	-0.086	-0.016	-0.330	-0.158	1	0.004
9	0.024	0.033	0.167	0.139	0.062	-0.091	-0.021	0.004	1

表3 友人関係第2グループの因子分析

	1	2	3	4	5	6	7	8
注意する	0.733	0.145	-0.210	-0.118	0.107	-0.144	-0.055	-0.267
一人の方が落ち着く	0.671	-0.008	0.326	-0.029	-0.190	0.074	-0.140	-0.127
リードする	0.659	-0.310	-0.119	0.044	0.157	0.078	0.231	0.002
受けることをいう	0.522	0.240	-0.096	0.061	-0.155	0.054	0.165	0.141
しらけさせないように	0.034	0.810	0.107	0.041	0.009	0.050	-0.103	0.199
けんかしないように	-0.040	0.638	-0.167	0.319	0.130	0.054	0.137	-0.029
かばいあう	0.054	0.419	0.132	-0.157	0.019	0.524	-0.094	0.255
付き合う友達を変える	-0.040	0.412	0.362	0.006	-0.089	0.013	0.388	-0.388
つきあいは学校の中だけ	-0.048	0.011	0.675	-0.039	0.260	-0.401	0.219	0.183
わずらわしい	0.002	-0.276	0.622	0.252	0.044	0.338	-0.026	0.026
思うようにふるまえない	-0.017	0.251	-0.131	0.833	0.021	0.035	-0.233	0.062
別々のことをしている	0.263	0.058	0.185	0.700	-0.110	-0.299	-0.095	0.040
電話のほうが好き	-0.238	-0.037	-0.093	0.595	-0.026	0.144	0.178	-0.162
相談受ける	0.054	-0.140	-0.699	0.156	-0.033	-0.081	0.053	0.155
狭く深いつきあい	-0.010	-0.097	0.128	-0.062	0.795	-0.013	-0.104	-0.075
気の合わない人避ける	-0.066	0.210	0.109	0.013	0.715	-0.057	-0.230	-0.134
安心	0.196	0.163	-0.029	0.023	0.406	0.264	0.246	0.135
誰とでも友達になれる	0.077	-0.020	0.041	-0.149	-0.193	-0.004	0.911	0.113
悩みをいわない	-0.149	0.180	-0.045	-0.008	-0.127	-0.135	0.118	0.914
べたべたは嫌い	0.004	-0.024	0.027	-0.023	0.032	-0.867	-0.025	0.187

初期の分散の説明率 64.3%

表4 第2グループの因子相関行列

	1	2	3	4	5	6	7	8
1	1	0.116	0.068	0.080	0.030	-0.022	-0.037	0.165
2	0.116	1	0.035	-0.090	0.003	0.023	0.157	-0.053
3	0.068	0.035	1	0.140	-0.039	-0.006	0.041	-0.009
4	0.080	-0.090	0.140	1	-0.058	0.140	0.243	0.076
5	0.030	0.003	-0.039	-0.058	1	0.157	0.078	-0.005
6	-0.022	0.023	-0.006	0.140	0.157	1	0.084	0.209
7	-0.037	0.157	0.041	0.243	0.078	0.084	1	0.007
8	0.165	-0.053	-0.009	0.076	-0.005	0.209	0.007	1

第1グループでは、第4因子の「受けることを言う」、第6因子の「狭く深いつきあいをする」、第8因子の「かばいあう」などに対して負荷量が高く、内面的な友人関係を求める「友人思い」の因子をもつグループとした。

第2グループでは、第2因子の「しらけさせないようにしている」、第7因子の「誰とでも友達になれる」、第8因子の「悩みをいわない」などに対して負荷量が高く、人からの評価などに気をつかう「気づかい」の因子をもつグループとした。

第3グループでは、第1因子の「けんかしないようにする」、第3因子の「友だちといっても別々のことをしている」、第7因子の「相談を受ける」などに対して負荷量が高く、互いに傷つかないう表面的な友人関係を求める「防衛」の因子をもつグループとした。

表5 友人関係第3グループの因子分析

	1	2	3	4	5	6	7	8
けんかしないように	0.873	0.023	-0.032	0.153	-0.182	-0.076	-0.146	-0.085
しらせせないように	0.514	-0.133	0.230	0.150	0.323	0.335	0.120	0.140
誰とでも友達になれる	0.504	0.143	-0.002	0.683	-0.178	0.053	-0.068	-0.015
かばいあう	0.351	0.132	-0.574	-0.105	0.236	0.193	0.187	-0.239
注意する	0.339	0.326	-0.150	-0.048	0.065	-0.476	0.070	0.273
気の合わない人避ける	0.327	-0.170	-0.101	-0.293	0.029	-0.201	-0.194	-0.524
電話のほうが好き	0.322	0.024	0.272	-0.097	-0.533	0.247	0.062	-0.110
リードする	0.002	0.715	-0.119	0.299	0.070	-0.011	-0.173	0.017
悩みをいわない	0.118	0.705	0.168	0.162	0.010	-0.043	0.109	-0.155
一人の方が落ち着く	-0.185	0.624	0.159	-0.250	-0.088	0.184	0.071	-0.032
別々のことをしている	-0.074	0.132	0.775	0.236	0.020	-0.145	0.094	-0.113
つきあいは学校の中だけ	0.254	0.069	0.681	-0.144	0.231	-0.189	-0.171	0.102
受けることをいう	0.043	0.126	0.176	0.841	0.030	-0.016	0.011	-0.042
狭く深いつきあい	-0.126	0.140	0.104	-0.188	0.806	0.038	0.041	0.046
安心	0.036	-0.270	0.061	0.212	0.594	-0.008	0.020	-0.096
付き合う友達を変える	-0.104	-0.022	-0.286	0.250	0.046	0.705	-0.119	0.042
相談受ける	-0.216	0.085	-0.008	-0.041	0.101	-0.119	0.968	-0.121
わずらわしい	0.223	-0.245	-0.139	0.053	-0.248	-0.151	0.514	0.212
思うようにふるまえない	-0.011	-0.181	-0.024	-0.124	0.035	0.057	-0.119	0.850
べたべたは嫌い	-0.121	-0.150	0.195	0.231	0.049	-0.726	0.075	-0.152

初期の分散の説明率 62.9%

表6 第3グループの因子相関行列

	1	2	3	4	5	6	7	8
1	1	-0.091	-0.020	-0.153	0.130	0.125	0.227	0.137
2	-0.091	1	-0.037	-0.153	-0.139	-0.076	0.018	0.073
3	-0.020	-0.037	1	-0.204	-0.089	0.189	0.019	0.083
4	-0.153	-0.153	-0.204	1	0.163	-0.045	-0.017	0.010
5	0.130	-0.139	-0.089	0.163	1	-0.023	-0.109	-0.095
6	0.125	-0.076	0.189	-0.045	-0.023	1	0.288	-0.073
7	0.227	0.018	0.019	-0.017	-0.109	0.288	1	0.111
8	0.137	0.073	0.083	0.010	-0.095	-0.073	0.111	1

以下、児童・生徒の食生活と児童・生徒の人間関係のあり方について検討した。

## 1. 友人関係と性別

図1は、友人関係と性別の割合を集計したものである。

これらから、「防衛」、「友人思い」は男性が多く、「気づかい」には女性が多いことがわかる。この結果を踏まえ、 $\chi^2$ 検定を行なった結果、人数の偏りは有意であった ( $\chi^2(2)=17.4$   $p<.01$ )。

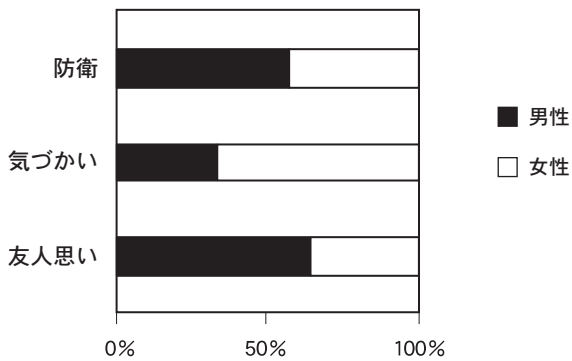


図1 友人関係と性別の割合

落合ら (1996) は、友だちとのつきあい方の男女別の特徴を検討し、友だちとのつきあいには性差があることを明らかにした。また、長沼ら (1998) は、青年期の男子は、同性の友達とは親密というより内面を隠した分離したつきあい、いわば防衛的なつきあい方をしてしていると述べている。本研究では、これらの先行研究と整合していることがわかった。

## 2. 友人関係と食物の好き嫌いの程度

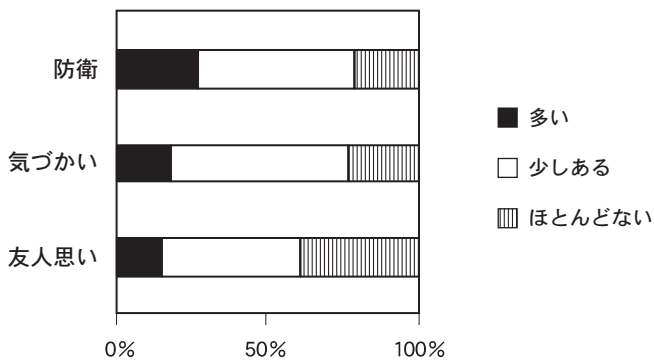


図2 友人関係と好き嫌いの割合

図2は、友人関係と食物の好き嫌いの程度の割合を集計したものである。

これらから、「防衛」に好き嫌いが多くと答えている子どもが多く、「友人思い」に好き嫌いがほとんどないと答えている子どもが多いことがわかる。この結果を踏まえ、 $\chi^2$ 検定を行なった結果、人数の偏りは有意であった( $\chi^2(4) = 10.0$   $p < .05$ )。

こういった背景には、食事の際、家族でコミュニケーションがとれていることが多い。安藤 (2003) も、いろいろな刺激が快・不快の情緒につながり、種々の連想が食事とからんで食欲や好みに影響してくることがある、楽しい食事体験としての蓄積が大切である、と述べている。食事時の会話などで、食べるように教育したり、嫌いなものを把握し食事には出さないようにしたり、快の情緒を家族で共有したりしていると考えられる。

さらに、好き嫌いと共食状況、好き嫌いと食事時の会話の頻度、好き嫌いと食事の雰囲気(朝、夜)で $\chi^2$ 検定を行ったところ、人数の偏りに有意差はなかった(共食状況(平日朝)  $\chi^2(6) = 2.29$ 、会話の頻度  $\chi^2(4) = 1.44$ 、雰囲気(朝)  $\chi^2(4) = 3.76$ 、雰囲気(夜)  $\chi^2(4) = 5.03$ )。よって好き嫌いの差には、共食状況や食事時の会話、食事の雰囲気とは別の要因が考えられる。

### 3. 友人関係と平日朝の共食状況

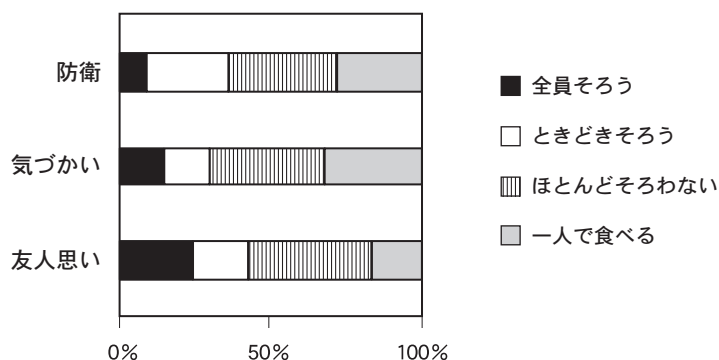


図3 友人関係と平日朝の共食状況の割合

図3は、友人関係と平日朝の共食状況の割合を集計したものである。

これらから、全員そろう割合は「防衛」が少なく、「友人思い」が多いことがわかる。また、一人で食べる割合は「気づかい」が多く、「友人思い」が少ないことがわかる。この結果を踏まえ、 $\chi^2$ 検定を行なっ

た結果、人数の偏りは有意であった ( $\chi^2(6)=13.9$   $p<.05$ )。

室田(2007)は、家族で囲む食卓はまさに最小の中核的な人間関係の場である、この最小の人間関係の場で、よくも悪しくも人はそれぞれの対人関係の技術や感情の取め方、判断の基準、価値観を整え、強化させていく、と述べている。家族そろって食事をするにより、家族とのコミュニケーションがとれ、人間関係を円滑に進めることができると考えられる。反対に、一人で食べることが、家族とのコミュニケーション不足につながり、友人との関係もうまく結ばなくなるのではないかと考えられる。

### 4. 友人関係と朝食の雰囲気

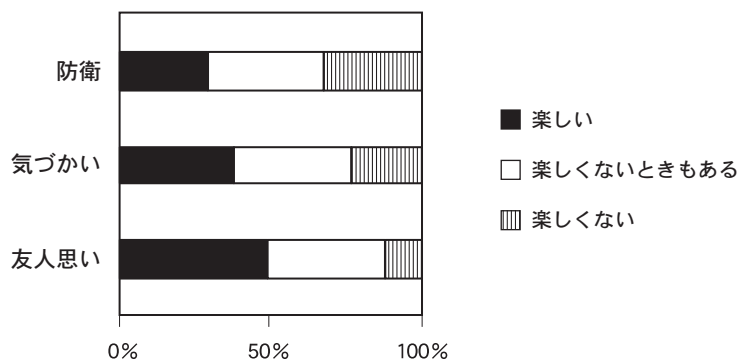


図4 友人関係と朝食の雰囲気との割合

図4は、友人関係と朝食の雰囲気の割合を集計したものである。

これらから、「防衛」が少なく、「気づかい」「友人思い」の順に朝食が楽しいと答えている割合が多くなっていき、楽しくないと答えている割合が少なくなっている。



この結果を踏まえ、 $\chi^2$ 検定を行なった結果、人数の偏りは有意であった ( $\chi^2(4)=11.2$   $p<.05$ )。

この結果と、前述の「3. 友人関係と平日朝の共食状況」から、朝食の雰囲気には、共食状況が関係していると思われる。よって、朝食の雰囲気と平日朝の共食状況、朝の会話頻度をそれぞれ検討した。

#### ①朝食の雰囲気と平日朝の共食状況、食事中の会話の程度

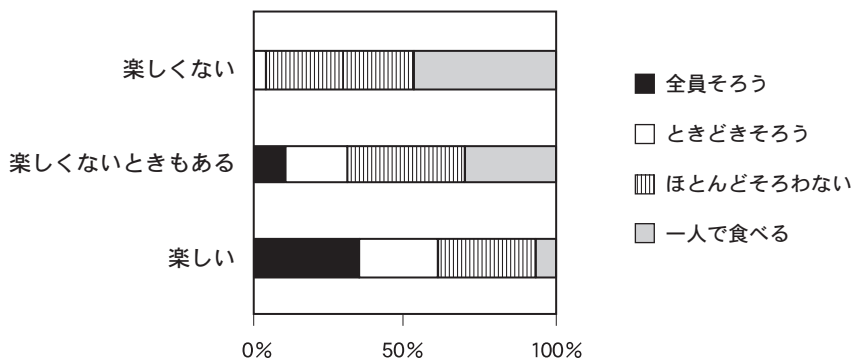


図5 朝食の雰囲気と平日朝の共食状況の割合

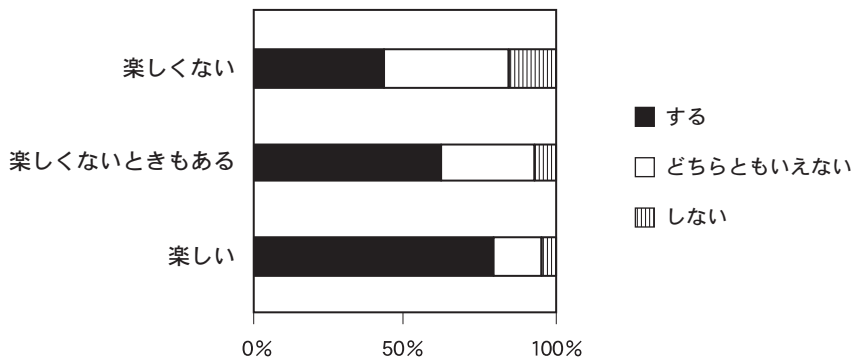


図6 朝食の雰囲気と食事中の会話の程度の割合

図5は、朝食の雰囲気と平日朝の共食状況の割合を、図6は、朝食の雰囲気と食事中の会話の程度の割合を集計したものである。

これらから、朝食が楽しいと答えている子どもほど共食の割合が高くなっている。楽しくない

と答えている子どもの中で、全員そろろうと答えた子どもは一人もいなかった。この結果を踏まえ、 $\chi^2$ 検定を行なった結果、人数の偏りは有意であった ( $\chi^2(6)=41.5$   $p<.01$ )。

以上より、食事の際、家族がそろっている方が、会話をし、食事は楽しいと感じることがわかった。また、楽しいと思っているほど、友人関係は気をつかわず、表面的でないことがわかった。足立(2000)によると、「朝食を誰と食べている時が一番楽しいか」という質問に対し、半数以上の子どもが「家族全員」と答えている。これは、食事が楽しいと思っている背景に、家族と一緒にご飯を食べ、コミュニケーションをとっているからではないかと思われる。

## 5. 友人関係と昼食の雰囲気

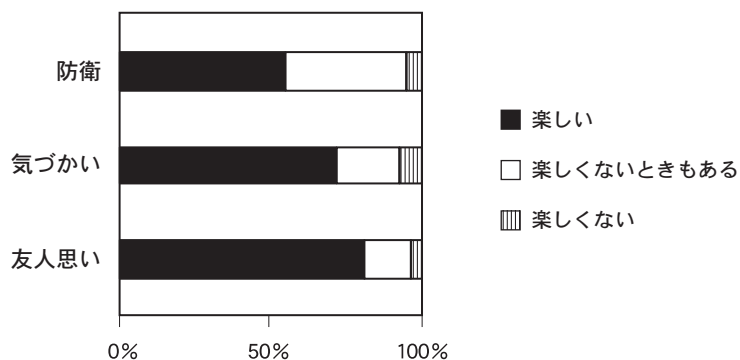


図7 友人関係と昼食の雰囲気との割合

図7は、友人関係と昼食の雰囲気の割合を集計したものである。

これらから、「気づかい」が楽しいと答えている割合が少ないことがわかる。この結果を踏まえ、 $\chi^2$ 検定を行なった結果、人数の偏りは有意であった ( $\chi^2(4)=15.2$   $p<.01$ )。

多くの子どもが給食をイメージしたと思われる。そのため、「気づかい」が、友人との関係に気をつけているため、楽しくないと答えたと考えられる。また、この結果から、前述の「4. 友人関係と朝食の雰囲気」から、人(友人)に気をつけている子どもは、食事のときに楽しくないと答えている子どもが多いことがわかった。

## 6. まとめ

以上から、子どもの友人関係には、食事の状況が関連していることがわかった。特に、共食状況が子どもに影響を与えていると考えられる。また、「防衛」のグループの子どもが、検討したすべての食事状況について好ましくないことがわかった。島本(2003)は、食べるという基本的生命活動が子どもの人格形成に大きな影響力を持っているということを考えれば、家族が食卓を

囲む文化をもっと大切にしていける必要がある、と述べている。しかし、働く女性も増え(総務省)、さまざまな家庭環境もある中で、食事を作る人にばかり負担がかかってしまうことは問題である。大野(2007)は、子どもの体を思わない、子どもの将来を思わない親などいない、だからこそ、「よい・悪い」だけで子どもの食事を語ってはいけない、と述べている。子どもと大人がそろい、会話を楽しむ中で、子どもが自然とさまざまなことを学んでいく。食事がすべてではないが、子どもが楽しいと思える食事が、子どもを育て、よい友人関係をつくるきっかけとなるのではないかとと思われる。

本研究では、食について、食事の状況のみにしぼって検討した。今後は、食事内容、量などの細かい実態把握も必要なのではないかと思われる。また、学校での食事と家庭での食事を厳密に分けて調査する必要があると考えられ、今後の課題としたい。

## V. 要旨

本研究では、児童・生徒の食生活、特に食事状況における児童・生徒の友人関係のあり方に及ぼす影響について検討した。家庭と学校での食事の状況については以下の観点で検討した。

- (1) 食物の好き嫌いの程度
- (2) 共食状況
- (3) 食卓の雰囲気
- (4) 食事中的会話の程度

調査は、F県内の小学校高学年の児童96名、中学校の生徒198名、計294名を対象にアンケート調査を行った。得られた結果についてクラスタ分析を行い、3つのクラスタに分類した。その後、3つのグループが、どのような特徴を持つかを調べるため、因子分析を行なった。分析の結果、第1グループは「友人思い」、第2グループは「気づかい」、第3グループは「防衛」の因子をもつグループとした。

児童・生徒の食生活と児童・生徒の人間関係のあり方について検討したところ、子どもの友人関係には、食事の状況が関連していることがわかった。特に、共食状況が子どもに影響を与えていると考えられる。また、「防衛」のグループの子どもが、検討したすべての食事状況について好ましくないことがわかった。

## VI. 謝辞

アンケートに答えてくださった小学生、中学生の皆さんのご協力のおかげで本研究を完遂することが出来ました。また、中学校訪問にあたり、ご協力してくださった中学校の先生方、大変感謝しております。

## Ⅵ. 引用文献

- ・足立己幸 2000 『知っていますか子供たちの食卓』 日本放送出版協会
- ・安藤節子 2003 「偏食とは」 食べもの文化編集部編 『子どもの偏食・野菜嫌い』 芽ばえ社
- ・大野太輔 2007 「どうして「好きなものだけ」食べたいの？」 田中葉子・鈴木正成・村田光範・福岡秀興・室田洋子・NHK「好きなものだけ食べたい」取材班 『それでも「好きなものだけ」食べさせますか?』 日本放送出版協会
- ・小川雄二 2003 「味覚と嗜好・食欲の発達」 食べもの文化編集部編 『子どもの偏食・野菜嫌い』 芽ばえ社
- ・落合良行・佐藤有耕 1996 『青年期における友達とのつきあい方の発達的变化』 教育心理学研究 Vol.44 No.1 pp.55-65 日本教育心理学会
- ・川崎末美 2001 『食事の質、共食頻度、および食卓の雰囲気が中学生の心の健康に及ぼす影響』 日本家政学会誌 Vol.52 No.10 pp.923-935
- ・島本一男 2003 「子どもの意欲を育てる楽しい食体験」 食べもの文化編集部編 『子どもの偏食・野菜嫌い』 芽ばえ社
- ・鈴木雅子 2003 『子どもを変える食事学 賢い脳と健やかな心を育てるために』 家の光協会
- ・総務省 統計局 『労働力調査』 <http://www.stat.go.jp/data/roudou/longtime/03roudou.htm>
- ・中澤潤 2000 「仲間関係」 堀野緑 濱口佳和 宮下一博編 『子どものパーソナリティと社会性の発達』 北大路書房
- ・長沼恭子・落合良行 1998 『同性の友達とのつきあい方からみた青年期の友人関係』 青年心理学研究 No.10 pp.35-47 日本青年心理学会
- ・室田洋子 1996 「食卓にあらわれた子どもの心」 財団法人生活協総合研究所編 『みんなで作るたのしい子どもの食生活』 合同出版株式会社
- ・室田洋子 2007 「会話の乏しい子どもの食卓」 田中葉子・鈴木正成・村田光範・福岡秀興・室田洋子・NHK「好きなものだけ食べたい」取材班 『それでも「好きなものだけ」食べさせますか?』 日本放送出版協会