

Ida Mustajärvi

Lapset ja nuoret ruoan kuluttajina

Asiakastyytyväisyystutkimus Seinäjoen Ruokapalveluille

Opinnäytetyö

Kevät 2013

Liiketalouden, yrittäjyyden ja ravitsemisalalan yksikkö

Liiketalouden koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Liiketalouden, yrittäjyyden ja ravitsemisalan yksikkö

Koulutusohjelma: Liiketalouden koulutusohjelma

Tekijä: Ida Mustajärvi

Työn nimi: Lapset ja nuoret ruoan kuluttajina: Asiakastyytyväisyystutkimus Seinäjoen Ruokapalveluille

Ohjaaja: Terhi Anttila

Vuosi: 2013

Sivumäärä: 90

Liitteiden lukumäärä: 3

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Seinäjoen Ruokapalvelujen koululais- ja lukiolaisasiakkaiden tyytyväisyyttä kouluruokaan. Opinnäytetyön ensimmäisenä tavoitteena on perehtyä ruoan kuluttamiseen ja erityisesti lapsiin ja nuoriin ruoan kuluttajina. Toisena tavoitteena on tehdä asiakastyytyväisyystutkimus Seinäjoen Ruokapalvelujen asiakspiiriin kuuluvissa kouluissa.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä tarkastellaan ruoan kuluttamista suomalaisessa yhteiskunnassa ottaen huomioon historian tapahtumat sekä tulevaisuudennäkymiin vaikuttavat paikalliset ja globaalit muutokset. Ruoan kuluttamisen haasteet sekä sille ominaiset ajan ilmiöt ovat tarkastelun alla. Erityisesti painudutaan ruoan kuluttamiseen lasten, nuorten sekä lapsiperheiden osalta.

Opinnäytetyön empiirinen osuus koostuu asiakastyytyväisyystutkimuksesta, joka toteutettiin neljässä alakoulussa, viidessä yläkoulussa ja kolmessa lukiossa. Tutkimusmenetelmäksi valittiin kvantitatiivinen tutkimus, pääasiassa laajan otannan vuoksi. Kyselyyn vastasi yhteensä 814 seinäjokelaista lasta ja nuorta. Asiakastyytyväisyyskyselyn avulla kyettiin tuottamaan Seinäjoen Ruokapalveluille ajankohdasta tietoa siitä, kuinka tyytyväisiä heidän koululais- ja opiskelija-asiakkaansa ovat kouluruokaan ja kuinka ruokailutilanteeseen liittyvät asiat ja toiminnot sujuvat. Lisäksi kyselyssä kerättiin kattavat listat vastaajien suosikki- ja inhokkiruoista ja toivomuksista kouluruokalistalle.

Vastaajat olivat pääasiassa tyytyväisiä ruokailutilanteeseen liittyviin asioihin ja järjestelyihin allergioiden ja erityisruokavalioiden osalta. Alakoululaisten osalta ruokailun rauhallisuus nousi merkittävimmäksi kehittämiskohteeksi. Myös ruoan ja salaatin maussa oli sekä nuorempien, että vanhempien vastaajien mielestä jonkin verran kehitettävää. Vastaajat olivat erittäin innokkaita antamaan monipuolista sanallista palautetta toimiviksi kokemista asioista ja kehittämiskohteista. Kysymyslomakkeita voidaan vastaisuudessa hyödyntää ja muokata niin koulujen kuin myös muiden Seinäjoen Ruokapalvelujen asiakasryhmien tarpeiden ja tyytyväisyyden kartoittamiseen.

Avainsanat: ruoan kuluttaminen, lapset, nuoret, kouluruoka

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: Business School

Degree programme: Degree Programme in Business Management

Author/s: Ida Mustajärvi

Title of thesis: Children and teenagers as food consumers: customer satisfaction measurement for the municipal catering services of Seinäjoki

Supervisor(s): Terhi Anttila

Year: 2013

Number of pages: 90

Number of appendices: 3

The purpose of the thesis was to examine how satisfied children and youth are with school lunches provided by the municipal catering services of Seinäjoki. The first aim included familiarizing with the food-consumption generally and pointing out especially the food consumption habits of children and youth. The second aim was to make a customer satisfaction survey in the schools that are customers of the municipal catering services.

The theoretical part of the thesis examines food consumption in modern society considering historical matters and also taking a look at the future. There are certain global and local factors having an influence on food consumption in the future. The theory also points out the challenges of the food consumption and certain phenomena of consuming food associated with our time. The most important part of the theory is examining how children, youth and families with underage children behave when consuming food.

The empirical part of the thesis consists of customer satisfaction surveys executed in 12 schools. Customer satisfaction was measured by a quantitative research method. The surveys were answered by 806 children and teenagers of 9 to 18 years of age. The municipal catering services of Seinäjoki benefitted from the topical information about their customers' opinions concerning the taste of food and other functions during the lunch hour. The catering services also received an inclusive list of favourite and non-favourite dishes and wishes for new courses in the school menu.

All the students were mainly satisfied with the operations concerning the school lunch system. The students also thought that diets and allergies were properly taken into account. The noise in the dining room was the most important thing to improve in elementary schools. Also the taste of food and salad needed some improvement according to the students in each age group. The verbal feedback was very rich, and the students actively pointed out the things they considered to be in order and the things that could be improved. The questionnaires used for the surveys can be utilized and modified to survey the needs and satisfaction among schools and other customer groups of the municipal catering services of Seinäjoki also in the future.

Keywords: food consumption, children, youth, food

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
Kuvio- ja taulukkoluetelo.....	7
1 JOHDANTO	9
1.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet	10
1.2 Seinäjoen Ruokapalvelut	10
1.3 Suomalaisen kouluruokailujärjestelmän kehitys	11
1.4 Tutkimus- ja kehitystoiminta lasten ja nuorten ravitsemuksessa	12
2 RUOAN KULUTTAMINEN	14
2.1 Muutoksia ruoan kulutusrakenteessa.....	14
2.2 Ruoan kuluttamisen haasteista	16
2.3 Ruokatrendit ja muuttuvat asenteet.....	16
2.4 Nykypäivän ruokailijatyypeistä	19
2.5 Lapsiperheet ja ruoan kulutuspäätökset.....	21
2.6 Lapset ja nuoret ruoan kuluttajina	22
2.6.1 Vanhempien asenteet ja lapsen ruokailutottumusten kehitys.....	23
2.6.2 Syömishäiriöt ruoan kuluttamiseen liittyvänä lieveilmiönä.....	24
2.6.3 Nuoret ja monimutkaiset paineet ruoan kuluttamisessa.....	26
2.6.4 Alaikäisiin kohdistuva elintarvikemarkkinointi.....	28
2.7 Muutosvoimien vaikutus ruoan kuluttamiseen tulevaisuudessa	29
2.8 Ruoan kuluttaminen tulevaisuudessa.....	31
3 TUTKIMUSTEN TOTEUTTAMINEN	36
3.1 Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä	36
3.2 Lomakkeiden suunnittelu	37
3.3 Tutkimuksen koordinointi ja otantamenetelmät	38
3.4 Aineiston keruu ja käsittely.....	39
3.5 Tutkimuksen reliabiliteetti.....	40
3.6 Tutkimuksen validiteetti.....	41
3.7 Tilastollinen testaaminen.....	42

4	ALAKOULUJEN TUTKIMUSTULOKSET	45
4.1	Vastaajien taustatiedot.....	45
4.2	Ruokailutottumukset koulun ulkopuolella	46
4.3	Tyytyväisyys.....	47
4.3.1	Ruokatauon pituus	48
4.3.2	Ruokailun rauhallisuus ja ruokailutilan mukavuus.....	48
4.3.3	Ruoan ulkonäkö	50
4.3.4	Lämpimän ruoan ja salaatin maku	51
4.3.5	Ruokien monipuolisuus	53
4.3.6	Allergiat ja erityisruokavaliot.....	53
4.4	Avoimet kysymykset.....	54
4.4.1	Mieliruoka koulussa	54
4.4.2	Epämieluisa kouluruoka.....	55
4.4.3	Mieliruoka kotona.....	56
4.4.4	Ehdotuksia ruokalistalle	57
5	YLÄKOULUJEN JA LUKIOIDEN TUTKIMUSTULOKSET	59
5.1	Vastaajien taustatiedot.....	59
5.2	Ruokailutottumukset.....	61
5.3	Tyytyväisyys.....	63
5.3.1	Ruokatunnin pituus	63
5.3.2	Ruoan ottaminen.....	64
5.3.3	Ruokailun rauhallisuus.....	65
5.3.4	Ruokasali on viihtyisä	66
5.3.5	Ruoan ulkonäkö	67
5.3.6	Ruoan lämpö.....	67
5.3.7	Ruoan ja salaatin maku	68
5.3.8	Ateriakokonaisuus ja ruoan jättäminen	70
5.3.9	Allergiat ja erityisruokavaliot.....	71
5.4	Arvosana kouluruoalle.....	72
5.5	Avoimet kysymykset.....	73
5.5.1	Suosikkiruoka.....	73
5.5.2	Ruoka, josta ei pidetä	74
5.5.3	Mieliruoka kotona.....	76

5.5.4 Toivomuksia ruokalistalle	77
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	78
7 POHDINTA	84
LÄHTEET	86
LIITTEET	90

Kuvio- ja taulukkoluetelo

Kuvio 1. Ruokailijatyypit Atrian kuluttajatutkimuksessa (2011).	21
Kuvio 2. Asteikko alakoululaisten mielipidekysymyksissä	38
Kuvio 3. Vastaajien sukupuoli alakoulujen kyselyssä (n=59).	45
Kuvio 4. Vastaajat luokka- asteittain (n=59).....	46
Kuvio 5. Alakoululaisten aamiaisen syöminen (n=59).....	47
Kuvio 6. Alakoululaisten lämpimän aterian syöminen kotona (n=59).	47
Kuvio 7. Alakoululaisten vastausasteikko.	48
Kuvio 8. Alakoululaisten mielipiteet ruokatauon pituudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.....	48
Kuvio 9. Alakoululaisten mielipiteet ruokailun rauhallisuudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.....	49
Kuvio 10. Alakoululaisten mielipiteet ruokailutilan mukavuudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.....	50
Kuvio 11. Alakoululaisten mielipiteet ruoan ulkonäöstä (n=56). Keskiarvo asteikolla 1–4.....	51
Kuvio 12. Alakoululaisten mielipiteet ruoan mausta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1– 4.....	52
Kuvio 13. Alakoululaisten mielipiteet salaatin mausta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.....	53
Kuvio 14. Alakoululaisten mielipiteet ruokien monipuolisuudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.....	53
Kuvio 15. Alakoululaisten mielipiteet allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioimisesta (n=12). Keskiarvo asteikolla 1–4.	54
Kuvio 16. Yläkoululaisten ja lukiolaisten sukupuolijakauma (n=752).	59
Kuvio 17. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ikäjakauma (n=748)	60
Taulukko 1. Kuluttajille tärkeät asiat elintarvikevalinnassa (Ruokatietoa 2011, 57).18	
Taulukko 2. Globaalien muutosvoimien uhkia ja mahdollisuuksia (Kirveennummi, Saarimaa, Mäkelä 2008).	31
Taulukko 3. Tilastolliset merkitsevyytasot (Heikkilä 2008, 195).	43
Taulukko 4. Tyttöjen ja poikien jakautuminen luokka- asteittain (n=57).	46

Taulukko 5. Alakoululaisten suosikkiruoat koulussa	55
Taulukko 6. Alakoululaisten inhokkiruoat koulussa	56
Taulukko 7. Alakoululaisten suosituimmat ruoat kotona.	57
Taulukko 8. Alakoululaisten ehdotukset kouluruokalistalle	58
Taulukko 9. Mies- ja naispuoliset vastaajat luokittain (n=746)	60
Taulukko 10. Yläkoululaisten ja lukiolaisten kouluaterian syöminen.	61
Taulukko 11. Yläkoululaisten ja lukiolaisten aamiaisen syöminen.	62
Taulukko 12. Yläkoululaisten ja lukiolaisten kotona ruokailu.....	62
Taulukko 13. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruokatunnin pituuteen. .	64
Taulukko 14. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruoan ottamisen vaivattomuuteen.....	65
Taulukko 15. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruokailun rauhallisuuteen.	66
Taulukko 16. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruokailutilojen viihtyisyyteen.....	66
Taulukko 17. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruoan ulkonäköön.	67
Taulukko 18. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruoan lämpöön.	68
Taulukko 19. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys lämpimän ruoan makuun.	69
Taulukko 20. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys salaatin makuun.	69
Taulukko 21. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ateriakokonaisuuden syöminen.....	70
Taulukko 22. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ruoan jättäminen.	71
Taulukko 23. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioimiseen	72
Taulukko 24. Yläkoululaisten ja lukiolaisten arvosana kouluruoalle.	72
Taulukko 25. Arvosanojen keskiarvot ikäluokittain.....	73
Taulukko 26. Yläkoululaisten ja lukiolaisten suosikkiruoat koulussa	74
Taulukko 27. Yläkoululaisten ja lukiolaisten inhokkiruoat koulussa.....	75
Taulukko 28. Yläkoululaisten ja lukiolaisten mieliruoat kotona.....	76
Taulukko 29. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ehdotukset kouluruokalistalle	77
Taulukko 30. Alakoululaisten keskiarvot ikäryhmittäin	79
Taulukko 31. Alakoululaisten tyttöjen ja poikien keskiarvot.....	80
Taulukko 32. Yläkoululaisten ja lukiolaisten keskiarvot ikäryhmittäin (p<0,05)	81
Taulukko 33. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyttöjen ja poikien keskiarvot (p<0,05)	82

1 JOHDANTO

Ravitsemuskeskustelu lienee yksi nykymedian lempilapsista. Säännöllisin väliajoin osansa aihekokonaisuudesta haalii myös kouluruoka. Eriäviä mielipiteitä kouluruoan laadusta, mausta ja alkuperästä on luettavissa niin Internetin keskustelupalstoilta, lehtien yleisönosastoilta kuin enemmän tai vähemmän tieteelliseen relevanssiin nojaavista tutkimuksista.

Kouluruokakeskustelu on ollut paljon pinnalla myös Seinäjoella viime aikoina. Sen vuoksi Seinäjoen Ruokapalvelut halusivat selvitettävän, kuinka tyytyväisiä heidän laajin asiakaskuntansa eli peruskoululaiset ovat kouluruokaan. Opinnäytetyön tutkimusosuuteen liittyy kyselytutkimus, minkä kohderyhmänä ovat alakoululaisten ja yläkoululaisten lisäksi myös lukiolaiset. Kysely toteutetaan 12 koululla ja vastauksia saadaan yhteensä 814 kpl. Kyseessä on ensimmäinen Seinäjoen Ruokapalveluille näin suuressa mittakaavassa toteutettu asiakastyytyväisyystutkimus.

Tasapainoinen ateria koulupäivän aikana on välttämättömyys lapsen ja nuoren jaksamisen kannalta. Kouluruoka on jakanut mielipiteitä jo vuosikymmenten ajan; yksi pitää sitä etuoikeutena, toinen välttämättömyytenä. Kouluruokailu on kuitenkin kokonaisuus, johon liittyy myös suuri kasvatuksellinen aspekti. Kyseessä on ennen kaikkea sosiaalinen tapahtuma, joka valmistaa lasta pienestä pitäen kommunikoi- maan muiden ihmisten kanssa, opettelemaan hyviä tapoja ja edistämään omaa terveyttään ja hyvinvointiaan.

On sanottu, että ihmisen tulisi nauttia kaksi lämmintä ateriaa päivässä. Kouluaterian tulisi sisältää kaikki täysipainoisen aterian ominaisuudet. Kouluruoka valmistetaan siten, että kohderyhmäkohtaiset ravitsemussuositukset täyttyisivät mahdollisimman hyvin. On puhuttu, että koulussa saatu ateria saattaisi joskus olla päivän ainut lämmin ateria, jonka lapsi saa. Oppiminen on koululaisen työtä. Oppimisesta ei kuitenkaan saada paljoakaan hyötyjä, jos tietoa ja taitoja koetetaan omaksua väsyneenä ja nälkäisenä.

Vaikka pääroolia tämän opinnäytetyön tutkimuksessa esittää luonnollisesti kouluruoka, huomioidaan siinä myös kouluruokailutapahtuma kokonaisuudessaan sekä lasten ja nuorten ruokailutottumukset koulun ulkopuolella. Pidemmällä tähtäimellä

on hyödytöntä tutkia pelkkää objektia, mikäli siihen liittyviä taustatekijöitä, syitä ja mahdollisia seurauksia ei huomioida. Hyvä ruokailukokemus pitää sisällään maistuvan, täyttävän ja terveellisen ruoan lisäksi myös viihtyisät puitteet, ruokarauhan, kiireettömän syömistapahtuman ja hengessä mukana olevan keittiö- ja opetushenkilökunnan.

1.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää koululais- ja lukiolaisasiakkaiden tyytyväisyyttä Seinäjoen Ruokapalvelujen tuottamaan kouluruokaan. Opinnäytetyön ensimmäisenä tavoitteena on perehtyä ruoan kuluttamiseen ja erityisesti lapsiin ja nuoriin ruoan kuluttajina. Toisena tavoitteena on tehdä asiakastyytyväisyystutkimus Seinäjoen Ruokapalvelujen asiakaspiiriin kuuluvissa kouluissa.

1.2 Seinäjoen Ruokapalvelut

Opinnäytetyön toimeksiantaja on Seinäjoen Ruokapalvelut, joka on Seinäjoen Kaupungin hallinnollinen tulosityksikkö. Ruokapalvelujen vastuualueeseen kuuluu koulu- ja päiväkotiruokailu, työpaikkaruokailu, terveyskeskusruokailu, vanhusten ruokailu palvelukeskuksissa sekä vierasruokailu. (Seinäjoen Kaupunki 2009, [viitattu 26.10.2012]; Åback 2012, [viitattu 13.2.2013]).

Ruokapalvelujohtaja Elli Åbackin (2012, [viitattu 13.2.2012]) mukaan Ravintokeskus toimittaa ruokaa 10 koululle Seinäjoella. Ruokapalvelujen piiriin kuuluu 34 erikokoista koulun keittiötä, joista valmistuskeittiöitä on tällä hetkellä 19 ja jakelu- tai palvelukeittiöitä 15. Valmistuskeittiöistä 6 ovat nk. palvelutaloja, joissa sijaitsee koulu ja päiväkotitoiminta. Valmistuskeittiöissä kaikki ruoka valmistetaan alusta loppuun itse, kun taas jakelukeittiöissä valmistetaan energialisäkkeet, kuten peruna, riisi ja pasta. (Åback 2011, 16). Myös salaattit tehdään pääosin itse ja kasvikset keitetään tarjoiluvalmiiksi. Pääruoka toimitetaan jakelukeittiöihin kuumana. (Åback 2011, 16; Åback 2012, [viitattu 13.2.2012]).

Åback (2012, [viitattu 13.2.2013]) kertoo Seinäjoen Ruokapalveluiden toimittavan päivittäin yli 8000 kouluruoka-annosta. Alakoulun oppilasateria -annos maksoi kaupungin sivistystoimelle vuonna 2012 2,60€. Vastaavasti yläkoulun oppilasateria-annoksen arvo oli 2,90 €. Aterioiden hintojen tulisi kattaa kaikki Ruokapalvelujen kustannukset, kuten palkat sivukuluineen, elintarvikkeet, muut tarvikkeet sekä keittiöiden vuokrat ym. ruokapalvelujen aiheuttamat kustannukset. Koulujen keittiöiden vaihtelevia kustannuksia seurataan säännöllisesti. Pääsääntöisesti kustannukset ovat korkeammat pienemmissä, kuin suuremmissa keittiöissä.

1.3 Suomalaisen kouluruokailujärjestelmän kehitys

Suomalaisen kouluruokailun juuret ulottuvat pitkälle. Jo 1600-luvulla koulupojat kiertelivät kylissä keräten avustuksia koulujen ylläpitämiseksi. (Kouluruokailun historiaa 2011, [viitattu 20.10.2012]). Avustukset olivat usein ruokaa tai muita hyödykkeitä. Kansakouluja alettiin perustaa 1800-luvulla, jolloin jouduttiin perustamaan myös oppilasasuntoloita. Asuntoloissa tarjottiin päivittäin lämmintä keittoruokaa. Koulun käyminen ei kuitenkaan 1800-luvulla ollut kovin yleistä, johon yhtenä syynä oli puute ravinnosta ja vaatteista. (Kouluruokailun historiaa 2012, [viitattu 20.10.2012]). Vuonna 1913 vähävaraiset koululaiset alkoivat saada valtiolta ravinto-apua ja kun oppivelvollisuus astui voimaan vuonna 1921, kouluruokailun järjestämisestä tuli tärkeä, kunnallinen kysymys.

Läpimurto suomalaisessa kouluruokailukysymyksessä tapahtui vuonna 1943, jolloin Suomessa asetettiin laki maksuttomasta kouluruokailusta. (Kouluruokailun historiaa 2012, [viitattu 20.10.2012]). Kunnat saivat toteutukseen viiden vuoden siirtymäajan, joten laillisesti maksuttoman kouluruokailujärjestelmän katsotaan alkaneen vuonna 1948. Oppilas velvoitettiin kansakoululaissa tekemään koulun työajan ulkopuolella kohtuulliseksi katsottu määrä työtä elintarvikkeiden kasvattamiseksi ja keräämiseksi koulun keittolaa varten. Koulujen opettajat velvoitettiin johtamaan kyseistä toimintaa.

Tänä päivänä kouluruokailu on osa opetussuunnitelmaa ja sillä on merkittävä osuus tapa- ja ravitsemuskasvatuksessa. Valtion ravitsemusneuvottelukunta (2008, 3) painottaa kouluruokasuosituksessaan kouluympäristön kaikkien sidos-

ryhmien tärkeyttä kasvattajina. On tärkeää, että yhteistyötä tekevät niin koulun johto- ja opetushenkilökunta, kuin vanhemmat, kouluterveydenhuollon ammattilaiset ja kuntapäätäjätkin. Kouluaterian tulisi suositusten mukaan (s. 8) kattaa kolmanneksen lapsen ja nuoren päivittäisestä energiansaannista. Kokonaisuudessaan täysipainoisen päivittäisen kouluaterian tulisi sisältää lämpimän ruoan, kasvislisäkkeen, ruokajuoman (maito tai piimä), leivän sekä levitteen. Mikäli pääateria on puuro tai keittoruoka, tulisi sitä täydentää leikkeleellä sekä hedelmillä, marjoilla tai kasvislisäkkeellä. Lisäksi oppilaille tulisi järjestää mahdollisuus välipalaan (s. 7), jos koulupäivä jatkuu ruokailun jälkeen pidempään kuin 3 tuntia.

1.4 Tutkimus- ja kehitystoiminta lasten ja nuorten ravitsemuksessa

Kouluruoasta, siihen liittyvistä ravitsemuksellisista kiistoista sekä asenteista löytyy runsaasti niin valtakunnallisen kuin paikallisenkin tason tutkimuksia. Suomalaisen ruokakulttuurin edistämishankkeita toteutti useita kouluruokaan liittyviä hankkeita vuosina 2009–2010 (Sre:n hankkeet 2010, [viitattu 15.8.2012]). Yksi näistä hankkeista oli Finlandssvenska Marthaförbundetin kanssa yhteistyössä kaavailtu Operation Skolmat, jossa pyrittiin vaikuttamaan ruokalistaan, vanhempiin ja koulujen keittiöhenkilökuntaan. Aisteihin ja makuihin perustuva Sapere -menetelmä oli tutkimuksen kulmakiviä. Toinen merkittävä projekti oli Tampereen Aterian toteuttama Kouluruoka tutuksi lasten ja nuorten vanhemmille. Projektiin liittyvillä toimenpiteillä pyrittiin vaikuttamaan ensisijaisesti vanhempien ja muiden aikuisten kouluruokaa kohtaan tuntemiin asenteisiin, jonka kautta taas lapsia ja nuoria pyritään ohjaamaan terveellisempiin ruokailutottumuksiin. (Järvinen & Tamiola 2011, [viitattu 15.8.2012]). SRE:n muita mahdollistamia hankkeita ovat mm. koulumarjoihin liittyvä hanke, ruoan arvostusta edistävä tv-ohjelma lapsille sekä ruokapalvelualan toimijoille suunnattu Ympäristöpassi -hanke. (Sre:n hankkeet 2010, [viitattu 15.8.2012]).

Kouluruokailusta löytyy todella runsaasti erilaisia kyselytutkimuksia varsinkin opin-
näytteinä ja pro - gradu -tutkielmina. Usein työt on tehty palvelujen tuottamisen, ravitsemustieteen tai kasvatustieteiden näkökulmasta. Tämän työn tutkimuslo-
makkeiden suunnittelussa käytettiin Ruokapalvelujen ohjeistuksen lisäksi hyväksi

Suomen Lasten Parlamentin laatimaa Lasten Ääni Lautaselle -kampanjan (2010, [viitattu 16.1.2013]) vapaasti käytettävää kyselymateriaalia. Osaa tutkimustuloksista voitiin verrata THL:n Kouluterveyskyselyn tuottamiin tuoreimpiin tuloksiin ja tiettyjä yhteneväisyyksiä löydettiin. Hyvin lähelle aihepiiriä osuu myös Seinäjoen Ammattikorkeakoulun opiskelija Salla Sankarin (2011) Seinäjoen Ruokapalveluille tekemä opinnäytetyö, jossa tutkitaan asiakastytyvyyttä päiväkotilasten ruokapalvelussa.

Työn empiirisessä osassa merkittävänä tukena on Hanna Leipämaa - Leskisen (2011) väitöskirja, jossa käsitellään ruoan kuluttamisen haasteita. Leipämaa - Leskinen pitää perusoletuksena sitä, että niin kuluttajan kuin kuluttamisen ristiriitaisuus ovat olennainen osa postmodernia kulutuskulttuuria. Erityisen osuvasti hän kuvailee ristiriitojen leimaavan ruoan kuluttamista. Merkityksistä, jotka liittyvät terveellisyteen, vastuullisuuteen, edullisuuteen ja turvallisuuteen, voi muodostua kuluttajalle päivittäisiä haasteita. Työssä pohditaan myös, millaista ruoan kuluttaminen on tulevaisuudessa. Pohdinnassa on tukena Kirveennummen, Mäkelän ja Saarimaan (2008) Tulevaisuuden tutkimuskeskukselle tuottama tutkimusraportti.

2 RUOAN KULUTTAMINEN

Suomessa siirryttiin 1900 -luvun aikana ruoan kulutuksen suhteen niukkuudesta yltäkylläisyyteen (Mäkelä, Varjonen & Viinisalo 2008, [viitattu 21.9.2012]). Nopean muutoksen suomalaisten syömisessä katsotaan alkaneen vasta 1950 -luvulla, koska toisen maailmansodan jälkeen elintarvikkeiden säännöstely jatkui vielä pitkään.

Mäkelä ym. (2008, [viitattu 21.9.2012]) valottavat monien yhteiskunnallisten muutosten vaikuttavan nykyisiin ruokailutottumuksiimme. Olemme siirtyneet teollistumisen ja kaupungistumisen johdosta ruoan tuottajista sen kuluttajiin. Elintaso on ollut noususuhdanteista ja naisen asema on merkittävästi muuttunut. Lisäksi tarjonnan rakenteellisia muutoksia ei sovi unohtaa; erilaiset ruokapalvelut ovat monipuolistuneet ja palveluja segmentoidaan tehokkaasti eri elämäntilanteissa olevien ja erilaisia arvoja omaavien yksilöiden tarpeiden mukaisesti. Huomiota kiinnitetään myös enenevässä määrin ruoan tuottamisen ja kuluttamisen ympäristövaikutuksiin.

2.1 Muutoksia ruoan kulutusrakenteessa

Elintarvikkeiden kuluttamista on tutkittu, vertailtu ja tilastoitu paljon. Nikkilä ym. (2008, 31) kuvailevat Kuluttajatutkimuskeskuksen raportissa elintarvikkeiden kulutuksen muutosta kotitalouksissa vuosina 1966–2006 merkittäväksi. Muutos kuvastaa koko yhteiskunta- ja tuotantorakenteemme muutosta. Maito, peruna ja itse leivottu leipä muodostivat 1960 -luvulla aterioiden rungon ja koska niitä tuotettiin itse maataloissa, niitä oli myös koko ajan saatavilla. Kyseisten ruoka -aineiden kuluttamisen tasainen pieneneminen liittyy elinkeinorakenteelliseen muutokseen; ihmiset siirtyivät kaupunkiympäristöön ja täten kaupunkimainen ruokatalous tuli osaksi arkea.

Nikkilän ym. (2008, 31) mukaan teollisten elintarvikkeiden tuotevalikoima kasvoi merkittävästi 1970 -luvulla. Maitotuotteita alettiin kuluttaa enemmän erilaisten markkinoille tulleiden juustojen ja jogurttien muodossa. Kun tarkastellaan maitotuotteiden kuluttamista lyhyemmällä aikavälillä, voidaan huomata maidon juonnin laskeneen n. kuusi litraa henkilöä kohden vuosina 1998–2008. Juuston kulutus

taas on vastaavasti noussut kilon. Maidon juonnin vähenemiseen on useita syitä; maitoa ei enää käytetä ruoanvalmistuksessa samalla tavalla kuin ennen ja maidon ruokajuomana ovat korvanneet vesi ja pullotetut vedet.

Nikkilä ym. (2008, 31) huomauttavat kalan kuluttamisen vähenemisestä erityisesti lapsiperheissä, joka haastaa pohtimaan, liittyvätkö syyt esimerkiksi perheen viikkorytmiin, johon tuoreen kalan valmistus ei välttämättä sovi aikataulullisesti. Pakas- tekalan kallis hinta ja lasten mahdollinen negatiivinen suhtautuminen kalaan aiheuttavat myös pohdintaa. Ovatko lapset esimerkiksi erityisen kriittisiä kalan ruotoisuudesta?

Marjojen ja hedelmien kuluttamisessa voidaan huomata huikeita eroja iän mukaan (Nikkilä ym. 2008, 31). Hankintamäärät ovat pysyneet vuosina 1998 ja 2006 lähes samoina, mutta eläkeläiset hankkivat esimerkiksi marjoja neljä kertaa enemmän kuin 25 -vuotiaat. Ero voi tutkijoiden mukaan johtua vanhempien ikäluokkien totumuksista ja taidoista käyttää marjoja ruoanvalmistuksessa ja lisukkeina, mutta myös siitä, että he säilövät niitä lapsiaan varten. Kasvisten kulutus taas on kasvanut jopa 3 kiloa vuodessa henkeä kohden ja kasvua leimaavat tomaattien, salaattien sekä pakastevihannesten hankinnat (s. 32).

Ei liene yllätys, että valmisruokien kuluttaminen on muutosarvoltaan todella merkittävä. Nikkilä ym. (2008, 32) kuvailevat etenkin aterian muodostavien valmisruokien hankintojen lisääntymistä radikaaliksi. Hankinnat ovat nelinkertaistuneet viimeisen reilun parinkymmenen vuoden aikana ja muutokset ovat tasaisesti kohdistuneet laatikkoruokiin, keittoihin, pastaruokiin, piirakoihin, pizzoihin, hampurilaisiin ja lasten ruokiin. Tiettyjen annoksen osien, kuten kalapuikkojen ja lihapullien kulutus on pysynyt melko vakiona, kasvua taas on erityisesti vuoden 1998 jälkeen ollut majoneesipohjaisten salaattien sekä perunatuotteiden ostoissa. Lisäksi käyttövalmiimmat tuotteet ovat kasvattaneet suosiotaan elintarvikehankinnoissa. Mitä nuoremasta ikäluokasta on kyse, sitä vähäisemmät ovat ruoanvalmistukseen käytettävien raaka -aineiden hankinnat. Hedelmämeijerijäsen hankinta on korvannut osan hedelmistä ja nuoret ovat omaksuneet uusien elintarvikkeiden, kuten nuudeliin ja pastojen sekä erilaisten pastakastikkeiden käytön.

2.2 Ruoan kuluttamisen haasteista

Ruoan kuluttamista voidaan tutkia ja analysoida monesta eri näkökohdasta useamman eri tieteenalan keinoin. Yhteiskuntarakenteen muutoksella ja ruoan saatavuudella on varmasti oma osuutensa siihen, kuinka ristiriitaista syömis- ja ostokäyttäytymisestä on tullut. Hanna Leipämaa - Leskinen (2011) on tutkinut väitöskirjassaan ruoan kuluttamisen ristiriitaisuutta. Hän muistuttaa (s.125) Gouldingin (2003) mukaan postmodernia kuluttajaa luonnehdittaneen vapaaksi toteuttamaan itseään ja ihanteitaan sekä vaihtamaan niitä sujuvasti eri tilanteesta toiseen. Kaikenlaisessa kuluttamisessa kohdataan erilaisia, hyvin monisyisiä ristiriitaisuuksia. Ristiriitaisuudet eivät kuitenkaan aina esiinny negatiivisessa kontekstissa, joskus ristiriitainen kuluttaminen voi olla voimavara tai elämäntapa. Ongelmallisena ristiriidat voidaan kuitenkin nähdä esimerkiksi syömishäiriöistä ruoan kuluttajaa tarkastellessa, josta kerrotaan tuonnempana.

Leipämaa - Leskinen (2011, 47–48) tuo esille erilaisia ruoan kuluttamisen ristiriitaisuuteen liittyviä vastinpareja, joita myös muut tutkijat ovat todenneet. Hänen tutkimustyönsä aineistossa yleisimpiä ilmi tulleita vastinpareja olivat vaivannäkövaivattomuus, terveellisyys-nautinto, yhdessä-yksin, taloudellisuus-tuhlaavaisuus sekä muita aineistoon koodattuja vastinpareja, kuten teknologia-luonto sekä uutuus-perinne. Kaikki edellä mainitut vastinparit puhuttelevat myös tämän opinnäytetyön teoreettista viitekehystä. Ristiriidat leimaavat lasten ja nuorten kohdalla koko perheen ruoan kuluttamista ja osin myös omillaan asuvien nuorten ruokailua. Terveellisyys-nautinto -vastinpari lienee yksi hallitsevista ristiriidoista syömishäiriöistä puhuttaessa, vaikka syömishäiriöitä harvemmin tarkastellaankaan kuluttajakäyttäytymisen näkökulmasta. Vaivannäkö-vaivattomuus taas ilmenee perheissä, joissa on paljon pieniä lapsia ja vanhemmat ehkä tasapainottelevat työn ja perhe-elämän yhteensovittamisen haasteiden kanssa. Perhe -elämän moninaisuuteen ja haasteisiin mahtuvat varmasti myös muut edellä mainitut vastinparit.

2.3 Ruokatrendit ja muuttuvat asenteet

Trendillä tarkoitetaan useiden, jopa kymmenien vuosien ajalla tapahtuvaa kysynnän kehityssuuntaa. (Bergström & Leppänen 2005, 65). Trendiä on käytetty apu-

na, kun on pyritty ennustamaan jonkun toimialan kehitystä. Kysynnän muutokset ovat kuitenkin nykypäivänä niin nopeita, että kehityksen ennustaminen trendin avulla saattaa olla joskus mahdotonta. Trendiin ei niinkään sisälly lyhytaikaiset vaihtelut. Bergström ja Leppänen (s. 65) muistuttavat trendin kuitenkin edelleen olevan kelpo työkalu graafisena havainnollistamistapana historiallista kehitystä seurattaessa.

Suomalaisten muuttuviin ruoka - asenteisiin esitettiin vuonna 2011 vuonna kuuluvan karppauksen, luomun, kokeilunhalun, lähiruoan ja ruokahifistelyn. (Ruokatie-toa 2011, 138). Karppaus eli vähähiilihydraattinen ruokavalio erilaisine variaatioineen on ollut niin näkyvä ilmiö, että joidenkin mielestä sen noudattaminen ja siitä keskustelu on saanut uskonnollisiakin piirteitä. Lähiruokaan ja luomuun kohdistuvien asenteiden tutkimisessa on syytä ottaa huomioon asenteet ja todellisuus; kyseiset ilmiöt voivat olla kuluttajalle hyvinkin tärkeitä, mutta kuluttaja ei esimerkiksi korkeampien hintojen vuoksi hanki tuotteita. Ruokahifistelyllä (mts.) tarkoitetaan ruoanlaittoon kohdistuvaa harrastuneisuutta; halua kokeilla vaativampia ja erikoisempiäkin reseptejä sekä ystäväpiirissä tapahtuvaa aktiivista keskustelua ruoasta, ravintoloista sekä ruokakaupoista.

Ravintoloitsijat Tommi Tuominen ja Tomi Björk sekä ruokatoimittaja Helena Saine - Laitinen keskustelivat 18.1.2012 Ylen Aamu tv -ohjelmassa alkaneen vuoden ruokatrendeistä. Suomalaisten todettiin olevan ruoan suhteen hyvin kokeilunhaluisia sekä kiinnostuneita eri maiden ruokakulttuurista ja mauista. Viime vuonna ruokatrendeissä pinnalla olivat muun muassa raw- ja superfoodit ja toissa vuonna sushi. Aasialainen ruoka on ollut suomalaisten suosiossa jo pitkään ja Björckin mukaan se on vihdoin myös tullut Suomeen jäädäkseen.

Saine - Laitinen luonnehti vuotta 2012 sananparrella ”Kaikki kukat saavat kukkia”. Tällä hän tarkoitti ruokatarjonnan tulevan lähelle kaikkia riippumatta, mihin ruokavalioon on ”hurahtanut”. Tuominen ja Björk peräänkuuluttivat pohjois- ja eteläamerikkalaisen keittiön makujen suosion kasvua sekä rennon syömisen korostumista. Niin kutsuttu ”fine dining” eli hienosti päivällistä syöminen tai illastaminen saa väistyä mukavuuden ja rentouden nostaessa suosiotaan ruokailussa. Lisäksi jaettavaiksi tarkoitettut ruoka- annokset tulevat mahdollisesti ravintolamaailmassa yleistyään.

Megatrendeistä puhuttaessa trendien on niin yleisesti kuin ruokamaailmassakin katsottu synnyttävän ns. vastatrendejä. Saine - Laitinen pohti valloillaan olevan karppaamisen vastatrendinä olevan Internetissä lisääntyneet leivontablogit. Toisena vastinparina on fastfoodin rinnalle tullut slow - food. Myös Atria- konsernin teettämässä kuluttajatyypitutkimuksessa toimittaja Niklas Thesslund (2012) peräänkuuluttaa nykypäivän ruokavalintojen kirjoa mainiten seuraavia trendi – vastatrendi -asetelmia:

- lähiruoka-einekset
- luomu-jalostettu
- eksoottinen-kotimainen
- pilleri-superfood
- klassikko-kokeellinen.

Vuonna 2011 kolme kuluttajille tärkeintä seikkaa ruoan valinnassa oli sopiva hintalaatusuhde, ruoan erinomainen maku sekä ravitsevuus (Taulukko 1). Myös herkullisuus ja muiden perheenjäsenten kyseisestä ruoasta pitäminen oli tärkeysjärjestyksen kärkikastissa. Nuorilla 18–24 -vuotiailla kuluttajilla ruoan herkullinen maku ja edullisuus olivat erityisesti edustettuina eri ruoka- aineiden ostopäätökseen vaikuttavissa tekijöissä. Maidon suhteen tärkeimmäksi seikaksi nousi kotimaisuus.

Taulukko 1. Kuluttajille tärkeät asiat elintarvikevalinnassa (Ruokatietoa 2011, 57).

Kuluttajille tärkeät asiat elintarvikkeiden valinnassa vuonna 2011	%
Hinta- laatusuhteeltaan sopivaa	63
Maultaan erinomaista	54
Ravitsevaa	50
Herkullista	47
Sellaista, että muutkin perheenjäsenet pitävät	35
Edullista	34
Sopiva pakkaus- ja annoskoko	34
Terveyttä ylläpitävää	33
Ei sisällä lisäaineita	30
On tuotettu/ valmistettu lähellä	22
Helppokäyttöistä	19
Helposti saatavilla	19
Nopeaa valmistaa/syödä	18

Ympäristöystävällisesti tuotettua/ valmistettua	15
Luonnonmukaisesti tuotettua	13
Halpaa	13
Eettisesti tuotettua	9
Sairauksia ehkäisevää	8
Tietyn valmistajan/tietyn merkkistä	2
Yksilöllistä	2
Muuta	2
15-75- vuotiaat, n=6771	

2.4 Nykypäivän ruokailijatyypeistä

Kun puhutaan erilaisista ruokailijatyypeistä, lienee syytä tarkastella erilaisia kuluttajatyyppejä yhdessä nykypäivän ruokatrendien kanssa. Ruokaa, kuten muitakaan kuluttamisen kohteita ei luonnollisesti voida täysin rinnastaa kuluttajatyypien teoreettisiin malleihin. Lienee siis järkevää tarkastella ruokailijatyyppejä eri kuluttajatyypien ja nykypäivänä vallitsevien ruokavalioiden osittaisista aspekteista.

Perinteisistä ruoan kuluttamiseen rinnastettavista kuluttajatyypeistä voimme tunnistaa ainakin vihreän kuluttajan, hintatietoisen kuluttajan ja ns. statuskuluttajan. Noora Kolis (2012, 10) kertoo Schiffmanin & Kanukin (2004, 372 – 373; 386) mukaan statuskuluttajan haluavan kuulua korkeampaan sosiaaliluokkaan kuin mihin hän todellisuudessa kuuluu ja täten ilmentävän haluaan myös ostovalinnoillaan. Ilmiö voidaan tunnistaa myös ruoan kuluttamisessa. Kyse on elämäntyylistä ja myös omista ihanteista, joita toki määrittelee myös vihreä kuluttaminen ja hintatietoinen kuluttaminen. Luultavasti ruoan kuluttamista analysoidessa ruokailijatyypit eivät ilmennä vain yhtä tyyppittelyä, koska ruoka laajana käsitteenä ja välttämättömänä kulutushyödykkeenä pakottaa lukemaan määrittelyihin mukaan runsaasti erilaisia huomioita.

Tutkimuksen kohderyhmän iän voidaan katsoa poissulkevan tiettyjä ruoan kuluttamiseen liittyviä mahdollisuuksia. Edelleen on tarkasteltava koko perheen ruoan kuluttamista. Poikkeuksena ovat lukiolaiset, joista osa asuu ehkä jo omillaan oikeutettuna opintotukeen ja asumislisään. Osa heistä saattaa myös työskennellä opintojensa ohella mahdollistaen täten monipuolisempia kulutusvalintojaan. Kotona asuvien koululaisten ns. tulot ovat lähinnä yksilöllisiä viikkorahoja, joilla tuskin

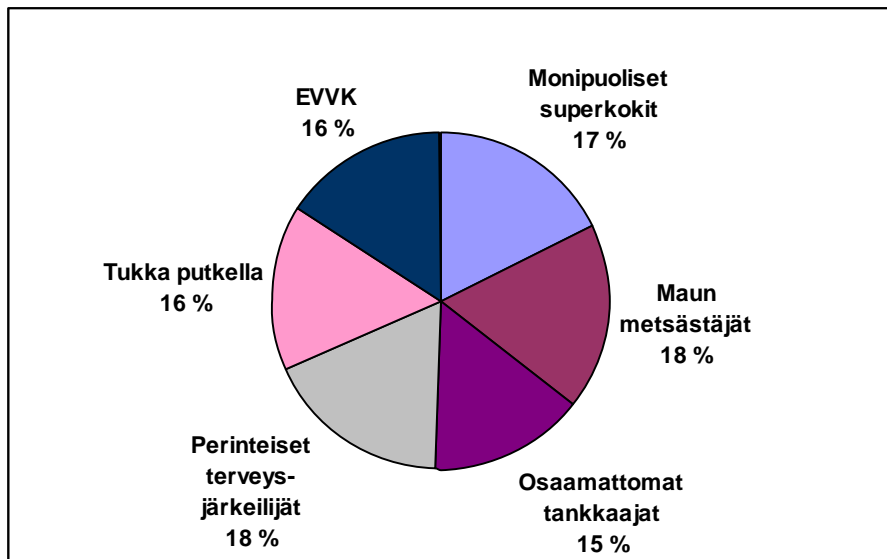
katetaan päivittäisiä elintarvikeostoksia. Kotona asuville lapsille ja nuorille jää vaihtoehdoksi vedota vanhempiensa tai huoltajiensa ostotottumuksiin.

Atria teetti vuonna 2011 (19–21) tutkimuksen erilaisista ruoan kuluttajatyypeistä Suomessa. Pinnalle nousi viisi erilaista ruokailijaa; monipuoliset superkokit, maun metsästäjät, osaamattomat tankkaajat, perinteiset terveysjärkeilijät, tukka putkella-kuluttajat sekä EVVK- kuluttajat (Kuvio 1). Monipuoliset superkokit ovat kaikin puolin tarkkoja ruoan terveellisyydestä, eettisyydestä ja ekologisuudesta. He haluavat ruokavalionsa paljon proteiinia, kuitua ja vitamiineja välttämättä sokeria ja hiilihydraatteja. Monipuolisille superkokeille on tärkeää ruoan tuoma hyvä olo. Perinteisiä superkokkeja on eniten yli 55 -vuotiaissa naisissa ja heillä on muita kuluttajia enemmän riesana korkea verenpaine, kolesteroli sekä diabetes. Perinteiset terveysjärkeilijät ovat melko samankaltaisia monipuolisten superkokkien kanssa, mutta he noudattavat muita useammin erityisruokavaliota ja pitävät tärkeänä ruoan kotimaisuutta. Yli puolet heistä on yli 45 -vuotiaita ja 70 % on naisia.

Maun metsästäjät ovat yleensä 25–34 -vuotiaita, terveydentilaansa hieman keski-vertoa parempana pitäviä kuluttajia (Atrian kuluttajatutkimus 2011, 20). Heille lisäaineilla, ympäristöystävällisyydellä tai ruoan vitamiineilla, rasvalla, suolalla ja sokेरilla ei niinkään ole merkitystä. Ruoan avaintekijänä toimii hyvä maku ja he ovat myös valmiita kokeilemaan uusia makuja. Osaamattomia tankkaajia voidaan luonnehtia maun metsästäjistä pari astetta rappioituneemmaksi ryhmäksi. He pitävät tutuista mauista ja tärkeintä heille on, että ruoka on täyttävää ja se poistaa nälän. Heille lisäaineilla, raaka -aineiden tuoreudella, sokeri- ja rasvapitoisuuksilla ja kalorimäärillä ei ole merkitystä.

Atrian kuluttajatutkimus (2011, 22) kertoo Tukka putkella -kuluttajien olevan jokseenkin samoilla linjoilla superkokkien ja terveysintoilijoiden kanssa. Heille tosin lisäaineiden määrällä ei ole väliä. Ruoan tärkein tehtävä on nälän tunteen vieminen. Yleensä he ovat alle 55 -vuotiaita, tasaväkisesti miehiä ja naisia. He kiinnittävät tavallisesti terveydentilaan, allergioihin ja verenpaineeseen enemmän huomiota kuin keskivertosuomalainen kiinnittäisi. EVVK -kuluttajat taas syövät yleensä tuttuja ja turvallisia ruokia, eivätkä kiinnitä huomiota terveellisyyteen, ympäristöystävällisyyteen, vastuullisuuskysymyksiin, tuoreuteen tai lisäaineiden määrään. He kiinnittävät myös muita harvemmin huomiota esimerkiksi ylipainoon ja erityisruo-

kavalioihin. Heistä suurin ryhmä koostuu 45–55 -vuotiaista ja heistä 66 % on miehiä.



Kuvio 1. Ruokailijatyypit Atrian kuluttajatutkimuksessa (2011).

2.5 Lapsiperheet ja ruoan kulutuspäätökset

Kuten aikaisemmin jo mainittiin, vanhemmat tai huoltajat ovat ostopäätöksen tekijöinä ja ensisijaisesti kasvattajina vastuussa lasten monipuolisesta ravinnon saannista sekä terveyttä edistävien ja sitä ylläpitävien ateriointimallien omaksumisesta. Suomalaisen perheen keskokoko oli vuonna 2010 2,79 henkilöä ja erilaisia lapsiperheitä oli yhteensä 582 360. (Ruokatietoa 2011, 13). Lapsiperheväestön osuus koko väestöstä taas oli 40,8 %.

On esitetty, että ostokäyttäytymiseen vaikuttaa kolme kokonaisuutta: demografiset tekijät, psykologiset tekijät sekä sosiaaliset tekijät (Bergström & Leppänen 2005, 99). Demografiset tekijät ovat väestötekijöitä, kuten esimerkiksi ikä, sukupuoli, siviilisääty, asuinpaikka ja asumismuoto, perheen elinvaihe ja koko, liikkuvuus maan sisällä, kieli, uskonto, rotu, tulot, käytettävissä olevat varat, kulutus ja tuotteen omistus (s. 100). Demografisilla tekijöillä ei kuitenkaan pystytä selittämään lopullisia ostopäätöksiä, kuten esimerkiksi sitä, miksi perhe on uskollinen tietylle tuotemerkille. Lopullisia ostomotiiveja pyritään selvittämään psykologisten ja sosiaalisten tekijöiden avulla. Elämäntyylin psykologisia tekijöitä ovat tarpeet, motiivit, inno-

vatiivisuus, oppiminen sekä arvot ja asenteet (s. 101). Ostokäyttäytyminen muoutuu vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa, joten psykologiset tekijät eivät täysin ole erotettavissa sosiaalisista tekijöistä.

Vuonna 2011 julkaistu yhdysvaltalaisstudkimus todistaa perheen yhteisillä ruokailuhetkillä olevan positiivisia vaikutuksia lasten ja nuorten terveyteen ja hyvinvointiin. (Fiese & Hammons 2011, [viitattu 16.10.2012]). Tutkimustulosten mukaan kolmesti tai useammin viikossa perheen kanssa yhdessä aterioivat lapset ja nuoret pysyivät 12 % todennäköisemmin normaalipainon rajoissa, kuin harvemmin perheen kanssa aterioivat. Lisäksi he omaksuisivat 20 % todennäköisemmin terveellisiä ruokailutapoja ja heillä oli 35 % todennäköisyys välttää syömishäiriöriskeiltä verrokkeihinsa katsottuna.

Monet asiantuntijat painottavat perheen yhteisen ruokailuhetken tärkeyttä hektisessä nyky-yhteiskunnassa. Välimeren maissa perheen suuri merkitys ja pitkät yhdessä vietetyt ruokailuhetket ovat itsestään selvä osa arkea, mutta Suomessa lapset ja nuoret syövät usein ilman vanhempiaan. Stakesin kouluterveyskyselyn (2011) mukaan vain 44 % 8–9 -luokkalaisista nuorista syö yhteisen aterian perheensä kanssa. Lukiolaisilla vastaava osuus on 43 %. Vastauksista kävi myös ilmi, että vastaajista 12 % perhe ei aterioi yhdessä iltapäivällä tai illalla, vaan jokainen syö jotakin jääkaapista.

2.6 Lapset ja nuoret ruoan kuluttajina

Lasten ja nuorten ruoan kuluttamiseen vaikuttanee tietyissä juridisen vajaavaltaisuuden (tässä: alaikäisyyden) raameissa samat asiat, kuin kuluttamisen päätöksiin yleensäkin. Pienemmät lapset syövät yleensä samaa ruokaa kuin vanhempansa-kin, mutta murrosikä vaikuttaa eri vaihtoehtojen tiedostamiseen ja nuoren arvomaailman muodostumiseen. Arvomaailmaan ovat monissa tapauksissa kytköksissä myös ruokailuvalinnat. Lisäksi ulkonäköpaineet, harrastukset ja median sekä ystäväpiirin vaikutus luovat puitteita erilaisille ruokailutottumuksille tai ainakin niiden kokeilemiselle. Tässä osiossa pyritään kertomaan lasten ja nuorten ruoan kuluttamisesta pääasiassa erilaisista perimään ja kuluttajaympäristöön liittyvistä lähtökohdista.

2.6.1 Vanhempien asenteet ja lapsen ruokailutottumusten kehitys

On osoitettu, että pohja lapsen kulttuurisille makumieltymyksille muodostuu varhain; tutkimusten mukaan jo äidin raskausaikainen ruokavalio vaikuttaa siihen, minkälaisia makuja lapsi hyväksyy parhaiten. (Ravitsemus ja ruokavalio, [viitattu 11.7.2012]). Bergström ja Leppänen (2005, 106) muistuttavat asenteiden voivan katsoa syntyvän tiedon, kokemuksen ja ryhmien sekä ympäristön vaikutuksesta. Asenteita on hidasta muuttaa; kuitenkin negatiivisia asenteita voidaan omaksua hyvinkin nopeasti. Hasunen ym. (2004, 37) kertovat ruoka - neofobian eli varautuneisuuden uusia ruokia kohtaan olevan tyypillistä lapsille ja vanhempien on tärkeää ymmärtää, että uusiin ruokiin totuttelemineen on aikaa vievä prosessi. Vanhempien kehumineen ja kannustamineen on tärkeää kun lapsi opettelee hyväksymään uusia ruokia. Lasta ei myöskään saisi koskaan pakottaa syömään.

On olemassa lukuisia esimerkkejä siitä, kuinka lapsuudessa koetut negatiiviset kokemukset ruoan suhteen vaikuttavat vielä aikuisiälläkin. Joku saattaa muistaa, kuinka hänet on pakotettu syömään lautasellinen puuroa tyhjäksi, jonka vuoksi hän ei aikuisenakaan siedä puuroa. Mainitun esimerkin yhteydessä voidaan puhua ruoka -aversiosta eli vastenmielisyydestä tiettyjä ruokia kohtaan (Hasunen ym. 2004, 137). Ruoka -aversioita voidaan vähentää, kun tiettyä ruokaa syödään toistuvasti pieniä määriä.

Mannerheimin lastensuojeluliitto muistuttaa lasten vanhempia säännöllisen ateriaritmin tärkeydestä. Kouluruoan lisäksi aamiainen, koulun jälkeinen välipala, päivällinen ja iltapala kuuluvat luonnollisena osana kouluikäisen ruokavalioon. Vanhempia kehotetaan myös kysymään lapselta hänen koulupäivänsä syömisestä ja osoittamaan puheissaan arvostusta kouluruoalle, olivatpa omat kouluruokamuisot minkälaisia tahansa.

Murrosikäinen saattaa pyrkiä hallitsemaan kehonsa nopeita muutoksia ruoan avulla, jolloin vaarana voi olla joko liian niukka tai runsas ruokavalio. (Ravitsemus ja ruokavalio, [viitattu 11.7.2012]). Ateriaritmin lisäksi vanhempien olisi hyvä kiinnittää huomiota nuoren ruokavalion kompastuskiviin, kuten mahdolliseen liialliseen kofeiinin saamiseen kahvin ja energiajuomien muodossa sekä sokerin ja jalostettujen ruoka- aineiden käyttöön. Kahvia ja energiajuomia ei suositella lainkaan alle 15

-vuotiaiden käytettäväksi, koska kofeiini jo pieninä määrinä voi aiheuttaa muun muassa ärtyneisyyttä ja unihäiriöitä. Energiajuomiin lisättyjen vitamiinien ja piristäviksi tarkoitettujen aineiden pitkäaikaisempia vaikutuksia taas ei tunneta.

Järvinen & Tamiola (2011, 1) kertovat Tampereen Aterian vuonna 2008 teettämästä asiakastyytyväisyystutkimuksesta, joka kertoi kouluruoan imagon heikkenemisestä etenkin yläkoululaisten keskuudessa. Johdannossa mainittiin Tampereen Aterian toteuttamasta Kouluruoka tutuksi lasten vanhemmille - hankkeesta, jonka tarkoituksena oli vaikuttaa vanhempien ja muiden aikuisten asenteisiin kouluruokaa kohtaan. Projekti liittyi laajempaan Järkipalaa - hankkeeseen ja se toteutettiin Tampereen alueen koulujen 7–8 -luokkalaisten oppilaiden vanhempien vanhempainilloissa. Ideana oli toteuttaa vanhempainilta ns. ruokajuhlana, jossa vanhemmille tarjottiin samaa kouluruokaa kuin heidän lapsensa olivat samana päivänä syöneet. Vanhempainillassa toteutettiin myös tietoisuus, joka käsitteli muun muassa nuorten ruokavalintoja, säännöllisen ateriaritmin merkitystä sekä perheen yhteisen ruokailuhetken tärkeyttä (s. 2). Vanhempien yhteistyö tuotti tulosta; oppilaat kokivat ruoan alkaneen maistumaan selvästi paremmalta (s. 1). Hankkeen aikana ei puututtu millään tavoin ruoan makuun, vaan pääpaino oli aikuisten asenteiden muuttamisessa sekä viihtyisän ruokailuympäristön luomisessa.

2.6.2 Syömishäiriöt ruoan kuluttamiseen liittyvänä lieveilmiönä

Hasunen ym. (2004, 141) kertovat, että vanhempien olisi hyvä tiedostaa, mitä he puhuvat ruoasta ja syömisestä lasten kuullen. Laihduttamisesta, paino- tai terveysongelmista ja epäterveellisistä ruoista puhuttaessa on syytä muistaa, että asenteet vaikuttavat helposti lapsiin. Syömishäiriöt ovat nykypäivän ehkäpä vakavimpia ruoan kuluttamiseen liittyviä lieveilmiöitä. Perinteisesti niitä saatetaan edelleen pitää nuorten tyttöjen ja naisten sairauksina ja Syömishäiriöliitto vahvastaakin, että eniten syömishäiriöistä kärsivät juuri kyseiset kohderyhmät. Anoreksiaa ja bulimiaa esiintyy yleisimmin 15–20 -vuotiaiden keskuudessa, mutta syömishäiriöön voivat sairastua jo alle 10 -vuotiaat lapset. Myös aikuisiällä sairastuminen on mahdollista.

Syömishäiriöitä sairastavien määrästä Suomessa on melko vähän käytettävissä tarkkaa tutkimustietoa. (Syömishäiriöliitto 2011, [viitattu 1.12.2012]). Arvioiden mu-

kaan anoreksiaa sairastaa kuitenkin 0,5–1 % ja bulimiaa 1-3 % 12–24 -vuotiaista tytöistä ja naisista. Poikien ja miesten osuuden kaikista syömishäiriöön sairastuneista, riippuen syömishäiriötyypistä, arvellaan olevan 10 %.

Syömishäiriöliitto huomauttaa syömishäiriöiden yhdistettävän usein virheellisesti vain laihuuteen. Suurin osa syömishäiriötä sairastavista ovat kuitenkin joko normaali- tai ylipainoisia ja lääketieteellisen aliravitsemuksen kriteerit täyttää vain pieni osa sairastavista. Anoreksiaa eli laihuushäiriötä sekä bulimiaa eli ahmimishäiriötä pidetään kenties tunnetuimpina syömishäiriöinä, mutta suurin osa syömishäiriötä sairastavista kärsivät Suomen Mielenterveysseuran (2012 [viitattu 1.12.2012]) mukaan epätyypillisistä syömishäiriöistä. Epätyypilliset syömishäiriöt on luokiteltu epätyypillisiin laihuushäiriöihin ja epätyypillisiin ahmimishäiriöihin. Syömishäiriöliiton mukaan epätyypilliset syömishäiriöt saattavat vaikkapa muistuttaa anoreksiaa ja bulimiaa, mutta joku niille keskeinen oire puuttuu tai on lievempi, jolloin diagnoosia anoreksiasta tai bulimiasta ei voida tehdä.

Lyhyesti sanottuna anoreksiaa sairastavalle on tyypillistä syömisen välttely ja säännöstely, jota seuraa painon putoaminen (Syömishäiriöliitto 2011, [viitattu 1.12.2012]). Anorektikko pyrkii myös usein kontrolloimaan painoaan hyvin runsaalla, pakonomaisellakin liikunnalla. Bulimiaa sairastava on toistuvien ahmimiskohtauksien myötä kadottanut tunteen syömisen hallinnasta. Ahmimisen jälkeen sairastunut yrittää pyrkiä syömästään ruoasta eroon esimerkiksi oksentamalla, paastoamalla, laksatiivien käytöllä tai runsaalla liikunnalla. BED eli binge eating disorder (suom. lihavan ahmimishäiriö) taas on epätyypillisen ahmimishäiriön aladiagnoosi. Sairaus on bulimian kaltainen sillä erotuksella, että ahmitusta ruoasta ei pyritä eroon, jolloin seurauksena on yleensä ajan kuluessa vaikea lihavuus.

Viime vuosina on mediassa puhuttu ortoreksiasta, joka tarkoittaa pakkomielletttä terveellisestä ruoasta (Syömishäiriöliitto 2011, [viitattu 2.12.2012]). Ortoreksia saattaa puhjeta esimerkiksi urheilijalla, kun hän on saanut fyysisen vamman, joka estää harjoittelun. (Suomen Mielenterveysseura 2012, [viitattu 2.12.2012]). Ortoreksia saattaa myöhemmin johtaa anoreksiaan tai bulimiaan. Lihasdysmorfiata sairastava henkilöllä on pakonomainen tarve kasvattaa lihaksiaan. Yleensä lihasdysmorfiasta kärsivät ovat hyvin lihaksikkaita, mutta siinä missä anorektikot näkevät itsensä lihavana, sanelee myös lihasdysmorfikoiden kehonkuvaa vääristymä;

he pitävät itseään hintelinä ja heikkoina. Ortoreksia ja lihasdysmorfia kuuluvat miehillä tavallisimpiin syömiseen ja kehonkuvaan liittyviin häiriöihin.

2.6.3 Nuoret ja monimutkaiset paineet ruoan kuluttamisessa

Syömishäiriöihin liittyvät ongelmat tunnistetaan tänä päivänä hyvin moniulotteisiksi ja tutkijat ymmärtävät niiden vaativan myös yhdistettävyyttä eri hoitokeinoissa (Kauffman & Landrum 2013, 282). Syömishäiriöihin on arveltu vaikuttavan muun muassa perhesuhteiden, geneettisten ominaisuuksien ja laihuutta ihannoivan kulttuurin. Ruoan ylenmääräiset kuluttamismahdollisuudet ovat omalta osaltaan mahdollistaneet kasvanutta ylipainoepidemiaa. Lapsuusajan lihavuuden kerrotaan usein olevan pysyvää (Lasten lihavuus 2007, [viitattu 22.1.2012]). Vuonna 2007 lihaviin lasten ja nuorten määrän kerrottiin lähes kolminkertaistuneen viimeisen kahden vuosikymmenen aikana. 15–24 -vuotiaista naisista 14 % on ylipainoisia ja miesten vastaava osuus kyseisessä ikäluokassa on 29 % (Ruokatietoa 2011, 69).

Aikaisemmin tässä luvussa käsiteltiin ruoan kuluttamiseen liittyviä ristiriitoja erilaisen vastinparien kautta. Kuten jo mainittiin, syömishäiriöitä harvemmin käsitellään kuluttajakäyttäytymisen näkökulmasta, koska kyseessä on psyykinen sairaus. Kuitenkin terveys-nautinto -vastinparin voitaisiin ajatella kuvaavan myös syömishäiriötä sairastavan suhdetta ruokaan. Leipämaa - Leskinen muistuttaa, että ruoan paradoksaalista luonnetta voidaan Ibidin (152–153) mukaan jäsenellä jopa niinkin raadollisten paradoksien kautta, kuin mielihyvä-mielipaha, terveys-sairaus ja elämä-kuolema. Nämä paradoksit ovat läsnä myös syömishäiriöisen maailmankuvassa.

Hoikkaa ja lihaksikasta vartaloa tunnutaan pitävän itseisarvona hyvinvointiyhteiskuntien mahdollistamissa kulttuureissa. Kun Internetin hakukoneeseen kirjoittaa taikasanana ”laihutus”, huomaa astuneensa ulkonäkökeskeisyyden loputtomaan erämaahan, johon liittyy laihdutus-sivustojen, dieetti-informaatioiden ja erilaisten blogien lisäksi myös hyvin sairaalloista materiaalia. Jokunen vuosi sitten kohua herättivät pro - ana -sivustot. Pro -ana -termi tulee sanoista pro - anorexia. (Pottonen, 2008, [viitattu 4.1.2013]). Sivustoilla mainostetaan anoreksiaa elämäntapana, ei niinkään sairautena. Käyttäjät kannustavat itseään toisiaan laihduttamaan

inspiroivilla ”thinspiration” - kuvilla, joissa esiintyy anorektisen laihoja malleja, usein muokattuina kuvankäsittelyohjelman avulla entistä laihemmiksi. Lisäksi sivuilla jaetaan laihdutus- ja syömättömyysvinkkejä ja neuvoja, kuinka salata anorektiset toimintamallit vanhemmilta ja lähipiiriltä.

Pro - ana -sivustoja ja aiheeseen liittyviä blogeja on Internetissä edelleen pilvin pimein. Psykologi Pia Charpentier arvelee pro - ana -sivustojen ylläpitäjien olevan pitkän linjan anorektikkoja, jotka ehkäpä ovat jo luopuneet ajatuksestaan parantua (Pottonen, 2008, [viitattu 4.1.2013]). Sivustot kiinnostavat usein Charpentierin mukaan moniongelmaisia ja niitä, jotka elävät sairautensa kanssa vielä ns. kuherruskuukautta. Asiantuntijoiden mukaan syömishäiriöt voivatkin monesti puhjeta ns. viattomasta yrityksestä laihduttaa hiukan. Laihduttaminen kuitenkin riistäytyy kärsivästä ja alkaa haitata normaalia elämää, jolloin syömisestä tulee ongelma.

Syömishäiriöt juontavat juurensa useista eri tekijöistä. Muun muassa laihuutta ihannoivaa kulttuuria ja median asettamaa ulkonäköideaalia on syytetty paljon lasten ja nuorten sairastumisesta. ”Ei se päämäärä, vaan se matka” -käsitteen voisi ajatella leimaavan myös laihdutusprosessia. Muun muassa aikuisten laihdutusblogeja väitöskirjassaan tutkinut Leipämaa- Leskinen (2011, 134) toteaa, etteivät ruoan kuluttamiseen liittyvät ristiriidat lopu, vaikka lihavasta ihmisestä tuleekin hoikka. Ristiriidat vain muuttavat muotoaan. Syömishäiriöinen lapsi tai nuori tuskin koskaan on tyytyväinen päästyään asettamaansa tavoitteeseen. Koska kyseessä on psyykinen sairaus, ristiriidat eivät voi olla positiivissävytteisiä, eikä niitä voida nähdä voimavarana. Leipämaa - Leskinen ehdottaa yhteiskunnallisena sekä liikkeenjohdollisena johtopäätöksenä kritiikkiä suunnattavan ennemminkin laihuuden ihannoimiseen ja tiukkoihin ulkonäkönormeihin kuin siihen, että lihavuus nähtäisiin automaattisesti jonkinlaisena välitilana, josta tulisi pyrkiä pois (s. 148). Ruoan terveellisyyttä voitaisiin mainonnassa korostaa muutenkin kuin laihduttamisen sekä vähärasvaisuuden (s. 148–149) kautta. Esimerkiksi kohtuullisuus, monipuolisuus ja kokonaisvaltainen hyvä olo voisivat olla muotoja, joiden kautta ruoan terveellisyyden merkitystä voitaisiin tuoda esiin.

2.6.4 Alaikäisiin kohdistuva elintarvikemarkkinointi

Elintarvikeyritysten harjoittama myynninedistäminen riitelee usein kansanterveydellisten tavoitteiden kanssa. (Lapset ja elintarvikkeiden markkinointi 2005, [viitattu 25.10.2012]). Kuluttajaviraston Alaikäiset, markkinointi ja ostokset (2004, 1) - ohjeistus muistuttaa, että kuluttajavirasto valvoo lapsiin kohdistuvaa markkinointia kaikkea muuta markkinointia tiukemmin. Lapsi ei pysty täysipainoisesti arvioimaan mainonnan tarkoitusta aikuisen tavoin. On olemassa lukuisia oikeustapauksia, joissa yritys on joutunut vastaamaan kuluttajaviranomaisen alaikäisille sopimattomaksi katsomasta mainonnasta. Yhtenä esimerkkinä voidaan mainita makeismainos, jossa tuotetta mainostettiin tekstillä: ”Karkilla saat kavereita” (mts. 4). Kuluttaja- asiamiehen mielestä mainos oli lainvastainen, koska se antoi vaikutelman siitä, että karkkia ostamalla välttyisi yksinäisyydeltä. Toisessa mainoksessa noin kymmenvuotias tyttö kertoi pitävänsä Chupa Chups -tikkareista, koska ne sisältävät 0 % rasvaa (mts. 3). Kuluttaja -asiamies näki myös tämän mainoksen lainvastaisena; siinä luotiin kuvaa tuotteen terveellisyydestä välipalana, koska se ei sisällä rasvaa. Lapsen esittämänä voidaan saada kuva siitä, että jo lasten ja nuorten tulisi huomioida tuotteiden rasvapitoisuutta ja miettiä painonhallintaa.

Lapsiin kohdistuvasta elintarvikemainonnasta on annettu monia säädöksiä ja ohjeita. (Kuluttajaliitto 2011, [viitattu 25.10.2012]). Mainonnasta täytyy esimerkiksi aina pystyä erottamaan sen kaupallinen tarkoitus. Vanhempien roolia lapsen täysipainotteisena kasvattajan ei saa mainonnassa pyrkiä sivuuttamaan. Mainonta ei saisi antaa harhaanjohtavaa käsitystä tuotteesta, kuten esimerkiksi edellä mainittu Chupa-Chups -mainos antoi harhaanjohtavan kuvan tikkarin terveellisyydestä. Myöskään kylkiäinen saisi muodostua markkinoinnissa pääasiaksi. Mikäli mainonnassa käytetään houkuttimena kilpailua tai arpajaisia, eivät ne saisi viedä tuotteelta pääroolia. Lisäksi markkinoijan Internet- sivuilla olevien pelien yhteydessä ei saa esitellä yrityksen tuotteita.

Tarkat säädökset ja linjaukset luovat osaltaan rajoja ja turvaa lapsille ja auttavat vanhempia rajojen määrittelyssä. Säädösten moninaisuus saa kuitenkin myös pohtimaan osan tarpeellisuutta. Joidenkin mielestä tämänkaltaisen mainonnan sääntely voi ehkä tietyissä tapauksissa olla tarpeetonta aliarvioiden lasten ja nuorten älykkyyttä. Kuitenkin on hyvä ottaa huomioon psyyken moninaisuus; asiat vai-

kuttavat lapsiin eri tavoin ja lapsi saattaa ymmärtää mainonnan viestin hyvin konkreettisesti. Toisella mainos saattaa jäädä mieleen ja alitajuntaan vaikuttamaan, kun taas toinen ei välttämättä uhraa mainokselle minkäänlaista ajatusta.

2.7 Muutosvoimien vaikutus ruoan kuluttamiseen tulevaisuudessa

Ruoan kuluttaminen tulevaisuudessa herättää lukemattomia kysymyksiä ja pohdiskeluja. Millaisia muutoksia maataloustuotanto tulee mahdollisesti kokemaan? Kuinka ruoan jakelujärjestelmä ja erilaiset ruokapalvelut kehittyvät? Kuinka maailmanlaajuiset muutokset vaikuttavat ruoan saantiin ja millaisia menetelmiä jatkuvasti uudistuva teknologia kehittyvän tieteen kanssa saa aikaan? Menemmekö suotuisin harppauksin eteenpäin, vai luoko kehitys pohjaa myös taantumiselle?

Ruoan kysyntään vaikuttavat monet yhteiskuntamme tällä hetkellä läpikäymät arvomuutokset, jotka ovat perustavanlaatuisia (Kirveennummi, Saarimaa & Mäkelä 2008, 6). Globalisaation edetessä myös suomalainen elintarvikeketju on koetuksella kilpailun vuoksi. Kuluttajien terveystietoisuus ja valintojen seurauksien pohdinta luo pohjaa kuluttajien laatuvaatimuksille niin tuotteiden kuin palvelujenkin kohdalla. Voimme vain summata, vähentää ja jonkin verran arpoakin sitä maailmaa, missä ruokailemme ja tuotamme ravintoa kymmenien ja satojen vuosien päästä.

Luvun 2 alussa kerrottiin ruoan kuluttamisen kehityksestä sekä yhteiskunta- ja elinkeinorakenteen muutoksesta. Kirveennummi, Saarimaa ja Mäkelä (2008, 20) kertovat ilmastonmuutoksen, globalisaation ja väestönkasvun aiheuttavan asiantuntijoiden arvioiden mukaan eniten maailmanlaajuisista muutosta seuraavan 25 vuoden aikana. Nämä uhkaavat suurelta osin suomalaista ruoan tuotantoa, mutta voivat toisaalta olla myös muutosvoimia uusille mahdollisuuksille. Tässä yhteydessä globalisaatiolla tarkoitetaan ruokajärjestelmän kansainvälistymistä ja eri toimijoiden laajaa verkottumista, joka kattaa mannertenvälisiä yhteyksiä. Globalisaatio voi siis muuttaa radikaalisti alueellisia ja paikallisia valtasuhteita, mutta sen mahdollistamien uusien yhteyksien myötä ruoan tuotanto ja jakelu voi helpottua. Asiantuntijoiden optimististen arvioiden mukaan (s.20) globalisaatio tulisi entistä merkittävämmiin määrittelemään ruoan jalostusta, tuotantoa, kauppaa ja kulutusta. Ko-

rostuneessa asemassa olisi lisäksi yhteistyö. Pessimistisiin kuviin globalisaatiosta taas liittyvät ekologiset riskitekijät ja poliittiset sekä taloudelliset muutokset. Näitä arvioita tukevat myös kansainväliset tulevaisuusarviot ja tutkimukset.

Kirveennummi, Saarimaa ja Mäkelä (2008, 21) kertovat, että ruoan tuotannon ja kulutuksen pitäminen tasapainossa tulee kansainvälisten arvioiden mukaan olemaan haasteellista, mikäli ilmastonmuutos vaikeuttaa ruoan tuotantoa ja väestö kasvaa yli 8 miljardiin vuoteen 2030 mennessä. YK:n elintarvike- ja maatalousjärjestö FAO arvioi vuonna 2030 maapallolla tarvittavan 55 % nykyistä enemmän elintarvikkeita. Kasteltua viljelyalaa tarvittaisiin 30 % enemmän sekä muun viljelyalan tarve olisi n. viidennes enemmän kuin nykyään. Ilmastonmuutos ja lämpeneminen kuitenkin problematisoivat tätä. Suomalaiselle maataloudelle ja puutarhaviljelylle ilmaston lämpeneminen voi tuoda hyötyjäkin esimerkiksi uusien lajikkeiden viljelyn mahdollistamisen muodossa. Kuitenkin epävarma sääolojen ennustettavuus voi aiheuttaa suomalaiselle viljelylle haittoja, kuten esimerkiksi liiallista kuivuutta tai toisaalta märkyyttä sekä tuholaishaittoja.

Koska ruoan tuotannossa on vaikeuksia, tulee myös sen hinta nousemaan. (Kirveennummi, Saarimaa ja Mäkelä (2008, 21). Seurauksena aliravittujen ihmisten määrä ja suoranainen nälänhätä kasvaa, joka luo pohjaa mittavalle nälkähäädäiselle; ihmiset muuttavat alueille, joissa ruokaa vielä pystytään tuottamaan. Rajavalvonta ja maahanmuuttopolitiikka saattavat tiukentua, kun valtiot yrittävät taata kansalaisilleen tarpeeksi ruokaa. Tulevaisuuden sodankäynti saattaa liittyä entistä useammin taisteluun ruoasta ja puhtaasta vedestä.

Taulukossa 2 on listattuna ilmastonmuutoksen, globalisaation ja väestönkasvun vaikutuksia sekä niiden uhkia ja mahdollisuuksia suomalaiselle elintarviketaloudelle.

Taulukko 2. Globaalien muutosvoimien uhkia ja mahdollisuuksia (Kirveenummi, Saarimaa, Mäkelä 2008).

Ilmastonmuutos	Globalisaatio	Väestönkasvu
<ul style="list-style-type: none"> - Laajoilla alueilla on vaara muuttua viljelykelvottomiksi ilmaston lämpenemisen myötä. - kotieläintuotannon vaikeutuminen. → Hiljainen tsunami= ruokakriisi, josta kärsii pahiten köyhät ja vähän koulutetut kehitysmaiden asukkaat - Sääolosuhteiden ja muidenkin tekijöiden ennustettavuus hankaloituu. → Suomessa saattaa tulla ongelmia maaperän kuivuuden, mutta myös märkyden kanssa. - mahdolliset tuholaisongelmat + ilmaston lämpeneminen saattaa mahdollistaa uusien lajikkeiden viljelyyn. 	<ul style="list-style-type: none"> - Vallan keskittyminen suurille, kansainvälisille toimijoille - tuotanto ja kulutus etämmälle suomalaisten toimijoiden resurssien ja päätöksenteon ulottuvista. - raaka- aineiden tuotannon ja teollisten työpaikkojen keskittyminen tietyille alueille - tuotanto- olosuhteiden valvonta ei ehkä yhtä tehokasta, kuin mihin olemme Suomessa totuneet. +Yhteistyö korostuu globalisaation määrittäessä ruoan tuotantoa, kauppaa, jalostusta ja kulutusta entistä merkittävämmiin. 	<ul style="list-style-type: none"> - Suurten Aasian maiden asukkaiden ruoan kuluttamisen ja elämäntapojen länsimaistuminen → väestön keskiluokkaistuminen ja vaurastuminen. - muutokset koettelevat maiden ekologista kestävyttä + toisaalta muutokset mahdollistavat suomalaisten elintarvikkeiden vientiä.

2.8 Ruoan kuluttaminen tulevaisuudessa

Ilmastonmuutoksen, globalisaation ja väestönkasvun mukanaan tuomat ongelmat ja uhkakuvat herättävät monenlaisia ajatuksia tulevaisuuden ruoan kuluttamisesta. Edellisessä luvussa esiteltiin arvioita globaaleista syy- ja seuraussuhteista, mutta miltä lautasemme tulee konkreettisesti näyttämään? Kirveenummi, Saarimaa ja Mäkelä (2008, 22) esittelevät Tulevaisuuden tutkimuskeskuksen julkaisussa neljä erilaista skenaariota siitä, kuinka ruokaa kulutetaan vuonna 2010. Skenaarioihin on päädytty yhdistelemällä erilaisia muutosvoimia ja tulevaisuuskuvia loogisiksi kokonaisuuksiksi. Ajatuksia on jatkettu kuvauksiksi siitä, millaiset tulevaisuuspolut johtavat vuoteen 2030 ja millaiset arkiset ruoan kulutuksen tilanteet leimaavat kyseistä vuotta.

Ensimmäisenä skenaariona Kirveenummi, Saarimaa ja Mäkelä (2008, 27–32) esittelevät Runsaudensarvi -nimellä kulkeva skenaarion, jossa kaikille on nimensä mukaisesti tarjolla kaikkea. Skenaariossa on piirteitä nykypäivän ruoan kuluttami-

sesta ja sen mahdollisuuksista, mutta toisaalta taas rajattomuus ja vapaus tuovat omat ongelmansa. Ongelmia ovat esimerkiksi elintamosairaudet, lisäaineet ja jäte-ongelmat. Kuluttaja painii ristiriitaisten valintojen kanssa (vrt. Leipämaa - Leskinen, 2011) ja esimerkiksi syömistä kontrolloidaan enemmän kuin koskaan. Niin kutsuttu uusyhteisöllisyys määrittää perheen käsitettä entistä enemmän; erot perheellisten ja sinkkujen välillä hälvenevät, koska perhe on entistä useammin läheisten ihmisten ryhmittymä. Siispä ruokailuhetket ja -käytännöt sekä esimerkiksi kysymykset siitä, kuka tekee ruoan tai ostaa raaka - aineet, saavat uudenlaisia nyansseja.

Runsaudensarvi -skenaario saa pohtimaan hyvinvointiyhteiskunnan kääntymistä pahoinvointiyhteiskunnaksi, koska ”mässäily” -sana monessa merkityksessä luo tietynlaista kaoottisuutta ja kontrolloimattomuutta. On esitetty, että jokaiselle perheenjäsenelle olisi tarjolla yksilöllinen valikoima valmiita ruokia (Kirveenummi, Saarimaa ja Mäkelä 2008, 28). Kiire määrittää arkea, joten lämmintä ruokaa ehditään harvemmin valmistamaan. Pohdittavaksi jää, kuinka Runsaudensarvi -skenaario mahdollisesti vaikuttaisi lasten ja nuorten ruokailuun sekä perheen merkitykseen. Millaisia uusia ristiriitoja ruoan kuluttamisessa (ks. Leipämaa - Leskinen 2011) ilmenisi?

Toisessa skenaariossa tuotanto- ja kulutusratkaisut edistävät ekologista kestävyyttä (Kirveenummi, Saarimaa ja Mäkelä 2008, 35). Skenaarion nimi on ”Ekotekoja”. Alue- ja yhdyskuntasuunnittelu toimii ekologisten arvojen pohjalta ja esimerkiksi palvelut on sijoitettu lähiympäristöön. Maaseudun ja kaupungin väliset erot eivät enää ole yhtä suuret kuin ennen. Erilaiset ruoan kuluttamisen ja tuotannon sekä esimerkiksi sukulaisten ja naapuruston väliset vaihtosysteemit ovat yleistyneet.

Kirveenummi, Saarimaa ja Mäkelä 2008 (s. 35) kertovat ihmisten ruokavalion sisältävän pääasiassa kasviksia, viljaa ja palkokasveja, mutta myös marjoilla, hedelmillä, hunajalla ja sokerilla on päivittäinen rooli ihmisten lautasilla. Silloin, kun luonnonmukaisesti tuotettu ruoka on mahdollista, sitä suositaan. Lihan tuotanto on vähentynyt merkittävästi ja lihan tuottaminen yleensäkin on perustellumpaa. Myös vapaata metsästystä ja tiettyjen lajien kalastusta on säädelty. Mielenkiintoisena lisänä elintarviketuotantoon on tullut bioteknologian kehityksen myötä keinotekoisien lihan tuotantolaitokset, joiden tuotanto ja kysyntä ovat ainakin vielä melko suppea -alaista (s. 36). Ruoan jakelupalvelujen on esitetty yleistävän ja äärimmäi-

senä esimerkkinä pidetään sitä, että ruokaa voidaan kuljettaa suoraan säiliöautoissa siirtäen sitä letkujen avulla kotitalouksiin sekä yhteiskeittiöihin. Aika, energia ja raha säästyvät, kun ruokaa tehdään suurissa erissä. Joskus kerrostalojen yhteyteen on rakennettu yhteis- ja yhteisökeittiöitä. Keittiöt ovat talojen asukkaiden tai heidän palkkaamiensa ihmisten käytössä. Lisäksi kotitalouskoneiden käyttöajan myyminen on yleistynyt.

Ekotekoja -skenaarion toteutuminen haastaa pohtimaan yhteisöllisyyttä ja kansanliikemäistäkin otetta yhteisten asioiden hyväksi. Kuinka suomalaiset pystyisivät vetämään yhtä köyttä näinkin radikaalisti muuttuneen maailman puolesta? Tämän kaltaisen yhteiskunnan rakentaminen ei Kirveennummen, Saarimaan ja Mäkelän (2008, 37) mukaan olisikaan tapahtunut aivan kitkatta tai kestävästi. Vastuussa ei ole yksin kuluttaja, vaikka erilaisia taloudellisia kannustimia ja rangaistuksiakin on käytetty skenaarion toteutumisessa. Tässä skenaariossa kestävien ratkaisujen kehittäminen liittyykin arkiseen yhteiskunnalliseen toimintaan sekä poliittiseen päätöksentekoon.

Kolmas skenaario, nimeltään Niukkuus ja puute (Kirveennummi, Saarimaa ja Mäkelä 2008, 39–40), riisuu aseista Runsaudensarvi ja Ekotekoja -skenaarioiden huppeilta vaikuttavat resurssit. Tässä skenaariossa niin ekologisuutta kuin kulu- tusvalintojen ristiriitaisuuttakaan on turhaa miettiä – pääasia on, että ruokaa ja vetä riittää kaikille kohtuullisella hinnalla. Ruokaa on jouduttu tuottamaan luonnon niukentuneiden resurssien puitteissa aikaisemmin mainittujen suurten muutosvoimien seurauksena. Luonnollisesti asioilla on ollut laajempia yhteiskunnallisia vaikutuksia ja esimerkiksi ympäristö- ja nälkähäädäisyys sekä nälkäsodat ovat lisääntyneet.

Niukkuus ja puute -skenaarion tilannetta (Kirveennummi, Saarimaa ja Mäkelä 2008, 40) on verrattu 1930- luvulla vallinneeseen pula- aikaan ja tilanne herättääkin jonkin verran nostalgiaa. Käyttöön on otettu jo melkein unohdettuja ruoan säilytys- ja tuotantomenetelmiä sekä ravintokasveja (s. 40). Käsien ja lihasvoimalla tekemistä arvostetaan ja kaikenlainen oma ruoan tuottaminen sekä luonnonvarojen hyödyntäminen on kasvanut. Uusia tuotantomenetelmiä, raaka -aineita sekä ruoan korvikkeita on keksitty ja luomuviljely on yleistynyt torjunta -aineiden ja lannoitteiden kalliin hinnan vuoksi. (s. 42). Vaikka puhtaasta ruoasta ja vedestä on puutetta,

ei ihmisten ravitsemuksellinen tila ole kuitenkaan vielä romahtanut, koska kaikille puhtaan ruoan ja veden takaava valtion järjestämä ruokahuolto, joukkoruokailut sekä huoltoapu ylläpitävät ihmisten kohtuullista ravitsemusta. Parantuneen tiedonkulun ja ravitsemustietouden johdosta ihmiset eivät kuitenkaan syö yhtä yksipuolisesti kuin 100 vuotta sitten. Niukkuuden maailmassa on myös puolensa ajatellen perheiden ja lasten ja nuorten ruoan kuluttamista. Ihmisten ravitsemustietous on parempi kuin koskaan aikaisemmin ja niukoista aineksista ammentaminen ruokkii luovuutta. Ylipainosta johtuvat sairaudet ovat vähentyneet, koska ihmiset ovat hoikistuneet. Kuitenkin monilla ihmisillä ruokavalio on hyvin yksipuolinen ja erityisesti syrjäytyneet kärsivät tästä. Suola, sokeri ja rasva antavat makua ja ovat myös energialisina suosittuja (s. 43). Yhteisöllisyys ja ns. ruoan vaihtojärjestelmä leimaavat arkea myös niukkuuden skenaariossa, mutta toisaalta myös omasta revii-ristä pidetään kiinni esimerkiksi ruokavarastojen ja viljelmien tarkan suojaamisen avulla. Ihmisten ja valtioiden käytös voi toisaalta äityä itsekkääksi ja jopa julmaksi.

Ruokaa valmistetaan massatuotantona suurissa teollisuuskeskuksissa ja kaupungeissa. Kirveennummen, Saarimaan ja Mäkelän (2008, 41–42) mukaan pulan vuoksi myös geenimuunnellut lajikkeet ovat yleistyneet ja ne ovat osa arjen ruoan valmistusta. Luonnollisesti ruokaa arvostetaan, koska se ei ole itsestänselvyys.

Neljäntenä skenaariona esitellään Teknoelämää (Kirveennummi, Saarimaa ja Mäkelä 2008, 45), jonka yhteisenä nimittäjänä on teknologinen kehittyminen mahdollistaen uudenlaisia tapoja tuottaa ja kuluttaa ruokaa. Väestön kasvaminen, ilmastomuutokset ja pula hyvästä viljelymaasta ovat pakottaneet vaihtoehtoisten teollisten ja teknologisten ravinnontuotantoprosessien kehittelyyn perinteisen maataloustuotannon rinnalle. Esimerkiksi kudosten keinotekoinen viljely on arkipäivää (s. 46) ja ihmiset eivät suhtaudu keinolihaan yhtä varauksellisesti, kuin Ekotekoja -skenaariossa (mts. 36). Ruoan tehtävä ei ole vain toimia ravintona, vaan myös lääkkeenä, joka ennaltaehkäisee ja parantaa sairauksia.

Kirveennummen, Saarimaan ja Mäkelän (2008) esittelemä Teknoelämää -skenaario herättää ajatuksen ja huoltakin siitä, kuinka pitkälle maailma on valmis menemään teknologiaa hyväksi käyttäen. Skenaariossa on mielenkiintoisia kuvia muun muassa ruoan älypakkauksista (s. 50) ja raaka -aineiden ominaisuuksien brändisuojaamisesta (s. 47). Teknologian kehittyminen huippuunsa tuo tässä

skenaariossa mukanaan myös hyvin pelottavia globaalien tason uhkia, kuten teknologian hyödyntämisen kansainvälisessä sodankäynnissä (s. 49) sekä virushyökkäysten sekä terrori-iskujen muodostaman uhan joukkotuhosta. Ruokaa tuodaan Suomeen paljon ulkomailta, mutta sen valmistukseen liittyvät teknologiset prosessit sekä tuotekehittelyn etiikka ovat jo kauan olleet puutteellisen valvomisen alla.

Teknoelämää -skenaariossa kuvaillaan ruoan kuluttamista ja tuottamista hyvin kontrolloiduksi, joka saa ihmiset pohtimaan ruoan terveydellisiä seikkoja (Kirveennummi, Saarimaa & Mäkelä 2008, 46–47). Alkutuotannon ja teollisen tuotannon raja on sumentunut entisestään, eivätkä asiantuntijatkaan aina erota, mikä on aitoa raaka-ainetta ja mikä teollisesti valmistettua. Moni ihminen mieltää ruoan oikean ja aidon maun juurikin teollisissa prosesseissa ja lisäaineiden avulla tuotetuksi mauksi. Tarkat tiedot tuotteista, niiden valmistuksesta ja ravintosisällöistä eivät aina ole tavalliselle kuluttajalle ymmärrettävästi ilmaistu. Tämä luo epävarmuutta ja pohdintaa ja ihmiset pyrkivät syömään luonnollisessa maaperässä kasvatettua ruokaa teollisesti tuotetun rinnalla.

Siinä missä Niukkuus ja puute -skenaariossa oli trendikästä ns. nostalginen itse tekeminen (vrt. 40) ja vanhojen tapojen uudelleen käyttöön ottaminen, Teknoelämää -skenaariossa on suosittua harrastaa ruokamatkailua yksinkertaisemmillä menetelmillä tuotetun ravinnon tuotantopaikkojen äärelle (s. 47). Esimerkiksi markkinoinnissa ylläpidetään mielikuvaa terveellisestä 1900-luvusta, joka kiinnostaa ruokamatkailijoita entisestään. Ruokamatkailu haastaa ihmiset myös huomaamaan, kuinka hyvinvointi ei jakaudu tasaisesti; suurin osa ihmisistä joutuu tyytymään massatuotantoon ja kaikista varakkaimmat kykenevät maksamaan aitoudesta. Lisäksi on ihmisiä, jotka joutuvat tuottamaan omatoimisesti ja yksinkertaisesti itselleen ravintoa (47–48). Osa heistä toimii näin, koska heillä ei ole muuhun varaa.

3 TUTKIMUSTEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimuksen toteuttaminen on monivaiheinen prosessi, jonka mitään vaihetta ei tulisi väheksyä. Tutkimuksen onnistumiseen vaikuttaa hyvin monet seikat, joita tulisi huomioida jo suunnitteluvaiheessa. Tässä luvussa käsitellään opinnäytetyön tutkimusmenetelmän valintaa, tutkimusprosessin eri vaiheita sekä tutkimusten validiteettia ja reliabiliteettia.

3.1 Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä

Oli jo alussa selvää, että tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelmä tulisi olemaan kvantitatiivinen eli määrällinen. On esitetty, että kvantitatiiviset tutkimukset tulevat kysymykseen silloin, kun tutkittavan ominaisuuden mittaamisessa käytetään välimatka- tai suhdeasteikkoa ja vastauksia halutaan saada kysymyksiin: ”mikä?”, ”missä?”, ”kuinka usein?” ja ”kuinka paljon?”. (Holopainen & Pulkkinen 2008, 20–21). Lisäksi aineistot ovat usein suuria ja niitä kuvataan numeerisesti.

Kvantitatiivinen tutkimus kuuluu empiirisen eli havainnoivan tutkimuksen piiriin. (Heikkilä 2008,13). Tyypillisiä kvantitatiivisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmiä ovat muun muassa lomakekyselyt, www- kyselyt, strukturoidut haastattelut ja systemaattinen havainnointi. Omat kyselyni toteutettiin informoituna kyselynä; lomakkeet lähetettiin sisäisen postin mukana kaikille kouluille. Rehtoreita ja opettajia ohjeistettiin valvomaan kyselyihin vastaamista oppituntien aikana (LIITE 1). Lomakkeiden alussa oli täyttöohjeet sekä perustelut, miksi kysely tehdään ja mihin tutkimustuloksia käytetään (LIITE 2, LIITE 3).

Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä eroaa kvalitatiivisesta eli laadullisesta tutkimusmenetelmästä siten, että kvalitatiivisissa tutkimuksissa aineistot ovat usein suppeampia ja niitä käyttämällä pyritään saamaan vastauksia kysymyksiin ”miksi?”, ”miten?” ja ”millainen?”. (Holopainen & Pulkkinen 2008, 20–21). Tässäkin työssä kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä olisi ollut järkeenkäypää, mikäli tutkimuksen kohderyhmänä olisivat olleet alle kouluikäiset, erityisryhmät tai vanhainkotien ja palvelutalojen asiakkaat. Pienet lapset eivät joitakin poikkeuksia lukuun ottamatta vielä osaa lukea tai kirjoittaa ja joillakin ikäihmisillä saattaa olla korkeaan ikään

liittyviä sairauksia tai rajoitteita. Tällöin olisi ollut mielekäästä toteuttaa esimerkiksi teemahaastatteluja, kuten Seinäjoen Ammattikorkeakoulun opiskelija Salla Sankari (2011) teki Seinäjoen Ruokapalveluille tekemässä opinnäytetyössään. Hänen työssään tutkittiin päiväkotilasten tyytyväisyyttä Seinäjoen Ruokapalveluihin.

3.2 Lomakkeiden suunnittelu

Tutkimuslomakkeen suunnittelu on tarkka ja monivaiheinen prosessi, jossa on perehdyttävä niin kohderyhmään, mittausmenetelmään kuin haastateltavan ryhmän ominaisuuksiinkin ja mahdollisiin erityispiirteisiin. Lomakkeiden suunnittelu oli tämän työn kannalta hyvin haastavaa, koska aikaa oli rajallisesti ja tutkimuskohteen ikäskaala oli laaja. Lomakkeilla saatavan tiedon tuli olla mahdollisimman spesifiä, mutta täytyi muistaa, ettei nuorimpia vastaajia voitaisi kuormittaa liian monimutkaisilla kysymyksillä ja pitkillä lomakkeilla. Lopulta lomakkeita suunniteltiin kaksi versiota. Kysymykset pyrittiin pitämään samoina, mutta alakoululaisille suunniteltu lomake olisi selkeämpi. Lisäksi joitakin kysymyksiä täytyi jättää pois, jotta lomake ei olisi liian työläs.

Aluksi vastaajilta kysyttiin heidän taustatietojaan sekä pyrittiin selvittämään, kuinka he ruokailevat koulussa ja kotona. Seuraavaksi esitettiin joukko erilaisia kouluruokaan ja ruokailutilanteeseen liittyviä väittämiä, joiden vastauksia mitattiin neliporraisella Likertin asteikolla. Lopuksi esitettiin neljä avointa kysymystä. Vanhempien oppilaiden lomakkeessa vastaajia pyydettiin antamaan kouluruoalle arvosana asteikolla 4–10 (LIITE 2, LIITE 3).

Mielipidekysymysten mitta -asteikot erosivat lomakkeissa siten, että alakoululaisia pyydettiin antamaan mielipiteensä hymynaamojen avulla, kun taas yläkoululaisilla ja lukiolaisilla asteikko oli perinteisempi (1=täysin eri mieltä ja 4= täysin samaa mieltä). Mikäli aikaa olisi ollut enemmän, vastaajille olisi voinut ehkä suunnitella kolmekin eri lomaketta tai sitten 5–6 -luokkalaiset olisivat voineet vastata vanhempien oppilaiden ja opiskelijoiden lomakkeeseen. Alakoululaisten lomakkeen suunnittelussa täytyi ensisijaisesti ottaa huomioon pienimmät oppilaat, jotka vasta opettelivat lukemaan ja kirjoittamaan (LIITE 2, LIITE 3).



Kuvio 2. Asteikko alakoululaisten mielipidekysymyksissä

3.3 Tutkimuksen koordinointi ja otantamenetelmät

Tutkimuksessa oli mukana kaksitoista koulua Seinäjoen alueelta. Kohdekoulut oli valittu valmiiksi Seinäjoen Ruokapalveluissa ja tutkimuksen tekoon anottiin lupa Seinäjoen perusopetusjohtaja Jari Jaskarilta. Kyselyt sovittiin toteutettavaksi luokittain niin, että vastaajat täyttäsivät lomakkeen oppitunnin aikana opettajan valvonnassa. Jokaisen tuli itsenäisesti vastata omaan lomakkeeseen, eikä keskustella luokkatoverien kanssa. Jokaisen koulun rehtoriin otettiin henkilökohtaisesti yhteyttä. Ensimmäinen yhteydenotto tapahtui sähköpostitse, jossa rehtoreille tiedotettiin tutkimuksesta ja tiedusteltiin toteuttamismahdollisuutta. Muutaman päivän päästä heihin otettiin yhteyttä puhelimitse ja varmistettiin, että tutkimus voitaisiin toteuttaa myös heidän koulullaan. Kaikki rehtorit olivat yhteistyöhaluisia ja heidän kanssa sovittiin puhelimitse alustavasta tutkimusajankohdasta. Koulujen oppilasmäärät ja ryhmäkoot tiedusteltiin rehtoreilta tai koulujen kanslioista. Oppilasmäärät oli tärkeä selvittää, jotta otantaa voitaisiin suunnitella. Rehtoreita informoitiin haastateltavista ryhmistä otantalaskelmien valmistuttua.

Seinäjoen Ruokapalvelut toivoivat, että koulujen koot otettaisiin huomioon vastaajia valittaessa. Otantamenetelminä käytettiin ositettua otantaa sekä harkinnanvaraista otantaa. (Heikkilä 2008, 33). Ositetussa otannassa perusjoukko eli tässä tapauksessa lapset ja nuoret jaettiin osiin siten, että yksi koulu muodosti yhden ositteen. Holopaisen ja Pulkisen (2008, 33) mukaan ositetussa otannassa ositteiden tulisi olla mahdollisimman homogeenisiä, mikäli ajatellaan sisäisesti tutkittavaa asiaa. Koska tutkimuksessani oli mukana sekä yläkouluja, alakouluja ja lukioita, ei homogeenisyys toteutunut vastaajien ikäluokkia ajatellen. Ositettu otanta oli

kuitenkin tämän tutkimuksen kannalta järkevin vaihtoehto, koska lähtökohtana oli että kaikista kouluista haluttiin saada tasapuolisesti vastaajia suhteessa 500 tilastoyksikköön. Tästä päästään suhteelliseen kiintiöintiin, jossa kouluista poimitaan sama prosentuaalinen määrä otantayksiköitä (Holopainen & Pulkkinen 2008, 34). Tutkimuksessa tämä suoritettiin siten, että kaikkien koulujen oppilasmäärät laskettiin yhteen ja saadusta summasta laskettiin prosentuaaliset ositteet koulujen oppilasmäärän mukaan. Prosenttiosuudet suhteutettiin haluttuun kokonaisvastaajamäärään, jolloin saatiin tarkka otos vastaajia jokaisesta koulusta.

Suoritettuja laskelmia oli kuitenkin pidettävä suuntaa antavina, koska kyselyt oli määrä toteuttaa ryhmittäin. Tässä vaiheessa mukaan kuvioon tulee harkinnanvarainen otanta. Harkinnanvaraisessa otannassa otantayksiköt valitaan harkintaa käyttäen, mutta kuitenkin pyrkien objektiivisuuteen ja tasapuolisuuteen tuloksen kannalta. (Holopainen & Pulkkinen 2008, 36). Harkinnanvaraista otantaa käyttäessä tulisi tuntea perusjoukkoa ja aihealuetta sekä noudattaa erityistä varovaisuutta tulosten tulkinnassa. Kun kaikkien koulujen oppilasryhmien koot oli selvitetty, listalta valittiin tutkittavat luokat siten, että koulukohtainen, laskettu vastaajamäärä toteutuisi mahdollisimman tarkasti ja että kaikki ikäluokat olisivat kokonaistutkimuksen kannalta mahdollisimman tarkasti ja tasapuolisesti edustettuina.

3.4 Aineiston keruu ja käsittely

Kun otantalaskelmat olivat valmiit ja otokset valittu, lomakkeita testattiin muutamalla vastaajalla ja hyväksytettiin toimeksiantajalla. Tarkoituksena oli testata lomakkeita sukulaislapsilla, mutta aikataulun mennessä tiukalle, lomakkeita testattiin muutamalla SeAMK:in opiskelijalla. Lomakkeet postitettiin Ruokapalveluissa ja jokaiseen kirjekuoreen liitettiin mukaan saatekirje rehtorille sekä listaus haastateltavista ryhmistä.

Kaikki vastauslomakkeet saapuivat sisäisen postin mukana Ruokapalveluille, josta ne haettiin. Yhden koulun osalta vastaukset jäivät uupumaan. Lukuisista yhteydenotoista ja muistutuksista huolimatta vastauksia ei kuulunut, joten ne jätettiin pois aineistosta. Tämän vuoksi tutkimuksessa ei ole lainkaan mukana 1–2 -luokkalaisten ikäryhmää, koska kaikki kyseisen ikäryhmän edustajat oli rekrytoitu

kyseiseltä koululta. Kyseiseltä koululta oli myös rekrytoitu muita luokkia. Alakoulujen osalta odotettu vastaajamäärä jäi siis aliedustetuksi, mutta yläkoululaisten ja lukiolaisten joukosta vastauslomakkeita saapui paljon odotettua runsaammin. Yhdessä koulussa oli ilmeisesti epähuomiossa teetetty kysely kaikilla sen oppilailla, joka nosti vastaajien määrää huomattavasti. Asiasta keskusteltiin toimeksiantajan ja tilastotieteen opettaja Tarja Heikkilän kanssa ja kaikki vastaukset päätettiin ottaa joka tapauksessa tutkimukseen mukaan. Lomakkeet tallennettiin käsin SPSS Statistics - tilastonkäsittely-ohjelmaan, jonka avulla aineisto myös käsiteltiin.

Alakoululaisten ja yläkoululaisten sekä lukiolaisten aineistot tallennettiin ja käsiteltiin erikseen. Tuloksia kuvailtiin keskiarvojen ja ristiintaulukoiden avulla. Kysymykset ristiintaulukoitiin ikäryhmien kanssa ja tyttöjen ja poikien välisiä eroja mielipiteissä kuvailtiin keskiarvojen vertailuilla. Lisäksi aineiston käsittelyssä käytettiin tilastollista testaamista.

3.5 Tutkimuksen reliabiliteetti

Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittarin luotettavuutta eli kykyä tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia (Holopainen & Pulkkinen 2008, 16). Tutkimus tulisi olla toistettavissa siten, että tulokset pysyisivät samanlaisina. Heikkilän (2008, 187–188) mukaan yleisin syy puutteelliseen reliabiliteettiin ovat satunnaisvirheet, joihin vaikuttaa otanta sekä käsittely- ja mittausvirheet. Myös otoskoolla on tiettyyn pisteeseen saakka vaikutuksensa tutkimustulosten sattumanvaraisuuteen; mitä pienempi otoskoko, sitä epätarkempaa tietoa saadaan todellisista tuloksista esimerkiksi keskiarvon kannalta.

Kouluruokailukyselyn tuloksien reliabiliteettia arvioidessa voidaan arvella sen olevan korkealla ainakin otoskoko tarkastellessa. Otannan suunnittelu suoritettiin hyvin tarkasti tietoisena siitä, että puutteellinen otanta voisi viedä pohjan koko tutkimuksen luotettavuudelta. Myös tallennusvaiheessa tarkistettiin vielä tallennettujen koodien paikkaansa pitävyys lähes kaikkien lomakkeiden osalta.

Otoskoossa ilmenee kuitenkin epävarmakin puoli; voisivatko yhden koulun tulokset dominoida kokonaiskuvaa tietyn ikäryhmän tuloksista? Kuten edellisessä kappa-

leessa kerrottiin, suunniteltu otanta ei toteutunut kahden koulun osalta. Toiselta koululta vastaukset jäivät kokonaan saamatta ja toinen teetti kyselyn lähes kaikilla oppilaillaan. Liikaa kyselyjä teettäneen koulun vastausten osuus kaikkien vastausten kokonaismäärästä on hieman yli puolet. Koulun tuloksia verrattiin muilta yläkouluilta ja lukioilta saatuihin tuloksiin, eikä tulosten keskiarvoissa havaittu olennaisia vaihteluja. Voidaan siis todeta, ettei yhdeltä koululta saatu runsas vastausmäärä vääristänyt tutkimuksen kokonaistuloksia. Koska otoskoko on lisäksi hyvin suuri, voidaan reliabiliteettiin olla kohtuullisen tyytyväisiä sattumanvaraisten käsittelyvirheiden minimoinnin kannalta. Kyseessä oli paikallisella tasolla toteutettu tutkimus, jonka perusjoukkona ovat seinäjokelaiset yläkoululaiset ja lukiolaiset. Uskon, että perusjoukosta on täten saatu hyvin kattava otos. Kun tarkastellaan joitakin valtakunnallisen tason tutkimuksia, voidaan huomata otoskoon olevan pienempi kuin 814.

3.6 Tutkimuksen validiteetti

Mittaamisen validiteetti kertoo, missä määrin on pystytty mittaamaan juuri sitä, mitä pitikin mitata. (Holopainen & Pulkkinen, 16). Validiteettiin vaikuttaa kysely- ja haastattelututkimuksissa ensisijaisesti se, kuinka onnistuneita tutkimuksen kysymykset ovat ja saadaanko niiden avulla ratkaisu itse tutkimusongelmaan. (Heikkilä 2008,186.) Validius liittyy aina teoriaan sovellettavan alueen kannalta sekä teoriassa käytettyihin käsitteisiin. Puhuttaessa sisäisestä validiteetista on kysyttävä, vastaavatko mittaukset tutkimuksen teoriaosuudessa esiintynyttä käsitteistöä. Kun tutkimusta sanotaan ulkoisesti validiksi, tarkoitetaan, että muutkin tutkijat voivat tulkita tutkimustulokset samalla tavalla.

Yläkoululaisten ja lukiolaisten lomakkeissa vastausvaihtoehdot numeroitiin siten, että 1=täysin samaa mieltä ja 4=täysin eri mieltä. Myöhemmin huomattiin, että aineiston käsittelyn, erityisesti keskiarvojen kannalta asteikoiden tulisi olla toisin päin. Asteikot käännettiin aineiston käsittelyn yhteydessä siten, että keskiarvot olisivat ymmärrettävämmässä muodossa. Lomakkeeseen vastaamisen kannalta tällä kuitenkin ei liene merkitystä; lomake oli tarkistajien mielestä ymmärrettävä. Kysymyksen 5.5, jossa kysyttiin, syökö vastaaja koko aterian, johon kuuluu läm-

min ruoka, salaatti, ruokajuoma, leipä ja levite, olisi voinut myöhemmin ajatellen muotoilla monivalintakysymykseksi. Kaikista kysymykseen vastanneista täysin samaa mieltä ilmoitti olleensa 16 %. Loput 84 % jättävät siis jonkun osan tai useampia osia aterialta syömättä (Taulukko 3). Strukturoitu kysymys, jossa vastaaja olisi voinut valita, mitkä aterian osa-alueet hän yleensä syö, olisi antanut Ruokapalveluille tietoa vastaajien kouluaikaisen aterioinnin ravitsemussuosituksellisesta koostumuksesta. Ilman tarkentavia kysymyksiä esimerkiksi annoskoosta, olisi tulos ollut kuitenkin suuntaa antava. Lisäksi kyselyn kokonaisuus olisi mahdollisesti kasvanut liian laajaksi.

Kun lomakkeet olivat valmiit postitettaviksi, kävi mielessä vielä yksi validiteetin kannalta olennainen asia; kuinka vastaajat lopulta mieltävät itse ruoan arvostelun kohteena. Mikäli kysely toteutettaisiin joissakin ryhmissä ruokatunnin jälkeen, arvioisivatko vastaajat kouluruokaa yleensäkin, vai juuri sinä päivänä syömäänsä kouluruokaa? Heikkilän (2008, 186) muistuttaa hankaluudesta tarkistaa validiutta jälkeensä ja että selkeissäkin asioissa saattaa esiintyä systemaattisia virheitä. Heikkilän mukaan systemaattinen virhe on paljon vaarallisempi kuin sattunainen virhe, koska sen suuruuden arviointi on hankalaa. Se voi muodostua tietystä aineiston keräämiseen liittyvästä tekijästä, jolloin se voi vaikuttaa samansuuntaisesti koko aineistoon.

Asiasta keskusteltiin vielä toimeksiantajan kanssa ennen lomakkeiden lähettämistä. Asia päätettiin mainita vielä varmuuden vuoksi rehtorien saatekirjeissä, joissa painotettiin vastaajien tulevan miettiä nimenomaan kouluruokaa yleensä, eikä kyseisen päivän kouluruokaa (LIITE 1). Näin varmistettaisiin, että oppilaat ja opiskelijat arvioisivat ruokaa suunnitellusta aspektista ja että systemaattiset virheet saataisiin minimoitua.

3.7 Tilastollinen testaaminen

Tilastollinen testaaminen on usein olennaisessa roolissa tutkimustulosten analysoinnissa. Tarja Heikkilä (2008,189–190) muistuttaa tutkijan pyrkimyksestä pystyä yleistämään tutkittavastaan otoksesta saadut tulokset koko perusjoukkoon. Testauksessa halutaan selvittää hypoteesien eli perusteltujen väittämien tai en-

nakkokäsitysten paikkaansa pitävyyttä. Hypoteesien asettaminen ei kuitenkaan ole tarpeen, mikäli tavoitteena on vain kuvailla jotakin ilmiötä. Tilastollisessa testaamisessa muuttujien välisistä riippuvuuksista tai ryhmien välisestä erosta asetetaan tavallisesti kaksi hypoteesia (Heikkilä 2008, 191). Nollahypoteesin mukaan riippuvuutta, eroa tai muutosta ei ole. Vaihtoehtoisen eli vastahypoteesin mukaan riippuvuutta tai eroa on.

Merkitsevyys- eli riskitaso (Significance) kertoo, kuinka suuri riski on, että saatu riippuvuus tai ero johtuu sattumasta (Heikkilä 2008,194). Yleensä merkitsevyystasosta käytetään lyhennettä p (probability) tai α . Significance mittaa virheellisen johtopäätöksen tekemisen todennäköisyyttä silloin, kun nollahypoteesi hylätään. Tässä työssä merkitsevyystason rajana käytetään lukua 0,05 eli tilastollista riippuvuutta tai eroa testataan 5 % merkitsevyystasolla.

Taulukko 3. Tilastolliset merkitsevyystasot (Heikkilä 2008, 195).

Tilastollisesti erittäin merkitsevä = $p \leq 0,001$
Tilastollisesti merkitsevä = $0,001 < p \leq 0,01$
Tilastollisesti melkein merkitsevä = $0,01 < p \leq 0,05$
Tilastollisesti suuntaa antava (oireellinen) = $0,05 < p \leq 0,1$

Tilastollisesta testaamisesta puhuttaessa testit on jaettu parametrisiin ja ei-parametrisiin testeihin (Heikkilä 2008, 193). Parametrisiin testeihin liittyy oletuksia perusjoukon tunnusluvuista, joita kutsutaan myös parametreiksi. Lisäksi oletuksia liittyy muuttujien jakauman muotoon. Yleensä parametrisia testejä suositellaan käytettäväksi ensisijaisesti, koska ne ovat voimakkaampia. Mikäli parametrisen testin käytön edellytykset eivät kuitenkaan täyty, voidaan käyttöön ottaa ei-parametrinen testi. Heikkilä (2008, 195) muistuttaa tilastollisten merkitsevyystestusten lisäksi myös sisällöllisen merkitsevyyden huomioinnista. Minkälaisien mahdollisten riippuvuuksien ja merkitsevyyksien testaamiset siis hyödyttävät tätä työtä ja työn toimeksiantajaa? Konkreettisesti ruokaan ja sen makuun liittyvät kysymykset ovat avainasemassa Ruokapalvelujen kannalta. Muut kysymykset liittyvät ruokailuprosessiin ja ruokailun järjestelyihin, joilla toki on oma merkityksensä koko-

naisuuden kannalta. Vastaajien ruokailutottumuksia käsittelevät taustakysymykset ovat myös tärkeitä, koska ne luovat pohjaa kyselyn etenemiselle.

Tämän työn tutkimusaineiston testausmenetelminä käytettiin pääasiassa varianssianalyysiä sekä t- testiä, joilla voidaan testata keskiarvojen välisiä eroja (Heikkilä 2008, 224, 230). Taustakysymyksissä käytettiin apuna ei- parametrisiin testeihin kuuluvaa khiin neliö -testiä. Varianssianalyysin ja t-testin avulla pyrittiin selvittämään, onko vastauksista saatujen eri ryhmien keskiarvojen välillä tilastollisesti merkitseviä eroja. Alakoululaisten kohdalla sukupuolten väliset erot eivät olleet tilastollisesti merkitseviä. Ikäluokissa tilastollisesti merkitseviä eroja kyllä havaittiin, mutta niiden tulkintaan voidaan suhtautua varauksella, koska otoskoko on hyvin pieni. Lisäksi suurin osa vaihteluista näytti tapahtuvan ryhmien sisällä, ei niiden välillä. Yläkoulujen ja lukioiden vastauksista taas löydettiin kattavammin tilastollisesti merkitseviä eroja. Tyttöjen ja poikien keskiarvojen välisiä eroja testattiin t-testillä ja tilastollisesti merkitseviä eroja löytyi ruokatauon pituudessa ja salaatin maussa. Taustakysymyksien osalta käytettiin apuna khiin neliö -testiä, joka osoitti poikien ja tyttöjen välillä olevan tilastollisesti merkitseviä eroja kotona lämpimän aterian syövien keskuudessa.

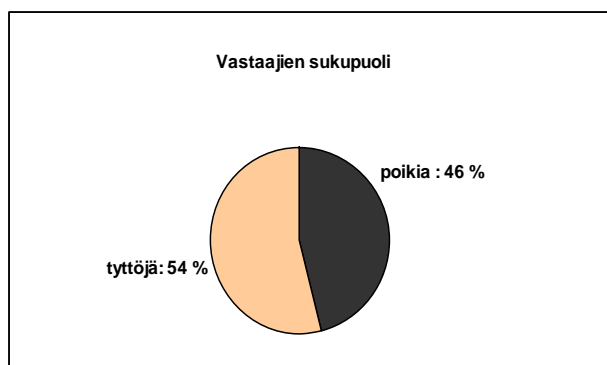
Luokka-asteiden välillä vallitsevat erot olivat varianssianalyysin mukaan tilastollisesti merkitsevät ruokatauon pituudessa, ruokasalin viihtyvyydessä, ruoan ulkonäössä ja lämmön sopivuudessa, ruoan ja salaatin maussa, ruoan jättämisessä ja allergia- ja erityisruokavaliokysymyksessä. Lisäksi khiin neliö-testi osoitti taustakysymysten kohdalla, että ikäryhmien välillä oli tilastollisesti merkitseviä eroja koulussa ja kotona lämpimän aterian syöneiden keskuudessa.

4 ALAKOULUJEN TUTKIMUSTULOKSET

Tässä kappaleessa esitellään asiakastyytyväisyyskyselyn tutkimustulokset alakoulujen osalta. Tutkimuksessa oli mukana neljä alakoulua Seinäjoelta. Tavoitteena oli saada alakoulujen osalta 126 kpl vastauksia. Aineistosta jäi kuitenkin uupumaan yhden, oppilasmäärältään suurimman koulun vastaukset, jotka eivät useammasta yhteydenotosta huolimatta saapuneet Ruokapalveluihin. Vastauksia saatiin yhteensä 59 kpl. Aluksi vastaajilta kysyttiin taustatietoja heidän ruokailutottumuksistaan, jonka jälkeen heille esitettiin väittämiä, joihin he saivat vastata hymynaamojen avulla. Käytännössä hymynaamat on koodattu neliportaisen asteikon mukaan, jossa 1 = en ole tyytyväinen ja 4 = tosi tyytyväinen.

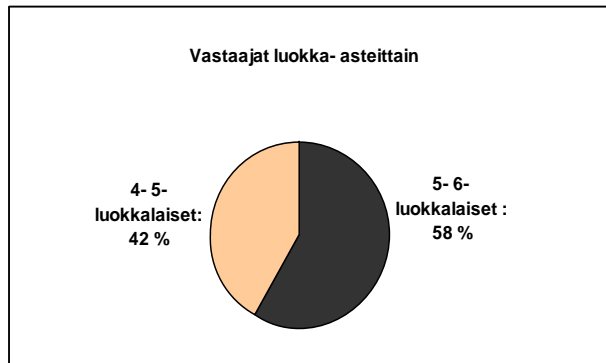
4.1 Vastaajien taustatiedot

Lomakkeen alussa vastaajilta kysyttiin taustatietoja, jotka olivat sukupuoli, luokka-aste ja ruokailutottumukset. Kyselyyn vastasi yhteensä 32 tyttöä ja 27 poikaa. Vastaajien sukupuolijakauma on havainnollistettu kuviossa 3. Vastaajista 1-2 -luokkalaisten osuus oli 0 %, koska kyseisten luokka-asteiden haastattelu oli valittu juuri lomakkeensa lähettämättä jättäneiden koulusta. 3–4 -luokkalaisten osuus vastaajista oli 42 % ja 5–6 -luokkalaisten osuus 58 % (Kuvio 4).



Kuvio 3. Vastaajien sukupuoli alakoulujen kyselyssä (n=59).

Seuraava taulukko ilmoittaa tyttöjen ja poikien osuuden vastauksista luokka - asteittain. 3–4 -luokilla pojilla oli 8 % enemmistö. 5- 6- luokilla taas tyttöjä oli reilu viidennes enemmän.



Kuvio 4. Vastajat luokka- asteittain (n=59).

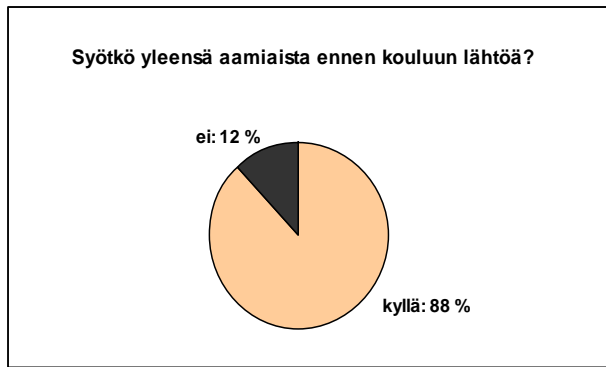
Taulukko 4 ilmoittaa tyttöjen ja poikien osuuden vastauksista luokka -asteittain. 3– 4 -luokilla pojilla oli 8 % enemmistö. 5–6 -luokilla taas tyttöjä oli reilu viidennes enemmän.

Taulukko 4. Tyttöjen ja poikien jakautuminen luokka- asteittain (n=57).

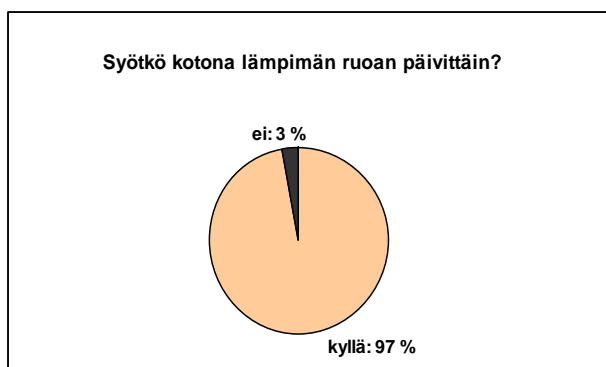
Sukupuoli	tyttö	poika	Yhteensä
3- 4- luokat	46 %	54 %	100 %
5- 6- luokat	61 %	39 %	100 %

4.2 Ruokailutottumukset koulun ulkopuolella

Tutkimuksessa haluttiin selvittää, kuinka vastaajat ruokailevat kouluajan ulkopuolella. Vastaajilta kysyttiin, syövätkö he yleensä aamiaista ennen kouluun lähtöä ja syövätkö he kotona lämpimän aterian päivittäin. Vastausvaihtoehdot olivat yksinkertaisesti kyllä tai ei. Vastaajista 88 % ilmoitti syövänsä aamiaisen ennen kouluun lähtöä (Kuvio 5). Molemmilla luokka- asteilla vastausprosentit olivat miltei samantyyppiset. Lämpimää ateriaa päivittäin ilmoitti kaikista vastaajista syövänsä 97 % (Kuvio 6). 3–4 -luokilla kaikki olivat valinneet kyllä - vastauksen ja 5–6 -luokkalaisillakin positiivisten vastausten määrä oli 94 %.



Kuvio 5. Alakoululaisten aamiaisen syöminen (n=59).



Kuvio 6. Alakoululaisten lämpimän aterian syöminen kotona (n=59).

4.3 Tyytyväisyys

Vastaajille esitettiin kahdeksan eri kohtaa, jossa oli kysymyksiä kouluruokaan ja ruokailutilanteeseen liittyen. Vastausvaihtoehdot kuvailtiin hymynaamojen avulla. Kaikista levein hymy kuvasti tosi tyytyväistä, tavallinen hymy tarkoitti tyytyväistä, neutraali hymy tarkoitti ”en osaa sanoa” ja alaspäin kääntynyt hymy ”en ole tyytyväinen”.

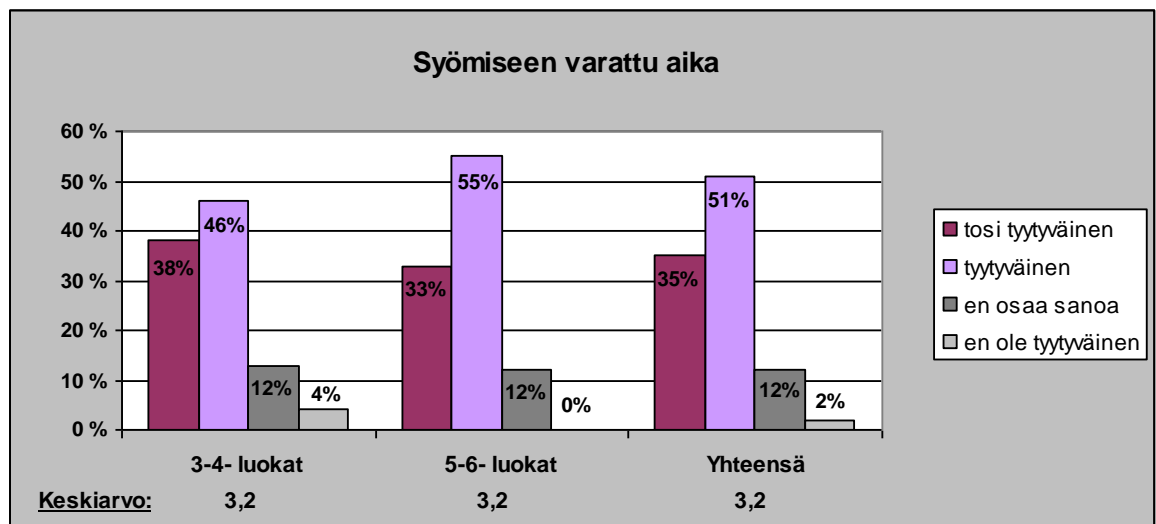


Kuvio 7. Alakoululaisten vastausasteikko.

4.3.1 Ruokatauon pituus

Ensimmäinen kohta käsitteli syömiseen varattua aikaa. Kysymyksen tulokset on havainnollistettu kuviossa 8. Vastaajista valtaosa (86 %) ilmoitti olevansa joko tyytyväinen tai erittäin tyytyväinen syömiseen varattuun aikaan. Neutraalin vastauksen antoivat vastaajista 12 %. Negatiiviseen vastaukseen kallistui 2 %.

Positiivisia vastauksia saatiin hieman enemmän 5–6 -luokkalaisilta, joista 88 % oli valinnut vastauslomakkeessa ”tosin tyytyväinen” tai ”tyytyväinen” - vaihtoehdon. 3–4 -luokkalaisilla vastaava prosenttimäärä oli 84.

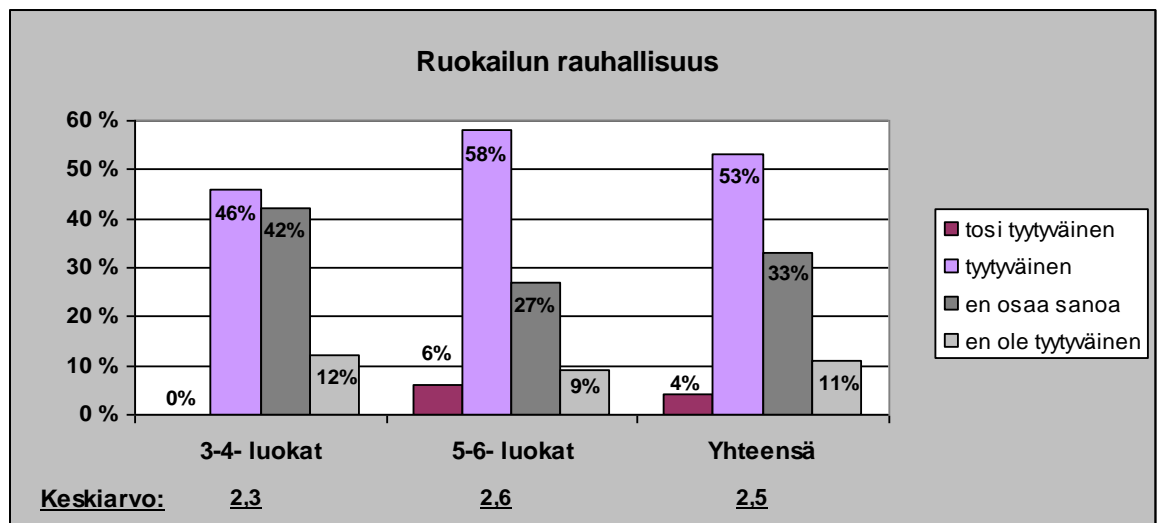


Kuvio 8. Alakoululaisten mielipiteet ruokatauon pituudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.

4.3.2 Ruokailun rauhallisuus ja ruokailutilan mukavuus

Toinen kysymys käsitteli ruokailun rauhallisuutta ja sen tulokset käyvät ilmi kuviossa 9. Positiivisen vastauksen antoi yhteensä 57 %. Kaikista parhaita arvosanoja oli kuitenkin annettu vain 4 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”tyytyväinen”. Neutraalin vastauksen antoi 33 % ja tyytymättömyytensä ilmaisi 11 %.

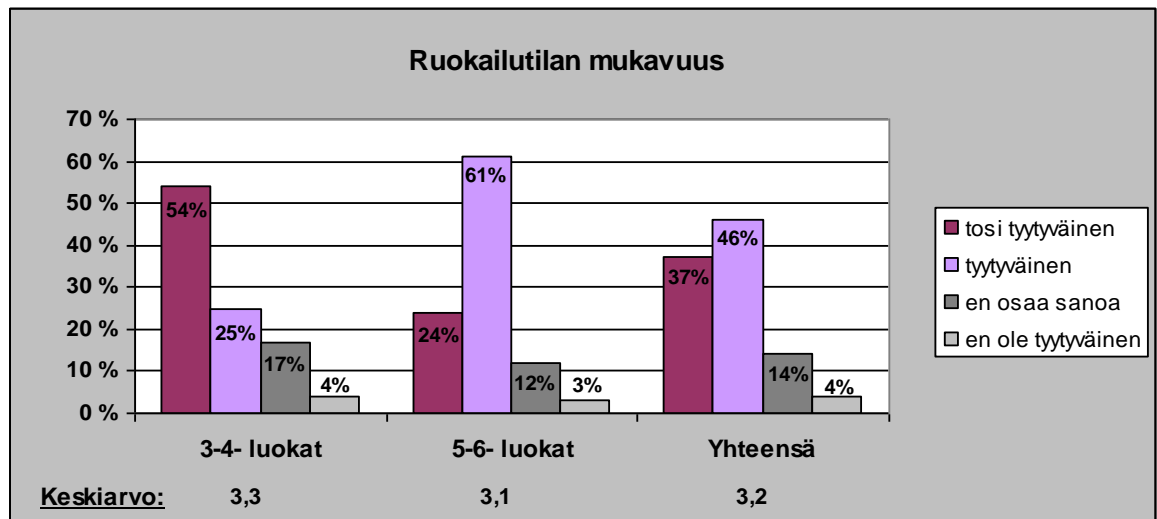
Tyytyväisempiä ruokailun rauhallisuuteen olivat 5–6 -luokkalaiset, joista 64 % antoi positiivisen vastauksen. 3- 4- luokkalaisilla vastaava prosenttimäärä oli 46.



Kuvio 9. Alakoululaisten mielipiteet ruokailun rauhallisuudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.

Kolmas kysymys käsitteli ruokailutilaa. Kysymyksen tulokset on havainnollistettu kuviossa 10. Ruokailutilan mukavuuteen tyytyväisiä tai tosi tyytyväisiä oli 83 % vastaajista. Neutraaleja vastauksia saatiin 14 % ja tyytymättömyytensä ilmaisi 4 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”tyytyväinen”.

Positiivisten vastausten yhteismäärä oli 5–6 -luokkalaisilla 85 % ja 3–4 -luokkalaisilla 79 %. 3–4 -luokkalaisista olivat kuitenkin yli puolet valinneet ”tosii tyytyväinen” - vastauksen, kun vastaava prosenttimäärä 5–6 -luokkalaisten keskuudessa oli 24.

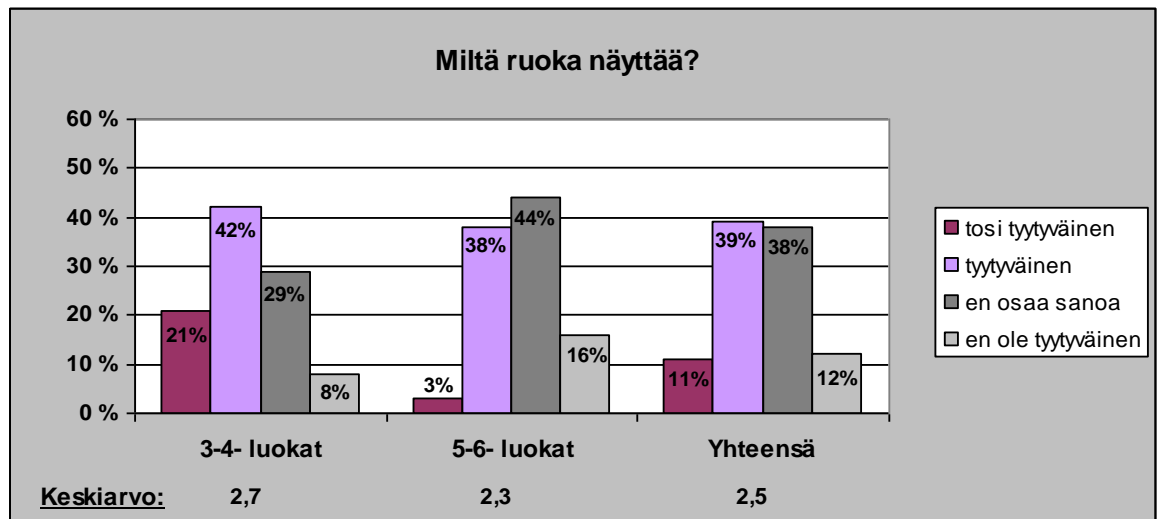


Kuvio 10. Alakoululaisten mielipiteet ruokailutilan mukavuudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.

4.3.3 Ruoan ulkonäkö

Kun vastaajia pyydettiin arvioimaan ruoan ulkonäköä, vastaajista puolet ilmoitti olevansa ruoan ulkonäköön tosi tyytyväisiä tai tyytyväisiä. ”En osaa sanoa” - vastausten osuus oli 38 %. Tyytymättömyytensä ilmaisi 12 %. Suosituin vastaus yhden prosentin erolla ”en osaa sanoa” - vastauksesta oli ”tyytyväinen”.

Positiivisemmän palautteen ruoan ulkonäölle antoivat 3–4-luokkalaiset. Heistä 63 % oli ruoan ulkonäköön todella tyytyväisiä tai tyytyväisiä. Vastaava osuus 5–6 -luokkalaisilla oli 41 %. Kysymyksen tulokset käyvät ilmi kuviosta 11.

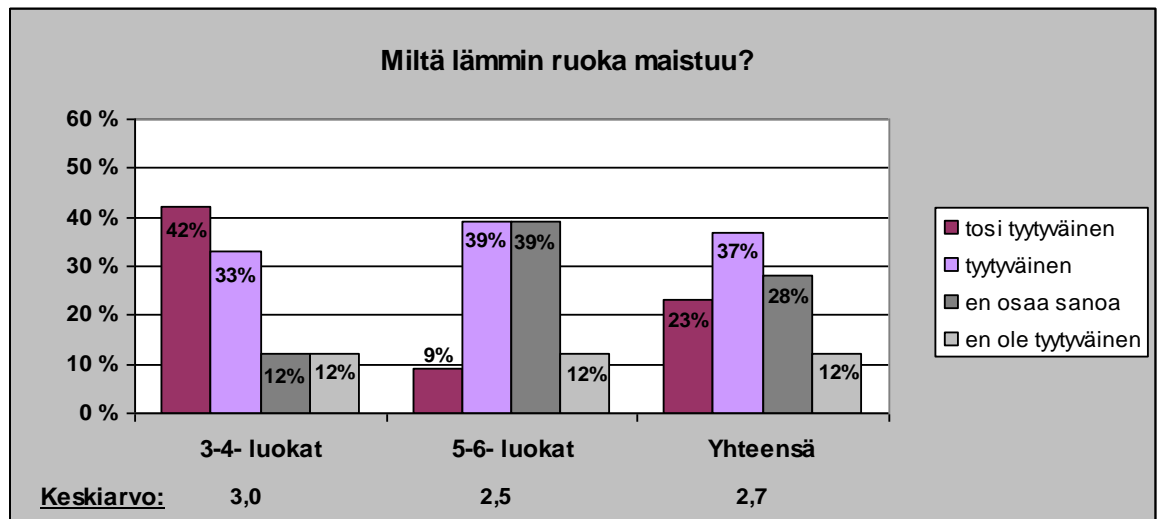


Kuvio 11. Alakoululaisten mielipiteet ruoan ulkonäöstä (n=56). Keskiarvo asteikolla 1–4.

4.3.4 Lämpimän ruoan ja salaatin maku

Kuvio 12 osoittaa tämän tutkimuksen tärkeimmän, ruoan makua mittaavan kysymyksen tulokset. ”Miltä lämmin ruoka maistuu?” -kysymys keräsi positiivisia vastauksia yhteensä 60 %. 28 % vastaajista oli valinnut neutraalin vastauksen ja tyytymättömyytensä ruoan makuun ilmaisi 12 %.

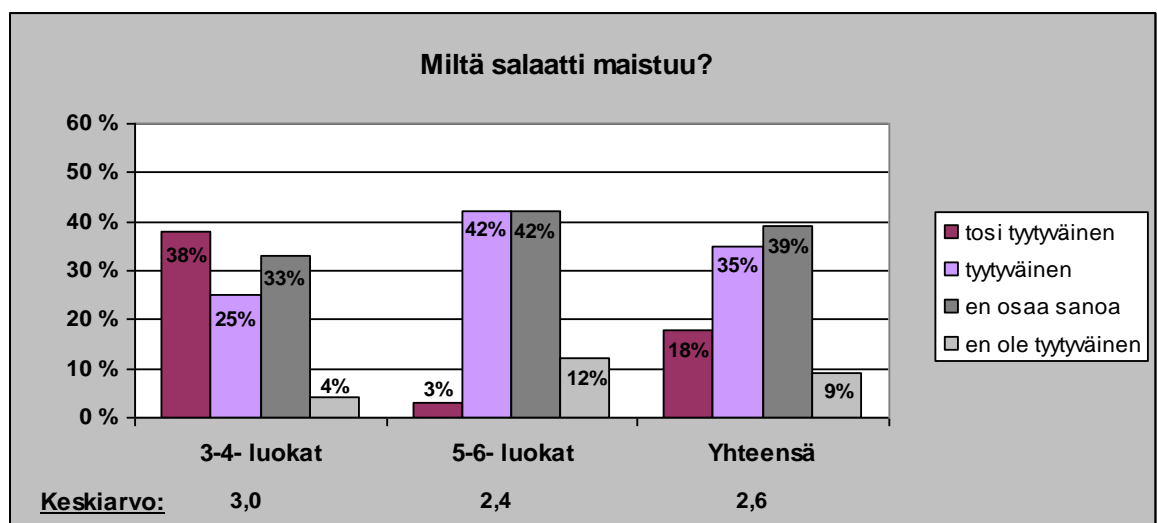
Reilusti enemmän positiivisia vastauksia olivat antaneet 3–4 -luokkalaiset, joista 75 % oli ruoan makuun todella tyytyväisiä tai tyytyväisiä. Vastaava prosenttimäärä 5–6 -luokkalaisten keskuudessa oli 48. Heidän osaltaan myös neutraalien vastausten määrä oli melko suuri (39 %).



Kuvio 12. Alakoululaisten mielipiteet ruoan mausta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.

Kun vastaajilta kysyttiin salaatin mausta, yhteensä 53 % vastauksista oli positiivisia (Kuvio 13). Eniten oli annettu neutraaleja vastauksia; 39 % vastaajista ei osannut sanoa mielipidettään. Tyytymättömyytensä ilmaisi 9 %.

Positiivisia vastauksia salaatin maulle saatiin enemmän 3–4 -luokkalaisilta, joista 63 % olivat makuun todella tyytyväisiä tai tyytyväisiä. Vastaava prosenttimäärä 5–6 -luokkalaisten keskuudessa oli 45. Heistä myös vain 3 % kertoi olevansa salaatin makuun todella tyytyväisiä, kun 3–4 -luokkalaisilla samoja vastauksia oli annettu 38 %.

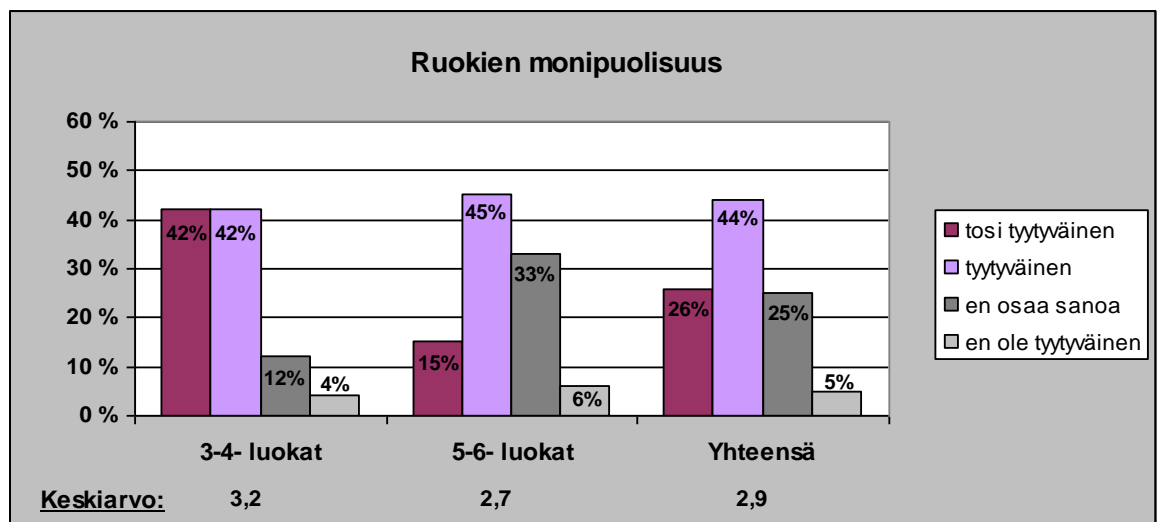


Kuvio 13. Alakoululaisten mielipiteet salaatin mausta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.

4.3.5 Ruokien monipuolisuus

Kysymys ruokien monipuolisuudesta keräsi positiivisia vastauksia yhteensä 70 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”tyytyväinen”. Neutraaleja vastauksia annettiin neljännes ja tyytymättömyytensä ilmaisi vastaajista 5 %.

Tyytyväisimpiä olivat 3-4- luokkalaiset, joista positiivista palautetta antoi 84 %. Heillä oli runsaasti enemmän ”tosi tyytyväinen” - vastauksia 5–6 -luokkalaisiin verrattuna. 5–6 -luokkalaisten keskuudessa positiivista palautetta annettiin 60 %. Ruokien monipuolisuutta mittaavan kysymyksen tulokset käyvät ilmi kuvioista 14.

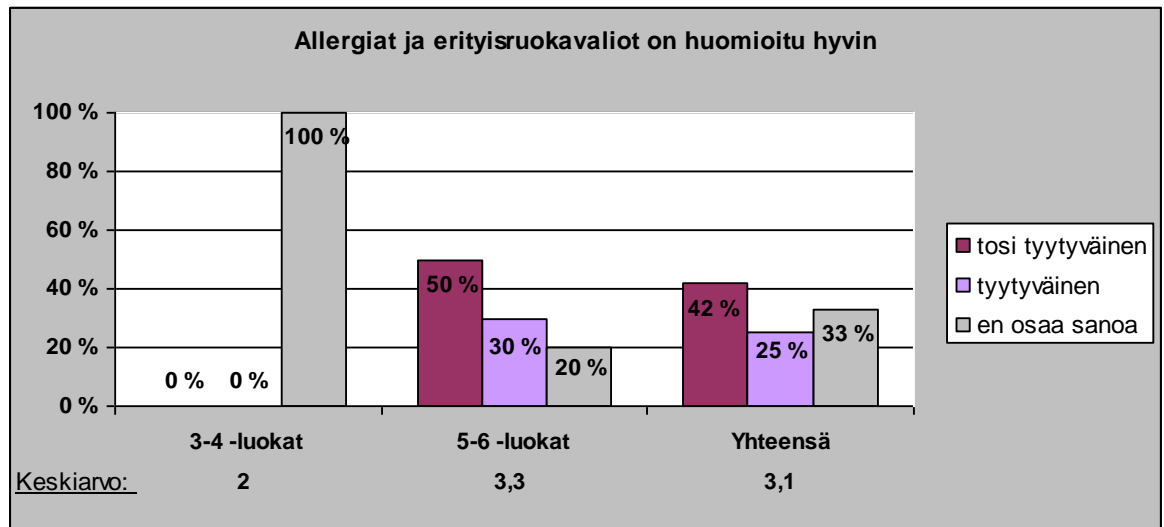


Kuvio 14. Alakoululaisten mielipiteet ruokien monipuolisuudesta (n=57). Keskiarvo asteikolla 1–4.

4.3.6 Allergiat ja erityisruokavaliot

Viimeinen kysymys käsitteli allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioimista. Tulokset on havainnollistettu kuviossa 15. Kysymykseen vastasi 12 oppilasta; vastaajia kehoitettiin vastaamaan vain, jos heillä on erityisruokavalio. Heistä 10 oli vanhempia oppilaita ja loput kaksi 3–4 -luokkalaisia.

3–4 -luokkalaiset eivät oikein osanneet sanoa, olivatko he tyytyväisiä vai tyytymättömiä allergia- ja erityisruokavaliojärjestelyihin. 5–6 -luokkalaisten keskuudessa vastaukset olivat pääasiassa positiivisia. Kukaan ei ollut valinnut vastauksekseen ”en ole tyytyväinen” -vaihtoehtoa.



Kuvio 15. Alakoululaisten mielipiteet allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioimisesta (n=12). Keskiarvo asteikolla 1–4.

4.4 Avoimet kysymykset

Vastaajille esitettiin viimeiseksi neljä avointa kysymystä, jotka koskivat vastaajien mieliruokaa kotona ja koulussa sekä kouluruokaa, josta he eivät pidä. Lopuksi kysyttiin ehdotuksia ruokalistalle.

4.4.1 Mieliruoka koulussa

Oppilaita pyydettiin vastaamaan ”Mikä on sinun suosikkiruokasi koulussa” -kysymykseen mainitsemalla yksi ruokalaji. Suosikkiruokat ja ruokalajien mainintakerrat aineistossa on lueteltuina taulukossa 5. Suosituimmiksi ruokalajeiksi nousivat lasagne, makaronilaatikko ja pinaattilätyt. Lisukkeista oli usein mainittuna perunamuusi ja varsinkin jokin kalaruoka, useimmiten kalapuikot ja kermaviilikastike pe-

runamuusin yhteydessä. Muutamia mainintoja oli myös hernekeitosta, poronkärityksestä ja spagetista.

Muita aineistossa mainittuja suosikkeja oli lasagnette, riisi ja kana, pyttipannu, muusi ja nakkikastike, perunamuusi ja lihapullakastike.

Taulukko 5. Alakoululaisten suosikkiruokat koulussa

Mikä on sinun suosikkiruokasi koulussa?	
lasagne	12
makaronilaatikko	11
pinaattilätyt	7
kalaruoka, perunamuusi ja kermaviilikastike	5
hernekeitto	3
poronkäritys	3
spagetti	3

4.4.2 Epämieluisa kouluruoka

Seuraavassa avoimessa kysymyksessä oppilaita pyydettiin mainitsemaan yksi kouluruoka, mistä he eivät pidä. Taulukosta 6 käy ilmi epäsuosituimmat kouluruokat ja niiden mainintakerrat aineistossa. Kasvis -alkuiset ruokat olivat yhteensä 17 kertaa mainittuina. Etenkin kasviskiusaus mainittiin kasvisruokien osalta usein. Epämieluisimmaksi yksittäiseksi ruokalajiksi nousi pinaattikeitto. Myöskään hernekeitto ei osoittautunut suosituksi ruokalajiksi. Perunat yksinään sekä perunat nakkikastikkeen kanssa olivat myös kertaalleen mainittuina listalla. Muuten kommentit olivat melko yksittäisiä, muutamaa ”pidän kaikesta” tai ”en pidä mistään” - tyyppistä kommenttia lukuun ottamatta.

Muita aineistossa mainittuja ruokia olivat kaurahiutaleriisi ja kanakastike, jossa on kasviksia, sianlihakeitto, lämpimät vihannekset, kanakeitto, kana, kalafilé, kalapuikot, savulohikiusaus ja karjalanpaisti.

Taulukko 6. Alakoululaisten inhokkiruoat koulussa

Mistä kouluruoasta sinä et pidä?	
pinaattikeitto	11
kasviskiusaus	9
hernekeitto	6

4.4.3 Mieliruoka kotona

Vastaajien suosituimmat kotiruokat ja niiden mainintakerrat käyvät ilmi taulukosta 7. Kun oppilailta kysyttiin mikä on heidän mieliruokansa kotona, nousivat makaroniruokat kaikista suosituimmiksi. Myös pelkkä makaroni ilman lisukkeita oli mainittu. Perunamuusi oli mainittuna erilaisten aterioiden yhteydessä 10 kertaa.

Muita aineistossa mainittuja ruokia oli hernekeitto, hampurilainen, hirvenlihapata, hotdog ja salaatti, letut, kinkkukiusaus, lasagnette, lohi, pinaattikeitto, pizza, tortillat, pyttipannu ja ulkomaalaiset ruokat.

Taulukko 7. Alakoululaisten suosituimmat ruoat kotona.

Mikä on mieliruokasi kotona?	
lasagne	7
spagetti	7
makaronilaatikko	4
makaroni ja jauheliha	4
nugetit	4
kana ja riisi	4

4.4.4 Ehdotuksia ruokalistalle

Lopuksi oppilaita pyydettiin mainitsemaan yksi ruokalaji, mitä he toivoisivat saavansa koulun ruokalistalle. Suosituimmat toiveet ja niiden mainintakerrat on lueteltuina taulukossa 8. Eniten mainintakertoja keräsi pyttipannu. Myös pizza ja tortillat olivat suosittuja ruokia; pizzan yhteyteen oli kahdessa vastauksessa mainittuna lisäksi ranskalaiset. Monia jo kouluruokalistalla ilmeisesti olevia ruokia oli toivottu lisää, tästä esimerkkinä makaroniruokat kuten spagetti, lasagne sekä makaroni ja jauheliha. Lisäksi nuudelit oli mainittu kolme kertaa.

Muita aineistossa mainittuja ehdotuksia olivat eri maiden ruoat, grilliruoka, hampurilainen, hernekeitto, kaalikääryleet, kana ja riisi, kanariisipata joka on paistettu uunissa, kanasalaatti, makaroni, täytetyt paprikat, mangorahka sekä uunimakkara.

Taulukko 8. Alakoululaisten ehdotukset kouluruokalistalle

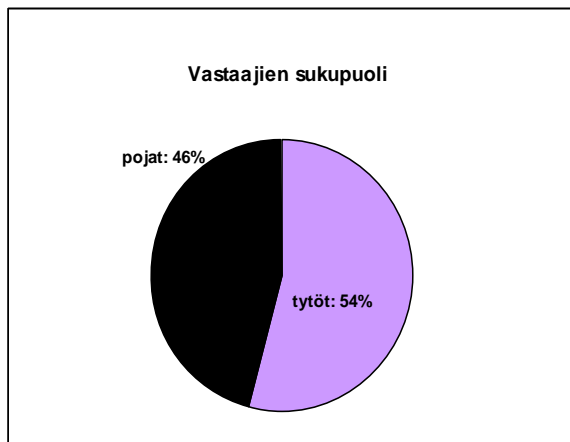
Mitä ruokaa toivoisit ruokalistalle?	
pyttipannu	12
pizza	6
tortilla	4
spagetti	3
lasagne	3
nuudelit	3

5 YLÄKOULUJEN JA LUKIOIDEN TUTKIMUSTULOKSET

Tässä kappaleessa esitellään asiakastyytyväisyyskyselyn tutkimustulokset yläkoulujen ja lukioiden osalta. Lomakkeen täytti yhteensä 755 vastaajaa, joista yläkoululaisia oli 652 ja lukiolaisia 103. Tarkan otannan mukaan yläkoululaisten vastausmäärä olisi ollut 283 kpl ja lomakkeita lähetettiin sen mukaisesti. Yksi yläkouluista oli kuitenkin toteuttanut kyselyn ilmeisesti kaikilla oppilaillaan, joten jo pelkästään kyseiseltä koululta vastauksia saapui 444 kpl. Keskusteltuani toimeksiantajan, ohjaavan opettajan sekä tilastotieteen opettajan kanssa päätimme yhdessä, että myös ”otannan ulkopuolelle jäänyt” vastausmäärä tallennetaan ja otetaan mukaan tutkimukseen.

5.1 Vastaajien taustatiedot

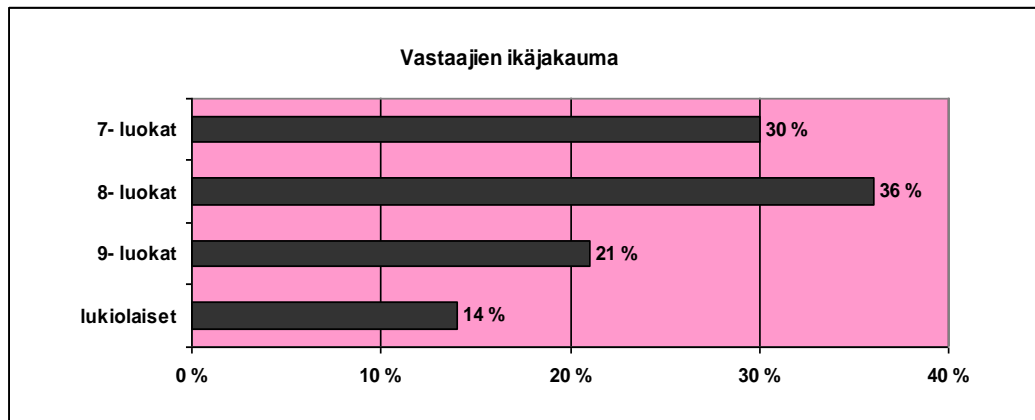
Aluksi selvitettiin vastaajien sukupuoli sekä luokka-aste. Kuvio 16 osoittaa vastaajista 54 % olevan tyttöjä ja 46 % poikia.



Kuvio 16. Yläkoululaisten ja lukiolaisten sukupuolijakauma (n=752).

Ikäluokkaa tarkastellessa enemmistön muodostivat kahdeksaluokkalaiset, joita oli vastaajista 36 %. Seitsemäsluokkalaisia oli 30 % ja yhdeksäsluokkalaisia 21 %.

Lukiolaisten osuus vastaajista oli 14 %. Vastaajien ikäjakauma on havainnollistettu kuviossa 17.



Kuvio 17. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ikäjakauma (n=748)

Kun tarkastellaan taulukon 9 mies- ja naispuolisten vastaajien jakautumista luokittain, huomataan prosentuaalisten erojen olevan hyvin pieniä 7- ja 8- luokilla, joissa tyttöjä on vain 2 % poikia enemmän. 9 -luokilla tyttöjen osuus on jo 12 % poikia suurempi. Selkeästi suurin prosenttiero tyttöjen ja poikien välillä on lukiolaisten joukossa, jossa tyttöjä on 62 % ja poikia 38 %.

Taulukko 9. Mies- ja naispuoliset vastaajat luokittain (n=746)

Mies- ja naispuoliset vastaajat luokittain			
Luokka-aste	tyttö	poika	Yhteensä
7-luokat	51%	49%	100%
8- luokat	51%	49%	100%
9- luokat	56%	44%	100%
lukio	62%	38%	100%
Yhteensä	54%	46%	100%

5.2 Ruokailutottumukset

Ennen varsinaisia tyytyväisyyttä mittaavia kysymyksiä vastaajilta kysyttiin heidän ruokailutottumuksistaan. Koska yläkouluissa ja lukioissa ruokailu ei ole yhtä tarkoin valvottua kuin alakouluissa, vastaajilta kysyttiin, kuinka usein he ruokailevat koulussa. Lisäksi haluttiin selvittää, kuinka usein he syövät kotona aamiaista ja lämmintä ruokaa.

Kouluruokailun useutta mittaavan kysymyksen tulokset on eritelty taulukossa 10. Kaikista vastaajista 62 % ilmoitti syövänsä kouluruoan päivittäin. 3-4 kertaa viikossa ruokailivat 27 %. 1-2 kertaa viikossa kouluruokailu jäi 7 %: lla ja harvemmin kouluruoan ilmoitti nauttivansa 4 %.

Ahkerimmin koulussa ruokailivat vastaajista yhdeksäsluokkalaiset ja lukiolaiset. Molemmista ryhmistä 93 % ilmoitti syövänsä kouluaterian päivittäin tai 3-4 kertaa viikossa. Seitsemäsluokkalaisista 90 % ruokaili koulussa päivittäin tai 3-4 kertaa viikossa. Kahdeksäsluokkalaisten vastaava osuus oli 84 %.

1-2 kertaa viikossa ruokaili lukiolaisista 5 %, yhdeksäsluokkalaisten 3 %, kahdeksäsluokkalaisten 10 % ja seitsemäsluokkalaisten 6 %. ”Harvemmin” - vastauksia olivat valinneet eniten 7- ja 8 -luokkalaisten, molemmista ikäryhmistä 5 %. 9 -luokkalaisten harvemmin kouluruokaa nautti 3 % ja lukiolaisista 2 %.

Taulukko 10. Yläkoululaisten ja lukiolaisten kouluaterian syöminen.

Syön koulussa tarjotun aterian					
Luokka:	7-luokalla n=220	8- luokalla n=264	9- luokalla n=154	lukiossa n=101	Yhteensä n=739
päivittäin	60 %	58 %	61 %	75 %	62 %
3-4- kertaa viikossa	30 %	26 %	32 %	18 %	27 %
1-2- kertaa viikossa	6 %	10 %	3 %	5 %	7 %
harvemmin	5 %	5 %	3 %	2 %	4 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Taulukossa 11 on eriteltynä, kuinka usein vastaajat syövät aamiaista. Kaikista vastaajista yhteensä 78 % ilmoitti syövänsä aamiaista päivittäin tai 3-4- kertaa viikossa. Ahkerimmin aamiaista söivät lukiolaiset, joista 86 % ilmoitti syövänsä aamiaista päivittäin tai 3-4 kertaa viikossa. Viimeisenä vertailussa sijoittuivat yhdeksäsluokkalaiset vastaavalla 70 % osuudella.

Taulukko 11. Yläkoululaisten ja lukiolaisten aamiaisen syöminen.

Syön aamiaista ennen kouluun lähtöä					
Luokka:	7-luokalla n=219	8- luokalla n=266	9- luokalla n=154	lukiossa n=103	Yhteensä n=742
päivittäin	62 %	62 %	52 %	69 %	61 %
3-4- kertaa viikossa	18 %	16 %	18 %	17 %	17 %
1-2- kertaa viikossa	9 %	7 %	11 %	3 %	8 %
harvemmin	11 %	15 %	19 %	12 %	14 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Taulukosta 12 käy ilmi, kuinka usein vastaajat syövät kotona lämpimän aterian. Kaikista vastaajista 95 % ilmoitti syövänsä kotona lämpimän aterian päivittäin tai 4 – 6 kertaa viikossa. 1–3 kertaa viikossa kotona aterioivat 4 % vastaajista ja harvemmin - vastauksen oli valinnut vain 1 %.

Kaikista ikäryhmistä päivittäin tai 4–6 kertaa viikossa kotona aterioivat 90 % tai enemmän. Kun tarkastellaan kyseisiä vastausvaihtoehtoja valinneita ikäryhmiä, useimmin kotona ruokailivat seitsemäsluokkalaiset (97 %). Viimeisenä olivat lukiolaiset (90 %).

Taulukko 12. Yläkoululaisten ja lukiolaisten kotona ruokailu.

Syön kotona lämpimän aterian					
Luokka:	7-luokalla n=218	8- luokalla n=264	9- luokalla n=157	lukiossa n=103	Yhteensä n=742
päivittäin	79 %	81 %	69 %	68 %	76 %
4-6- kertaa viikossa	18 %	15 %	24 %	22 %	19 %
1-2- kertaa viikossa	3 %	3 %	6 %	9 %	4 %
harvemmin	0 %	1 %	1 %	1 %	1 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

5.3 Tyytyväisyys

Vastauslomakkeessa esitettiin 11 väittämää liittyen kouluruokaan ja ruokailutilanteeseen. Vastausasteikko oli neliportainen, jossa 1= ”täysin samaa mieltä”, 2= ”jonkin verran samaa mieltä”, 3= ”jonkin verran eri mieltä” ja 4= ”täysin eri mieltä”.

Kun aineistoa alettiin käsitellä tilasto- ohjelmalla, huomattiin, että keskiarvojen laskemisen kannalta asteikko olisi järkeenkäypää kääntää niin, että 4= täysin samaa mieltä ja 1= täysin eri mieltä. Näin keskiarvot voitiin merkitä ymmärrettävämpään muotoon, koska yleensä korkein numero mielletään parhaimmaksi ja matalin huonoimmaksi.

5.3.1 Ruokatunnin pituus

Ensimmäiseksi vastaajille esitettiin väittämä, jonka mukaan aikaa syömiseen on varattu sopivasti. Kysymyksen tulokset on havainnollistettuna taulukossa 13. Kaikista vastaajista 86 % oli väittämän kanssa täysin tai jonkin verran samaa mieltä. Jonkin verran eri mieltä oli 10 % ja täysin eri mieltä ilmoitti olevansa 4 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”täysin samaa mieltä”.

Jos lasketaan kaikkien ikäryhmien positiivissävytteiset eli ”täysin samaa mieltä” ja ”jonkin verran samaa mieltä” -vastaukset yhteen, tyytyväisimpiä ruokatauon pituuteen olivat tällöin 9 -luokkalaiset, joiden vastauksista 90 % oli positiivisia. Eniten ”täysin samaa mieltä” -vastauksia olivat kuitenkin rastittaneet 7-luokkalaiset. Tyytymättömmimpiä olivat 8 -luokkalaiset, joista täysin samaa mieltä tai jonkin verran samaa mieltä oli 83 %. Lukiolaisista miltei viidesosa oli jonkin verran eri mieltä kyseisen väittämän kanssa.

Taulukko 13. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruokatunnin pituuteen.

Aikaa syömiseen on varattu sopivasti					
Luokka:	7-luokalla n=221	8- luokalla n=267	9- luokalla n=156	lukiossa n=103	Yhteensä n=747
Täysin samaa mieltä	61 %	47 %	46 %	51 %	52 %
Jonkin verran samaa mieltä	28 %	36 %	44 %	29 %	34 %
Jonkin verran eri mieltä	8 %	11 %	6 %	19 %	10 %
Täysin eri mieltä	3 %	6 %	4 %	0 %	4 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	3,5	3,3	3,3	3,3	3,3

5.3.2 Ruoan ottaminen

Taulukosta 14 käy ilmi ruoan ottamisen vaivattomuutta selittävät tulokset. Väittämä ruoan ottamisen vaivattomuudesta keräsi positiivissävyytteisiä vastauksia yhteensä 89 %. Jonkin verran eri mieltä asiasta oli 10 % ja täysin eri mieltä vain 1 %. Eniten oli valittu ”jonkin verran samaa mieltä” -vastauksia.

Eniten positiivista palautetta antoivat seitsemäsluokkalaiset ja lukiolaiset, molemmista ryhmistä 91 % oli täysin samaa mieltä tai jonkin verran samaa mieltä siitä, että ruoan ottaminen sujuu vaivattomasti. Kahdeksaluokkalaiset olivat tässä kysymyksessä tyytymättömiä, mutta heidänkin prosenttiosuutensa positiivisissa vastauksissa oli 87 %.

Taulukko 14. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruoan ottamisen vaivattomuuteen.

Ruoan ottaminen sujuu vaivattomasti					
Luokka:	7-luokalla n=221	8- luokalla n=267	9- luokalla n=157	lukiossa n=103	Yhteensä n=748
Täysin samaa mieltä	43 %	40 %	41 %	49 %	42 %
Jonkin verran samaa mieltä	48 %	47 %	48 %	42 %	47 %
Jonkin verran eri mieltä	8 %	11 %	10 %	10 %	10 %
Täysin eri mieltä	1 %	2 %	1 %	0 %	1 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	3,3	3,3	3,3	3,4	3,3

5.3.3 Ruokailun rauhallisuus

Vastaajilta kysyttiin, kuinka he kokivat ruokailun rauhallisuuden. Kysymyksen tulokset käyvät ilmi taulukosta 15. Kaikista vastaajista täysin tai jonkin verran samaa mieltä väittämän ”Saun ruokarauhan” kanssa ilmoitti olevansa 84 %. Jonkin verran eri mieltä asiasta oli 12 % ja täysin eri mieltä 4 %. Eniten oli valittu ”jonkin verran samaa mieltä -vastauksia”.

Tyytyväisimpiä ruokailun rauhallisuuteen olivat lukiolaiset, joista 90 % vastasi väittämään positiivissävyytteisesti. Yhdeksäsluokkalaisilla positiivisten vastausten prosenttimäärä oli alhaisin luokka -asteista, mutta heistäkin 80 % oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä väittämän kanssa.

Taulukko 15. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruokailun rauhallisuuteen.

Saan ruokarauhan					
Luokka:	7-luokalla n=220	8- luokalla n=266	9- luokalla n=155	lukiossa n=103	Yhteensä n=744
Täysin samaa mieltä	36 %	33 %	34 %	45 %	35 %
Jonkin verran samaa mieltä	49 %	53 %	46 %	45 %	49 %
Jonkin verran eri mieltä	12 %	11 %	15 %	8 %	12 %
Täysin eri mieltä	3 %	3 %	5 %	3 %	4 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	3,2	3,1	3,1	3,3	3,2

5.3.4 Ruokasali on viihtyisä

Ruokasalin viihtyisyyteen liittyvän kysymyksen tulokset näkyvät taulukosta 16. Väittämä keräsi positiivisia vastauksia yhteensä 67 %. Vastaajista 26 % oli jonkin verran eri mieltä ja 8 % täysin eri mieltä väittämän kanssa. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”jonkin verran samaa mieltä”.

Luokka -asteista eniten positiivisia vastauksia oli 7- ja 8 -luokkalaisilla (68 %). Tyytymättömmimpiä olivat 9 -luokkalaiset, joista 64 % oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä ruokasalin viihtyisyydestä.

Taulukko 16. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruokailutilojen viihtyisyyteen.

Ruokasali on viihtyisä					
Luokka:	7-luokalla n=221	8- luokalla n=265	9- luokalla n=155	lukiossa n=100	Yhteensä n=741
Täysin samaa mieltä	29 %	16 %	14 %	19 %	20 %
Jonkin verran samaa mieltä	39 %	52 %	50 %	47 %	47 %
Jonkin verran eri mieltä	28 %	25 %	25 %	27 %	26 %
Täysin eri mieltä	5 %	8 %	12 %	7 %	8 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	2,9	2,7	2,7	2,8	2,8

5.3.5 Ruoan ulkonäkö

Ruoan ulkonäöstä mielipiteitä kysyttäessä positiivissävytteisiä vastauksia oli vain kolmannes. Kysymyksen tulokset on havainnollistettu taulukossa 17. Jonkin verran eri mieltä ”ruoka näyttää hyvältä” -väittämän kanssa oli vastaajista yhteensä 43 %. Täysin eri mieltä ilmaisi olevansa 24 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”jonkin verran eri mieltä”.

Tyytyväisimpiä ruoan ulkonäköön olivat 8 -luokkalaiset, joista 36 % oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä väittämän kanssa. Tyytymättömiä olivat 9 -luokkalaiset, joilla vastaava prosenttimäärä oli 24.

Taulukko 17. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruoan ulkonäköön.

Ruoka näyttää hyvältä					
Luokka:	7-luokalla n=221	8- luokalla n=267	9- luokalla n=154	lukiossa n=102	Yhteensä n=744
Täysin samaa mieltä	3 %	3 %	3 %	4 %	3 %
Jonkin verran samaa mieltä	32 %	33 %	21 %	31 %	30 %
Jonkin verran eri mieltä	44 %	40 %	40 %	52 %	43 %
Täysin eri mieltä	20 %	24 %	36 %	13 %	24 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	2,2	2,1	1,9	2,1	2,1

5.3.6 Ruoan lämpö

Taulukko 18 havainnollistaa väittämästä ”Ruoan lämpö on sopiva” saadut tulokset. Kaikista vastaajista 66 % oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä siitä, että ruoan lämpö on sopiva. Jonkin verran eri mieltä kertoi olevansa 25 % ja täysin eri mieltä oli 8 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”jonkin verran samaa mieltä”.

Tyytyväisimpiä ruoan lämpöön olivat lukiolaiset, joiden vastauksista 75 % oli positiivisia. Vähiten vastaavasti ”täysin samaa mieltä” ja ”jonkin verran samaa mieltä” -vastauksia oli 9 -luokkalaisilla (60 %).

Taulukko 18. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys ruoan lämpöön.

Ruoan lämpö on sopiva					
Luokka:	7-luokalla n=220	8- luokalla n=267	9- luokalla n=155	lukiossa n=103	Yhteensä n=745
Täysin samaa mieltä	22 %	19 %	19 %	32 %	22 %
Jonkin verran samaa mieltä	46 %	46 %	41 %	43 %	44 %
Jonkin verran eri mieltä	24 %	27 %	28 %	21 %	25 %
Täysin eri mieltä	8 %	8 %	12 %	4 %	8 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	2,8	2,8	2,7	3,0	2,8

5.3.7 Ruoan ja salaatin maku

Tutkimuksen kannalta olennaisin kysymys on se, miltä kouluruoka vastaajien mielestä maistuu. Ruoan ja salaatin makuun liittyvät tulokset on havainnollistettu taulukoissa 19 ja 20. Kun vastaajille esitettiin väittämä lämpimän ruuan maukkaudesta, 52 % oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä siitä, että lämmin ruoka on maukasta. Jonkin verran eri mieltä väittämän kanssa oli 30 % vastaajista ja täysin eri mieltä ilmaisi olevansa 18 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”jonkin verran samaa mieltä”.

Tyytyväisimpiä makuun olivat lukiolaiset, joilta positiivissävytteisiä vastauksia saatiin 58 %. Tyytymättömmimpiä olivat yhdeksäsluokkalaiset vastaavasti 42 % osuudella. Yhdeksäsluokkalaisista myös n. neljännes ja kahdeksäsluokkalaisista viidennes oli valinnut ”täysin eri mieltä” -vastauksen.

Taulukko 19. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys lämpimän ruoan makuun.

Lämmin ruoka on maukasta					
Luokka:	7-luokalla n=221	8- luokalla n=265	9- luokalla n=155	lukiossa n=100	Yhteensä n=741
Täysin samaa mieltä	22 %	14 %	15 %	17 %	17 %
Jonkin verran samaa mieltä	35 %	38 %	27 %	41 %	35 %
Jonkin verran eri mieltä	28 %	29 %	32 %	32 %	30 %
Täysin eri mieltä	14 %	19 %	26 %	10 %	18 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	2,7	2,5	2,3	2,6	2,5

”Salaatti on maukasta” -väittämä keräsi positiivissävyytteisiä vastauksia yhteensä 47 %. Jonkin verran eri mieltä väittämän kanssa oli 34 % ja täysin eri mieltä 19 % vastaajista. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”jonkin verran samaa mieltä”.

Tyytyväisimpiä salaatin makuun olivat kahdeksaluokkalaiset, joiden vastauksista 54 % oli positiivisia. Tyytymättömmimpiä olivat 9 -luokkalaiset, joista vastaavasti 40 % oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä väittämän kanssa. Kahdeksaluokkalaisia lukuun ottamatta muista ikäryhmistä n. viidennes kertoi olevansa täysin eri mieltä väittämän kanssa.

Taulukko 20. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys salaatin makuun.

Salaatti on maukasta					
Luokka:	7-luokalla n=221	8- luokalla n=265	9- luokalla n=154	lukiossa n=102	Yhteensä n=742
Täysin samaa mieltä	12 %	17 %	8 %	7 %	12 %
Jonkin verran samaa mieltä	32 %	37 %	32 %	38 %	35 %
Jonkin verran eri mieltä	33 %	32 %	39 %	34 %	34 %
Täysin eri mieltä	22 %	14 %	21 %	21 %	19 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	2,3	2,6	2,3	2,3	2,4

5.3.8 Ateriakokonaisuus ja ruoan jättäminen

Tutkimuksessa haluttiin selvittää, syövätkö vastaajat koko aterian, joka sisältää lämpimän ruoan lisäksi salaatin, ruokajuoman, leivän ja levitteen. ”Syön koko aterian” -väittämä keräsi 50 % positiivisia vastauksia. Jonkin verran eri mieltä väittämän kanssa oli 32 % ja täysin eri mieltä 19 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”jonkin verran samaa mieltä”. Väittämän tulokset on havainnollistettu taulukossa 21.

Suurin positiivisten vastausten prosenttimäärä tuli lukiolaisten keskuudesta. Heistä 63 % oli valinnut ”täysin samaa mieltä” tai ”jonkin verran samaa mieltä” -vastauksen. Viimeisenä olivat yhdeksäsluokkalaiset 43 % summalla.

Taulukko 21. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ateriakokonaisuuden syöminen.

Syön koko aterian					
Luokka:	7-luokalla n=221	8- luokalla n=267	9- luokalla n=154	lukiossa n=103	Yhteensä n=745
Täysin samaa mieltä	17 %	15 %	14 %	17 %	16 %
Jonkin verran samaa mieltä	35 %	31 %	29 %	46 %	34 %
Jonkin verran eri mieltä	30 %	34 %	34 %	26 %	32 %
Täysin eri mieltä	18 %	20 %	23 %	11 %	19 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	2,5	2,4	2,3	2,7	2,5

Taulukko 22 kertoo ”Syön kaiken minkä otan” -väittämän tulokset. Väittämä keräsi yhteensä 67 % positiivisia vastauksia. Jonkin verran eri mieltä väittämän kanssa oli neljäsosa vastaajista. Täysin eri mieltä ilmaisi olevansa 8 %.

Eniten positiivissävyytteisiä vastauksia antoivat seitsemäsluokkalaiset. Heistä 73 % oli täysin tai jonkin verran samaa mieltä väittämän kanssa. 8 -luokkalaisista sekä lukiolaisista 67 % valitsi vastaavasti jommankumman positiivisista vastausvaihtoehdoista. Alhaisin prosentti positiivisten vastauksien osalta oli 9 -luokkalaisilla (59 %).

Lukiolaisista neljännes oli täysin samaa mieltä väittämän kanssa. Muiltakin luokkasteilta kyseisen vastausvaihtoehdon prosenttimäärä ylsi lähes samaan.

Taulukko 22. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ruoan jättäminen.

Syön kaiken minkä otan					
Luokka:	7-luokalla n=218	8- luokalla n=266	9- luokalla n=154	lukiossa n=102	Yhteensä n=740
Täysin samaa mieltä	23 %	23 %	23 %	25 %	23 %
Jonkin verran samaa mieltä	50 %	44 %	36 %	42 %	44 %
Jonkin verran eri mieltä	22 %	24 %	28 %	27 %	25 %
Täysin eri mieltä	5 %	9 %	13 %	6 %	8 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	2,9	2,8	2,7	2,9	2,8

5.3.9 Allergiat ja erityisruokavaliot

Viimeisenä vastaajille esitettiin väittämä, jonka mukaan allergiat ja erityisruokavaliot on huomioitu hyvin. Vastaajia ohjeistettiin vastaamaan kysymykseen vain, jos heillä on erityisruokavalio. Taulukosta 23 käy ilmi, että kaiken kaikkiaan positiivisia vastauksia väittämään saatiin 79 %. Jonkin verran eri mieltä väittämän kanssa oli 15 % ja täysin eri mieltä 6 %. Suosituin vastausvaihtoehto oli ”täysin samaa mieltä”.

Tyytyväisimpiä allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioimiseen olivat seitsemäsluokkalaiset, joista 92 % oli väittämän kanssa täysin tai jonkin verran samaa mieltä. Tyytymättömmimpiä erityisruokavalioiden järjestelyihin olivat lukiolaiset vastaavalla 65 % osuudella.

Taulukko 23. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyytyväisyys allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioimiseen

Allergiat ja erityisruokavaliot on huomioitu hyvin					
Luokka:	7-luokalla n=59	8- luokalla n=61	9- luokalla n=40	lukiossa n=14	Yhteensä
Täysin samaa mieltä	51 %	36 %	32 %	29 %	40 %
Jonkin verran samaa mieltä	41 %	36 %	42 %	36 %	39 %
Jonkin verran eri mieltä	5 %	16 %	22 %	29 %	15 %
Täysin eri mieltä	3 %	11 %	2 %	7 %	6 %
Yhteensä	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Keskiarvo (1-4)	3,4	3,0	3,0	2,9	3,1

5.4 Arvosana kouluruoalle

Vastaajia pyydettiin antamaan kouluruoalle arvosana asteikolla 4-10. Suosituin arvosana oli 7, jonka antoi 30 % kaikista vastaajista. Toiseksi suosituin arvosana oli 8 ja kolmanneksi suosituin 6. Arvosanat ja niiden keräämä prosentuaalinen kannatus on havainnollistettu taulukossa 24.

Vastaajista 5 % oli antanut hajanaisen arvosanan eli lisännyt plussan, miinuksen tai puolikkaan valitsemansa kokonaisarvosanan perään. Yksittäisten hajanaisten arvosanojen määrä ei kuitenkaan ollut huomattava.

Taulukko 24. Yläkoululaisten ja lukiolaisten arvosana kouluruoalle.

Arvosana	4	5	6	7	8	9	10	muu	Yhteensä
% vastaajista	6 %	11 %	19 %	30 %	21 %	7 %	1 %	5 %	100 %

Taulukosta 25 käy ilmi annettujen arvosanojen keskiarvot ikäryhmittäin. Arvosanojen kokonaiskeskiarvo oli 6,7. Kun vertaillaan keskiarvoja ikäryhmien kesken, korkein keskiarvo löytyy lukiolaisten antamien arvosanojen keskuudesta. Matalin keskiarvo saatiin yhdeksäsluokkalaisten arvosanoista.

Taulukko 25. Arvosanojen keskiarvot ikäluokittain

Keskiarvot				
7-luokalla (n=220)	8- luokalla (n=259)	9- luokalla (n=154)	lukiossa (n=102)	Yhteensä
6,7	6,8	6,5	7,1	6,7

5.5 Avoimet kysymykset

Lopuksi vastaajille esitettiin neljä avointa kysymystä liittyen heidän suosikki- ja in-hokkiruokiinsa koulussa ja mieliruokaan kotona. Vastaajia pyydettiin myös ehdot-tamaan, mitä ruokaa he haluaisivat koulun listalle.

5.5.1 Suosikkiruoka

Vastaajia pyydettiin mainitsemaan yksi suosikkiruoka koulussa. Vastauksia tuli todella paljon ja moni oli luetellut vastauksissaan useita suosikkiruokia. Peruna-muusi lisukkeena toistui miltei jatkuvasti vastauksissa.

Ylivoimaiseksi suosikkiruoaksi yläkoululaisten ja lukiolaisten keskuudessa nousivat pinaattilätyt, jotka oli mainittu aineistossa yhteensä 174 kertaa. Pinaattilättyjen li-sukkeena mainittiin yleisimmin hillo, etenkin karviaismarjahillo sekä täyttävä sa-laatti. Myös pinaattilätyt ja jauhelihakastike -yhdistelmästä oli mainintoja.

Kana- ja broilernugetit oli toiseksi suosituin kouluruoka ja toivottuna lisukkeena mainittiin riisi ja currykastike. Useissa vastauksissa painotettiin sitä, että riisin tulisi olla ns. oikeaa riisiä eikä ohraa.

Suosituimpien ruokien listalla oli myös lasagne, makaronilaatikko ja puuro. Manna- ja riisipuurosta oli muutamia mainintoja. Makkararuokat oli mainittu suosikkiruokien listalla yhteensä 27 kertaa. ”Makkararuokiin” kuului mm. pelkkä makkara, uuni-makkara sekä makkaravuoka. Makkararuokien kanssa oli mainittuna usein peru-namuusi.

Perunamuusi maistui myös kalapuikkojen kanssa. Kalapuikot kuuluivat myös 10 suosituimman kouluruoan joukkoon ja niiden yhteydessä mainittiin usein kastike. Muidenkin kalaruokien kanssa toivottiin usein perunaa tai perunamuusia ja kerma- viilikastiketta. Muihin suosittuihin kalaruokiin kuului erityisesti sitruunainen kala- leike. Katkarapukuorrutettu kala, kalaleike ja kalapihvit toistuivat myös aineistossa muutamia kertoja. Suosituimmat kouluruoat ja ruokalajien mainintakerrat aineis- tossa on lueteltuina taulukossa 26.

Taulukko 26. Yläkoululaisten ja lukiolaisten suosikkiruokat koulussa

Suosikkiruoka koulussa	
Pinaattilätyt	174
Nugetit	122
Lasagne	57
Makaronilaatikko	37
Puuro	28
Makkararuokat	27
Kalapuikot	23
Sitruunainen kalaleike	17
Hernekeitto	17
Pyttipannu	17

Muita aineistossa toistuneita suosikkiruokia olivat mm. kreikkalainen salaatti, jau- helihakastike, lasagnette, hedelmäinen broiler/kana, kanakastike, nakkikeitto, nakit (ja muusi), riistakäristys, pasta ja spagetti, chinatown -kastike ja uunimakkara.

5.5.2 Ruoka, josta ei pidetä

Vastaajia pyydettiin mainitsemaan kouluruoka, josta he eivät pidä. Kuten suosikki- ruokienkin kohdalla, moni oli maininnut vastauksessaan useamman ruokalajin.

Epäsuosituimmat kouluruoat ja niiden mainintakerrat aineistossa on lueteltuina taulukossa 27.

Vastaajat olivat erityisesti kasvisruokiin tyytymättömiä. Pelkästään kasviskiusaus mainittiin aineistossa 183 kertaa. Muita mainittuja kasvisruokia olivat mm. vihanespata, kasviskeitto, kasvislaatikko, kasviskastike tai pelkkä ”kasvisruoka”. Myöskään keitot ja kalaruoat eivät olleet vastaajien mieleen. Mainittuihin kalaruokiin kuului mm. kalakeitto, kalapihvit, kalakiusaus, uunikala, sitruunakala ja tillikatkarapukuorutettu kala. Yksinään haukimureke oli mainittu aineistossa 27 kertaa.

Lisukkeista perunat/”kumiperunat” sekä riisin tilalla käytetty ohra saivat moitteita. Ohra oli mainittu aineistossa 33 kertaa, mutta useita mainintoja oli myös riisistä, jolla mahdollisesti saatettiin tarkoittaa ohrariisiä. Lanttulihakastike ja hedelmäinen broilerkastike eivät myöskään olleet joidenkin mieleen.

Taulukko 27. Yläkoululaisten ja lukiolaisten inhokkiruoat koulussa

Mistä kouluruoasta sinä et pidä?	
Kasviskiusaus	183
Kasvisruuat	131
Kalaruuat	63
Hernekeitto	53
Perunat	51
Keitot	45
Ohra	33
Haukimureke	27

Muita aineistossa toistuneita ruokia olivat mm. puuro, kana ja riisi, kinkkukiusaus, lihaperunasoselaatikko, nakkikastike, suikalelihakastike, broiler -pastavuoka ja makkarapata.

5.5.3 Mieliruoka kotona

Taulukossa 28 on havainnollistettu, mitkä ovat vastaajien suosikkiruokia kotona ja kuinka monta kertaa ne on mainittu aineistossa. Suosituimmiksi ruokalajeiksi kotona nousivat vastaajien mielestä makaroniruokat. Spagetti oli mainittu useimmin joko yksinään tai jonkun kastikkeen tai muun lisukkeen kanssa. Suosituin kaveri spagettille oli jauheliha- tai bolognesekastike. Lasagne ja makaronilaatikko saivat myös paljon kannatusta.

Aineistosta löytyi myös runsaasti vastauksia, joissa ei mainittu tiettyä ruokaa, vaan todettiin, että kaikki mitä kotona tehdään, on hyvää. Kana tai broiler jossakin muodossa riisin kera sekä erilaiset kalaruokat olivat myös vastaajien mieleen. Kalaruoista mainittiin pelkän ”kalan” lisäksi mm. kalapuikot, uunikala, uunilohi ja tonnikala.

Spagetti bolognesen lisäksi muut erilaiset jauheliharuokat, kuten esimerkiksi jauhelihakastike, - keitto ja -pihvit olivat vastaajien mieleen. Lihapullat mainittiin aineistossa 25 kertaa. Muita aineistossa toistuneita suosikkiruokia oli lisäksi mm. pizza, tortillat, pyttipannu, pastat, nuudeli, kebab, italianpata, erilaiset pihvit, salaatti, taco ja uuniperunat.

Taulukko 28. Yläkoululaisten ja lukiolaisten mieliruokat kotona

Mikä on mieliruokasi kotona?	
spagetti	82
kaikki mitä kotona tehdään	57
lasagne	54
kalaruuat	47
makaronilaatikko	46
kana/broiler ja riisi	46
jauheliharuuat	36
lihapullat	25

5.5.4 Toivomuksia ruokalistalle

Lopuksi vastaajilta kysyttiin toivomuksia kouluruokalistalle. Suosituimmat ehdotukset ja niiden mainintamäärät aineistossa on lueteltuina taulukossa 29. Ylivoimaisesti suosituimmaksi toiveeksi nousivat tortillat. Pyttipannu, spagetti (useimmiten jauhelihakastikkeen kera), pizza ja kebab tai kebab - pannu olivat myös hyvin suosittuja ehdotuksia listalle.

Riistakäristys oli myös suosituimpia toiveita; usein aineistossa toistui ”riistakäristys takaisin” - tyyppiset kommentit. Lisäksi kana- ja broilerruoat sekä nuudelit oli toivottuimpien ruokien listalla. Kuten jo aikaisemmissa vastauksissa huomattiin, myös tämän kysymyksen vastauksissa oli toivottu ohran sijasta tavallista riisiä.

Muita aineistossa toistuvia ruokia olivat mm. sub -leivät, ranskalaiset, kana ja riisi, kanaruuat, fish & chips, lihapullat, poronkäristys, härkäwok, makaroni, pastat (kuten esimerkiksi tonnikalapasta) ja kinkkukiusaus.

Taulukko 29. Yläkoululaisten ja lukiolaisten ehdotukset kouluruokalistalle

Mitä ruokaa toivoisit ruokalistalle?	
tortillat	118
pyttipannu	57
spagetti	56
pizza	53
kebab/kebab- pannu	52
riistakäristys	36
kana/ broilerruoat	31
nuudelit	13

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Aamiaisen tärkeys päivittäisessä ruokavaliossa puhuttaa paljon ja aamiaista onkin sanottu päivän tärkeimmäksi ateriaksi. Alakoululaisista 88 % ilmoitti syövänsä aamiaisen yleensä ennen koulua (Kuvio 5). Yläkoululaisista aamiaista söivät joka koulupäivä yhteensä 59 % ja lukiolaisista vastaavasti päivittäin 69 % (Taulukko 11). THL:n kouluterveyskyselyn maakuntakohtaiset tulokset (Ravitsemustulokset aiheittain 2011) kertovat lähes samat prosenttiosuudet; yläkoululaisista (8- ja 9-luokkalaiset) aamiaista söi päivittäin 56 % ja lukiolaisista 69 %. Valtakunnallisesti yläkoululaisten vastaava osuus aamiaisen syönnissä oli 55 % (Yläkoululaisten kouluterveyskysely 2011) ja lukiolaisten 65 % (Lukiolaisten kouluterveyskysely 2011). Alakoululaisia ei kyselyssä ollut mukana. Etelä-Pohjanmaalla nuoret syövät siis hieman ahkerammin aamiaista, kuin koko maassa keskimäärin.

Tärkeimpänä taustakysymyksenä tässä työssä luonnollisesti oli, syövätkö vastaajat yleensäkin koulussa tarjotun aterian. Alakoululaisilta tämä kysymys jätettiin pois, koska heidän ruokailuaan valvotaan niin, että jokainen yleensä automaattisesti osallistuu ruokailuun. Yläkoululaisista päivittäin kouluateriaa söivät 60 % ja lukiolaisista 62 % (Taulukko 10). THL:n kouluterveyskyselyn maakuntakohtaisissa tuloksissa (Ravitsemustulokset aiheittain 2011) vastaava osuus oli yläkoululaisilla 74 % ja lukiolaisilla 80 %. Valtakunnallisissa tuloksissa yläkoululaisista päivittäin kouluruokaa söivät 66 % (Peruskoululaisten kouluterveyskysely 2011) ja lukiolaisista 71 % (Lukiolaisten kouluterveyskysely 2011). Seinäjokelaiset yläkoululaiset ja lukiolaiset siis ruokailevat harvemmin koulussa, kuin ikätoverinsa Etelä-Pohjanmaalla ja Suomessa keskimäärin.

Seinäjoen Ruokapalvelujen kouluruokailukyselyyn vastanneet alakoululaiset olivat kaiken kaikkiaan tyytyväisiä ruokailutilanteeseen ja ruokailun toimivuuteen liittyviin asioihin. Suurimmaksi kehittämiskohteeksi ilmeni kuitenkin ruokailun rauhallisuus. Kun tarkastelee vastauksista saatuja kokonaiskeskiarvoja taulukossa 30, ilmenee kouluruoan ulkonäössä, maussa ja monipuolisuudessakin kehitettävää. Tosin nämä aiheet jakoivat mielipiteitä ikäryhmien kesken; 3–4-luokkalaiset olivat tyytyväisiä ruoan ja salaatin makuun sekä ruokien monipuolisuuteen. 5–6-luokkalaiset taas kokivat niissä olevan kehittämisen varaa. Allergia- ja erityisruokavaliokysy-

myksessä 5–6 -luokkalaiset antoivat pääasiassa positiivista palautetta, mutta 3–4 -luokkalaiset eivät osanneet sanoa, ovatko niihin tyytyväisiä. Tosin vastaajien joukossa oli vain 12 erityisruokavalion omaavaa oppilasta, joista vain kaksi oli 3–4 -luokilla.

Taulukko 30. Alakoululaisten keskiarvot ikäryhmittäin

Luokka- aste:	3-4- luokat	5-6- luokat	Yhteensä
Syömiseen varattu aika	3,2	3,2	3,2
Ruokailun rauhallisuus	2,3	2,6	2,5
Ruokailutilan mukavuus	3,3	3,1	3,2
Miltä ruoka näyttää?	2,8	2,3	2,5
Miltä lämmin ruoka maistuu?	3,0	2,5	2,7
Miltä salaatti maistuu?	3,0	2,4	2,6
Ruokien monipuolisuus	3,2	2,7	2,9
Allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioiminen	2,0	3,3	3,1

Alakoululaisten vastauksista saatujen keskiarvojen perusteella voidaan sanoa, että kokonaisuudessaan tyytyväisempiä olivat 3–4 -luokkalaiset. Tyttöjen ja poikien väliset keskiarvot näkyvät taulukossa 31. Poikien keskuudessa havaittiin hieman enemmän tyytyväisyyttä, kuin tyttöjen keskuudessa. Erot eivät kuitenkaan testattaessa osoittautuneet tilastollisesti merkitseviksi. Ikäluokkien keskiarvoja testattaessa tilastollisesti merkittäviä eroja havaittiin, mutta niiden tulkintaan voidaan suhtautua varauksella, koska otoskoko on hyvin pieni. Lisäksi suurin osa vaihteluista näytti tapahtuvan ryhmien sisällä, ei niiden välillä.

Taulukko 31. Alakoululaisten tyttöjen ja poikien keskiarvot

Sukupuoli	tyttö	poika	Yhteensä
Syömiseen varattu aika	3,1	3,3	3,2
Ruokailun rauhallisuus	2,4	2,6	2,5
Ruokailun mukavuus	3,3	3,1	3,2
Miltä ruoka näyttää?	2,4	2,6	2,5
Miltä lämmin ruoka maistuu?	2,7	2,8	2,7
Miltä salaatti maistuu?	2,6	2,7	2,6
Ruokien monipuolisuus	3,0	2,9	2,9
Allergioiden ja erityisruokavalioiden huomioiminen	3,2	3,0	3,1

Yläkoululaiset ja lukiolaiset ovat kaiken kaikkiaan tyytyväisiä ruokailutilanteeseen ja ruokailun toimivuuteen. Ruokailuympäristöä pidettiin viihtyisänä myös THL:n maakuntakohtaisissa tuloksissa (Ravitsemus 2011, [viitattu 16.1.2013]), mutta ruokailutilaa pidettiin usein meluisana ja jonottaminen vaikutti jakavan mielipiteet. Seinäjoen Ruokapalvelujen kyselyssä suurimmaksi kehittämiskohteeksi yläkoululaisilla ja lukiolaisilla nousivat ruoan ja salaatin maku sekä ruoan ulkonäkö. Seinäjoella ollaan kuitenkin ruoan makuun tyytyväisempiä, kuin Etelä-Pohjanmaalla keskimäärin, kun tuloksia verrataan vuoden 2011 valtakunnallisiin tuloksiin.

Myös ruokailutilojen viihtyvyydessä on Seinäjoella hieman kehitettävää. Ruoan makuun liittyvästä palautteesta huolimatta erityisruokavalion omaavat oppilaat ja opiskelijat kokivat allergia- ja erityisruokavalioiden järjestelyt melko toimiviksi. Kun verrataan eri ikäryhmiltä saatuja keskiarvoja taulukossa 32, voidaan todeta 7-luokkalaisten olevan tyytyväisin ikäryhmä yläkoululaisten ja lukiolaisten joukossa. Toiseksi tyytyväisimpiä olivat lukiolaiset. Kolmanneksi sijoittuivat 8-luokkalaiset ja viimeiseksi 9-luokkalaiset. Myös yläkoululaisilla ja lukiolaisilla testattiin ikäryhmien välisiä keskiarvoja ja tilastolliset merkitsevyydet on ilmoitettu taulukossa 32. Erojen katsotaan olevan tilastollisesti merkitseviä, kun p-arvo on 0,05 tai alle kyseisen luvun. Varianssianalyysi ilmoitti erojen olevan tilastollisesti merkitseviä ruokataulun pituudessa, ruokasalin viihtyvyydessä, ruoan ulkonäössä, ruoan lämmön sopivuudessa, ruoan ja salaatin maussa, ruoan jättämisessä sekä allergia- ja erityisruokavaliokysymyksessä. Ruokailutottumuksia selvittävässä vastauksissa käytettiin khiin neliö -testiä ja tilastollisesti merkitseviä eroja löydettiin koulussa tarjo-

tun aterian syöneiden keskuudesta ($p=0,021$) ja kotona lämpimän aterian syöneiden keskuudesta ($p=0,010$).

Taulukko 32. Yläkoululaisten ja lukiolaisten keskiarvot ikäryhmittäin ($p<0,05$)

Luokat:	7-luokalla	8- luokalla	9- luokalla	lukiossa	Yhteensä	($p<0,005$)
Aikaa syömiseen on varattu sopivasti	3,5	3,3	3,3	3,3	3,3	$p = 0,027$
Ruoan ottaminen sujuu vaivattomasti	3,3	3,3	3,3	3,4	3,3	
Saan ruokarauhan	3,2	3,1	3,1	3,3	3,2	
Ruokasali/ruokailutila on viihtyisä	2,9	2,7	2,7	2,8	2,8	$p = 0,030$
Ruoka näyttää hyvältä	2,2	2,1	1,9	2,3	2,1	$p = 0,001$
Ruoan lämpö on sopiva	2,8	2,8	2,7	3,0	2,8	$p = 0,016$
Lämmin ruoka on maukasta	2,7	2,5	2,3	2,7	2,5	$p = 0,003$
Salaatti on maukasta	2,3	2,6	2,3	2,3	2,4	$p = 0,006$
Syön koko aterian (lämmin ruoka, salaatti, ruokajuoma, leipä ja levite).	2,5	2,4	2,3	2,7	2,5	$p = 0,016$
Syön kaiken minkä otan	2,9	2,8	2,7	2,9	2,8	
Allergiat ja erityisruokavaliot on huomioitu hyvin	3,4	3,0	3,1	2,9	3,1	$p = 0,032$

Yläkoululaisten ja lukiolaisten keskuudessa havaittiin kokonaisuudessaan poikien olevan hieman tyttöjä tyytyväisempiä. Tyttöjen ja poikien väliset keskiarvot näkyvät taulukossa 33. Keskiarvoja tarkastellessa erot eivät kuitenkaan ole mittavia. Pojat olivat tyttöjä ahkerampia syömään esimerkiksi koko ateriakokonaisuuden sekä ottamansa ruoan. Tytöt olivat tyytyväisempiä ruokatunnin pituuteen, ruoan lämpöön ja salaatin makuun. T- testi ilmoitti, että tyttöjen ja poikien välillä tilastollisesti merkitsevät erot liittyivät ruokataunon pituuteen ja salaatin makuun. Taustakysymyksissä käytettiin khiin neliö -testiä ja tilastollisesti merkitseviä eroja oli kotona lämpimän aterian syövien tyttöjen ja poikien välillä ($p=0,02$).

Taulukko 33. Yläkoululaisten ja lukiolaisten tyttöjen ja poikien keskiarvot ($p < 0,05$)

Sukupuoli	tyttö	poika	Yhteensä	Tilastollinen merkittävyys ($p < 0,05$)
Aikaa syömiseen on varattu sopivasti	3,4	3,3	3,3	$p=0,05$
Ruoan ottaminen sujuu vaivattomasti	3,3	3,3	3,3	
Saan ruokarauhan	3,2	3,2	3,2	
Ruokasali/ ruokailutila on viihtyisä	2,8	2,8	2,8	
Ruoka näyttää hyvältä	2,1	2,1	2,1	
Ruoan lämpö on sopiva	2,9	2,7	2,8	
Lämmin ruoka on maukasta	2,5	2,5	2,5	
Salaatti on maukasta	2,5	2,3	2,4	$p=0,043$
Syön koko aterian	2,4	2,5	2,5	
Syön kaiken minkä otan	2,8	2,9	2,8	
Allergiat ja erityisruokavaliot on huomioitu hyvin	3,1	3,1	3,1	

Alakoululaisten suosikkiruoksi niin koulussa kuin kotona nousivat makaroniruokat. Negatiivista palautetta annettiin etenkin pinaattikeitosta ja kasviskiusauksesta. Hernekeitto jakoi alakoululaisten mielipiteitä esiintyen sekä suosikkien, että inhokkien joukossa. Hartain toive ruokalistalle oli pyttipannu ja lisäksi pizza sekä tortillat mainittiin useamman kerran toivomusten joukossa. Ruokalistalle oli toivottu paljon suosikkiruokia, jotka jo ilmeisesti ovat listalla.

Yläkoululaisten ja lukiolaisten ylivoimainen suosikkiruoka oli pinaattilätyt. Lisäksi nugetit keräsivät runsaasti kannatusta. Makaroniruokien suosio oli suuri myös yläkoululaisilla ja lukiolaisilla, niin kotona kuin koulussa. Suosituin ehdotus kouluruokalistalle oli tortillat. Myös pyttipannua ja spagettia ehdotettiin useampaan otteeseen. Ylivoimaisesti negatiivisinta palautetta yläkoululaisten ja lukiolaisten keskuudessa sai kasviskiusaus, eivätkä muutkaan kasvisruokat olleet vastaajien mieleen. Moitteita saivat myös perunoiden koostumus ja ohran käyttö riisin sijaisena.

Sanallista palautetta saatiin todella runsaasti ja vastaajat olivat pääosin antaneet selkeää palautetta niin positiivisissa asioissa kuin kehittämiskohteissakin. Kyselylomakkeet ovat vapaasti hyödynnettävissä jatkossakin ja esimerkiksi avoimilla kysymyksillä saadaan nopeasti palautetta, jos halutaan tutkia pienempää joukkoa.

Tämän tutkimuksen pääroolissa oli luonnollisesti ruoka, jota Seinäjoen Ruokapalvelujen koululais- ja lukiolaisasiakkaille tarjotaan. Mukana oli kuitenkin kartoitusta myös ruokailutilanteeseen liittyvistä mielipiteistä ja asenteista, koska kyseessä on ennen kaikkea sosiaalinen tapahtuma. Jatkotutkimuksen tarvetta ja aiheita ajatellen itse ruokaa tutkimuksen kohteena voisi pilkkoa vielä pienempiin osasiin keskittyen tutkimaan, mitä kouluaterian osia vastaajat syövät. Aiheesta keskusteltiin myös ruokapalvelujohtaja Elli Åbackin kanssa tutkimustuloksien esittämisen yhteydessä. Jos tutkimuksen kohteena olisi mitata lasten ja nuorten asenteita kouluruokaa kohtaan ja tulokset tarvitsisivat kehitystoimintaa, voisi Tampereen Aterian toteuttama Ruokajuhla vanhemmille -tyyppinen konsepti (Järvinen & Tamiola 2011, [viitattu 17.1.2013]) olla kokeilemisen arvoinen. Oppilaiden vanhemmille tarjottaisiin vanhempainillassa maistiaisista heidän lapsilleen samana päivänä tarjotusta kouluruoasta. Sekä koululaisille, että vanhemmille toteutettaisiin kysely tietyllä aikavälillä ennen vanhempainiltaa ja sen jälkeen. Lopuksi arvioitaisiin, onko oppilaiden ruokailussa tapahtunut muutosta.

7 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli perehtyä ruoan kuluttamiseen ja etenkin lapsiin ja nuoriin ruoan kuluttajina. Toisena tavoitteena oli toteuttaa kouluruokaan liittyvä asiakastytyväisyystutkimus Seinäjoen Ruokapalvelujen asiakspiiriin kuuluvissa kouluissa. Ruoan kuluttaminen on tavattoman laaja, useamman tieteenalan kontekstissa esiintyvä ilmiö. Oli jo alussa selvää, että tästä opinnäytetyöstä tulisi jonkin verran poikkitieteellinen. Kouluruokailu on perinteikäs, vuosikymmenien saatossa kehittynyt sosiaalinen ja kasvatuksellinen tapahtuma. Ateriakokonaisuuden ravitsemukselliset elementit ovat tarkkaan mitattuja ja niistä elementeistä tulisi yhdessä rajallisen budjetin kanssa valmistaa ruokaa, joka on maukasta ja antaa puhtia koulupäivään. Ei täysin simppele haaste ottaen huomioon kulutusyhteiskuntamme rakenteen ja koulun ulkopuolella tarjolla olevan loputtoman ruokavalikoiman. Lisäksi lapsuus- ja nuoruusiän haasteet tuovat oman painolastinsa sosiaaliseen kanssakäymiseen, johon kouluruokailu kuuluu.

Opinnäytetyön teoriaosuus painottui ruoan kuluttamisen perusolettamuksiin, tutkimustietoon sekä sitä leimaaviin ilmiöihin, joista johdettiin erilaista pohdintaa. Nuorempien lasten ruokailukäyttäytyminen menee suurelta osin perheen ruokailutottumusten piikkiin, vaikka lapset enemmän ja vähemmän vaikuttavatkin vanhempien ostotottumuksiin. Teini -ikäisillä on jo enemmän valtaa puuttua omaan syömiseensä ja rakentaa identiteettiään kuluttamisen kautta ja ruoka on kulutushyödykkeenä oleellinen. Tämän työn teoriassa olisi voitu perehtyä enemmän nuorten vapaa ajan ruokailuun, esimerkiksi kahvila- ja ravintolakäyttäytymiseen sekä välipalojen ostamiseen. Resurssit olivat kuitenkin rajalliset ja aiheen rajaaminen haastava. Seinäjokelaisten nuorten ruoan kuluttaminen koulun ulkopuolella voisi olla hyvä aihe jatkotutkimukselle siten, että itse kouluruokailua sivuttaisiin kyselyssä vain parilla taustakysymyksellä. Näin voitaisiin saada lisää suuntaa antavaa tietoa nuorten ravitsemuskäyttäytymisestä ja ruokatrendeistä.

Opinnäytetyön empiriaosuus tutkimuksen hahmottelemisesta aina tulosten raportointiin saakka oli todella suuritöinen. Erityisen haastavaksi tutkimuksen teki tiukka aikataulu, kahden erilaisen tutkimuslomakkeen suunnittelu kehityspsykologiset faktat huomioiden, yhteydenpito 12 koulun rehtoriin ja otannan suunnittelu. Yllättä-

vä vastausmäärä teki tutkimuksen toteuttamisen aikataulun puitteissa entistäkin haasteellisemmaksi; odotetun 500 vastauslomakkeen sijasta vastauksia saapui 814 kpl. Mielestäni työn tutkimusosuuden tavoitteet täyttyivät hyvin ottaen huomioon, että kyseessä on ensimmäinen Seinäjoen Ruokapalveluille näin laajassa mitakaavassa tehty lasten ja nuorten asiakastyytyväisyyskysely. Tutkimuslomakkeet antavat pohjan laajan kokonaisuuden käsittelyyn ja niitä voidaan muokata ja kehittää jatkossa riippuen tutkittavista kokonaisuuksista ja aiheen osien prioriteetista. Tutkimusta voidaan toistaa halutessa säännöllisesti ja lomakkeita voidaan muokata ja soveltaa myös Seinäjoen Ruokapalvelujen muiden asiakasryhmien tarpeisiin.

Tämä työ on ollut erittäin aikaa vievä, opettavainen ja aihekokonaisuudeltaan jatkuvasti lisää mielenkiintoa ja tiedonjanoa herättävä. Ennen kaikkea se on ollut palkitseva ajatellen tutkijan työtä. Ensisijaisena tarkoituksena on ollut tuottaa Seinäjoen Ruokapalveluille mahdollisimman tarkkaa ja kattavaa tietoa mahdollisimman kattavin menetelmin tutkittavasta objektista. Toivottavasti tieto on hyödyttänyt ja hyödyttää edelleen myös Seinäjoen Ruokapalveluja ja sen kaikkia kouluruokaan liittyviä sidosryhmiä.

LÄHTEET

- Alaikäiset, markkinointi ja ostokset. 2004. Kuluttajaoikeuden linjauksia. Tietoa elinkeinonharjoittajille. [Verkkojulkaisu] Kuluttajavirasto ja kuluttaja – asiamies. [Viitattu 25.10.2012]. Saatavana: <http://www.kuluttajavirasto.fi/File/d694b6cc-c067-4701-bdfc-af265ee3b4cd/Alaik%C3%83%C2%A4iset%20markkinointi%20ja%20ostokset%20.pdf>
- Bergström, S & Leppänen, A. 2005. Yrityksen asiakasmarkkinointi. 9.-10. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Björk, T, Tuominen & Saine-Laitinen, H. 18.1.2012. Mitäs sitten syötäisiin: ruoka-trendit 2012. Ylen Aamu TV. [Verkkovideo]. Helsinki. Yleisradio. [Viitattu 19.10.2012]. Saatavana: <http://areena.yle.fi/tv/1417438>
- Epätyypilliset syömishäiriöt. 2012 [Verkkosivusto]. Suomen Mielenterveysseura. [Viitattu 1-2.12.2012]. Saatavana: <http://www.e-mielenterveys.fi/mielenterveyden-hairiot/syomishairiot/epatyypilliset-syomishairiot/>
- Fiese, B & Hammons, A. Is Frequency of shared family meals related to the nutritional health of children and adolescents. 2011. Review Article. [Web-article]. Official journal of the American Academy of Pediatrics. Retrieved October 16, 2012 from: <http://pediatrics.aappublications.org/content/127/6/e1565.abstract>
- Hasunen, K., Kalavainen, M., Keinonen, H., Lagström, H., Lyytikäinen, A., Nurttila, A., Peltola T. & Talvia, S. 2004. Lapsi, perhe ja ruoka. Imeväis- ja leikki-ikäisten lasten, odottavien ja imettävien äitien ravitsemussuositus. [Verkkokirja]. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004: 11. Helsinki: Edita. [Viitattu 3.10.2012] Saatavana: <http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/attachments/vrn/lapsi.perhe.ruoka.pdf>
- Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. 7. painos. Helsinki. Edita Prima Oy.
- Holopainen, M & Pulkkinen, P. 2008. Tilastolliset menetelmät. 5. uudistettu painos. Helsinki. WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Järvinen, S. & Tamiola, T. 7.3.2011. Kouluruoka tutuksi lasten ja nuorten vanhemmille. [Verkkojulkaisu]. Loppuraportti. Tampereen kaupunki. Tampereen Ateria liikelaitos. Suomen ruokakulttuurin edistämishjelma. [Viitattu 18.9.2012]. Saatavana http://www.sre.fi/ruoka.fi/www/fi/ohjelma/hankkeet/loppuraportit/Loppuraportti_Sre_Ruokajuhlat_vanhemmille_2011.pdf

- Kauffman, J. & Landrum, T. 2013. Characteristics of Emotional and Behavioral Disorders of Children and Youth. Tenth Edition. United States Of America. Pearson International Edition.
- Kirveennummi, A., Mäkelä, J & Saarimaa, R. 2008. Syödään leväpullia pimeässä: Tähtikartastoja suomalaisten ruoan kulutukseen vuonna 2030. [Verkkokirja]. Helsinki. Tulevaisuuden Tutkimuskeskus. Turun Kauppakorkeakoulu. [Viitattu 29.12.2012] Saatavana: <http://www.utu.fi/fi/yksikot/ffrc/julkaisut/Documents/syodaan-levapullia-pimeassa.pdf>
- Kolis, N. 2012. Ympäristöasenteen painoarvo – kuluttajan ostopäätökseen vaikuttavat tekijät. [Verkkopublication] Saimaan ammattikorkeakoulu. Liiketoiminta ja kulttuuri, Imatra. Liiketalouden koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 17.2.2013]. Saatavana: http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38683/Kolis_Noora.pdf?sequence=1
- Kouluruoan vuosikymmenet. 2011. Kouluruoka yhdistää. [Verkkosivusto]. [Viitattu 20.10.2012]. Saatavana: <http://www.parempaakouluruokaa.fi/kouluruokailu/kouluruoan-vuosikymmenet/>
- Kouluruokailun historiaa. 5.9.2012. [Verkkosivusto]. Opetushallitus. [Viitattu 20.10.2012]. Saatavana: http://www.edu.fi/yleissivistava_koulutus/hyvinvointi_koulussa/kouluruokailu/kouluruokailun_historiaa
- Kouluterveyskysely. 2011. [Verkkosivusto] Terveystieteiden tutkimuskeskus. [Viitattu 23.11.2012]. Saatavana: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset_aiheittain
- Lapset & elintarvikkeiden markkinointi. 2005. Kuluttajaoikeuden linjauksia. [Verkkopublication]. Kuluttajavirasto ja kuluttaja - asiamies. [Viitattu 25.10.2012]. Saatavana: <http://www.kuluttajavirasto.fi/File/ab3d87b6-0ea9-4561-94f3-0045e0888603/Lapset%20ja%20elintarvikkeiden%20markkinointi.pdf>
- Lasten lihavuus. 12.7.2006. [Verkkosivusto]. Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. [Viitattu 22.1.2013]. Saatavana: <http://www.hus.fi/default.asp?path=1,32,818,1733,3727,7837>
- Lasten ääni lautaselle! – Kouluruokakampanja lasten kuulemiseksi. 2010. [Verkkosivusto]. Suomen Lasten Parlamentti. [Viitattu 16.1.2013]. Saatavana: <http://www.lastenparlamentti.fi/mika-on-slp/mika-on-slp/slp/kouluruokakampanja>

- Lukiolaisten kouluterveyskysely. 2011. [Verkkosivusto]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 23.11.2012] Saatavana: http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_20001_201011_lukio.pdf
- Leipämaa- Leskinen, H. 2009. Kuluttajat ristiriitojen maailmassa: Esseitä ruoan kuluttamisesta. [Verkkojulkaisu] Vaasan yliopisto. Markkinoinnin laitos. Väitöskirja. [Viitattu 20.10]. Saatavana: http://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-260-1.pdf
- Mäkelä, J. Varjonen, J & Viinisalo, M. 2008. Muuttuva syöminen muuttuvassa maailmassa: Tilastokeskuksen hyvinvointikatsaus. [Verkkoartikkeli]. Tilastokeskus. [Viitattu 21.9.2012] Saatavilla: http://tilastokeskus.fi/artikkelit/2008/art_2008-12-15_006.html
- Åback, E. 2012. xxx.xxx(at)xxx.fi.Ruokapalvelupäällikkö. Seinäjoen Kaupunki. Henkilökohtainen sähköposti. Vastaanottaja: Ida Mustajärvi. [Viitattu 13.12.2012]. [Ei saatavilla].
- Åback, E. 24.4.2011. Ruokapalvelut toimintojohtamiseen toimintolaskennan avulla. [Verkkojulkaisu]. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Palveluliiketoiminnan koulutusohjelma, ylempi amk. Opinnäytetyö. [Viitattu 29.9.2012] Saatavana: http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/29694/Aback_Elli.pdf?sequence=2
- Pottonen, H. Saira ihana syömishäiriö? 24.9.2008. [Verkkolehtiartikkeli]. Keski-suomalainen. [Viitattu 4.1.2012]. Saatavilla: <http://www.ksml.fi/uutiset/viihde/saira-ihana-syomishairio/889785>
- Peruskoululaisten kouluterveyskysely. 2011. [Verkkojulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 23.11.2012] Saatavilla: http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_20001_201011_pk.pdf
- Ravitsemus ja ruokavalio. Vanhempainnetti. [Verkkosivusto]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. [Viitattu 11.7.2012]. Saatavana: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/uni_ja_ravitsemus/ravitsemus/
- Ruokatietoa 2011. 2011. TNS - Gallup. Espoo. Suomen Gallup Elintarviketieto Oy.
- Ravitsemustulokset aiheittain. 2011. Yläkoululaisten ja lukiolaisten kouluterveyskysely. [Excel-taulukko]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 23.11.2012] Saatavana: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/aiheittain/ravitsemus

- Sankari, S. 2011. Asiakastyytyväisyys päiväkotilasten ruokapalvelussa. Case: Seinäjoen Ruokapalvelut. [Verkkojulkaisu]. Kauhajoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 18.8.2012] Saatavilla: <https://publications.theseus.fi/handle/10024/35286>
- Seinäjoen Ruokapalvelut. Seinäjoen Kaupungin verkkosivut. 2009. [Verkkosivusto]. [Viitattu 26.10.2012]. Saatavana: <http://www.seinajoki.fi/hallinto/ruokapalvelukeskus/ruokapalvelukeskus.html>
- Sre:n hankkeet. 2010 [Verkkosivusto]. Suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelma. [Viitattu 15.8.2012]. Saatavana: <http://www.sre.fi/ruoka.fi/www/fi/ohjelma/hankkeet/index.php>
- Tutkimus erilaisista ruoan kuluttajista. Atria keittiössä. Helmikuu 2011. [Verkkoleh-tiartikkeli]. Atria Food Service. [Viitattu 14.12.2012] Saatavana: http://www.atriafoodservice.fi/SiteCollectionDocuments/Atria_keitti%C3%B6ss%C3%A4_22011_lr.pdf
- Tietoa syömishäiriöistä. [Verkkosivusto] .Syömishäiriöliitto. [Viitattu 1-2.12.2012]. Saatavilla: <http://www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot/index.html>
- Valtion ravitsemusneuvottelukunnan kouluruokailusuositus. 2008. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 20.10.2012]. Saatavilla: http://www.oph.fi/download/119138_kouluruokailusuositus_2008.pdf

LIITTEET

LIITE 1 Saatekirje rehtoreille

LIITE 2 Alakoululaisten kysymyslomake

LIITE 3 Yläkoululaisten ja lukiolaisten kysymyslomake

Arvoisa rehtori:

Kiitos, että kyselytutkimus kouluruokailusta voidaan toteuttaa myös Teidän koulussanne. Tutkimuksen toimeksiantajana on Seinäjoen Ruokapalvelut ja kyselyn kohderyhmänä on peruskoululaiset ja lukiolaiset Seinäjoen alueelta. Vastauksia olisi tarkoitus saada n. 500 kpl 12 eri koulusta. Vastaajamäärä kouluittain on laskettu kiintiöidysti, riippuen oppilaitosten oppilasmäärästä.

Kysely jaetaan oppilaille oppitunnin aikana, jolloin he **itsenäisesti**, toistensa kanssa keskustelematta täyttävät lomakkeen. Alakouluille käytetään hymynaamoin varustettua lomaketta ja yläkoulujen, sekä lukioiden lomakkeessa vastausasteikot ovat numeraalisia. Kysely olisi tarkoitus teettää maaliskuun aikana, riippuen tietysti koulujen omista aikatauluista. Kun vastaukset on kerätty yhteen, ne lähetetään sisäisessä postissa Seinäjoen Ruokapalveluihin.

Luonnollisesti oppilaat ja opiskelijat ovat kouluruokailupalvelujen tärkein asiakasryhmä, joten heidän mielipiteitään on tärkeää kuunnella ruokalistaa suunnitellessa. Kun tulokset tästä kyselystä ovat varmistuneet, niiden avulla pyritään tekemään mahdollisia muutoksia ensi vuoden kouluruokalistalle.

Huomio opettajalle/luokanvalvojalle:

Kun kyselylomake annetaan oppilaille oppitunnilla, voisiko opettaja korostaa, että oppilaat miettisivät **kouluruokaa yleensä** (ei vain kyseisen päivän ateriala) vastatessaan kysymyksiin.

Yhteistyöterveisin

Ida Mustajärvi
Liiketalouden opiskelija, SeAMK
040-5031115

KYSELY OPPILAILLE KOULURUOKAILUSTA



TAUSTATIEDOT:

OLEN (LAITA RASTI RUUTUN):

TYTTÖ POIKA

OLEN (LAITA RASTI RUUTUUN):

1-2- LUOKALLA 3-4- LUOKALLA 5-6- LUOKALLA

SYÖTKÖ YLEENSÄ AAMUPALAA ENNEN KOULUUN LÄHTÖÄ?

KYLLÄ EI

SYÖTKÖ KOTONA LÄMPIMÄN RUUAN PÄIVITTÄIN?

KYLLÄ EI

KERRO NÄIDEN NAAMOJEN AVULLA, MITÄ MIELTÄ OLET KOULURUOKAILUUN LIITTYVISTÄ KYSYMYKSISTÄ.



TOSI
TYYYTYVÄINEN



TYYYTYVÄINEN



EN OSAA
SANOA



EN OLE
TYYYTYVÄINEN

VASTAA KYSYMYKSIIN RASTITTAMALLA YKSI PARHAITEN MIELIPIDETTÄSI KUVAAVA NAAMA.

1. SYÖMISEEN VARATTU AIKA



2. RUOKAILUN RAUHALLISUUS



3. RUOKAILUTILAN MUKAVUUS



KÄÄNNÄ →

4. MILTÄ RUOKA NÄYTTÄÄ?



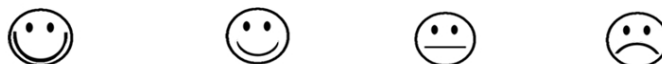
5. MILTÄ LÄMMIN RUOKA MAISTUU?



6. MILTÄ SALAATTI MAISTUU?



7. MILTÄ LEIPÄ MAISTUU?



8. JOS SINULLA ON ERITYISRUOKAVALIO, VASTAA TÄHÄN:

ALLERGOIDEN JA ERITYISRUOKAVALIOIDEN HUOMIOIMINEN



9. RUOKIEN MONIPUOLISUUS



10. MIKÄ ON SINUN SUOSIKKIRUOKASI KOULUSSA? (KIRJOITA YKSI)

11. MISTÄ RUUASTA SINÄ ET PIDÄ? (KIRJOITA YKSI)

12. MIKÄ ON MIELIRUOKASI KOTONA? (KIRJOITA YKSI)

13. MITÄ RUOKAA TOIVOISIT RUOKALISTALLE? (KIRJOITA YKSI)

 **KIITOS VASTAUKSISTASI JA MUKAVAA KEVÄTTÄ!** 

KYSELY OPPILAILLE KOULURUOKAILUSTA

Tämän kyselyn tarkoituksena on selvittää koululaisten ja lukio- opiskelijoiden kokemuksia ja mielipiteitä kouluruoasta. Tutkimustulosten perusteella pyritään tekemään mahdollisia muutoksia ensi vuoden kouluruokailustalle.

Lue kysymykset ja vastausvaihtoehdot tarkasti ja rastita yksi mielipidettäsi vastaava tai sitä lähinnä oleva vaihtoehto.

1. Taustatiedot

Olen tyttö _____ poika _____

Olen 7- luokalla _____ 8- luokalla _____ 9- luokalla _____ lukiossa _____

2. Syön koulussa tarjotun aterian

1. __ päivittäin
2. __ 3-4- kertaa viikossa
3. __ 1-2- kertaa viikossa
4. __ harvemmin

3. Syön aamiaisen ennen kouluun lähtöä

1. __ päivittäin
2. __ 3-4- kertaa viikossa
3. __ 1-2- kertaa viikossa
4. __ harvemmin

4. Syön kotona lämpimän aterian

1. __ päivittäin
2. __ 4-6- kertaa viikossa
3. __ 1-3- kertaa viikossa
4. __ harvemmin

Vastaa seuraaviin väittämiin rastittamalla yksi mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto.

5. Ruokailutilanne	1. Täysin samaa mieltä	2. Jonkin verran samaa mieltä	3. Jonkin verran eri mieltä	4. Täysin eri mieltä
1. Aikaa syömiseen on varattu sopivasti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Ruoan ottaminen sujuu vaivattomasti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



	1. Täysin samaa mieltä	2. Jonkin verran samaa mieltä	3. Jonkin verran eri mieltä	4. Täysin eri mieltä
3. Saan ruokarauhan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Ruokasali/ruokailutila on viihtyisä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. ATERIA

1. Ruoka näyttää hyvältä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Ruoan lämpö on sopiva	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Lämmin ruoka on maukasta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Salaatti on maukasta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Syön koko aterian (lämmin ruoka, salaatti, ruokajuoma, leipä ja levite)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Syön kaiken minkä otan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<u>7. Jos sinulla on erityisruokavalio, vastaa tähän:</u>				
Allergiat ja erityisruokavaliot on huomioitu hyvin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Mikä on sinun suosikkiruokasi koulussa? (Kirjoita yksi)

7. Mistä kouluruuasta sinä et pidä? (Kirjoita yksi)

8. Mikä on mieliruokasi kotona? (Kirjoita yksi)

9. Mitä ruokaa toivoisit ruokalistalle? (Kirjoita yksi)

10. Anna kouluruoalle kokonaisarvosana.

10 9 8 7 6 5 4

Kiitos vastauksistasi ja mukavaa kevättä! 😊