

令和 6 年 2 月

日本科学未来館イベント「こどもからみる不思議世界探求」
にご参加いただいた皆様へ

2024 年 1 月 4-6 日に上記イベントにご参加いただき、誠にありがとうございました。約 100 名のお子さんとその保護者の方に参加協力をいただき、大変貴重なデータを得ることができました。心より感謝いたします。

ここでは石川の担当した「食べ物の好き嫌いは行動に現れる？」というテーマの心理学実験について、基礎的なデータ解析が終わりましたので、参加された皆様全体の傾向について報告します。

研究実施者：石川光彦（一橋大学）

E-mail: mitsu.ishikawa@r.hit-u.ac.jp

研究概要

シェイクスピアの代表作の一つである『ハムレット』のなかに、『Life is a series of choices. (人生は選択の連続である)』、というセリフが登場します。ハムレット王が言うように、我々は日常の中でいろいろな選択を迫られますが、そのなかでもとくに健康へ直結する選択として『なにを食べるか』という食行動の選択が挙げられます。3 歳から 12 歳までの日本人のお子さんをもつ親 617 名を対象とした調査では、86.7%の親が子どもに好き嫌いがあると回答しました (<https://fumakilla.jp/tsukuttetabete/>)。幼少期の激しい偏食は、身体的、認知的、情動的発達の遅れの原因ともなり得るため (Kostecka, 2014)、多くの保護者もつ心配の種の 1 つかと思います。

では、子どもの好き嫌いの激しさ（偏食傾向）の個人差はどのような認知メカニズムによって生じるのでしょうか？成人を対象とした研究では、食行動を決定する要因として食べ物のもつ報酬的価値に着目した検討が盛んに行われてきました。例えば、日常で衝動的な食行動を抑えることができない肥満の成人では、食べ物の写真を見ている最中の脳の報酬系の活動が肥満でない成人と比べて増加していることが報告されています (Rothemund et al., 2007)。このことから、日常での食行動を決定する要因として食べ物への価値付けが関与している可能性が考えられます。

そこで、今回お子さんには接近一回避課題 (approach-avoidance task) という、画面に呈示される画像刺激に対する内的な（心の中での）動機づけを測る課題を行っていただきました (図 1)。各お子さんの食嗜好を反映するため、実際に選んでもらった好きな食べ物・嫌いな食べ物を課題に使用しました。お子さんには、画面に近いボタン、または画面から遠い

ボタンを押してもらいました。この課題では、「好きなものには近づきたい」、「嫌いなものからは離れたい」というヒトがもつ行動バイアスを利用して、反応時間を分析することにより、食べ物に対する動機付けを調べました。

具体的には、好きな食べ物に対して画面から近いボタンで、嫌いな食べ物に対して画面から遠いボタンで反応する（内的な欲求と一致）

ときは、好きな食べ物に対して画面から遠いボタンで、嫌いな食べ物に対して画面から近いボタンで反応するとき（内的な欲求と不一致）より反応時間が速くなることが予測されました。この反応時間の差は、お子さんが心の中でもっている食べ物に対する動機付けによって生じるものだと考えられます。

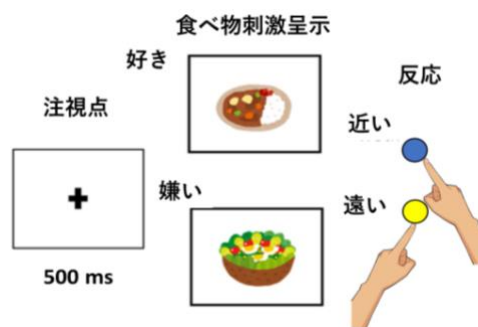


図 1. 実験課題の例。

結果

反応時間の平均値について条件ごとに比較したところ、予測通り、内的な欲求とボタンの位置が一致している際（696 ms）には、不一致なとき（739 ms）よりも反応時間が速くなることが統計的に有意に示されました（図 2）。このような条件間の反応時間の差は子どもの好きな食べ物と嫌いな食べ物に対する動機付けの違いを反映していると考えられます。

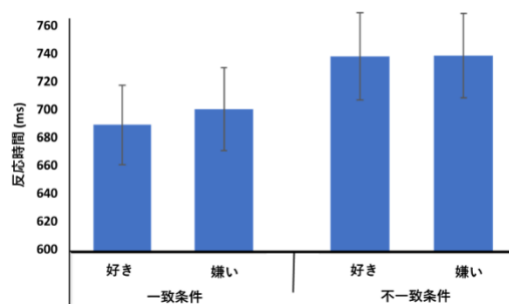


図 2. 条件ごとの反応時間の平均値。

お子さんが課題に参加中に保護者様に記入していただいた質問紙では、お子さんの食傾向について回答していただきました。質問紙で計測されたお子さんの偏食傾向が接近回避課題での食べ物に対する動機付けと関連しているかを、質問紙得点と反応時間の差分（不一致条件－一致条件）の相関分析によって検討しました。その結果、お子さんの偏食傾向が高いほど（好き嫌いが激しいほど）、反応時間の差分も大きいという正の相関がみられました（図 3）。この結果から、好き嫌いが激しいお子さんでは、好きな食べ物に対しての価値付けがより高まっていて、嫌いな食べ物に対しての価値はより低く見積もられていることが考えられます。

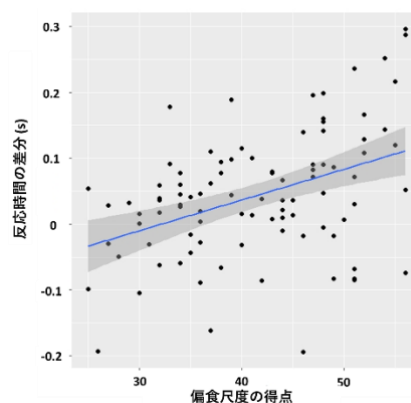


図 3. 偏食尺度得点と反応時間の差分の散布図。

本研究は、子どもの好き嫌いの激しさの背景にある認知メカニズムを検討する基礎研究でしたが、将来的には食行動の改善トレーニングへの応用へとつながるかもしれません。