

幼稚園児の食習慣と母親の食嗜好の関連性

○山田さつき^{やまだ}, 山川正信 (大阪教育大学大学院 健康科学専攻)

【背景】近年、食事に起因するさまざまな健康問題が生じている。幼児期に身につけた食習慣や食行動が、成人後の食生活に影響を与え健康を左右することから、現在「食育」への取り組みが盛んに行われている。

【目的】子どもの食習慣、食生活と保護者の食意識との関連についての報告は数多くみられるが、母親の食嗜好との関連を調査した報告はみられない。そこで、幼稚園児をもつ母親の食嗜好と園児の食習慣の関係について検討した。

【方法】調査は09年6月に沖縄県南城市の公立幼稚園8園の園児350名とその保護者を対象に無記名の質問紙調査を行った。回収した252名(回収率72.0%)のうち、母親の回答216名分(61.7%)を分析対象とした。調査内容は属性、園児の食習慣、食生活、母親の食嗜好、食意識等である。園児に好き嫌いがあっても、嫌いなものを残さずに食べている場合は「好き嫌いなし」とした。分析にはSPSS 12.0Jを使用し、関連性は χ^2 検定を行い、有意水準は5%とした。

【結果】母親と園児の食嗜好の関係を表1に示した。母親に好き嫌いがある園児に、好き嫌いのある児が有意に多くみられ、母親の就業時間と関連がみられた。好き嫌いがある園児の食事量は少なく、食べむらのある園児が有意に多かった(表2)。母親と園児の両方に好き嫌いがある場合、園児の食事を改善したいと思っている母親が84.6%と、園児に好き嫌いがない場合に比べて有意に多かった(表3)。また、好き嫌いの多い園児の母親は、食事に園児の好物を取り入れている割合が有意に高かった($p < 0.05$)。

【考察】幼児期における食習慣が後年の食生活や健康に与える影響を考えると、好き嫌いのある園児の母親が園児の食事を改善を望んでいることは良きことと考える。しかし、就業時間の長い母親においては、食事は短時間で調理が可

能な料理に限られることが予想されるため、園児の嫌いな物の切り方、味付けなどにバリエーションをつける時間的余裕がないと考えられる。その為、短時間で可能な料理のレパートリーが広がるような情報の提供と、共通の悩みをもつ母親同士が情報交換のできるような食育に取り組むことが必要と考えられる。

【結論】本調査から、幼稚園における食育活動の推進のためには、母親に対して食生活に関する健康教育の必要性が示唆された。就業時間の長い母親も参加が可能な健康教育の実施が今後の課題と考える。

表1. 母親と園児の食嗜好の関係 人(%)

		母親		園児好き嫌い		χ^2 検定
		好き嫌い(人)	なし(人)	あり(人)	あり(人)	
園児の性別	男児	なし	133	62	46.6	*
		あり	83	53	63.9	
	女児	なし	56	25	44.6	n. s.
		あり	32	21	65.6	
就業時間	6時間未満	なし	77	39	50.6	n. s.
		あり	39	24	61.5	
	6時間以上	なし	55	23	41.8	*
		あり	44	29	65.9	

* $p < 0.05$ n. s. 有意差なし

表2. 園児の食嗜好と食行動の関係 人(%)

		食事量(n=210)		χ^2 検定	食べむら(n=209)		χ^2 検定
		少ない	ふつう又は多い		なし	あり	
園児好き嫌い	なし	25 (25.3)	74 (74.7)	**	69 (69.7)	30 (30.3)	**
	あり	48 (43.2)	63 (56.8)		30 (27.3)	80 (72.7)	

** $p < 0.01$

表3. 母親と園児の食嗜好と食事改善の結果 人(%)

		食事を改善したい(n=205)			χ^2 検定
		園児好き嫌い	はい	いいえ	
母親好き嫌い	なし	なし	36 (57.1)	27 (42.9)	n. s.
		あり	42 (70.0)	18 (30.0)	
	あり	なし	17 (56.7)	13 (43.3)	**
		あり	44 (84.6)	8 (15.4)	

** $p < 0.01$ n. s. 有意差なし

連絡先; 山田さつき
(大阪教育大学・院・健康科学専攻)
E-mail: j109720@ex.osaka-kyoiku.ac.jp