

演題番号 生活習慣獲得教室の効果—発達障害児保護者への介入から—

○尾ノ井美由紀*、作田はるみ**、早川和生***

*：天理医療大学 **：神戸松蔭女子学院大学 ***：大阪大学大学院医学系研究科

【背景】知的障害児は国内外の先行研究において、学童前期より肥満傾向を示し年齢の上昇と共に定型発達児より肥満児の割合が増加すること、問題意識の低さや健康への意欲の乏しさ、食物への執着などの問題が指摘されている。知的障害児は発達障害を合併している者も多く性格特性を考慮すると、幼児期から肥満予防のための生活習慣獲得教育が効果的であるが、取り組みは少なく、幼児期の施設の医療管理体制も不十分である。今回学童期以降の肥満予防を目的とした健康的な生活習慣獲得を目指して実施した健康教育の効果検証を目的とする。

【方法】近畿2府2県の5か所の知的障害児通園施設通園児の保護者92人（介入群47人、比較群45人）を対象に、介入群に子どもの成長・発達と栄養・食行動について及び生活習慣や児の特性とその対処スキルについて（80分×2回）講義し、健康教育の実施後希望者へ個別指導を行った。そして、介入前と介入3か月後に対象者の背景、身体指標（身長・体重）および生活習慣と行動変容ステージ母の自己効力感などの質問紙調査を行った。

参加した男児の割合は、介入群が76.6%と比較群が66.7%で、児の平均年齢はそれぞれ4.0（±0.9）才と3.8（±1.0）才であった。療育手帳の所持割合は介入群はAが45.5%とBが50%、比較群はAが44.4%とBが47.2%であった。

【結果】教室参加後、平均肥満度は介入群が2.39（±11.53）%から6.13に、比較群が—0

.37から3.90に増加した（ $p < 0.000$ ）。介入群は肥満度10～19%が7人から5人に減少し、肥満度—10～—19%が1人から3人へ増加した。比較群は肥満度10～19%が5人から2人と20%以上が2人から1人へ減少し、19%以下が1人増加した。

介入群の平日と休日の生活リズムは改善されたが、座位時間は介入群が比較群より短く両群とも改善が困難であったが、介入群では休日の戸外の遊び時間が増加した。また、介入群の母の子どもの食行動や健康管理の自己効力感は上昇したが、比較群は子どもの起床時間の管理が低下した。両群とも子どもの性格や行動特性の知識が上昇したが、介入群では食事内容と子どもに合わせた対処法の情報が低下した。

【考察】介入群の肥満傾向が改善されたことや生活リズムが改善したこと、母の子どもの食行動や健康管理の自己効力感が増加したことなどから教室参加による効果が見られたと考える。しかし、座位時間の改善困難や子どもの性格や行動特性の知識が増加したにも拘わらず、食事内容と子どもに合わせた対処法の情報が低下したことから、母が子どもの対処に困難をきたしていることが明らかになった。

【結論】教室参加による生活習慣獲得効果が立証されたが、子どもの性格特性に合わせた運動や食事内容の工夫の必要とともに、更なる母への支援の必要性が示唆された。

E-mail ; ono@tenriyorozu-u.ac.jp