

乳幼児期における子育てと食に関する研究 ～乳幼児期の食育支援のあり方の検討～

015

あかい あやみ
○赤井 綾美

(NPO 法人関西ウェルビーイングクラブ)

【背景】

大阪市阿倍野区では、地域子育て支援ネットワークと連携協働体制をとりながら、食育プロジェクトを推進している。子育て支援の現場においては、保護者の食事づくりへの抵抗感や苦手意識が、乳幼児期の食生活や子育てそのものにも影響を及ぼすような事例が見られ、保護者自身の調理技術や食生活への支援が課題となっている。

【目的】

子育て支援の一環として、今後の食育支援のあり方を検討していくことを目的として、子どもを持つ家庭での食生活および食に関する意識と子育ての現状に関して調査を行なった。

【方法】

大阪市阿倍野区に在住する1歳6か月児を持つ保護者を対象とし、大阪市阿倍野区保健センターにて実施される1歳6か月児健康診査時に、自記式による調査を行った(H21.7.16～10.22)。

内容は、食生活の現状として、「市販の離乳食の利用」・「外食または調理済み食材による食事」・「おやつの回数」・「食事時のイライラや不安」、食に関する意識として、「食事作りへのつらさ」・「妊娠後の食の意識」・「食生活の自己評価」、子育ての現状として、「子育てのつらさ」の項目について、それぞれの関連性について分析した。

【結果】

223名の保護者から有効回答を得た。記入者の属性は、母親が100%であった。子どもの属性は、第1子が47.5%、第2子が37.7%であった。

「子育てのつらさ」との間に有意な関連のあった項目は、「食事時のイライラ」($p < 0.01$)、「離乳食の利用」($p < 0.01$)、「食事づくりのつらさ」($p < 0.05$)、「食生活全体の自

己評価」($p < 0.01$)であった。「外食または調理済み食材による食事」、「おやつの回数」との間には相関は見られなかった。

「食事づくりのつらさ」の理由では、「メニューが思い浮かばない」が約40%、「子どもに手がかかる」、「めんどくさい」、「時間がない」が約25%、「調理が苦手」が約20%と、調理経験の希薄さや子育てに関連した理由が多く挙げられた。また、「妊娠後の食の意識が変わった」人(84.7%)の約8割が、「食事づくりのつらさ」を感じていた。

【ラウンドテーブルでの検討課題】

- ・子育てと食生活の状況との関連の原因や社会的背景の考察
- ・子どもの食を守るために必要な保護者への支援の検討
- ・次世代の親支援としての今後の課題
- ・地域ネットワークとしての今後の展望

などをテーマにディスカッションができればと考えております。

食育の活動、研究をされている方、子育て支援や子どもの健康と食との接点を感じている方、地域づくり、ヘルスプロモーションの視点で活動、研究されている方などの参加をお願いいたします。

(連絡先) 赤井 綾美

〒536-0023

大阪市城東区東中浜3-2-2

TEL/FAX 06-6965-2575

e-mail akai-ayami@occn.zaq.ne.jp