



# 子どもの野菜の好き嫌いに関する 調査報告書

2011年／平成23年8月

**カゴメ株式会社**

東京本社 コーポレート・コミュニケーション部

〒103-8461 東京都中央区日本橋浜町3-21-1 日本橋浜町Fタワー Tel: 03-5623-8503

# 調査概要

1. 調査の目的 子どもの野菜の好き嫌いの実態を明らかにするとともに、  
子どもの好き嫌いを直すための母親の取り組みについて傾向を把握する。

2. 調査の方法 インターネット調査

## 3. インターネット調査について

(1)調査対象者: 全国の3歳～中学生の子どもを持つ女性

(2)サンプル数、及び、サンプル構成:

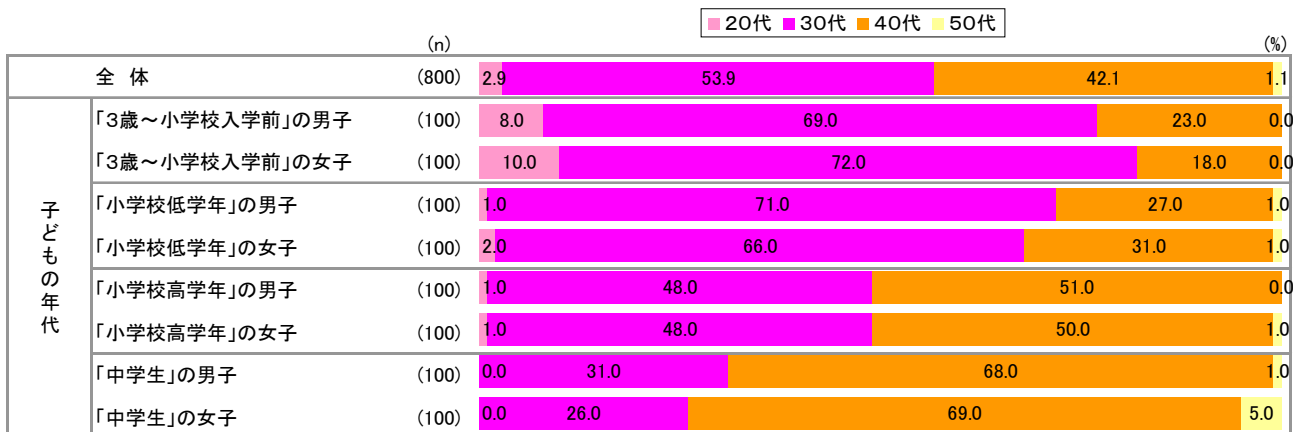
	第一子の性別		合計
	男子	女子	
第 3歳～小学校入学前	100	100	200
二 子 の 年 代	小学校低学年	100	200
	小学校高学年	100	200
	中学生	100	200
合計	400	400	800

(3)調査期間: 2011年8月3日(水)～5日(金)

- (4)調査項目:
- ①対象者属性(母親の年齢、居住地、第一子の子ども年代・性別)
  - ②子どもの野菜の嗜好(野菜の好き嫌い、好きな野菜、食べてくれない野菜、食べてもらいたい野菜)
  - ③子どもの野菜の好き嫌いに対する考え方(食べてくれない野菜がある理由、好き嫌いを直したいと思うか)
  - ④子どもの野菜の好き嫌いを直すための取り組み(方法、成否、レシピ数、相談相手、手間だと感じるか、直すためにいくらまで支払うか)
  - ⑤自身の野菜の嗜好(野菜の好き嫌い、直したいと思うか、野菜嫌い克服のきっかけ)

4. 企画・分析 カゴメ株式会社 東京本社 コーポレート・コミュニケーション部

### ■母親の年代



# 調査結果① 子どもの野菜の好き嫌い

## 子どもの約6割(60.8%)に野菜の好き嫌いがある 母親の野菜の嗜好が、子どもにも影響を与えている

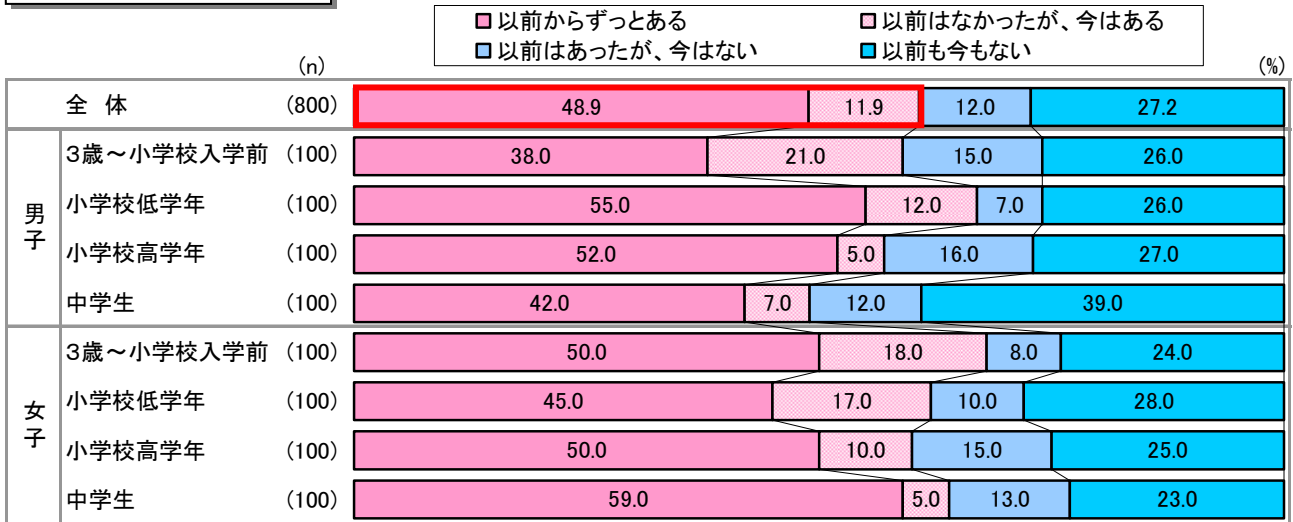
●子どもに野菜の好き嫌いがあるかと聞いたところ、「以前からずっとある」が48.9%、「以前はなかったが、今はある」が11.9%で、合計60.8%となった。

- 男子で好き嫌いをもっとも多いのが小学校低学年で67.0%。女子は3歳～小学校入学前で68.0%であった。

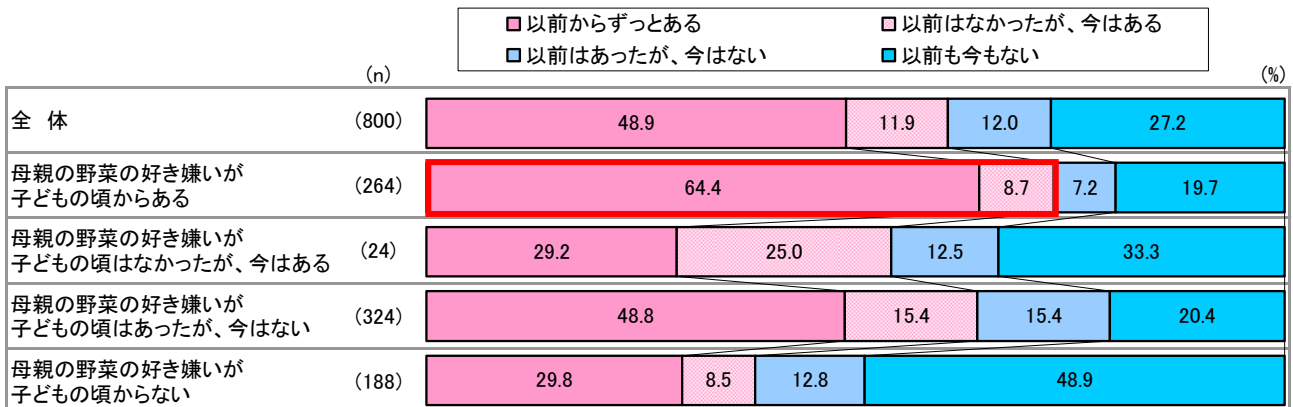
●母親の野菜の好き嫌いとお子さんの野菜の好き嫌いを照らし合わせたところ、母親の好き嫌いが「子どもの頃からある」場合、子どもの好き嫌いがある割合が73.1%と全体よりも高いポイントを示した。

- 母親の野菜の好き嫌いが「子どもの頃からない」家庭では、子どもの好き嫌いが「ない」割合が6割以上を占め、「ある」を上回った。

### ■子どもの野菜の好き嫌い



### ■子どもの野菜の好き嫌い、母親の野菜の好き嫌いとの関係



# 調査結果① 子どもの野菜の好き嫌い

好きな野菜は、1位「とうもろこし」 2位「じゃがいも」 3位「えだまめ」

食べてくれない野菜は、1位「なす」 2位「ピーマン」「しいたけ」 3位「水菜」

これだけは食べてもらいたい野菜は、1位「ほうれんそう」 2位「トマト」 3位「ピーマン」

●子どもの好きな野菜を複数回答形式で聞いたところ、とうもろこし、じゃがいも、えだまめ、さつまいもなど甘みの強い野菜が目立つ結果となった。

●子どもが食べてくれない野菜(複数回答形式)では、なす、ピーマン、しいたけなど独特な味わいが強い野菜が上位に挙がった。

●これだけは子どもに食べてもらいたい野菜(単一回答形式)は、ほうれんそう、トマト、ピーマンなどが上位となった。

- トマトは唯一全ての質問で10位以内にランクインしており、家庭での存在感の高さがうかがえる。

## ■ 子どもの好きな野菜(10位まで)

(n=800) (複数回答)

順位	好き	回答数	%
1	とうもろこし	618	77.3
2	じゃがいも	574	71.8
3	えだまめ	565	70.6
4	さつまいも	554	69.3
5	きゅうり	532	66.5
6	トマト	503	62.9
7	ブロッコリー	472	59.0
8	にんじん	470	58.8
9	かぼちゃ	452	56.5
10	だいこん	426	53.3

## ■ 子どもが食べてくれない野菜(10位まで)

(n=800) (複数回答)

順位	食べてくれない	回答数	%
1	なす	260	32.5
2	ピーマン	208	26.0
2	しいたけ	208	26.0
4	水菜	183	22.9
5	オクラ	174	21.8
6	ニラ	166	20.8
7	エリンギ	155	19.4
8	ねぎ	149	18.6
9	トマト	148	18.5
10	アスパラガス	140	17.5

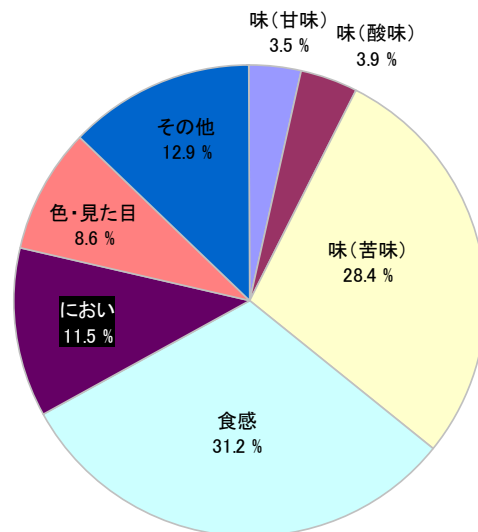
## ■ 子どもに食べてもらいたい野菜(10位まで)

(n=800) (単一回答)

順位	食べてもらいたい	回答数	%
1	ほうれんそう	117	14.6
2	トマト	83	10.4
3	ピーマン	64	8.0
4	しいたけ	51	6.4
5	にんじん	49	6.1
6	なす	47	5.9
7	かぼちゃ	41	5.1
8	キャベツ	33	4.1
9	ブロッコリー	22	2.8
9	ねぎ	22	2.8

## ■ 食べてくれない野菜がある理由

(n=800)



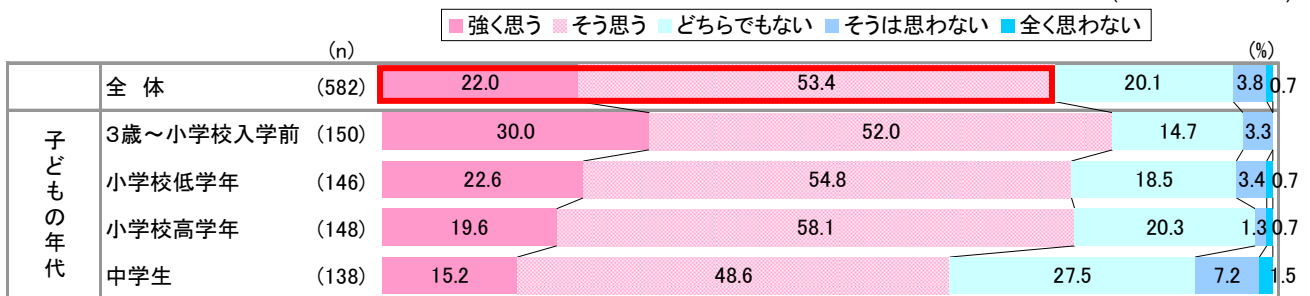
## 調査結果② 子どもの野菜の好き嫌いを直したい理由

### 母親は子どものことを思い、野菜の好き嫌いを直したいと願っている

- 子どもの野菜の好き嫌いを直したいかを聞いたところ、75.4%が「思う」「強く思う」と「そう思う」と答えている。  
- 年代が低いほど、子どもの野菜の好き嫌いを直したいと強く思う傾向があることが分かった。
- 「強く思う」「そう思う」母親439人にそう思う理由を聞いたところ、「栄養バランスが気になる」が81.5%、「食べられないものがあるとかawaiiそう」が37.8%と、子どものことを思う母親の気持ちが表れた結果となった。

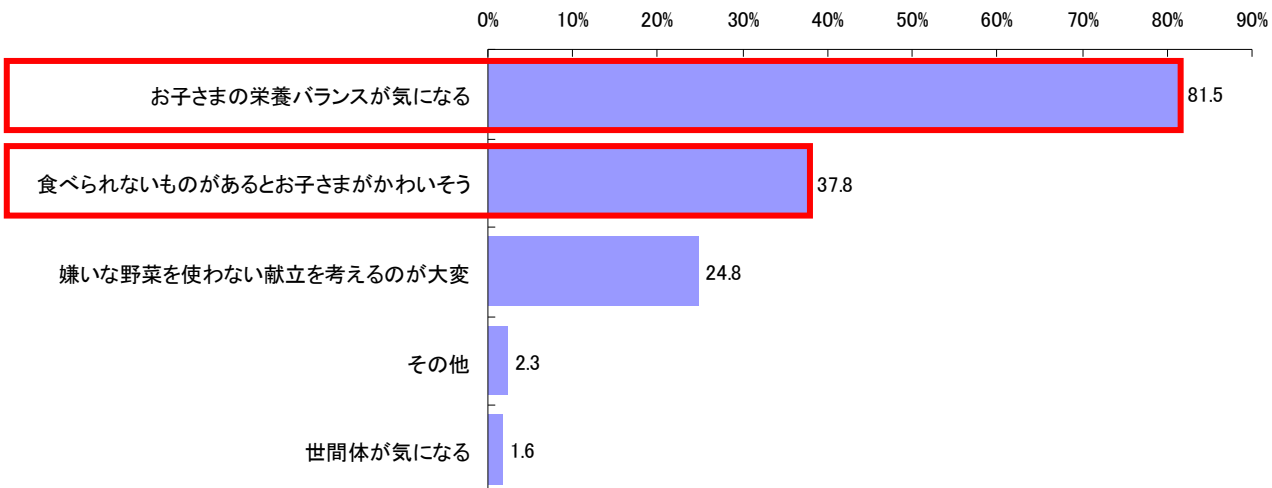
### ■ 子どもの野菜の好き嫌いを直したいと思うか

※対象:子どもの野菜の好き嫌いが「以前も今もない」を除く582人  
(n=582/単一回答)



### ■ 子どもの野菜の好き嫌いを直したい理由

※対象:子どもの野菜の好き嫌いを直したいと思う(「強く思う」+「そう思う」)439人  
(n=439/複数回答)



# 調査結果③ 子どもの野菜の好き嫌いを直す工夫

## 野菜の好き嫌いを直すための工夫、「味付けや調理の工夫」、特に「味付けの工夫」が最多

●子どもの好き嫌いを直すためにどのような方法を試しているか聞いたところ、もっとも多いのは「味付けや調理を工夫」(66.7%)だった。「声かけ」(55.0%)、「食べたらほめる」(51.9%)などの行動が続いた。

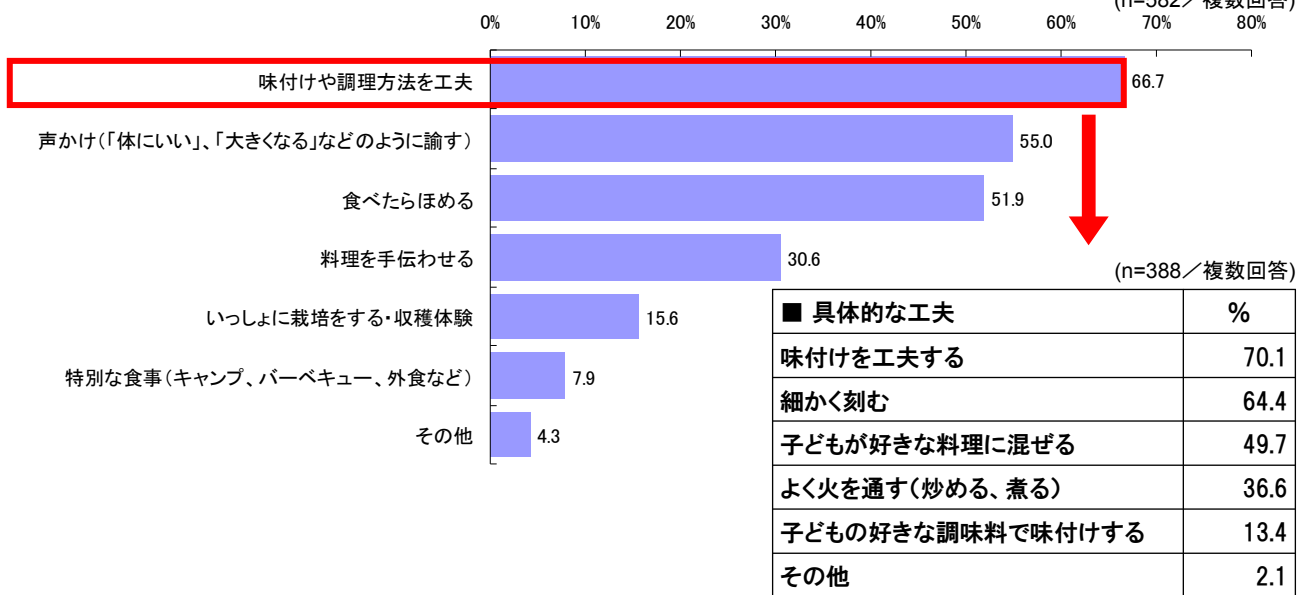
●「味付けや調理を工夫」と答えた母親388人に具体的な方法を聞いたところ、「味付けの工夫」(70.1%)が多く見られた。

- 子どもの好き嫌いを直すためにこれまで試したレシピの数は、平均4.08種類で、そのうち成功したものは1.62種類だった。

- 成功したレシピを聞いたところ、カレーやハンバーグといった子どもの好きな定番料理のほか、ミートソースやパスタなどトマト系のメニューも多く挙がった。

### 子どもの好き嫌いを直すためにどのような方法を試しているか

※対象:子どもの野菜の好き嫌いが「以前も今もない」を除く582人 (n=582/複数回答)



### 子どもの好き嫌いを直すために試したレシピ

※対象:子どもの野菜の好き嫌いが「以前も今もない」を除く582人 (n=582/単一回答)

成功したレシピ数	平均	これまで試したレシピ数
1.62		4.08
50	最大	50

(n=582/自由回答)

人気レシピ ベスト3	%
カレー	18.0
ハンバーグ	17.7
トマトソース・ミートソース(パスタ含む)	6.5

## 調査結果④ 母親の意識

### 半数近くの母親が子どもの野菜の好き嫌いを直すための工夫を「手間」と感じている

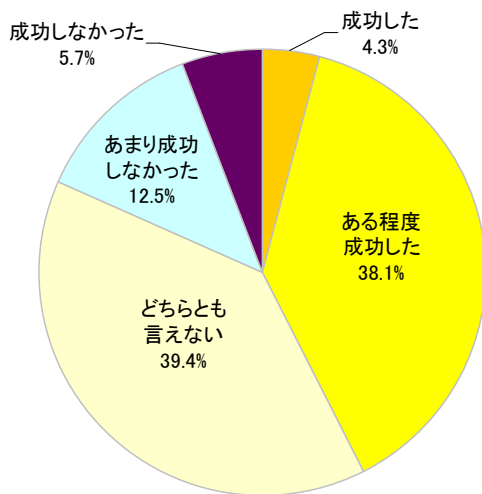
●子どもの好き嫌いを直すための工夫が成功したか(子どもが野菜を食べられるようになったか)を聞いたところ、「成功した」はわずか4.3%で、「ある程度成功した」と合わせても42.4%と、半数以上の母親が手応えを感じていない結果となった。

●子どもの好き嫌いを直すための工夫を手間だと感じるかと聞いたところ、半分近くが多少なりとも手間だと感じていることが分かった(「手間と感じる」と「少し手間だと感じる」の合計が47.5%)。

- 手間だと感じる理由は、「料理が苦手・嫌い」や「時間がない」、「レシピを考えるのが面倒」などで、苦勞する母親の姿が浮き彫りとなった。

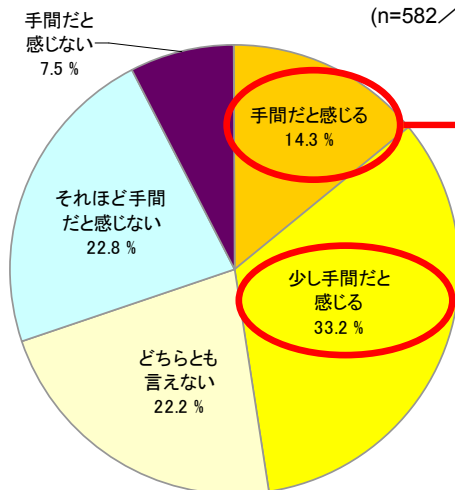
#### ■ 子どもの好き嫌いを直すための工夫は成功したか

※対象:子どもの野菜の好き嫌いが「以前も今もない」を除く582人  
(n=582/単一回答)



#### ■ 子どもの好き嫌いを直すための工夫は手間だと感じるか

※対象:子どもの野菜の好き嫌いが「以前も今もない」を除く582人  
(n=582/単一回答)



#### ■ 手間だと感じる理由(自由回答を一部抜粋)

あまり料理は好きではないから
料理に自信がないから
せっかく作っても食べないから
どんな料理にしたらいいのかわからない
メニューを考えるのが大変
時間がかかる
時間がない
小さい子供がおり、食事の支度に時間をかけたくない
食べられそうなレシピを探すのに苦勞する

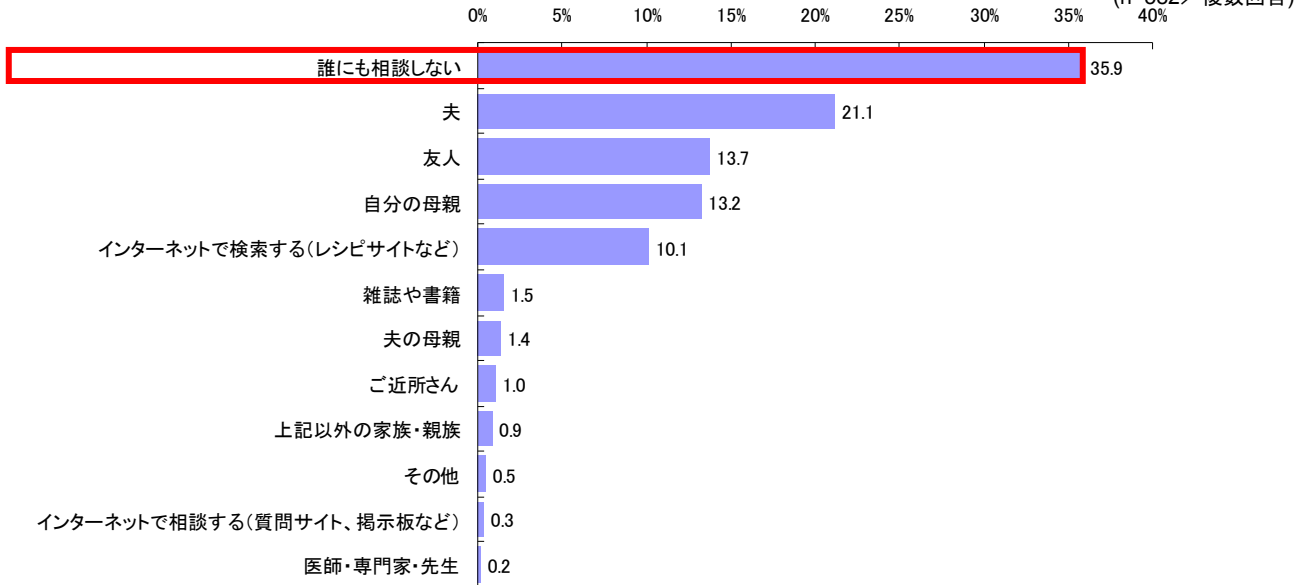
## 調査結果⑤ 母親の相談相手

### 3分の1以上の母親は誰にも相談せず

●子どもの好き嫌いについて誰に相談するかを聞いたところ、3分の1以上(35.9%)が「誰にも相談しない」と回答。「夫」(21.1%)、「友人」(13.7%)、「自分の母親」(13.2%)と身近な人物が続いた。

#### ■ 子どもの好き嫌いについて主に誰に相談するか(何を参考にするか)

※対象:子どもの野菜の好き嫌いが「以前も今もない」を除く582人  
(n=582/複数回答)



## 調査結果⑥ お金をかけても直したいか

### 子どもの好き嫌いを直すためにあまりお金をかけたくない

●簡単に子どもの好き嫌いが直せる方法があればいくらまで支払うかを聞いたところ、平均は919円と千円未満だった。0円という回答が全体の45.7%を占めた。理由には「お金はかけたくない」「お金をかけてまで直そうとは思わない」などが挙げられた。

#### ■ 子どもの好き嫌いが簡単に直せる方法があればいくらまで支払うか

※対象:子どもの野菜の好き嫌いが「以前も今もない」を除く582人  
(n=582/自由回答)

回答	数	%	累積%
0円	266	45.7	45.7
1~100円	21	3.6	49.3
101~500円	142	24.4	73.7
501~1000円	85	14.6	88.3
1001~2000円	98	2.2	90.5
2001~3000円	22	3.8	94.3
3001~4000円	0	0.0	94.3
4001~5000円	19	3.3	97.6
5001~10000円	11	1.9	99.5
10001~20000円	2	0.3	99.8
20001~30000円	0	0.0	99.8
30001~40000円	0	0.0	99.8
40001~50000円	1	0.2	100.0
合計	582	100.0	

平均  
919円

1000円以下  
88.3%

#### ■ その金額の根拠(自由回答を一部抜粋)

- お金ではなく、親の愛情だと思うので、お金を払ってまで直したくない
- お金で解決するような問題ではない
- お金はかけたくない
- お金をかけて直そうとは思わない
- お金を使わずアイデアを出せばいいから
- 自分が工夫すれば済むことだから