小学校１年生における正しい箸の持ち方の習得

― 持ち方指導の効果についてのアンケート調査および事前事後の観察 ―

東京学芸大学附属世田谷小学校　今　里　衣
東京学芸大学附属小金井小学校　横　山　英吏子
東京学芸大学附属竹早小学校　福　地　香代子
東京学芸大学附属大泉小学校　鳴　瀬　彰　子
東京学芸大学附属特別支援学校　鈴　木　千　夏
東京学芸大学生活科学講座　南　道　子

目　　次

要旨 …… 94
緒言 …… 94
実施方法 …… 95
結果及び考察 …… 96
参考文献 …… 99

東京学芸大学附属学校　研究紀要　第 45 集

小学校１年生における正しい箸の持ち方の習得

― 持ち方指導の効果についてのアンケート調査および事前事後の観察 ―

東京学芸大学附属世田谷小学校　今　里　衣
東京学芸大学附属小金井小学校　横　山　英吏子
東京学芸大学附属竹早小学校　福　地　香代子
東京学芸大学附属大泉小学校　鳴　瀬　彰　子
東京学芸大学附属特別支援学校　鈴　木　千　夏
東京学芸大学生活科学講座　南　道　子

要旨

箸は日本人にとっては日常的に使われるものであるが，近年正しく持つ事ができる日本人が減少している。箸は，しつけの一環として幼少期に行うべきものである。またそれは，本来家庭での箸の持ち方について行われるべきものであるが，箸を正しく持てない日本人が多くなってきている事から，家庭での箸の持ち方に対する考え方やしつけもどのような状態か調査する事が大事だと考えた。

今回，附属小学校の1年生を対象に箸の持ち方指導を行い，合わせて保護者へ事前アンケートを行った。指導後には家庭での冬休みの課題として箸の持ち方練習をお願いした。指導前には箸を正しく持てている生徒はクラスのなかで10-15% であった。指導後約1 ヶ月では16-26％にまでなった。1 ヶ月おいたのは，定着した人数を確認するためである。冬休み中に家で練習したのは良かったという保護者のことばが寄せられ，家庭として箸の持ち方を継続して見ていく事が大事だと確認された。今後，追加の指導として，2年生では冬休み前に1年生の時の箸の持ち方指導を振り返り思い出させて，家庭での取り組みのためのワークシート等を出し，定着をはかる，などが望まれる。

緒言

日本の箸は中国から伝来し7世紀以降に一般に普及したといわれている（1)。箸の持ち方は幼児期に体得するものであるが，その年齢については幼少期に家庭教育でと言われている。また，立屋敷ら（2）によると正しい箸の持ち方は8歳で27.3％，11歳で38.2％，14歳で47％と年齢とともに上昇している。しかし，現代の若者の箸の持ち方を明らかにした山内ら（3）の報告では，女子短大生87名のうち正確に持てていた学生は53名で約6割であった。しかし，持てていない学生の殆どは自分が持てていない事を自覚しており，練習したが上手くいかなかったと回答しているものがそのうちの半数を占めていた（3)。

正確に持てていた学生の箸の指導は幼少期に行われ，6割が幼稚園，次いで3割が小学校であった。箸の持ち方の固定は，10歳までと言われている（4)。今回，附属で行った小学校1年生での箸の指導は，今後の人生で正しく箸が使えるように矯正できる最終段階といえる。

先行研究では，主に保育園や幼稚園を研究場所として行われており，宮丸らは3-5歳児の箸の持ち方について詳細な研究を行っており，3歳児約100人を対象にした結果，完全に持てている幼児は2％，4歳では5％，5歳児では19％であった（5)。また，上田らは，幼稚園児に介入試験を行い正しい持ち方は介入前後で，9.6％から16.7％に，年長児は10％から28％に増加したとしている。

学芸大学附属小学校の栄養教諭が，箸の指導をしてその指導効果について再考するために，今回検討を行った。

実施方法

1）アンケート調査

まず，6月に1名の教員によって，小金井小，世田谷小，竹早小，特別支援について小学校1年生の児童の箸の持ち方について視察し，正確な箸使いをしている児童数について調査した。次に，各校の栄養教諭により保護者アンケート下記1 ～ 5と箸の指導を実施した。

1．保護者は正しい箸の持ち方をしていますか？
　はい，あまり自信がない，いいえ，わからない

2．ご家庭の食事で，お子様の箸の持ち方に気を配っていますか？
　毎日確認している，時々確認している，あまり確認していない

3．お子様は，正しい箸の持ち方をしていますか？
　はい，しているときもある，いいえ，よくわからない

4．3で「はい」以外の回答の方にお尋ねします。ご家庭で箸の持ち方の練習をしていますか？
　毎日確認している，時々確認している，あまり確認していない

5．給食の時間等で，箸の持ち方の指導（練習）は必要だと思いますか？
　必要である，できれば行った方が良い，あまり行わなくてもよい，必要ない

アンケートは各家庭に7月に配り，回収し集計をした。

2）授業での指導

箸の指導内容は，12月に各校各クラス1回，正しい箸の持ち方についての学習を以下のような項目について行った。

正しい箸の持ち方についての学習は，小金井小，竹早小，世田谷小それぞれ1年生を対象に給食時間や生活科の時間，特別活動，総合の時間を使って行われた。

めざせ！おはしめいじん

1ねん（　）くみ　なまえ（　　）

ふゆやすみちゅう、おはしのれんしゅうにとりくんでみましょう。

☆おうちでやってみよう

もくひょうをきめてから、れんしゅうをしてみましょう。

	もくひょう	れんしゅうをしたら○
れい	ごはんつぶをつまむ。	○
1かいめ		
2かいめ		
3かいめ		

おうちの方から

栄養士から

☆はしづかいあらわすことば

いろいろなはしづかいができているかな？

はしづかいを あらわすことば	れい
はこぶ	はしでくちにはこぶ。
ほぐす	さかなのみをほぐす。
つまむ	はしのさきでつまむ。
つかむ	にものをつかむ。
すくう	うどんのめんをすくう。
まとめる	ごはんつぶをまとめる。
はずす	さかなのほねをはずす。

保護者の方へ

冬休み中におけるはしの持ち方練習ついて（お願い）

本日、「めざせ！おはし名人！」いう学習を実践いたしました。何気なく使用しているはし使いに意識を高めることが目的です。ぜひご家庭でも冬休み中におはしの使い方の練習をしていただき、お子様の練習についての様子についてのコメントを書いていただけると幸いです。
お手数をおかけいたしますが、よろしくお願い致します。
＊提出日：1月11日（木）
＊提出先：各担任の教諭まで

東京学芸大学附属学校食育研究部会
附属世田谷小学校　栄養教諭　今　里衣

図1　教材例

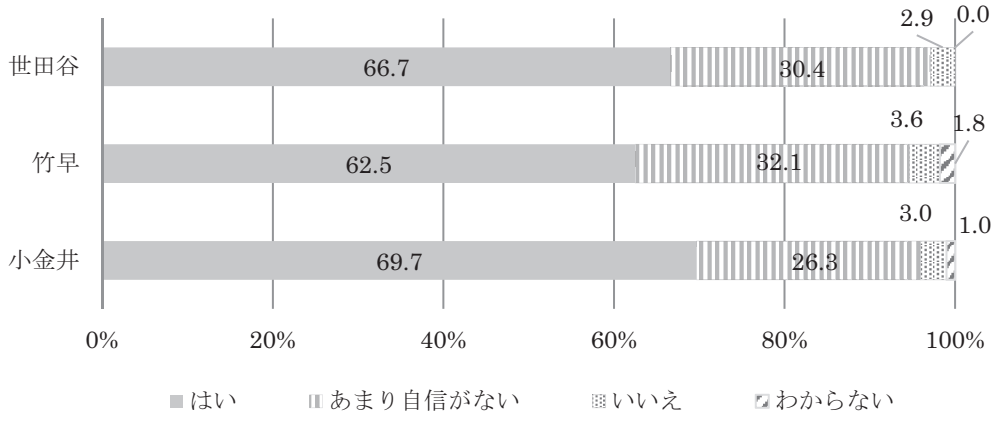
図1の教材例は，世田谷小のものであるが，箸の正しい持ち方と，ワークシートが記載されている。授業では，箸を持つ日本の文化について学び，次に箸を正しくもつとどのように良い事があるか，児童から発言を促した。教室の児童が正しく持つ意義を確認したところで，実際に正しく持つ方法を栄養教諭自らが，手本を示し，教材を用いてわかりやすいように説明した。箸を持って練習する教材として大小の豆を用い，それを別の容器に移すという練習を行った。冬休みの課題としてワークシートを用い，食事の際に家で箸の持ち方が正しく出来ているか保護者にみてもらった。小金井小や竹早小では豆以外にツイストマカロニなどを，世田谷小では伸縮性のあるスポンジを使用し，持ちやすさに特徴あるものを学校の指導で使用した。小金井小では冬休みの間約2週間，箸の持ち方以外に食事の仕方についてのチェック項目や，保護者から子どもへのメッセージ，子ども自身からこれから頑張りたい事などを記入する項目を設けて課題として出した。竹早小では冬休みの3日間，毎食の箸の持ち方について上手く持てているか記入するワークシートを提案している。世田谷小では，箸使いを表す言葉を関連させ，どのような箸使いをして練習を取り組むかを目標に決めることで，実施の意欲を高めた。また，小金井小と同様にして家庭からのメッセージ欄を設けた。

冬休み後，各小学校をまわり箸の持ち方習得の上達度を6月に視察した教員により目視で調査した。

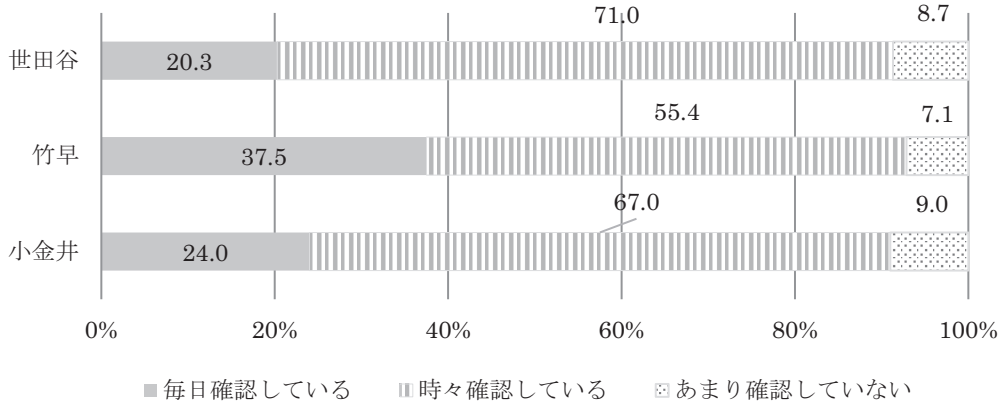
結果及び考察

平成29年6月に附属小金井小，世田谷小，竹早小の箸を使用する給食の日に1年生の各クラスをまわり，箸使いを観察した。箸を持っただけではなく，実際に食品を箸でつまむ様子を観察し，確実に持てているかを確認したところ，各学校どの学級も10-15% の児童が確実に持てている事を確認した。

1．保護者は正しい箸の持ち方をしていますか？



2．ご家庭の食事で，お子様の箸の持ち方に気を配っていますか？



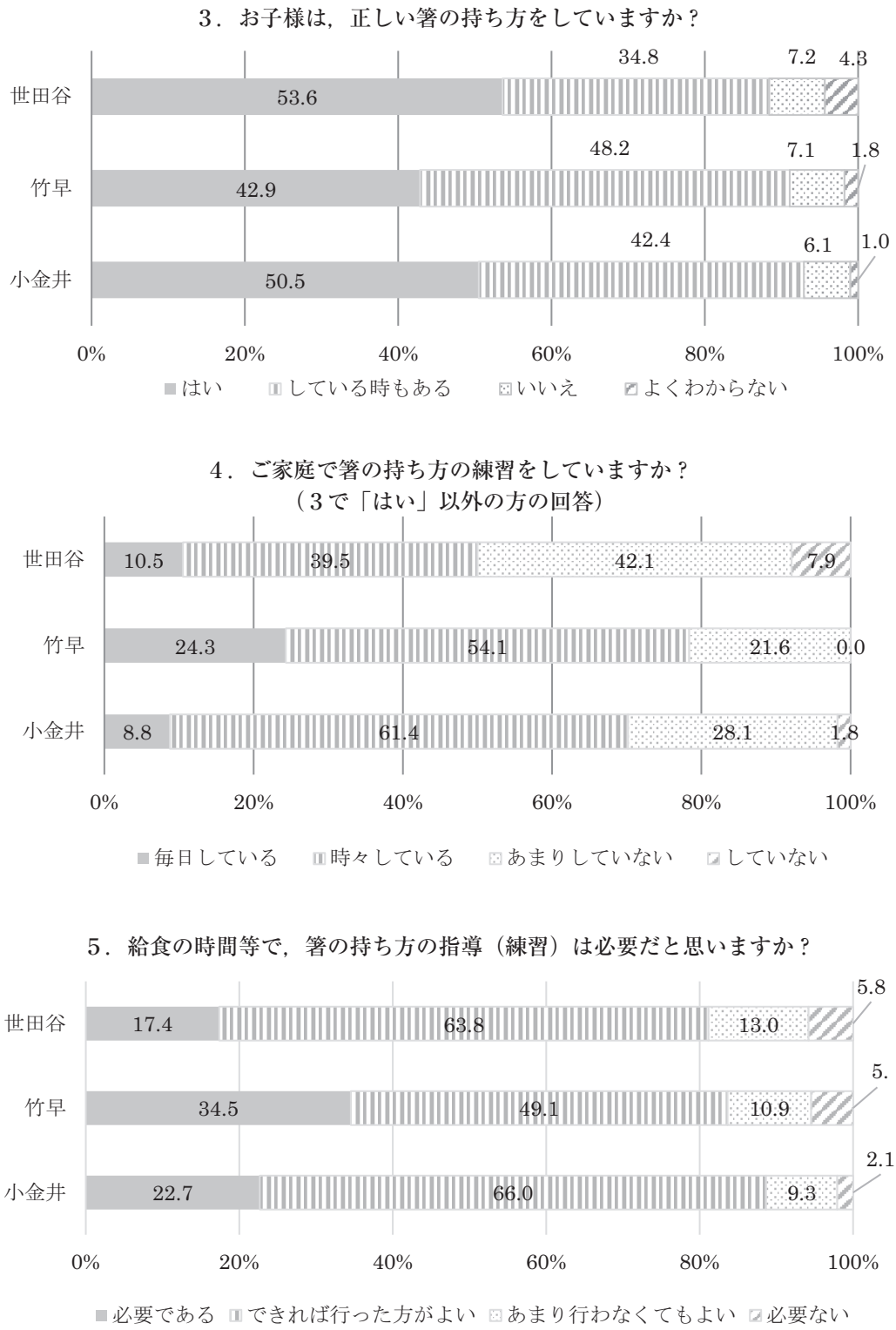


図2　事前アンケート結果

残りのうちほぼ同数が箸を正しく持ててはいるが，食品をつまむ時になると持ち方が変わったり，うまく箸を使えなかったりして，普段から箸使いを気にしながら食べている様子がうかがえなかった。

図2は保護者の事前アンケート結果である。提出数に対しての回答結果を％表示で示した。

保護者アンケートからは，箸使いを教えるべき保護者の箸使いに自信がない，持てているか分からない，または持てていないを合計すると3割ほどいる事が分かった。それが子供の家庭での箸使い指導にどれくらい影響を

及ぼしているかは不明であるが，子供の箸がきちんと持てているという回答が多かった。その差はつまり保護者の子供の箸使いに対する認識が不十分であるという事を明らかにした。

また，世田谷小と小金井小の結果が類似しているのに対して，竹早小では保護者自身が箸を正しく持てていないと自覚しており，更に子供の箸使いも正しく持てていないと実感している。それで，家で練習しており，給食での箸の持ち方指導にも期待をしている事が伺える。

箸使いの指導後，家庭での箸の練習も効果があったと思うが，その後，箸を正確に使える児童は，世田谷小，小金井小，竹早小すべてで6月に巡回し，目視で確認した時よりも，正しく箸を持てている児童の数が増加し，また，もう少しで持てるという向上した児童の数がかなり増えた。表1に示す。

表1　お箸の持ち方指導と家庭での取り組み後の持ち方

学校名	正確に持てている	一部不正確	正確に持てていない
世田谷小	26%	47%	27%
小金井小	23%	59%	18%
竹早小	16%	44%	39%

この結果から，冬休みの間，家でのワークシートによる箸の持ち方チェックの回数が多かった小金井小では，正確に箸を持てていると，もう少しで正しく持てる一部不正確の数値を合わせると，82%にのぼった。世田谷小と竹早小でもそれぞれ73%，60%となり6月の事前チェックの時に比べるとかなり習得されたと考えられた。

これらのことから，家で正しい箸使いを習得させるという事は難しいという事ともいえる。そこで，栄養教諭による箸使いの授業や練習は意味のある事だと考えられた。

今回，1年生を対象に各クラス1時間程度の正しい箸の持ち方指導と練習を行い，その定着の程度を指導前と指導後で比較を行ったところ，3小学校とも指導前はクラスの10-15%の児童しか持てていなかったが，指導後は16-26%になった。この事から栄養教諭の1度の指導でも正しい持ち方を知り，正しく持ちたいと言う意欲を高めたので，冬休みの課題に積極的に取り組み，その結果，冬休み明けには正しく持てている，またはもう少しで正しく持てる児童の数を増やすことができたと考えられた。小金井小では，保護者会でこの取り組みの説明をしたことで，家庭での積極的な冬休みの課題となり，家族で食事マナー全体についても関心をもち，取り組む事ができたと考えられた。

箸を正しく持つということは，食文化の継承であるので本来なら家庭でしつけるべきであるが，共働きや核家族化により，それが疎かになっているのではないかと感じている。北陸学院大学短期大学部の宮丸（6）らによると，幼稚園の保護者に正しい箸の持ち方を知っているかという質問をして93.3%から知っているという答えをもらい，73.9%が子供に教えているが，正しく持てていると答えた保護者は36.3%という結果を得ている。彼女らは，幼児の箸の持ち方の発達段階をそれぞれ10段階にわけ，各学年の観察を行い，年齢があがると持てる幼児の数も増えて行く事を確認している。

上原ら（7）は学生の食育活動で来校者に豆運びゲームをさせ，30秒間にどれくらい箸を使い豆が運べるかを確認した。全部で340人の来校者を年代別に分け，豆の数を検討したところ，3-5歳児は3.7個，6-8歳は7.7個，9-11歳は11.1個という結果になった。20-50代は14-15個とほぼ同じ数で推移しているが，60-70代は12個に減少している事を報告している。この事から，小学校低学年はまだ箸使いが十分習得できていない事がわかるが，それゆえ，各自の形が決まる小学校中学年から高学年では正しい箸の持ちかた指導は遅いともいえる。

今後は，1年生だけでなく1年後の2年生での調査と指導を行い，正しく箸を持てる人数を増やす事が出来るかが課題となる。本研究に際し，ご協力いただいた管理職の先生方，1年の担任の先生方に深謝します。

参考文献

(1) 向井由起子，橋本慶子『箸』法政大学出版局，東京　pp.143-185（2001）

(2) 立屋敷かおる，山岸佳子，今泉一彦　小中学生における箸の持ち方と鉛筆の持ち方との関連　日本調理学会誌38　pp.355-361（2005）

(3) 山内知子，小出あつみ，山本淳子，大羽和子　食育の観点からみた箸の持ち方と食事マナー　調理科学会誌43（4）　pp.260-264（2010）

(4) 向由起子，橋本慶子　使いやすい箸の長さについて　家政学会誌　28230-235（1977）

(5) 宮丸慶子，新澤祥恵，中村喜代美，田中弘美，坂井良輔　保育園児の食生活の実態とその課題（5）箸の持ち方に関する研究　北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要　第6号　pp.219-225（2013）

(6) 宮丸慶子，新澤祥恵，中村喜代美，田中弘美，坂井良輔　保育園児の食生活の実態とその課題（2）―箸の持ち方に関する研究―　北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要　第3号　pp.241-247（2010）

(7) 上原正子，井戸田道智代，愛知みずほ大学短期大学部紀要　pp.54-55