

## 幼児の肥満傾向と生活時間との関連

森 下 はるみ

日常生活における活動量の多寡が、幼児の肥満傾向とどう関連するかをみるために生活時間調査をおこなった。結果から、㊲生活時間の実態、㊳肥満度と生活時間の対応関係、㊴生活時間調査の方法的問題点などについて検討をおこなったので報告する。

対象と方法：東京都内住宅密集地に所在する私立幼稚園について、Kaup指数14.0以下（L群）、15.0（N群）、17.0以上（O群）を抽出し、研究班試案による生活時間調査をおこなった。各群の人数は、それぞれ17人、31人、26人である。調査日時は1953年11月中旬の平均的週日の一日をえらび、在園時は担当保育、在宅時は父母に記入を依頼した。また、同じ地区内の公立保育園児（L=3人、N=15人、O=25人）について同じ調査をおこない、適宜、比較に用いた。

### 結 果

- (1) 生活時刻について：起床・就寝時刻を各群について百分比でしめしたのが図-1である。まず起床時刻についてみると、A.M.6:30~7:30には全体の80%が床をはなれている。3群には大きな差はないが、肥満群でややはや起きの傾向がある。一方、就寝時刻については、P.M.9:00までにL群の60%、N群の75%、O群の85%が就寝し、O群にややはや寝の傾向がある。O群のはや寝・はや起き傾向は保育園児にもみられたが、就寝時刻については、幼稚園児との間に大きな差があり、保育園児が約40分おそくなっている。これには、昼寝（約120分）と、親子の接触時間が夜の時間帯に制約されることが影響していると思われる。

登園・降園時刻はほぼA.M.8:30、P.M.1:30に集中し、L、N、Oの3群に大きな差はない。

一方、保育園児では登・降園時刻に個人差が大きく、在園時間の平均も幼稚園児の1.8倍となっている。また在園時間は0群の方が大きい。間食・食時時刻については、降園後P.M.2時前後のおやつ、P.M.6:30~7:30の夕食が多く、三群の間に大きな差はない。一方、保育園児ではP.M.3:30頃に園で供されるおやつ、帰宅後P.M.5時頃のおやつ、P.M.7:00から8:00にわたるややおそい夕食という点に幼稚園児との差異がある。

生活時刻を通じ、肥満度差より園差がはるかに大きく、今後の集計処理に一つの示唆を与えている。

- (2) 生活時間について：睡眠、身仕度、活動などについて、平均所要時間の24時間比率をしめしたのが図-2である。三群の間に、いずれも大きな差はみられない。これを保育園児と比べると、睡眠時間は約40分保育園児がながく、身仕度、食事も同様である。一方、活動時間では、総量で幼稚園児の方がながく、ここにも肥満度差より園差の影響が大きいことがわかる。

### (3) 生活時間調査の問題点

個々の記入例には判定基準や精度にかなりの変異がみられるが、それを列挙すると次の通りである。

- 時間の刻みかたが細かいほど記入精度が高い。また日常習慣化された行動ほど精度が高い傾向がある。
- 起床・就寝・食事・園への送りむかえなど、母親や保母が直接かかわるものは精度が高く、自由遊びのように子どもだけの行動については精度が低い傾向がある。
- 同じ活動内容でも、夜の方が昼より活動量が高いクラスに分類される傾向がある。
- 上記の結果から、活動時間の多寡を直ちに活動度の量的・質的指標にするにはいくつかの問題があり、今後、面接・長期的観察・観察機器の併用などが必要と思われる。

## ま と め

以上、生活時間調査についてみると、日課および所要時間については肥満度による大きな差異はなく、幼稚園・保育園という園差の方がはるかに大きい。また、活動時間の多寡から、活動量をとらえるには、本調査以外に面接や事例的観察、記録法の統一などいくつか問題がある。

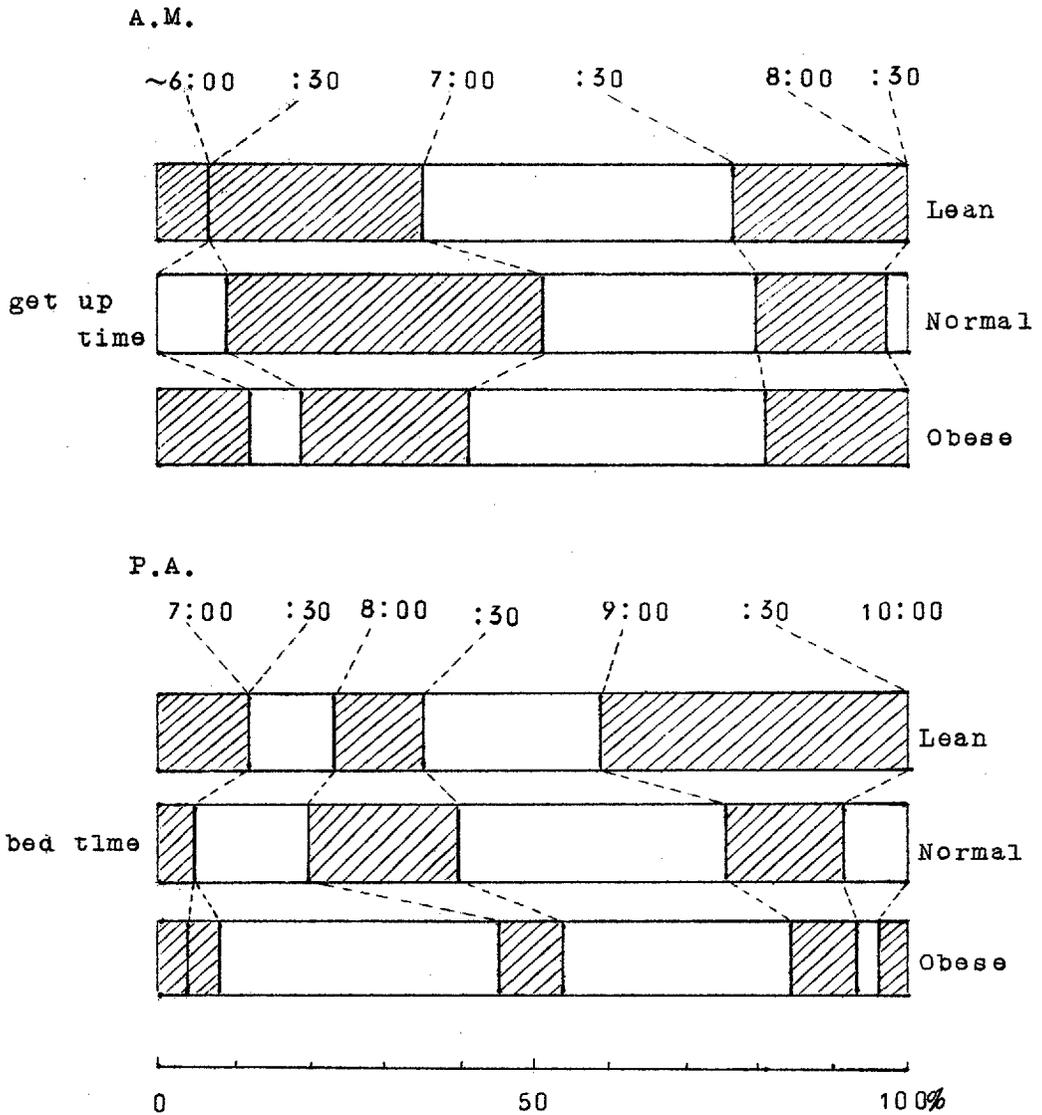


図 1. 幼児の起床(上)時間と就寝時間(下)の比率

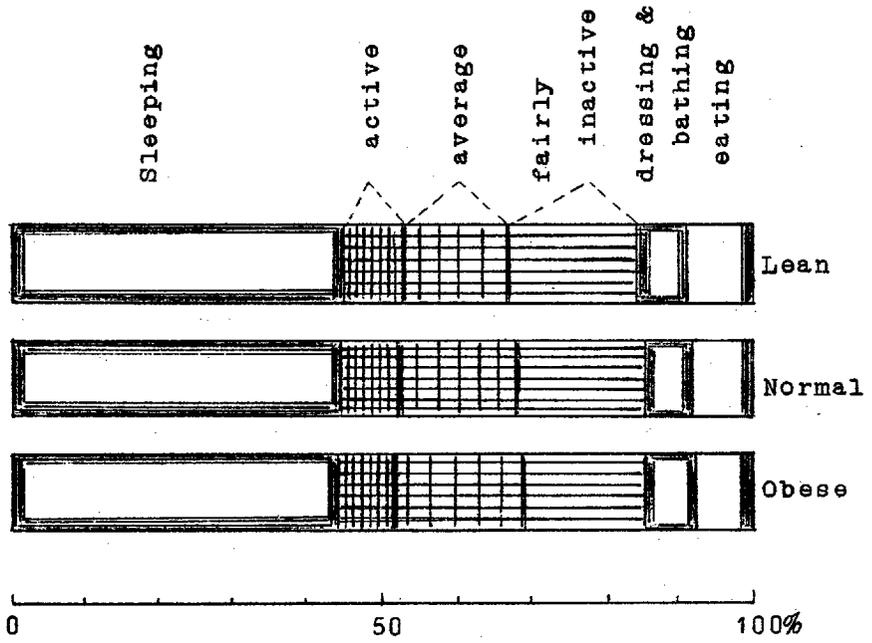
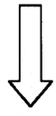
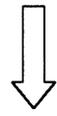


図 2. 24 時間中の各活動の割合



**検索用テキスト** OCR(光学的文字認識)ソフト使用  
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



日常生活における活動量の多寡が、幼児の肥満傾向とどう関連するかをみるために生活時間調査をおこなった。結果から、(a)生活時間の実態、(b)肥満度と生活時間の対応関係、(c)生活時間調査の方法的問題点などについて検討をおこなったので報告する。