

3歳～6歳の子どもをもつお母さん 500人にアンケート 子どものおやつについて 6割のお母さんが悩みを感じている！ ～尾木ママが、お母さん達の“子どものおやつのギモン”に答えます！第2弾～

カンロ飴やピュレグミなどでおなじみのカンロ株式会社(本社：東京都新宿区、代表取締役社長 三須 和泰、以下 カンロ)は、一都三県在住の20歳～49歳の女性で3歳～6歳までのお子様を持つ500名を対象に、「子どものおやつに関する調査」を実施しました。(調査期間：2021年8月23日～8月25日)

また、調査により回答をいただいた「子どものおやつ」に関するギモンについて、教育評論家の「尾木ママ」と尾木直樹さんより回答をいただきました。

【TOPICS】

◆ お母さんの6割以上は子どもにおやつを「ほぼ毎日与えている」と回答

おやつは親子にとって日常のなくてはならないアイテムに

子どもにおやつを与える頻度を聞いたところ、「ほぼ毎日与えている」と回答した方が66.6%とダントツの結果に。

◆ お母さんの半数以上がおやつを食べさせた方が良いと考えている一方、

約1割のお母さんはおやつを与えることに抵抗を感じている

子どもにおやつを食べさせた方がよいと思うかを聞いたところ、「とてもそう思う」、「まあまあそう思う」と回答した方を合わせると54.2%と半数を超える結果になった一方、約1割のお母さんはおやつを与えることに抵抗を感じていることが判明しました。

◆ おやつを与えることに抵抗がある理由は「虫歯になりそうだから」が最も多い

抵抗がある理由として「虫歯になりそうだから」(75.6%)が最も多く、「身体に悪そうだから」、「糖分が多いから」など子どもの身体への影響を考えた理由が上位になりました。

◆ 6割のお母さんが子どもに与えるおやつについて悩みを感じていることが判明

「どんなおやつを与えるべきか悩むことはありますか?」という質問に「ある」と回答した方が全体の6割となり、半数以上の方が子どもに与えるおやつについて悩みを感じていることが判明しました。

◆ お母さんが子どもに与えたいおやつは「身体に優しい、栄養があるもの」が最多

「添加物が少ないこと」もおやつ選びのポイントに

子どもに与えたいと思うおやつはどんなおやつかを聞いたところ、「身体に優しい、栄養があるもの」(61.2%)が最も多く、次いで「添加物が少ないもの」(51.8%)が続く結果となりました。

◆ 子どものおやつに期待することは「美味しいと感じてもらえる」ことが55%で1位に

さらに“おやつ＝子どものリフレッシュタイム”にも期待

子どものおやつに期待することは何かを聞いたところ、「美味しいと感じてもらえる」が55%で最も多い結果となり、さらにおやつを食べる時間を通じて子どもがリフレッシュできることを期待するお母さんも多い傾向に。

◆ おやつ選びで意識するのは「健康を考えたもの」が7割以上、「知育要素を考えたもの」が5割以上

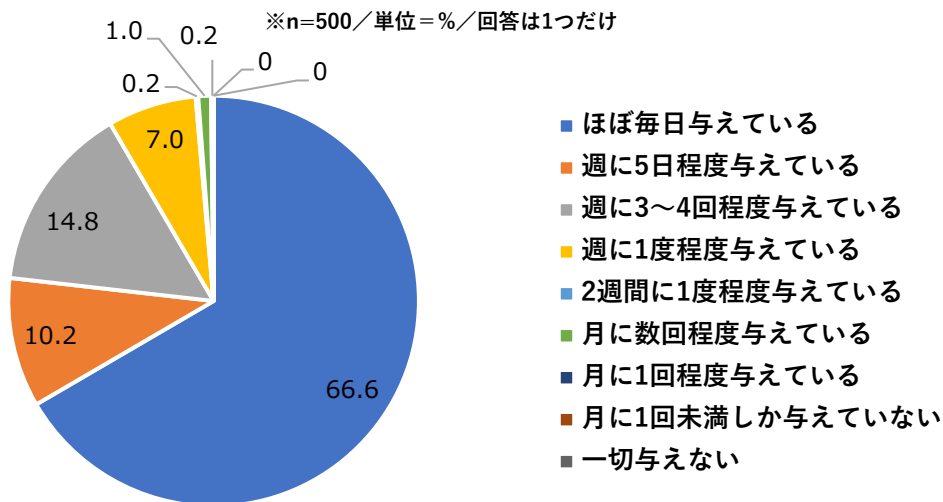
おやつを選ぶ際に子どもの健康や知育要素を考えたものを選ぶように意識することがあるか聞いたところ、「健康を考えたもの」が7割以上、「知育要素を考えたもの」が5割以上で、身体づくりや学びを得られるアイテムとして選んでいることが伺える結果に。

お母さんの 6 割以上は子どもにおやつを「ほぼ毎日与えている」と回答

おやつは親子にとって日常のなくてはならないアイテムに

「子どもにおやつを与えることがある」というお母さんを対象に、おやつを与える頻度を聞いたところ、「ほぼ毎日与えている」と回答した方が **66.6%**とダントツの結果に。「週 5 日程度与えている」と回答した 10.2%と合わせると **76%以上のお母さんが、高い頻度で子どもにおやつを与えている**ことがわかりました。子どもを持つお母さんにとって、おやつが日常になくてはならないアイテムであることが伺えます。

Q1：あなたは、子どもにおやつをあげることがありますか？

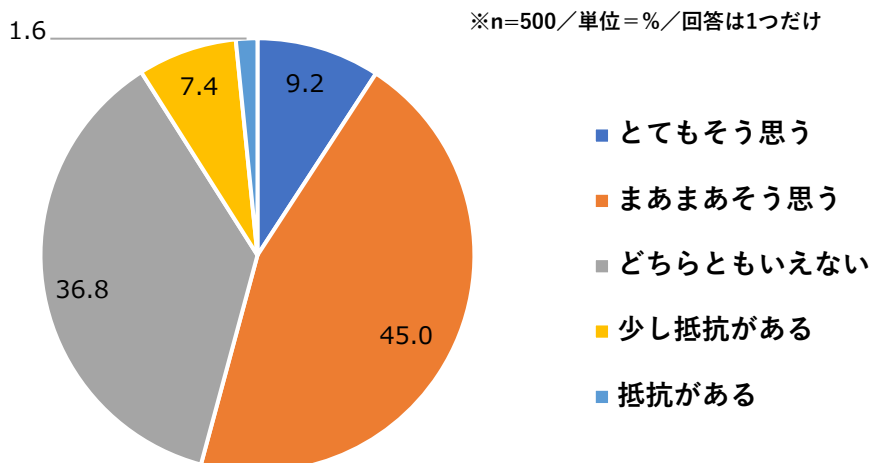


お母さんの半数以上がおやつを食べさせた方がよいと考えている一方、

約 1 割のお母さんはおやつを与えることに抵抗を感じている

子どもにおやつを食べさせた方がよいと思うかを聞いたところ、「とてもそう思う」、「まあまあそう思う」と回答した方を合わせると **54.2%**と半数を超える結果となりました。一方、「少し抵抗がある」もしくは「抵抗がある」と回答した方を合わせると **9%**となり、おやつをあげることに抵抗があると感じる方も少なからずいるということがわかりました。

Q2：子どもにおやつを食べさせた方がよいと思いますか？



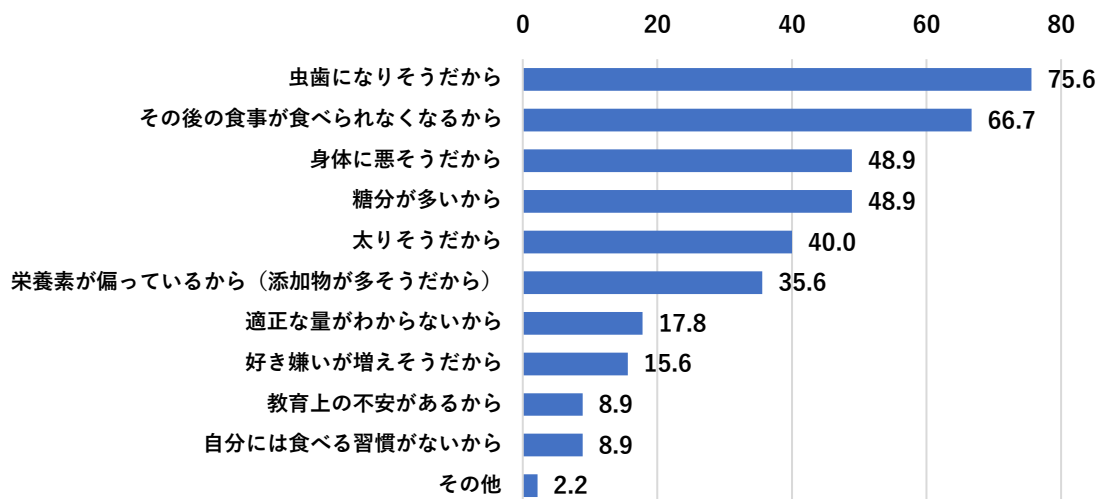
おやつを与えることに抵抗がある理由は

「虫歯になりそうだから」が最も多く、その他子どもの身体のことを考えた理由が上位に

前問で子どもにおやつを与えることに「少し抵抗がある」もしくは「抵抗がある」と回答した方を対象に、なぜ抵抗があるのか理由を聞いたところ、「**虫歯になりそうだから**」(75.6%)が最も多く、次いで「その後の食事が食べられなくなるから」(66.7%)が2位、さらに「身体に悪そうだから」と「糖分が多いから」が同率(48.9%)で続く結果に。**子どもの身体への影響を考えた理由が上位になりました。**

Q3：なぜおやつを与えることに抵抗があるのですか？

※前問で「少し抵抗がある」「抵抗がある」とお答えいただいた方のみ／単位＝％／複数回答



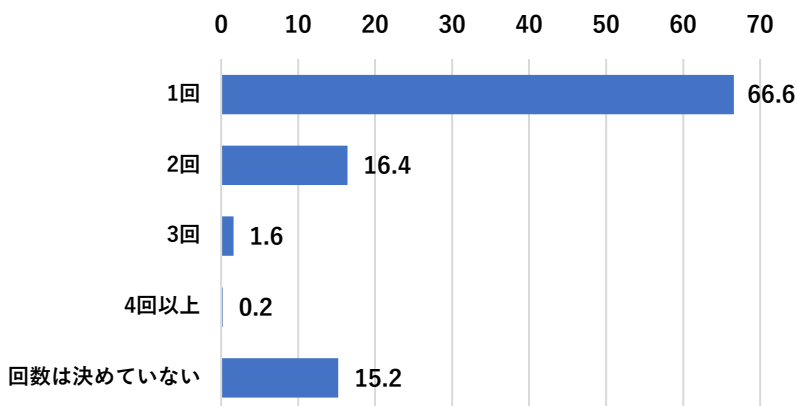
全体の6割のお母さんが子どもに与えるおやつについて悩みを感じていることが判明

1日に何回おやつを与えているか聞いたところ、「1回」と回答した方が最も多く66.6%という結果に。

一方、「どんなおやつを与えるべきか悩むことはありますか？」という質問には「**ある**」と回答した方が**全体の6割となり、半数以上の方が子どもに与えるおやつについて悩みを感じている**ことが判明しました。

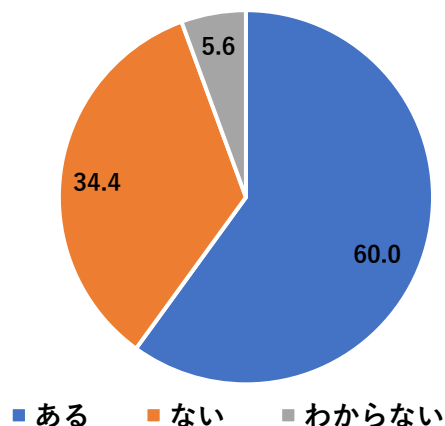
Q4：1日に何回おやつをあげていますか？

※n=500／単位＝％／回答は1つだけ



Q5：どんなおやつを与えるべきか悩むことはありますか？

※n=500／単位＝％／回答は1つだけ



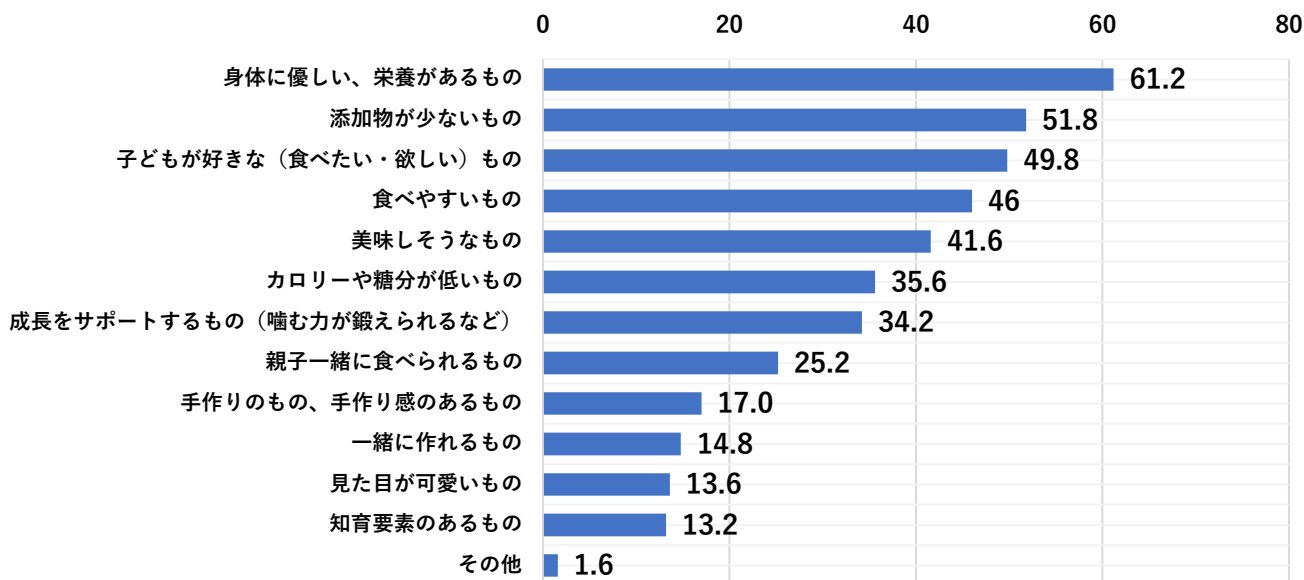
お母さんが子どもに与えたいおやつは「身体に優しい、栄養があるもの」が最多

「添加物が少ないこと」もおやつ選びのポイントに

子どもに与えたいと思うおやつはどんなおやつかを聞いたところ、「身体に優しい、栄養があるもの」(61.2%)が最も多く、次いで「添加物が少ないもの」(51.8%)が続き、子どもの身体のことを考えられたおやつを求めているお母さんが多いことが伺える結果となりました。

Q6：子どもに与えたいと思うおやつはどんなおやつですか？

※n=500／単位=%／複数回答



子どものおやつに期待することは「美味しいと感じてもらえる」ことが 55%で 1 位に

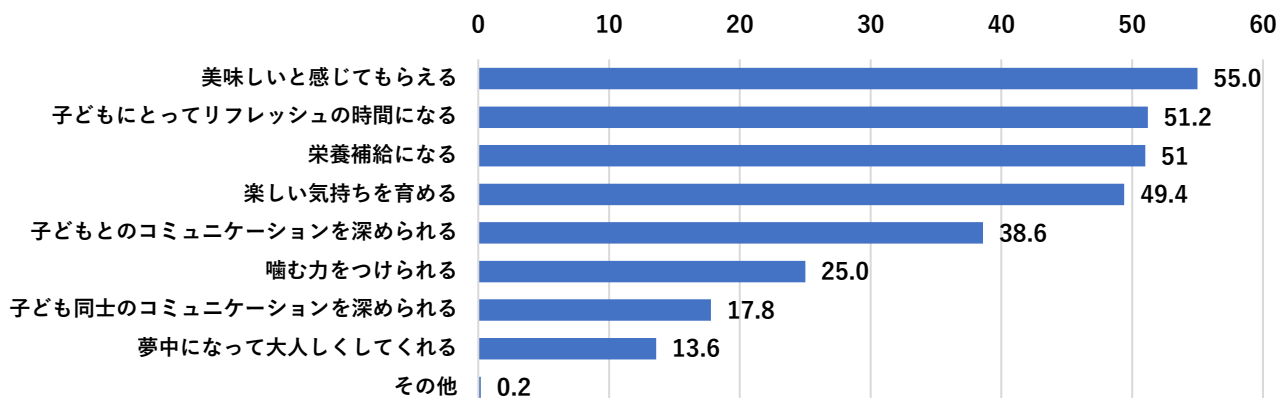
さらに“おやつ = 子どものリフレッシュタイム”にも期待

子どものおやつに期待することは何かを聞いたところ、「美味しいと感じてもらえる」が 55%で最も多い結果に。身体に優しいことも大事ですが、おやつを美味しいと感じてほしいという気持ちも強いことがわかる結果となりました。

また、「子どもにとってリフレッシュの時間になる」ことを期待する方も 51.2%という結果となり、おやつを食べる時間を通じて子どもがリフレッシュできることを期待するお母さんも多いことが伺えます。

Q7：子どものおやつに期待することはなんですか？

※n=500／単位=%／複数回答



おやつを選ぶとき「健康を考えたものを意識する」は7割以上、

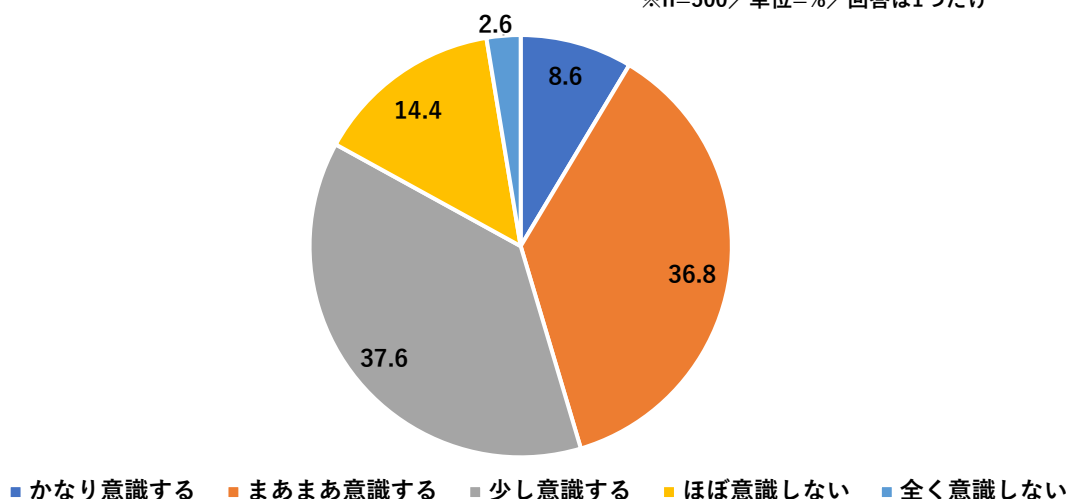
「知育要素を考えたものを意識する」も5割以上、おやつは身体づくりや学びを得るアイテムに

おやつを選ぶ際に子どもの健康や知育要素を考えたものを選ぶように意識することがあるか聞いたところ、健康を考えたものについては、「かなり意識する」、「まあまあ意識する」、「少し意識する」を合わせると77.0%の方が意識している結果に。また、知育要素を考えたものについては、「かなり意識する」、「まあまあ意識する」、「少し意識する」を合わせると53.0%の方が意識していると回答しました。

お母さんにとって子どものおやつは、ただ食べるために与えるものではなく、子どもの身体づくりや学びを得られるアイテムとしておやつを選んでいる方も多いことが伺える結果となりました。

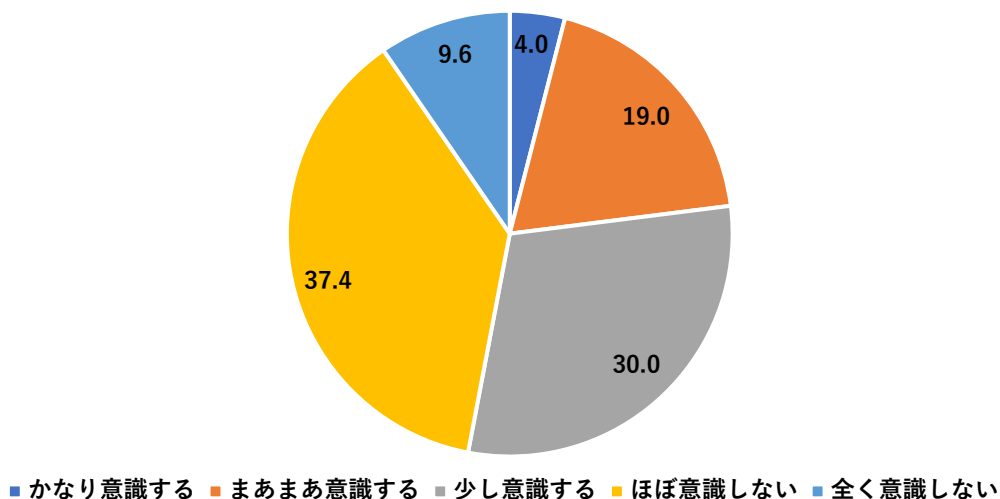
Q8：子どものおやつを選ぶ際に健康を考えたものを選ぶように意識することはありますか？

※n=500／単位＝％／回答は1つだけ



Q9：おやつを選ぶ際に知育要素を考えたものを選ぶように意識することはありますか？

※n=500／単位＝％／回答は1つだけ



【参考】

今回の調査により、子どもに与えるおやつについて、多くのお母さんが悩みを感じていることがわかりました。どんなおやつを選ぶべきか、いつ与えるのが良いかなど、子どもにとっても大事な時間である日々のおやつタイムをより良いものにしたいと考えているお母さんたちの悩みやギモンの声も多く寄せられました。

また、おやつ選びについては、ただ子どもが食べるためのものではなく、身体のことを考えられていること、学びを得られることも重要な選択肢となっていることがわかりました。

【調査概要】

- 調査名 : 「子どものおやつに関する調査」
- 調査地域 : 東京、神奈川、千葉、埼玉
- 調査対象 : 20歳～49歳の女性で3歳～6歳のお子様がいる方
- 調査期間 : 2021年8月23日～2021年8月25日
- 回答総数 : 500件
- 調査主体 : カンロ株式会社

※本調査をご使用になる際は、『カンロ株式会社「子どものおやつに関する調査」』と明記ください。

※2021年8月に実施した調査に関して、下記のとおり2022年に尾木先生に監修いただきました。

《親子のコミュニケーションを生む、楽しく遊びながら食べられる知育グミ「あそぼん！グミ」》

カンロでは、2022年3月に、五感を刺激する知育グミ「あそぼん！グミ」シリーズをリニューアルし、「あそぼん！グミ どうぶつの世界」「あそぼん！グミ うみの世界」「あそぼん！グミ ワクワクパック」の3商品を発売しています。



「あそぼん！グミ」は、『お菓子な、おもちゃ。』をコンセプトに、カラフルで様々な動物を模ったカタチが特徴の、親子で一緒に食べられるグミです。その特徴から、好奇心や五感を楽しく刺激し、楽しみながら食べられるため、いつものおやつ時間が親子のコミュニケーションの場になると、お子様とその親御様を中心にご好評を頂いています。

原材料には国産果汁を使用し、人工甘味料と合成着色料は不使用です。お子様へのちょっとしたご褒美やお楽しみのひとつとして安心して与えていただけます。

【リニューアルポイント】

- ① お子様の「噛む力」をより育めるように、グミの弾力をアップし、もちっとした食感になりました。
- ② 「知育」をテーマにした、想像力が膨らむ楽しい生き物の形の種類豊富なグミ型が見えるよう、窓開きパッケージにしたほか、お子様がグミを取り出しやすいよう、幅広パッケージに改良しました。
- ③ 「あそぼん！グミ どうぶつの世界」は、いちご味・ぶどう味・みかん味の3種類に、「あそぼん！グミ うみの世界」は、りんごソーダ味・メロンソーダ味・ソーダ味の3種類に変更しました。

様々なグミのカタチで会話が生まれ、楽しく遊びながら食べることができる「あそぼん！グミ」は、見て、触って、噛んで、おしゃべりしたくなる、お子様はもちろんパパ・ママにとっても嬉しいグミです。



「尾木ママ 一問一答」

「あそぼん！グミ」シリーズのリニューアルを記念して、教育評論家の「尾木ママ」こと尾木直樹さんに、お母さんたちから寄せられた「子どものおやつに関するギモン」にお答えいただく企画の第2弾をご紹介します。



尾木 直樹（尾木ママ）

1947年滋賀県生まれ。早稲田大学卒業後、私立海城高校、東京都公立中学校教師として、22年間子どもを主役とした創造的な教育を展開。その後22年間大学教育に携わり、合計44年間教壇に立つ。2004年に法政大学キャリアデザイン学部教授に就任。2012年4月法政大学教職課程センター長・教授。定年退官後、現在は法政大学名誉教授。主宰する臨床教育研究所「虹」では、所長として現場に密着した調査・研究に取り組んでいる。教育評論家として情報・教養番組からバラエティー番組、InstagramやTikTokなど様々なメディアで活躍、「尾木ママ」(明石家さんまさん命名)の愛称で幼児からお年寄りにまで親しまれている。『こわい顔じゃ伝わらないわよ——尾木ママの子育てアドバイス』(新日本出版社)など著書多数。

尾木ママへの質問①

おやつも栄養を考えなければいけないのでしょうか？

幼児期のおやつは成長に必要な栄養やエネルギーを補うための「第4の食事」と言われています。身体が小さくて胃の働きもまだ未熟なため、きちんと3回食事をして、摂れない栄養素が出てきてしまいます。おやつはそれらを補うために、とても重要な役割を持っています。乳製品や果物はもちろんですが、最近は幼児向けに特化した安心して与えられるお菓子も増えています。子どもが毎日食べるものですから、安心安全であるだけでなく、食べて美味しい、見て楽しいお菓子だと、子どもの成長発達にとってもより良い効果があると思います。

尾木ママへの質問②

時間を決めずにおやつをあげてしまうのはいいのでしょうか？

おやつは「間食」というくらいで、食事と食事のあいだに栄養を補ったり、エネルギーを補給したりするためにとるものです。幼児期は生活のリズムを整えることが第一で、朝昼晩の食事の時間が決まってから、その間におやつを取ります。おやつをあげる時に大切なのが、時間と量のある程度決めること。おでかけなどで、決まった時間におやつが取れない時は無理にあげる必要はありません。だらだらと時間を決めずにおやつを食べていると、いつも口の中に食べ物が残ってしまい虫歯になりやすくなります。時間を決めて習慣づけることで、おやつがもっと楽しみになりますよ。

尾木ママへの質問③

外出時のおやつを迷ってしまいます。どんなものが良いのでしょうか？

年齢にもよりますが、お子さんが食べられる量で、自分の手で持てて、ある程度長持ちするものが良いのではないのでしょうか。3歳以上であればお友達と一緒に食べたり、お菓子を分け合ったりと、おやつを介してコミュニケーションを図る楽しみを知ることも大切ですので、小分けになっているお菓子を選ぶと良いと思います。電車やバスの中では静かにさせるためにおやつを与えがちですが、誤嚥の危険性もありますので、「降りてから食べようね」と言葉で伝えて、我慢出来たらいっぱい褒めてから与えると、おやつが楽しみになると思います。市販品も上手に活用して、お子さんのお気に入りのおやつを探してみてくださいね。

<カンロ展開ブランド>



■会社概要

社名 : カンロ株式会社
代表 : 代表取締役社長 三須和泰
所在地 : 東京都新宿区西新宿 3 丁目 20 番 2 号 東京オペラシティビル 37 階
創業 : 1912 年(大正元年)11 月 10 日
事業内容 : 菓子、食品の製造および販売
URL : コーポレートサイト <https://www.kanro.co.jp/>
KanroPOCKeT <https://kanro.jp/>

当社は創業から百余年、社名になっている「カンロ飴」を始め、ミルクフレーバーキャンディ市場売上 No.1 ブランド※「金のミルク」、菓子食品業界で初ののど飴となる「健康のど飴」、大人の女性に向けたグミ市場を創り上げた「ピュレグミ」など、常に消費者の皆様から愛され続ける商品を創り続けてまいりました。2012 年からは直営店「ヒトツブカンロ」を運営し、「ヒトからヒトへ つながる ヒトツブ」をコンセプトにキャンディの魅力を発信しています。

※株式会社インテージ S R I + ミルクフレーバーキャンディ市場
2020 年 7 月～2021 年 6 月累計販売金額ブランドランキング

■パーパス「Sweeten the Future ～心がひとつぶ、大きくなる。～」



カンロは、2022 年、企業パーパス「Sweeten the Future ～心がひとつぶ、大きくなる。～」を定めました。変化が激しく、先行きが不透明・不確実な時代の中、カンロがこれまで歩んできた道程を確認の上、自分たちの未来への想いを言語化したものです。糖から未来をつくり、糖の力を引き出す事に挑み続けてきたカンロが企業活動の中で培った技術をさらに進化させることで、「心がひとつぶ大きくなる」瞬間を積み重ねて人と社会の持続可能な未来に貢献してまいります。