乳幼児の食行動に影響を及ぼす養育条件に関する研究

八倉巻和子（大妻女子大学家政学部）
村田　輝子（　　同　　上　　）
森岡　加代（　　同　　上　　）
大場　幸夫（　　同　　上　　）
大森世都子（国立公衆衛生院母性小児衛生学部）
高野　　陽（　　同　　上　　）
高石　昌弘（国立公衆衛生院）

Ⅰ　は　じ　め

乳幼児期は基本的な食習慣や食事の態度，食嗜好などの生活習慣を形成する時期である。最近，摂食について問題ある行動が指摘されるようになった。乳幼児の食行動は，本能的な摂食行動から，これによって導びかれる学習によって人としての摂食行動が確立していくといわれている。これらの食事に関わる行動は乳幼児の生活環境や養育者の態度，特に，母親が直接大きな影響を及ぼすと考えられる。

本年度は乳幼児の食行動に母親の養育条件がどのように関わっているかを捉えるため，アンケートによる実態調査を行った。

Ⅱ　調査対象および方法

調査対象：東京都および千葉県，富山県，秋田県，岡山県の5地域。幼稚園と保育所に通園している0歳から6歳までの園児。（表1）

調査時期：昭和61年10月下旬から11月上旬に実施。

表1　調査対象　（人数）

年齢(歳)	男	女	合　計
0	8	5	13
1	34	45	79
2	72	66	138
3	149	136	285
4	273	284	557
5	309	288	597
6	176	187	363
合　計	1,021	1,011	2,032

調査方法：所定の調査票を幼稚園・保育所を通じて母親に配布依頼。留置記入の後回収。

調査票回収：配布数2,773。回収率83.5%。有効数2,032。

調査項目：生活環境，食事状況など。（表2）

表2　アンケート調査項目

1. 生　活　環　境
2. 身長・体重
3. 健　康　状　態
4. 生　活　行　動
5. 食　事　状　況
6. 栄養法および離乳期の食事
7. 家族の生活状況
8. 母親の養育態度

Ⅲ　調査結果

1.　生活環境（表3）

- 父母の平均年齢　父親35歳。母親32歳。
- 同胞数は平均2.5人で，1人子17%，2人56%，3人以上27%である。なお，第1子は45%，第2子39%，第3子以上は16%である。
- 平均家族数は4.97人。昭和60年厚生省世帯調査全国値3.22人に比べて対象の家族数は多い。
- 家族構成は核家族56%，三世代家族34%で祖父母のいる世帯が全体の3割を占めている。全国値と比べ三世代家族の比率が高い。
- 父母の職業は，父親の75%が常用勤労者であり，母親の65%が職業を有し，専業主婦は35%である。

表3　生活環境

<父母の平均年齢>

	(歳)
父　親	35
母　親	32

<家族数>

	(%)
2人	1
3人	11
4人	33
5人	20
6人	19
7人	11
8人	4
9人	1
平均家族数	4.97人

<父母の職業>

		(%)
父親	常用勤労者	75
	自営・農林漁業	22
	自由業	3
母親	専業主婦	35
	常用勤労者	30
	自営・農林漁業	13
	パート	17
	その他	5

<同胞数>

	(%)
1人	17
2人	56
3人	24
4人以上	3
平均同胞数	2.5人

<出生順位>

	(%)
第1子	45
第2子	39
第3子	15
第4子以上	1

<家族構成>

	(%)
父・母・子	54
母・子	2
父・母・子・祖父母	34
母・子・祖父母	1
父・母・子・祖父母・曽祖父母	4
その他	5

2.　体位・体型

対象児の年齢・性別の身長・体重平均値は表4のとおりである。

これを昭和55年乳幼児身体発育値(厚生省値)と比較すると，身長は1歳と4歳の男児を除いて厚生省値と同様の値を示し，体重は0歳と4歳の女児を除いて厚生省値と同様である。

対象児の身長・体重について，厚生省値25パーセンタイル未満を（A)，25～75パーセンタイル未満を（B)，75パーセンタイル以上（C）の3分類し表5に示した。

身長は（A）が13.9%，（B）41.5%，（C）44.6%であり，体重は（A）が14.8%，（B）44.6%，（C）40.6%である。

身長と体重の組み合せでは，CCが31.6%と最も多く，次いでBB 26.6%，CB 12.2%の順である。

表4　性別，年齢別，身長・体重の平均値

年齢(歳)	身長(cm) 男	身長(cm) 女	体重(kg) 男	体重(kg) 女
0	72.5	72.4	9.2	9.2
1	85.6	77.6	10.9	10.2
2	89.9	88.3	13.1	12.6
3	97.3	96.7	15.1	14.8
4	104.0	103.3	16.8	16.7
5	109.2	108.7	18.9	18.1
6	114.5	114.0	20.5	20.2

表5　体型（身長・体重）

身長・体重		体型別出現率(%)
A	A	7.6
	B	5.8
	C	0.5
B	A	6.4
	B	26.6
	C	8.5
C	A	0.8
	B	12.2
	C	31.6

A　発育パーセンタイル値　25パーセンタイル未満
B　〃　25～75パーセンタイル未満
C　〃　75パーセンタイル以上

3.　健康状態

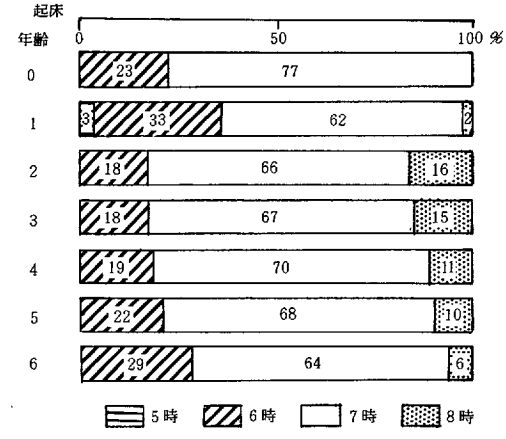
対象児の95%は現在健康であると答えている。う歯のある児は，2歳で21.1%，3歳48.6%，4歳68.2%，5歳75.1%，6歳が80.0%であり，年齢と共に増加している。

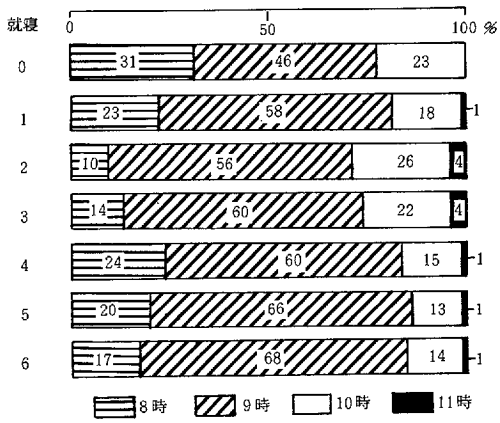
4.　生活行動

1)　起床・就寝時刻（図1）

朝起きる時刻は6時台が21.1%，7時台66.7%である。8時以降に起きる児は2歳16.1%，4歳14.7%，6歳6.7%で，年齢が高くなるほど少ない。

図1　起床・就寝時刻





就寝時刻は82.1%が9時台で，それ以降に寝る児は17.9%である。

2) 食事と間食回数

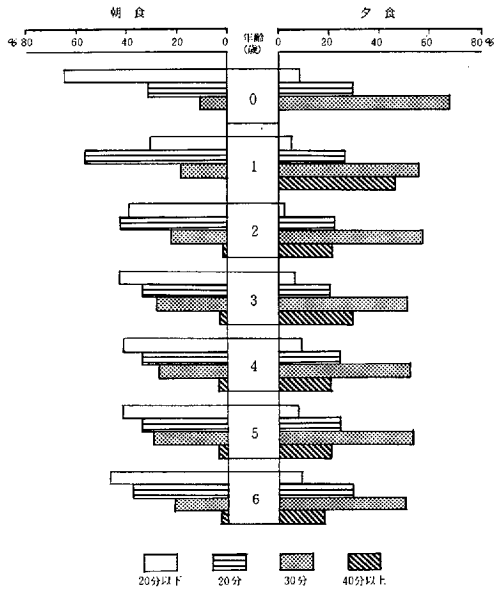
1日の食事回数は3回が95%と最も多い。また，間食回数は1回 39.2%，2回40.0%であり，3回以上の児は20.8%である。

5. 食事状況

1) 食事の所要時間

朝・夕食に要する時間は図2に示したとおりである。朝の食事を20分以内ですませる児が各年齢とも多く，夕食では，30分台が49.8%，40分以上が17.7%である。朝食に比べて夕食の所要時間が長い。

図2 食事の所要時間



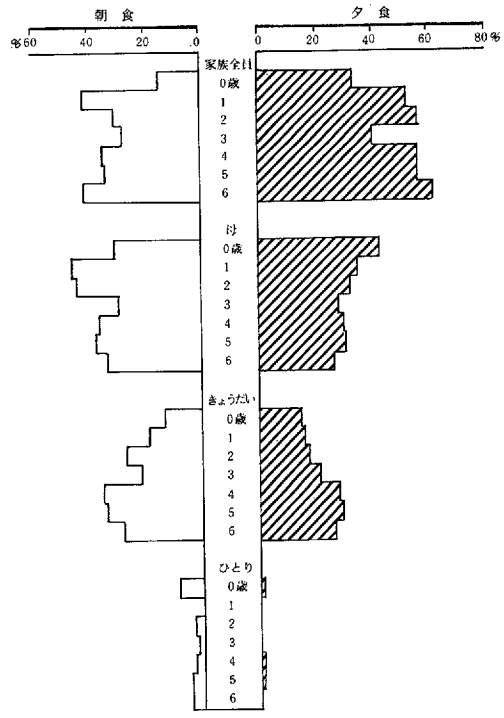
2) 食事を一緒にする人

食事を誰れと一緒にするか，朝食と夕食についてみたのが図3である。

朝食では，家族全員で食事をするのが16.7～44.0%であり，母親と一緒は年齢が進むに従い減少している。一人食べは1.9～8.3%である。

夕食は，朝食に比べ家族全員で食事をする児が多い。

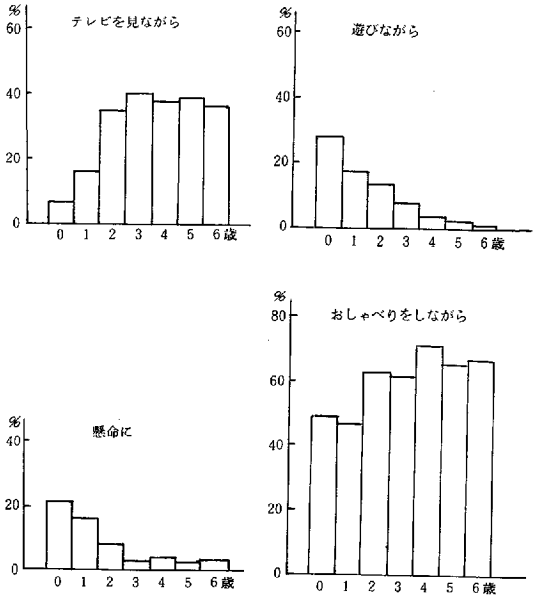
図3 食事を一緒する人



3) 食事の状態

対象児の食事状態は図4に示したとおりである。“テレビを見ながら”食事をしている児は40%，“遊びながら”は3歳以降減少している。“懸命に”食事をしているは年齢の低い児に多く，“おしゃべりをしながら”は年齢が進むほど減少している。対象児の0歳児は生後8カ月から11カ月であるため，“遊びながら”“おしゃべりしながら”食事をする児もみられる。

図4　食事の状態



4)　食欲の状態

“食欲のある”児は46.2%，“食欲にむらがある”は51.1%である。“食欲のない”児は2.7%であるが，2歳児は4.4%と多い。

5)　食事に関するトラブル

乳幼児の問題となる食行動16項目を示し，複数で回答してもらった。結果は表6に示したとおりである。

図5は年齢別のトラブル件数である。1人当りのトラブル件数は1～3件であり，2・3歳児に件数が多く，全く無い児は年長者に多い。

食事に関するトラブル16項目のうち，主なる8項目を示す。

① “かめない”“のみこめない”児は1.3～8.0%で，1歳，2歳，3歳に多くみられる。

② “遊び食べ”は1歳から3歳までは35.4～43.5%いるが，4歳以降減少している。

③ “はしが使えない”児は2歳10.9%，3歳11.6%おり，他の年齢に比べ高い。

④ “食べ方が遅い”は年齢が進むに従い増加している。

⑤ “菓子ばかり食べる”は3歳に多い。

⑥ “偏食のある”児は各年齢とも20%前後いるが，特に5歳児は25%と高い。

⑦ 食事中の“姿勢が悪い”は，遊び食べに次いで多く，年齢が進むに従い増加している。

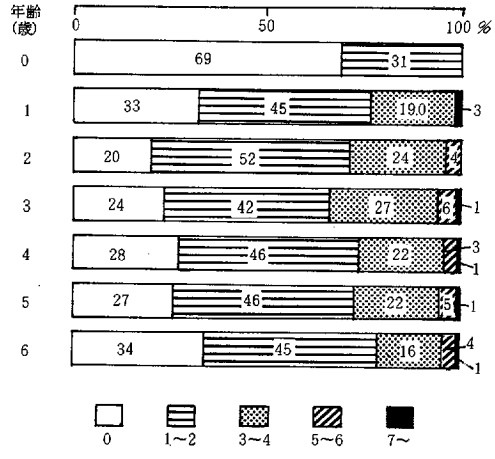
⑧ “ちらかし食べ”は1歳，2歳に多い，年長ほど減少している。

表6　食事に関するトラブル

(%)

内容＼年齢(歳)	0	1	2	3	4	5	6
かめない	16.6	3.8	3.6	3.2	2.5	2.8	2.4
のみこめない	16.6	1.3	8.0	4.2	3.4	2.7	1.4
アレルギー	16.6	3.8	0	3.2	1.8	3.5	2.4
遊び食べ	16.6	35.4	43.5	39.3	29.9	23.9	16.0
さわぐ	0	8.8	12.3	12.6	9.4	9.9	10.1
食べすぎ	0	11.4	9.4	5.3	5.2	4.5	6.1
食欲なし	0	2.5	6.5	7.7	5.9	4.7	4.1
はしが使えない	0	3.8	10.9	11.6	5.9	4.2	4.1
食べ方が遅い	0	1.3	10.9	16.1	18.5	18.6	14.9
早食い	16.6	5.1	2.2	2.5	1.6	3.0	4.1
買い食い	0	0	0.7	0.1	1.8	0.5	1.1
菓子ばかり	0	8.8	14.4	18.2	12.2	12.7	7.7
偏食	0	10.1	16.7	19.6	21.9	25.1	16.8
姿勢が悪い	16.6	7.6	13.8	17.9	21.7	28.6	31.4
少食	0	2.5	8.7	16.1	11.1	15.9	13.4
ちらかし食べ	16.6	27.8	18.1	9.4	5.3	8.7	6.6
その他	0	2.5	3.6	5.6	4.8	2.8	3.6

図5　年齢別トラブル数



6.　授乳期の栄養法および離乳期の食事

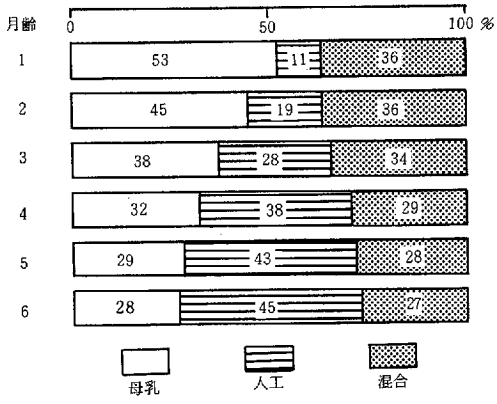
1)　授乳期の栄養法（図6）

授乳期の栄養法は母乳・人工・混合栄養につ

いて調べた。

母乳栄養は月齢が進むに従い減少し，人工栄養は4カ月以降増加している。混合栄養は各月齢とも約30%を占めている。厚生省昭和60年乳幼児栄養調査に比べ，本調査の結果は1カ月では母乳が3カ月では混合が高い。

図6　授乳期の栄養法



2)　離乳期の食事

各々の月齢に応じた料理を10種（3カ月は7種のみ）示し，対象児がそれぞれの時期に食べた料理の上位3種までをあげたのが表7である。

3～4カ月児は液状のものを，5カ月から半固型食の料理が食べられ月齢が進むに従い固型食へと移行している様子がうかがわれる。

ベビーフードを使ったことのある母親は56%であり，使わないが44%である。ベビーフードを利用した理由は，栄養のバランスを考えてが最も多く，次に，忙しい時，旅行の時，頂いた時の順である。

表7　離乳期によく食べたものの順位

月齢＼順位	1　位	2　位	3　位
3 カ 月	果汁	みそ汁うわずみ	スープ
4 カ 月	果汁	みそ汁	おろしりんご
5 カ 月	おろしりんご	ヨーグルト	魚(ほぐし)
6 カ 月	豆腐(つぶす)	やわらかがゆ	煮魚
7 カ 月	煮こみうどん	野菜煮物	いもやわらか煮
8～9カ月	煮魚(あらほぐし)	野菜煮物	硬がゆ
10～11カ月	煮魚，焼魚	軟飯	目玉焼
誕 生 月	軟飯	ポテトサラダ	目玉焼
1歳6カ月	ごはん	パン	ハンバーグ

3)　離乳上の問題点

0歳から2歳までの母親のうち，離乳期に困った経験のある者は0歳児で39.0%，1歳児で25.0%，2歳児で26.7%いる。困った事柄として“なかなか食べない”“アレルギーがある”“時間がかかる”などがあげられる

7.　家族の意識

対象児をとりまく家族環境について，食事の

表8　家族の意識

＜食事の留意点＞

	(%)
子どもの好きなものを作る	1.5
栄養に気をつける	60.2
なるべく手間をかける	5.6
経済に重きをおく	3.6
家族のだんらんに気をつける	29.1

＜食事担当者＞

	(%)
母	86.7
祖　　母	11.9
そ　の　他	1.4

＜間食の注意＞

	複数回答(%)
時間を決めている	46.5
栄養に注意している	16.5
甘いものに気をつけている	52.8
手作りで与える	12.9
子どもに選ばせて買う	17.8
楽しい雰囲気で食べさせる	38.1

＜家族と共有する行動＞

	複数回答(%)
公園で遊ぶ	50.2
誕生会・クリスマス会	58.9
スポーツをする	23.5
外食をする	63.6
遊園地などにでかける	59.4
そ　の　他	11.6

＜育児の情報＞

	複数回答(%)		
親	47.7	新　聞	35.3
近所の人	41.7	本・雑誌	60.4
友　人	65.8	保 健 所	10.4
電話相談	8.5	幼稚園・保育所	63.6
ラジオ・テレビ	42.0	医　師	17.8

留意点，食事担当者，間食の注意，家族と共有する行動，育児の情報について調べた。結果は表8に示したとおりである。

1） 食事の留意点

普段の食事で特に注意していることは，第1位が栄養60.2％で，次に，家族のだんらん29.1％，なるべく手間をかける5.6％，経済に重きをおく3.6％の順である。

2） 食事担当者

主に食事を担当する人は母86.7％，祖母11.9％，その他1.4％であり，その他は父やお手伝いなどがあげられている。

3） 間食の注意

間食で特に気を配っていることは“甘いものに気をつけている”52.8％，“時間を決めている”46.5％，“楽しい雰囲気で食べさせる”38.1％，“栄養に注意している”16.5％，そして“手作りで与える”が12.9％と少ない。

4） 家族と共有する行動

家族で一緒にすることの中で最も比率の高いものは各年齢とも“外食をする”である。“公園で遊ぶ”は年齢が高くなるに従い減少している。“誕生会・クリスマス会”“スポーツをする”などは年齢と共に増加している。

5） 育児に関する情報

母親は育児に関する情報を何から得ているか10項目をあげ選択させた。

情報は親・隣人・友人から得るが39.6％，ラジオ・テレビ・雑誌などが35.9％，保育所・幼稚園・保健所・医師などが26.3％，そして，電話相談からが8.5％である。

8. 母親の養育態度

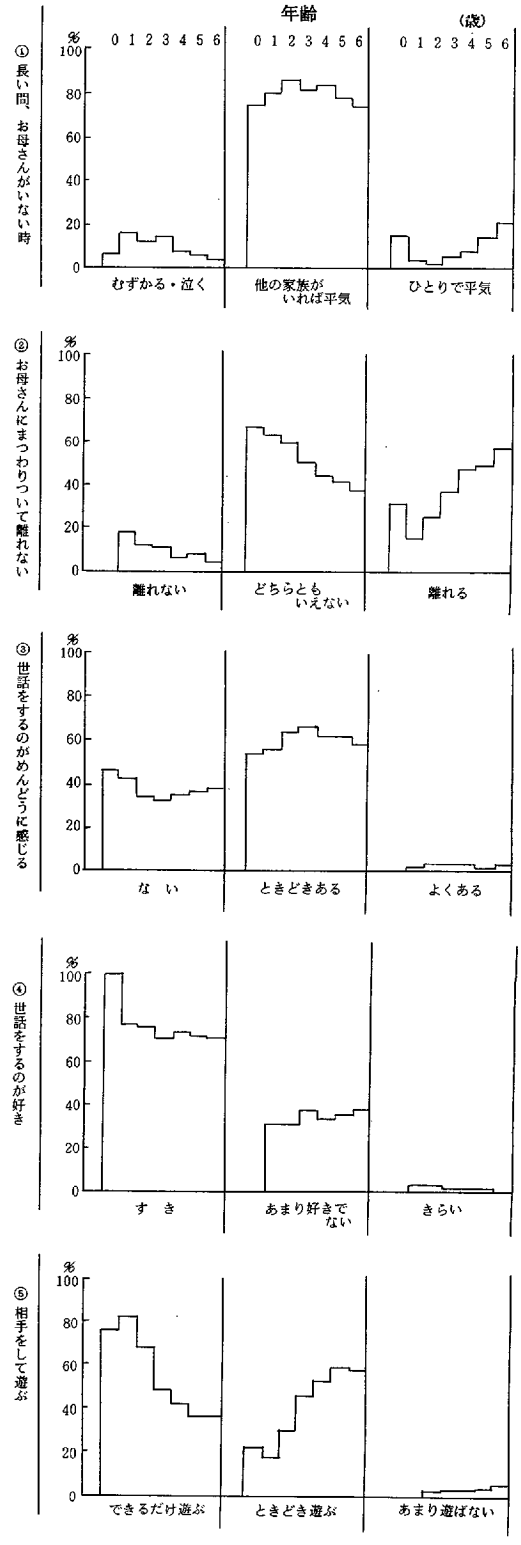
母親の養育態度と児の食行動について検討を行った。

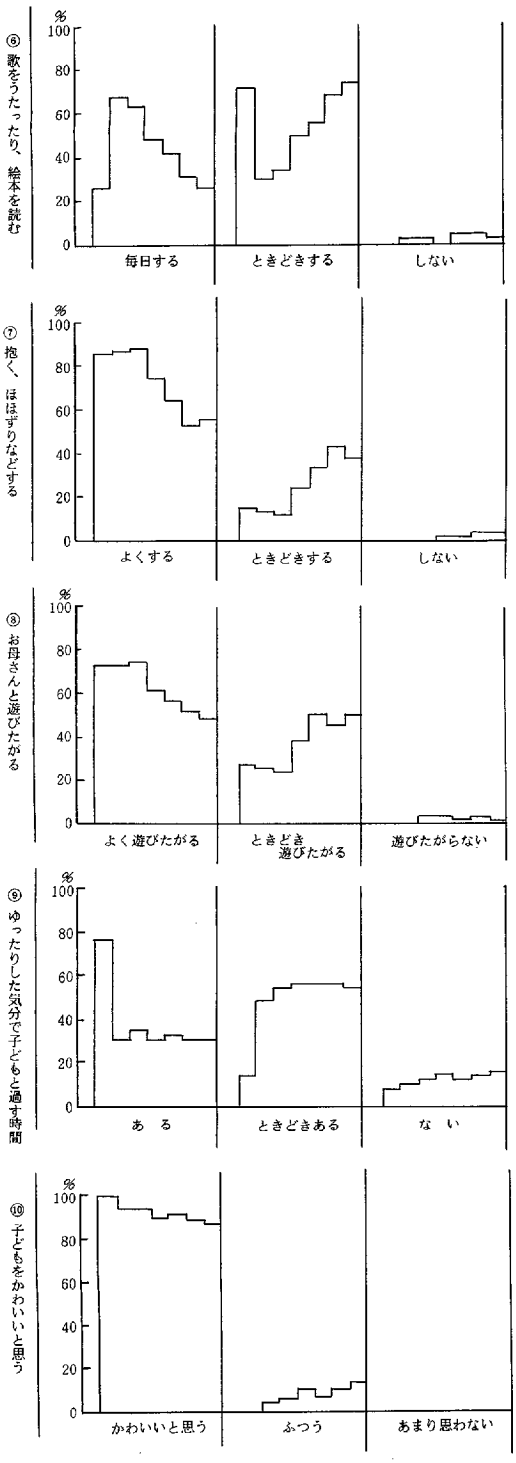
養育態度は，母親の児に対する“接し方”“しつけ・育て方”“母と児の生活環境”に分け，それぞれの区分に関する質問を25項目設定した。そして，各項目に対して3段階の尺度を設け，回答してもらった。その結果は図7に示したとおりである。

1） 児に対する接し方

質問①～⑩は母親の児に対する接し方，感じ方についての項目である。

図7 母親の養育態度





• “母親がいなくなる”と泣き出す児は年齢が進むにつれ減少し，“一人でいても平気”が増加している。

• “母親から離れる”は1歳では16.7%であるが，6歳になると半数以上となっている。

• 児の世話をするのが“面倒と思っている”母親が64.3%おり，“面倒と思わない”が35.7%である。

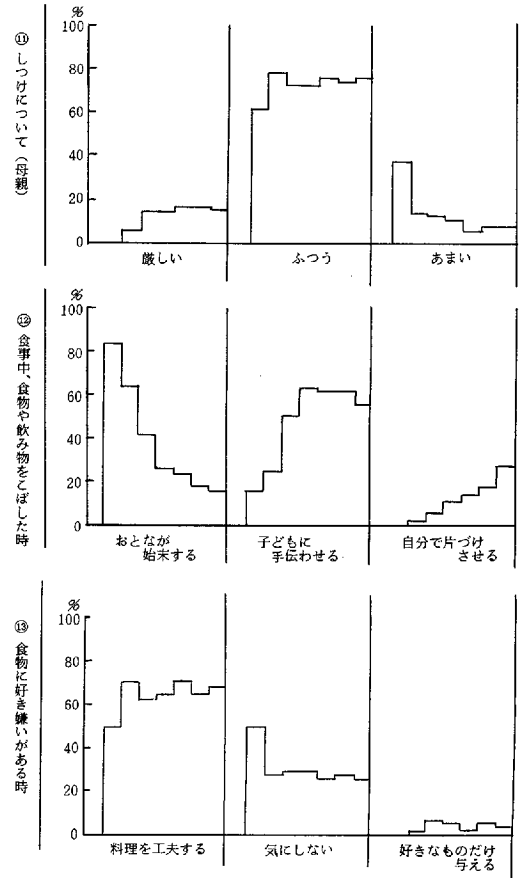
• 児の“世話が好き”と答えた母親は73.0%で，0歳児以外は年齢による相違はない。

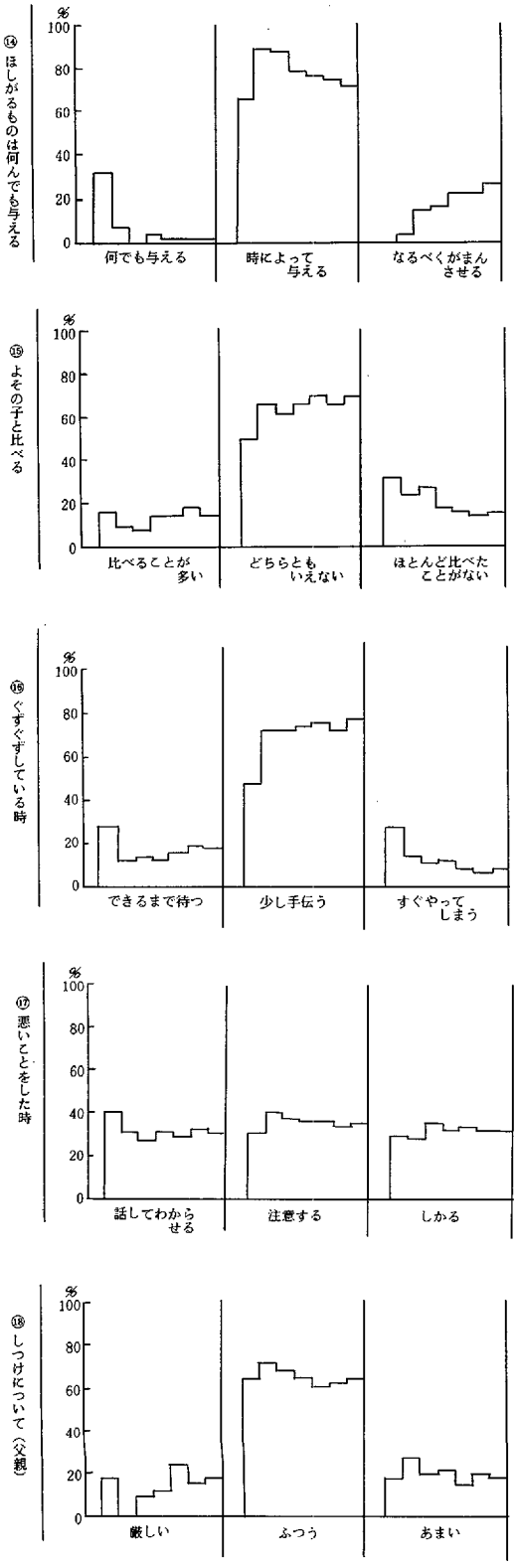
• 児と“遊んだり，歌をうたう”努力をしている母親は児の年齢が進むに従い減少している。そして，“抱いたり”“ほほずりしたり”などの接触行動も児の年齢が進むに従い減少している。

• “母親と遊ぶ”のを望んでいる児は0歳～2歳では73.0%と多く，3歳以降はやや減少している。

2) 児のしつけ・育て方

質問⑪～⑳は母親の“しつけや育て方”についての項目である。





• 両親のしつけ方については“厳しい”母親が15.0%，父親17.3%である。“あまい”母親は9.8%，父親19.2%であり，しつけについて厳格な両親が少ない傾向がうかがわれる。

• 食物や飲みものをこぼした時，0歳，1歳の児の母親は“大人が始末する”が多く，年齢が進むにつれ“自分で片づけさせる”母親が増加している。

• 食物の好き嫌いのある児において“料理を工夫している”母親は70%で，“気にしない”“好きなものだけ与える”と答えた母親が30%もいる。

• 児が何かほしがった場合の母親の対応は，“時によって与える”が76.3%であるが，年齢が進むに従い“がまんさせる”が増えている。

• 児の行動における速さや出来具合は，その児の性格や年齢によって違いがみられる。

児がぐずぐずしている時，母親はどんな態度をとるかについて検討した。児が“出来るまで待つ”母親は17.0%おり，“直ぐやってしまう”は児が年長になるに従い減少している。“少し手伝う”は70.0%で児の年齢に関係ない。

• 児が悪いことをした時，“話してわからせる”30.6%，“注意する”35.9%，“しかる”33.5%であり，児の年齢によって対応の違いはない。

• 養育に関しては，両親の意見が一致することが望ましく，そのため，両親がよく話し合う必要がある。

今回の結果をみると，児が年少の父母は育児について話をしているが，年長になるに従い“あまり話さない”が増えている。

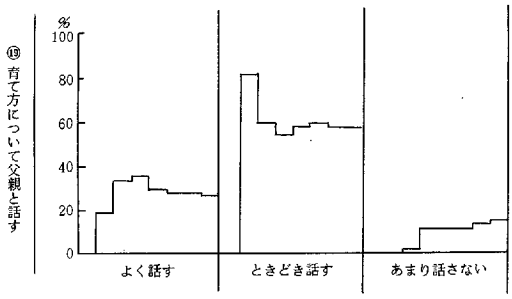
• 家族が読み書きを教えるについては，“すすんで教える”14.0%，“聞かれると教える”が4歳以降では70.0%である。

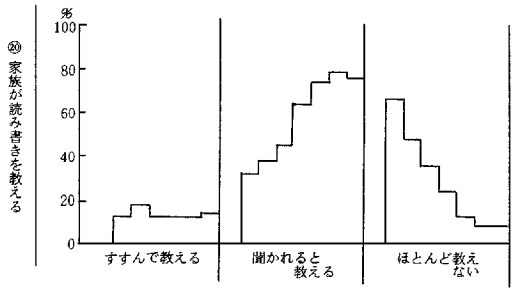
3) 母と児の生活環境

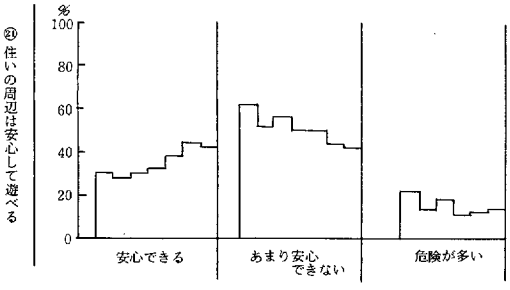
質問㉑～㉕は，住いの環境，児の遊び，母親の近所づきあいなど，母と児の生活環境についての項目である。

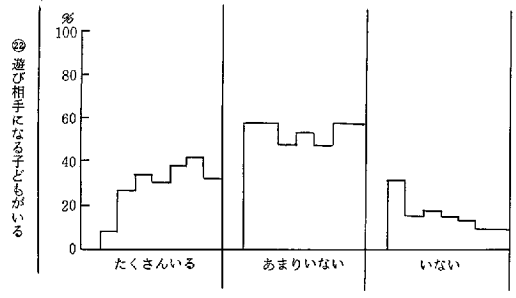
• 対象児の住んでいる周辺は61%が“安心して遊ばせることができない”と答えている。

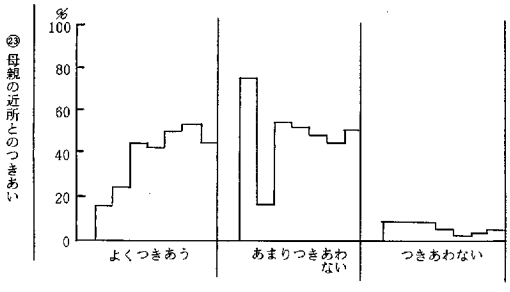
• 遊び相手が沢山いる児は36%であるが，友達がいない児が13%いる。

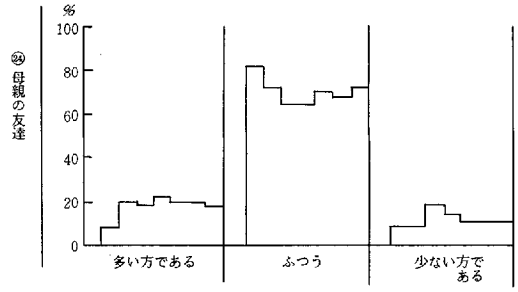


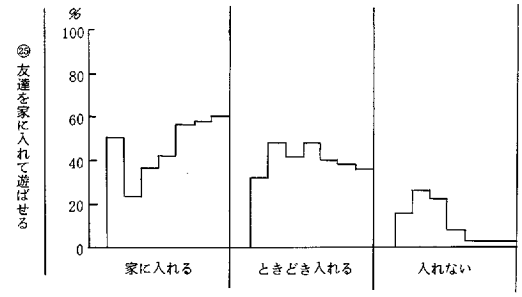












• 対象児の母親は近所の人と“よくつき合う”が47%，“あまりつき合わない”が53%おり，近隣との交渉はあまりない傾向がみえる。

• 母親が児の友達を“家に入れる”は年長になるに従い多くなる。

4） 母親の養育態度

母親の児に対する意識と態度を検討するため表9で示した10項目を選び点数化を試みた。

点数は，望ましい＋1，普通0，望ましくない－1とした。

表9 子どもに対する母親の意識と態度の評価

望ましい	+1
普通	0
望ましくない	−1

1. 世話をするのがめんどう
2. 世話をするのが好き
3. 相手をして遊ぶ
4. よく抱く，ほほずりする
5. かわいいと思う
6. 食物の好き嫌いへの対応
7. ほしがるものは与える
8. 他の子と比べる
9. 近所との付き合いがよい
10. よその子を家に入れる

母親の平均点数は4.2点，最高9点，最低が−6点である。3区分に分類すると，10〜5点の母親は54.7%，4〜1点41.0%，0点以下が4.3%である。

表10は母親の養育点数を児の年齢別に示したものである。児の年齢による母親の養育点数の差はみられなかった。

表10 児の年齢別，母親の養育条件 (%)

年齢＼点数	10〜5	4〜1	0以下
0 歳	60.0	40.0	0
1	58.5	38.5	3.0
2	50.7	40.3	9.0
3	62.3	41.3	7.4
4	58.2	38.7	3.1
5	50.4	45.4	4.2
6	55.7	41.0	3.3

9. 食事に関するトラブルと養育環境

児の食行動のうち，食事に関するトラブルがどのような養育環境と関連があるか検討した。

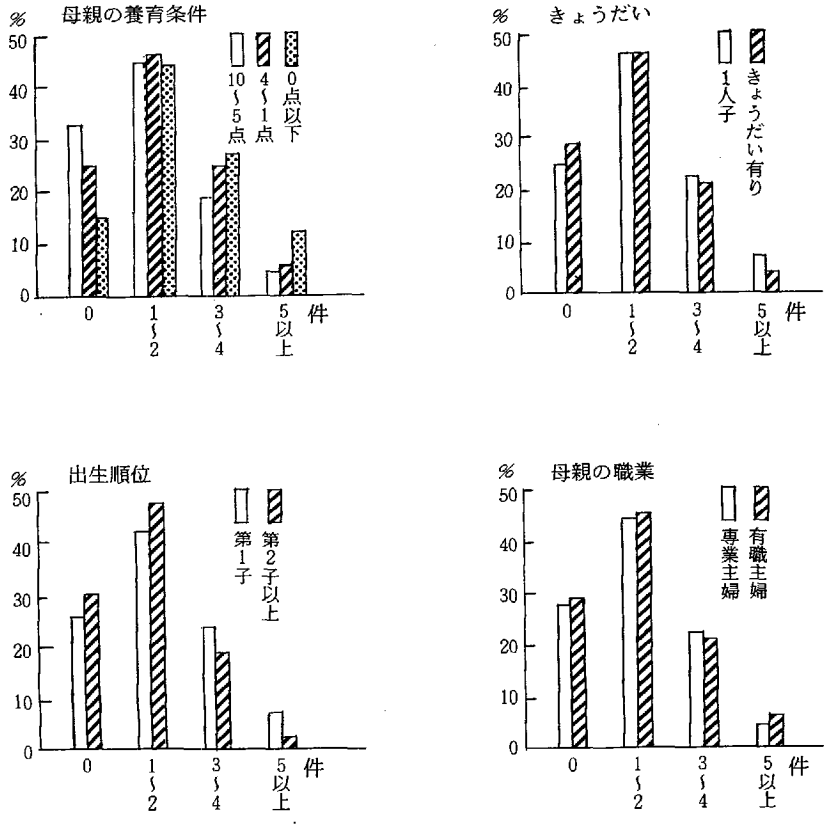
養育環境としては，母親の養育条件，きょうだいの有無，出生の順位，母親の職業の有無の5項目をあげた。トラブルの数を0以下，1〜2，3〜4，5以上に分類した結果は図8に示したとおりである。

1) トラブルと養育条件

トラブルの数の多い児の母親は養育点数の低い者が多い。

トラブルのうち，“かめない”“のみこめない”“はしが使えない”など食事のしつけに関係のある3項目について検討した。トラブルがある児は母親の養育点数10〜5点が7.9%，4〜1点14.9%，0点以下42.0%で，トラブル数と母親の養育条件との関連は統計的有意差がみられた。

図8 食事に関するトラブルと養育環境



2) トラブルときょうだいの数

きょうだいの有無とトラブル数を検討した。

トラブル3以上の児は一人子28.1%，きょうだい有25.1%であり，一人子はきょうだい有に比べトラブルの数が多くなっている。

3) トラブルと出生順位

対象児を出生の順位の第1子と第2子以上に分けてトラブルの数についてみた。第1子についてはトラブルの数3以上の児は30.6%であるが，第2子以上の児は22.1%でありトラブルの数は第1子に比べ少い。

4) トラブルと母親の職業の有無

母親を専業主婦と職業のある主婦とに分け，児のトラブル数とクロスさせた。

両者間では統計的差はみられない。

Ⅳ まとめ

以上，乳幼児の食行動と養育条件について検討した。

発育段階にある乳幼児の食行動や児と母との関わり方は，アンケートのみではその実態を捉えることができなかった。例えば，離乳期の食事状態や食べ方の状態など過去をさかのぼる思い出し記入では不明確であった。

そこで今回は，養育者の困難性から判断して，児の食事上の問題点を“トラブル”として捉えた結果，養育条件との関連をみる手がかりを得ることができた。

一方，養育条件の分析については，影響の大きいと思われる母親の養育態度や状態などの設問を行い，その点数化を試みた。

本年度は，乳幼児の食行動上のトラブルと養育条件（主に母親）との関連について，充分に検討されていないが，62年度は次のような計画を立てている。

① 本年度は児の年齢別集計に留まったが，次年度は地域別，幼稚園・保育所別に分析する。

② アンケートでは，実態把握の困難な離乳期の調理形態や食事の発達行動，生活習慣などについて追跡による経過観察記録を行う。

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

Ⅰはじめ

乳幼児期は基本的な食習慣や食事の態度,食嗜好などの生活習慣を形成する時期である。最近,摂食について問題ある行動が指摘されるようになった。乳幼児の食行動は,本能的な摂食行動から,これによって導びかれる学習によって人としての摂食行動が確立していくといわれている。これらの食事に関わる行動は乳幼児の生活環境や養育者の態度,特に,母親が直接大きな影響を及ぼすと考えられる。

本年度は乳幼児の食行動に母親の養育条件がどのように関わっているかを捉えるため,アンケートによる実態調査を行った。