

お食事マナーの習得、2人に1人は「子どもが飽きる」ことに悩む 親の負担感と“続けやすい工夫”が課題に ～ 赤ちゃんのいる暮らし研究所【お食事マナー】レポート ～

日々の食事は家族で楽しむ時間である一方、周囲への配慮や基本的なマナーを学ぶ大切な機会でもあります。自然に身に付くこともありますが、「子どもに食事マナーを教える」ことを育児の一環として意識している家庭も少なくありません。株式会社赤ちゃん本舗（本社：大阪市中央区 <https://www.akachan.jp>）の調査・研究機関「赤ちゃんのいる暮らし研究所」は、子どものお食事マナーのしつけについて、アカチャンホンポ会員のママ・パパにアンケート調査を行いました。今回はその結果から「しつけの悩みどころ」と「工夫できるポイント」に焦点をあててご紹介します。

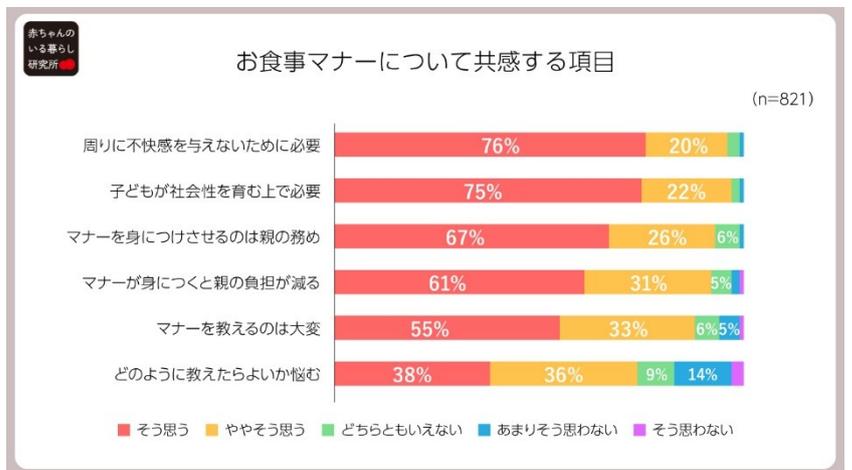
■お食事マナーは重要視される一方、負担感も大きい

お食事マナーについて、「周りに不快感を与えない」「子どもの社会性」「マナーを身につけさせるのは親の務め」「マナーが身につくと親の負担が減る」といった観点で9割超が共感しました。一方で、「教えるのが大変」「どのように教えたら良いか悩む」といった負担意識も7～8割にのぼり、しつけの必要性は感じつつも、負担感も大きい状況がうかがえます。

・“しつけ”が思うように進まない理由は？

“しつけ”が思うように進まない要因として、約2人に1人が「子どもが飽きてしまう」ことを挙げました。加えて、「何度も注意するのが面倒」

（約3人に1人）、「自分の感情コントロールが難しい／子どもを叱りたくない／成果が感じられない」（各約4人に1人）など、教える側の感情面の理由も見られました。自由回答では「楽しく食事することも覚えてほしい」「注意したい気持ちと、食事中は楽しい時間にしたいので複雑な時がある」など、食事を楽しみながらしつけも教えるという両立に悩む声も見られました。



■「食事の場」だけでなく“日常の中で続けられる仕掛け”に可能性

“しつけ”をするタイミングは約9割が「食事中、気になった時」と回答しましたが、約5人に1人は「食事中や食事以外の時間にも意識して取り組んでいる」とのことでした。自由回答では「今日頑張ってほしいことを配膳時に伝える」「自分がお手本となり、真似して食べるように伝える」といったことに加え、「おままごとなどで一緒に遊ぶ時に食事マナーを取り入れている」といった声も。食卓だけで完結させず、遊びや生活の中で自然に意識できる工夫が、継続の鍵になる可能性があります。

<調査概要>
調査期間：2026年1月9日（金）～1月15日（木）
調査方法：インターネット調査
実施機関：赤ちゃんのいる暮らし研究所
対象：20～49歳のアカチャンホンポ会員
有効回答数：821名

【赤ちゃんのいる暮らし研究所について】

赤ちゃんのいる暮らし研究所は、2023年3月、「赤ちゃんのいる暮らし」に関わる人たちの課題を解決するために、赤ちゃん本舗に設立されました。妊娠・出産・子育て中の暮らしやモノ・コトについて情報収集し、インサイトを調査、分析することで、商品・企画やサービス開発に役立てています。また、ママ・パパや社会への情報発信とともに暮らしの困り事に寄り添うことで、スマイルな育児の実現を目指します。



赤ちゃんのいる暮らし研究所 | アカチャンホンポ

以上

[取材問い合わせ] 株式会社赤ちゃん本舗 ブランド広報部 電話：06-6258-7125 メールアドレス：ah-kouhou@akachan.co.jp

【赤ちゃん本舗について】

赤ちゃん本舗は「スマイルな育児を。アカチャンホンポ」をコーポレートメッセージとし、お客さまのお気持ちに寄り添った商品・サービス・情報の提供を目指しています。
■公式ホームページ：https://www.akachan.jp ■全国に129店舗（※2026年2月末時点。FC含む、海外含まず。）https://stores.akachan.jp/
■アカチャンホンポ オンラインショップ：https://shop.akachan.jp