

の女子にも同じ傾向がみられた。母では①, ②両群, ④, ⑤両群いずれも③群より高率であった。

2. カウブ指数 2.0 以上の幼児についての分析

1) 両親の現在の体格

両親とも身長は普通の域にあったが、体重は重かった。

2) 両親の過去の体格

小学校時代には肥っていたという解答は両親とも 10% 以下であった。

3) 両親の食事

i) 食事量：両親とも 1/3 の者はたくさん食べるという解答であった。

ii) 偏食：父にはみられなかつたが、母には男子の 30%, 女子の 45.4% にそれぞれみられた。

iii) 間食：父では男子の 40%, 女子の 16.6%, 母では男子の 70%, 女子の 36.3% にそれぞれみられた。

iv) 夜食：父では男子の 30%, 女子の 18.1%, 母では男子の 20%, 女子の 40% にそれぞれみられた。

4) 両親の運動

i) 運動嫌い：両親とも 1/3 近くの者にみられた。

ii) 汗ばむ運動をしていない：父では男子の 60%, 女子の 58.3%, 母では男子の 90% 女子の 63.6% にそれぞれみられた。

iii) 子供と一緒に運動していない：両親とも 1/3 の者にみられた。

2 幼児肥満の栄養面

楠 智一（京都府立医大小兒科）

肥満の栄養面について考える場合、食欲あるいは消化・吸収能、さらには糖質・脂質を中心とした代謝学的側面は、いわゆる肥満への素質（内因）を形成するものであり、これに対して食事の量や質あるいは運動量といった直接的な動機となる要因は環境因子（外因）を形成していると考えられる。

一般に肥満小児を対象とする栄養調査は、その後者に関する実態を把握する目的でおこなわれ

ている。今回われわれが、当研究班の関係した施設児について検討した成績は、つきのとおりである。

1. 日常の食事習慣について

対象は上記施設の児のうち、カウプ指数 18.0 以上の肥満児、13.0 未満のやせ児の各群とした。

① 食事をつくる人

男、女ともやせの群ではほとんどすべて母親だけが調理を担当しているが、肥満傾向群では祖母その他の関与が少くなかった。祖母達が一概に溺愛的に子供達のいいなりに調理するとはいえないが、肥満の発生にとってかたよった食事内容が要因になることを考えると無視出来ない点である。

② 献立決定の人

いずれの場合も予想以上に子供の希望がとり入れられていた。

③ 食事と間食の回数

(1) 食事の回数

平日の食事回数はいずれの場合でも 3 回食が圧倒的に多かったが、休日になると肥満群で不規則になる例がみとめられた。1 日 1 回食あるいは 2 回食という「まとめ食い」が問題となる点である。

(2) 間食の回数

男児の肥満傾向群には、3 回以上またはまちまちの回数で摂っている例が含まれており、その比率は休日になるとふえる傾向がみとめられた。女児では、肥満、やせいずれの群でも 1 日 3 回間食をする例の比率が男児より高い。そして休日にはさらにふえており、その傾向は肥満群の方がより強かった。

④ 朝食をとる回数

最近小児の食生活がみだれて来たといわれてるが、今回の対象児では 90% 以上の者がほとんど毎日朝食をとっていると回答した。

⑤ 家庭料理の比率

男女、肥満、やせの別を問わず、大多数が家庭料理をとっていることがわかった。

以上、幼児肥満傾向群のなかには、食事、間食の回数が不規則となる例がやや多く、とくに休日の場合その方向をとりやすいことが示唆された。比較的両親のコントロール下に置かれやすい年齢からこうした摂食パターンを持つことが、将来の対応困難を招く可能性につながらぬ

よう留意しておく必要がある。

2. 肥満傾向、やせ傾向児の栄養摂取像

今回の対象となった施設幼児のうち、カウブ指数17.0以上の肥満傾向児と、14.0未満のやせ傾向児の例について3日間食事記録を依頼し、それにもとづいて栄養摂取像を計算した。その結果、いずれの年齢、体格の群についても、エネルギー摂取量や3大栄養素の摂取量に関してかなりの個人差がみとめられた。そして平均摂取量としては、体格別の差がほとんど存在しなかった。

すなわちこの成績で見る限り、肥満傾向の発現にとって、過剰栄養（過食）はそれ程大きな要因とはいえなかったのである。

3. カウブ指数18.0以上の幼児の栄養摂取像

対象となったのは4歳5例、5歳2例、6歳5例の計12例であるが、エネルギー摂取量だけでみても、最低1,089 cal（5歳、カウブ指数19.8）から1,900 cal（6歳、カウブ指数18.6）と個人差が著しく、且つ1,700 calをこえた例は12例中4例に過ぎなかった。

但しカウブ指数20.0以上の極端な肥満例は4、5、6歳群にそれぞれ1例ずつあったが、そのエネルギー摂取量は1,709、1,728、1,633 calとなっていた。すなわち極端な肥満例では、一般の幼児に比べて常に過食を示す頻度が高いものと考えられる。

4. われわれの外来での幼児肥満例の栄養摂取像

当教室の肥満児外来を訪れた幼児は102例で平均カウブ指数23.1±3.1である。

3～4歳児36例、5～6歳児45例につき栄養摂取像を検討した結果、上述の成績と共に通して、エネルギー、蛋白の平均摂取量はともに日本人の栄養摂取量を上廻るものではなかった。

5. 幼児肥満の栄養指導について提言

以上の諸成績を参考しつつ、幼児肥満への対応に当っては、

- 1 個別指導を原則とし
- 2 肥満度を軽減するというより進行をくい止めることを目指すこと
- 3 過食が著しくない例では運動その他生活全般の指導を優先させること。そして
4. 家族に肥満者のある場合や、乳児からふとっている例については、過食や非活動的生活が介入しないよう予防的警告をあたえることなどの点を提言しておきたい。

↓ 検索用テキスト OCR(光学的文書認識)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

肥満の栄養面について考える場合、食欲あるいは消化・吸収能、さらには糖質・脂質を中心とした代謝学的側面は、いわゆる肥満への素質(内因)を形成するものであり、これに対して食事の量や質あるいは運動量といった直接的な動機となる要因は環境因子(外因)を形成していると考えられる。