

短大生の箸使いの実態について

—7年前の学生との比較—

A Study on Ways of Holding Chopsticks of Junior College Students

-Comparison with the students seven years ago-

岡 本 己恵子

1. 緒言

日本人は古来より箸を使って食事をしてきた民族である。箸は「つかむ」「挟む」「摘む」「切る」「裂く」「はがす」「押さえる」「運ぶ」など多彩な動作が可能で、日本人は箸という2本の棒で食物を器用に口に運ぶという箸使いの文化を受け継いできた。かつては箸に関する所作も小さい頃から多くの場合、家庭内で躰けられてきた。

しかし、近年は食事の形態や内容が多様化し、フォークやスプーンで済まされる食事もあり、箸の登場する食事の割合が少しずつ減少しているのではないと思われる。それとともに箸の所作に関する躰の機会も減少してきているのであろうか、箸の持ち方の乱れが指摘されるようになり、筆者の担当している調理実習の授業でも、変わった持ち方をする学生や食物を上手に運べない学生が目につくようになった。

そこで、7年前（2006年）に本学の短大生のうち調理実習を選択している学生を対象に、箸への関心度や箸の持ち方、一定の時間内に箸で運べる大豆の個数などについて調べた¹⁾。伝統的な箸の持ち方をしている学生は47.5%であり、30秒間に運べる大豆の個数は塗箸では 14.3 ± 4.0 、竹箸では 15.1 ± 3.0 で、箸の持ち方や種類と大豆を運ぶ能力との間に関連性は認められなかった。

今回、7年前と同様のアンケート調査および大豆を運ぶ能力の測定を行ない、前回の結果（'06年生）と比較して現在の学生（'13年生）の箸使いの実態を明らかにするとともに、今後の食育指導の一助とすることを目的として本研究を行なった。

2. 方法

- (1) 調査対象： 本学生生活実践科学科・調理実習受講者1年生56名（全員女性）
- (2) 調査時期： 2013年4月
- (3) 調査内容

学生に同意を得てアンケート調査を行った。

- ①質問紙によるアンケート調査

前回と同様の調査項目について調べた。なお、箸の長さについては6種類の箸の見本を用意し、実際に手にとって判断させた。箸の持ち方については図を配布し、自分の持ち方に最も近い番号を記入させた。学生が判断しにくい場合には筆者の目で見て判断した。掌の大きさについてはメジャーを使用して学生自身が測定した。

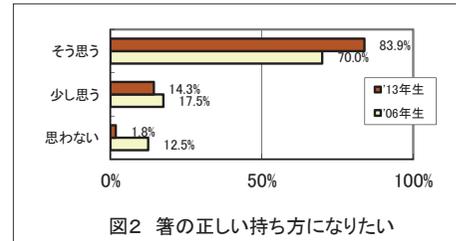
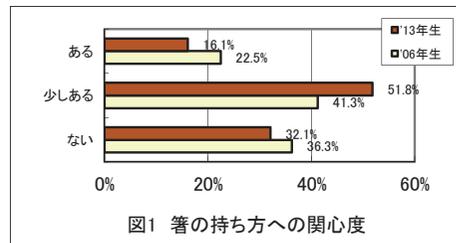
②大豆を運ぶ能力の測定

直径12.5cmの小皿2枚を中心距離が16cmになるように離して並べ、手前から小皿の中心までも16cmになるように設置した。運ぶ大豆は30個を用意し、初めに左の皿から右の皿へ、2回目は右の皿から左の皿へ、30秒間で運んだ大豆の個数を測定した。なお、用いた箸の種類は市販の一般的な塗り箸と竹箸で、長さはそれぞれ22.5 cmと22.4 cmであった。また、使用した乾燥大豆は大きさ0.8×0.9 cm、重量は平均0.4 gであった。

3. 結果および考察

(1) 箸への関心度

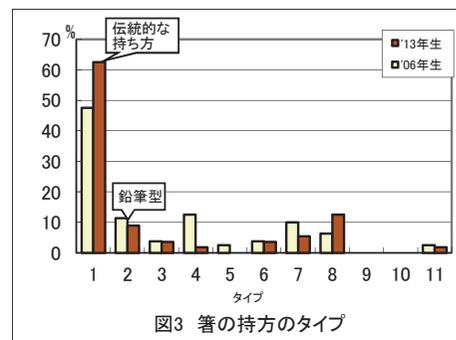
箸の持ち方への関心度は「ある」、「少しある」と答えた者が16.1%、51.8%であり、'06年度生に比べて「ある」と答えた割合が減少していた(図1)。箸の正しい持ち方になりたいかどうかでは、「そう思う」が大多数の83.9%で'06年生の70.0%より多く(図2)、正しい(伝統的な)美しい持ち方でありたいと思っている学生は多いことが分かった。



(2) 箸の持ち方について

調査対象者56名のうち、利き手については右利き52名、左利き4名であったが、箸を持つ手は右が53名、左が3名であった。

箸の持ち方のタイプを見ると、伝統的な持ち方(タイプ1)をしている者は62.5%で'06年生の47.5%よりも予想外に多かった。鉛筆型(タイプ2)は8.9%、親指が遊んでいて中指と薬指で挟む型(タイプ8)は12.5%で比較的多かった(図3)。



小さい頃箸の持ち方を誰に教わったか、では親が圧倒的に多く71.4%で'06年生と同様の結果であった(図4)。箸の持ち方がおかしいと言われたことがあるかどうか、では「あ

る」と答えた者が64.3%で'06年生とほぼ同じような割合であった(図5)。誰におかしいと言われたかについては、母親が最も多く61.1%で'06年生と同様の結果であったが、次に多かったのが友達の38.9%であり、前回多かった父親(57.7%)は16.7%と低い割合であった(図6)。父親は家庭内での食事時のマナーに関してあまり口を挟まなくなったのか、あるいは子供と一緒に食事をする機会が減少してきているのであろうか。

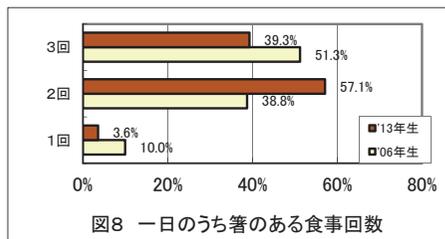
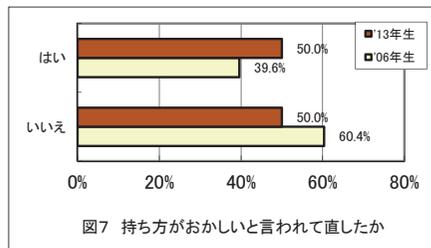
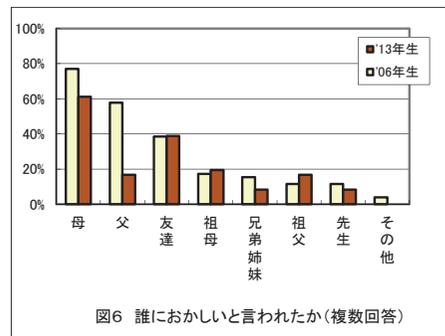
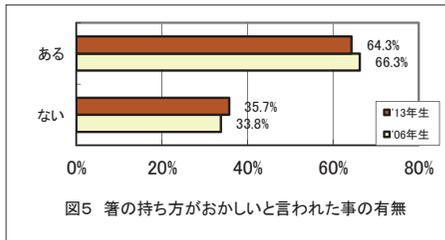
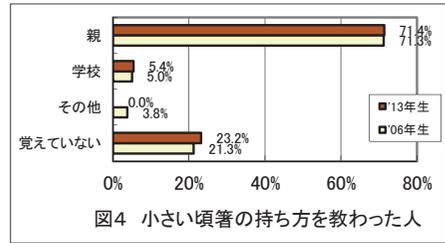
箸の持ち方や箸使いのマナーの乱れについては、箸を使う機会が減少してきたからではなく、教える人がいない、間違いを直そうとしないから、という指摘がある²⁾。今回の調査では、持ち方がおかしいと言われて直した者の割合は50%で'06年生より多かった(図7)。

(3) 箸の使用について

一日のうち箸のある食事回数では3回が39.3%で、'06年生の51.3%より減少していた(図8)。2回が57.1%で最も多く、こうした変化は和食以外のパン食や pasta 類の食事の増加等、多様化している現代の食生活を反映しているように思われる。

自分専用の箸を使っているかどうかでは、「はい」が83.9%で'06年生とほぼ同じ割合であった(図9)。その専用の箸を選ぶのは親や祖母が52.9%、自分が37.3%、親と自分が一緒に選ぶが9.8%であった。

使いやすい箸の長さについては、掌の大きさ(手首から中指の先までの長さ)×1.1~1.2が適当とされる。向井らの調査によると、大豆を運ぶような「つまむ」操作の場合、箸の長さとの比率は1.06~1.23、豆腐を運ぶような「挟む+すいくあげる」操作の場合、箸の長さとの比率は1.01~1.18であるといい、成人の食事用には箸の長さは17~21cmくらいが使い勝手がよいとし



ている³⁾。今回、学生の掌の大きさを測定した結果は、16.1~17cmが最も多く（図10）'13年生の平均値は16.67cmであったので、使いやすい長さは1.2倍で計算すると約20cmになる。

'13年生が実際に使用している箸で最も多かったのは21.0 cm（26.6%）、次に多かったのが22.5 cm（25.0%）であった、また、23.0 cmを使っている者も17.8%であり、'06年生に比べて長い箸を使用している者が多かった（図11）。使っている箸の長さの平均値を算出すると表1のようになり、'13年生では約21.5cm、'06年生では20.9cmであり、使いやすいとされる1.2倍よりも長い箸を使っていることになる。なお、使いやすい箸の長さの算出法には他に秋岡氏による「身尺度」の一咫^{あた}を基準にしてその1.5倍がよいとする方法もある^{3,4)}。

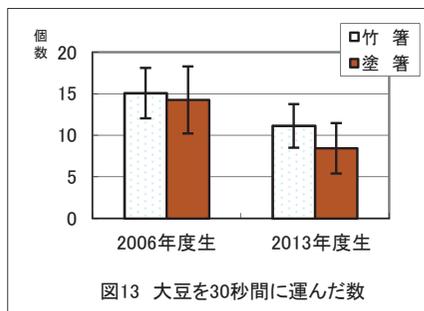
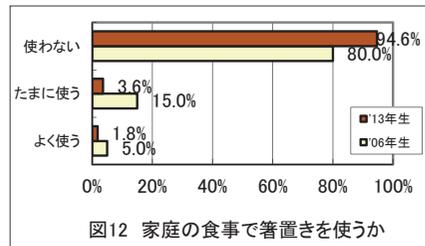
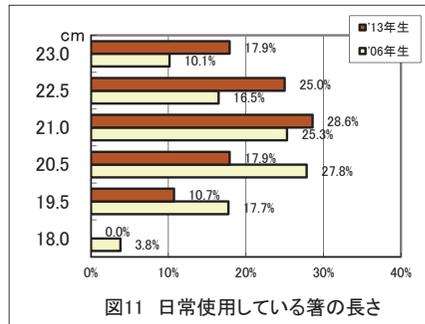
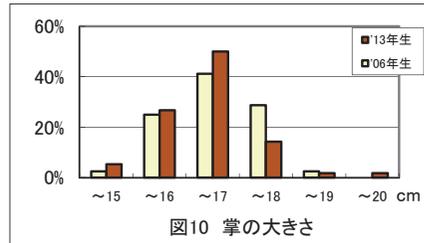
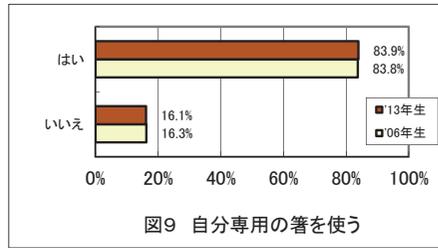
箸置きの使用については「使わない」は94.6%で'06年生よりさらに増加し、使う者は前回の'06年生よりさらに減少していた（図12）が皆無ではなかった。これも食生活の変化を反映しているように思われる。

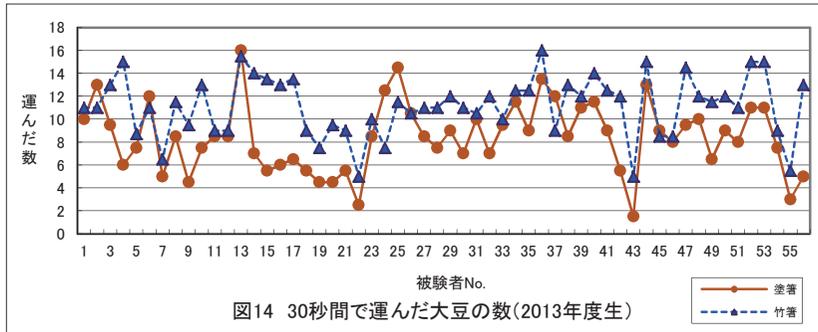
表1 掌の大きさと実際に使っている箸の長さ

	2006年度生	2013年度生
掌の大きさ(a)	16.76±0.81	16.67±0.85
使っている箸の長さ(b)	20.91±1.35	21.48±1.16
比率 b/a	1.25	1.28

（4）箸で大豆を運ぶ能力の測定

30秒間で大豆を運べる数を塗箸と竹箸を使って測定した。ただし時間の関係から、同日の測定ではなく、塗箸での測定から一週間後に竹箸での測定を行なった。運んだ個数の平均値は塗箸では8.4±3.0、竹箸では11.1±2.6であり、'06年生の塗箸14.3±4.0、竹箸15.1±3.0と比較すると運ぶ能力がかなり低下していた（図13）。被験者全員の塗箸と竹箸で運んだ数



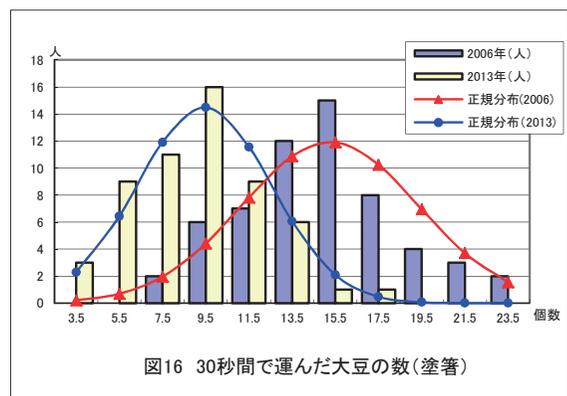
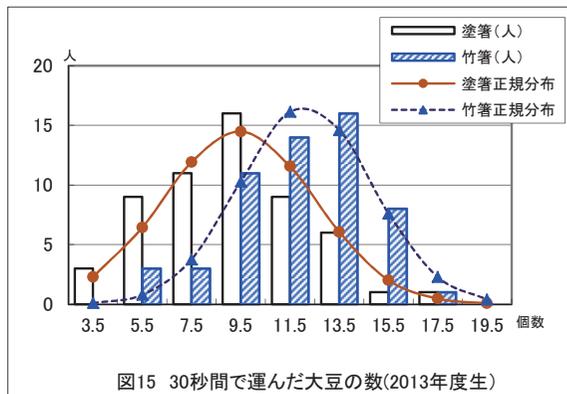


をグラフで示すと図14のようになり、全体的に竹箸の方が運んだ数は多くなっている。この差については竹箸での測定が塗箸での測定の一週間後だったことから練習効果も多少考えられたので、同日、竹箸測定後に塗箸でも測定してみたところ、1週間前の結果と大きな差はなかった。したがって、とくに練習効果の影響ではないと考えられた。

運んだ個数が著しく少なかったNo.22、No.43、No.55の被験者について箸の持ち方のタイプをみるとそれぞれ、鉛筆型、伝統型、親指が遊んでいる型、とまちまちであり、箸の持ち方と大豆を運ぶ能力との間にとくに関連性は認められなかった。

'13年生が運んだ大豆の数のヒストグラムと正規分布曲線を図15に示す。竹箸の正規分布曲線は塗箸のそれより右側にずれており、竹箸の方が滑りにくく大豆を掴みやすいのではないかと推測される。2種類の箸による差については'06年生の場合においても竹箸の方が幾分運びやすい傾向がみられたが、t検定を行なった結果5%の危険率で有意差は認められなかった。しかし、今回は明らかに竹箸の方が塗箸より運んだ数が多く、t検定の結果1%の危険率で有意差が認められ、竹箸の方が大豆を掴みやすい傾向にあることがわかった。また、竹箸、塗箸それぞれで運んだ大豆の数を'06年生と比べてみると、いずれも'13年生の方が劣っており、とくに塗箸で大きな差が認められた(図16、図17)。

箸の持ち方のタイプを横軸にと



り、大豆を運ぶ能力との関係のみると図18のようになる。これは前回の調査の結果と同じであり、塗箸でも竹箸でも箸の持ち方と運ぶ能力との間にとくに関連性は認められず、伝統的な持ち方をしている学生でも運んだ数は多いものから少ないものまで幅広く分布していた。

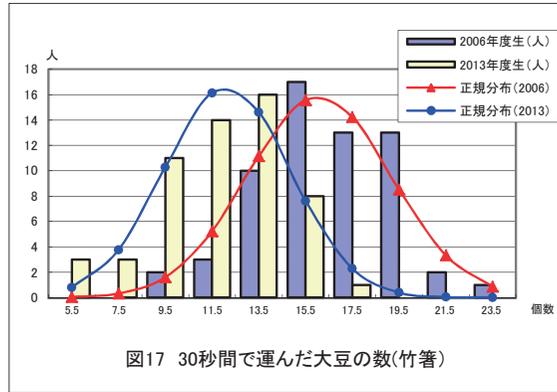


図17 30秒間で運んだ大豆の数(竹箸)

7年前の学生の箸使いと同様の調査を今回行なってみたが、食事で箸

を使う機会や豆のような摘みにくい食材が少なくなっているのであろうか、箸使いがぎこちない学生が目につくようになってきている。

調理実習の授業の中でも日本の伝統的な食文化の一つである箸使いに関心を持たせるように工夫し、学生には食事の基本的なマナーの一つとして本来の伝統的な美しい箸の持ち方や箸使いを伝えていって欲しいと思う。

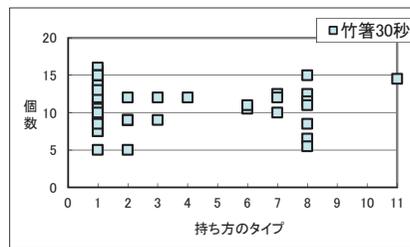
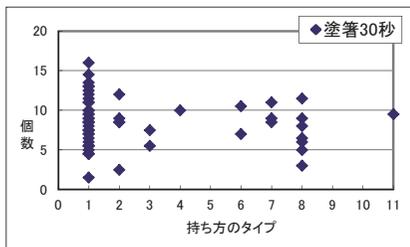


図18 箸の持ち方と運ぶ能力

4. 要約

本学の短大生を対象として、箸使いの実態を把握する目的で7年前行なった調査と同様の調査を行い、箸への関心度や箸の持ち方、一定時間に大豆を摘んで運ぶ能力等について前回の結果と比較した。

- 1) 箸への関心度は、積極的に「ある」と答えた学生は前回（7年前）より減少していたが、伝統的な美しい箸の持ち方をしたいと思っている学生は多かった（83.9%）。
- 2) 箸の持ち方については、伝統的な持ち方が62.5%であり、前回の47.5%に比べて増加していた。小さい頃箸の持ち方を教わったのは「親」からが71.4%で最も多く、前回とほぼ同様の割合であった。箸の持ち方がおかしいと言われたことのある者は64.3%で、前回と同じく母親からが最も多かった。また、おかしいと言われて直した者は50%であった。
- 3) 一日のうち箸を使う食事は2回が最も多く51.7%であり、3回は39.3%で前回（51.3%）

よりも減少していた。

- 4) 実際使っている箸の長さは21cmと22.5cmが多く、それぞれ26.6%、25%であり、前回よりも長めの箸を使用している学生が多かった。
- 5) 箸置きは「使わない」が94.6%でほとんどの学生が使っていなかった。
- 6) 30秒間で大豆を運んだ個数は、塗箸で 8.4 ± 3.0 、竹箸で 11.1 ± 2.6 であり、竹箸の方が摘みやすいことが分かった。また、大豆を運ぶ能力は前回の学生より劣っていると感じられた。
- 7) 箸の持ち方と大豆を運ぶ能力との間に関連性は認められなかった。

(本研究は2013年10月、第60回日本家政学会中国・四国支部学会で発表した)

終わりに、本研究にあたり、箸の実験にご協力頂いた調理実習補佐の高尾令子さん、およびアンケート調査と実験にご協力頂いた本学生生活実践科学科の学生の方々に心より感謝いたします。

参考文献

- 1) 岡本 己恵子：短大生の箸使いの実態について、就実論叢、**38**、199-208 (2009)
- 2) 山口昌伴編集：『vesta』、**60**、(財)味の素食の文化センター、東京 (2005)
- 3) 向井由紀子、橋本慶子：『箸』、法政大学出版局、東京 (2001)
- 4) 一色八郎：『箸の文化史』、御茶の水書房、東京 (1998)