清涼飲料の摂取状況調査

(分担研究：子どもの食生活の変化とその健康におよぼす影響に関する研究)

有阪　治，　織茂良子

要約：子どもの清涼飲料摂取の実態を調査し，摂取行動の背景にある生活習慣や社会的要因を知り，さらに清涼飲料を摂取することの子どもの生活や健康への影響を明らかにすることを目的として調査研究を開始した。今年度は，本調査を行なううえで参考となる基礎資料を収集し，一部で予備調査を実際に行ない，それらをもとに，来年度以降の研究方法について検討した。

見出し語：清涼飲料，生活習慣，社会環境，食生活，健康

研究目的

最近，子どもの日常生活の中に清涼飲料が浸透し，子どもが清涼飲料をよく飲むということが指摘されている。従来わが国では，飲料には水やそれを沸かした湯茶を用いていたはずであり，その基盤のもとに食事の仕方，食べ物の構成，栄養のバランス，そして健康を維持する生活習慣がつくりあげられてきた。しかし，近年の食生活の洋風化や外食産業の発展，子どもをとりまく社会環境の様々な変化などが，子どもが清涼飲料をよく飲む要因になっていると考えられる。この現象の善し悪しは別して，清涼飲料が飲まれているという事実の底流には，現実に何らかのニーズあるいは要因があるからと考えられる。

本研究では，①子どもの清涼飲料摂取の実態を多角的に調査し，②摂取行動の背景にある生活習慣や社会的要因を知り，③清涼飲料の摂取が子供の生活と健康にどう影響しているかを明らかにすることを目的とする。

今年度は，調査を行なううえでの基礎資料を収集し，一部で予備調査を行なったのでその結果を報告する。次に，その結果をもとに来年度以降の研究方法について検討した。

順天堂大学小児科 (Department of Pediatrics, Juntendo University School of Medicine)

方法（今年度の実施事項）

1）資料調査

本邦における清涼飲料の生産，消費の現状を知るために国内外の資料を入手し検討した。

2）予備調査

1保育園で134名の幼児保護者を対象として清涼飲料摂取量の調査を行なった。

3）フイールドの設定

幼児，小学生，中学生を対象とする約1000名規模のフイールドを設定した。

4）調査事項の個別検討

本調査の目的を達成するために必要な調査方法について検討した。

結果

1）国内外の資料（図1，2，3，4）

2）予備調査（表）

3）フィールドの設定

千葉県S町（人口8700名）において，来年度以降，約700名の児童，生徒に対して清涼飲料と食品摂取に関するアンケート調査を行なうことの了解を学校関係者，教育委員会より得た。この地区では，すでに貧血調査，血清脂質調査が行なわれており（今後も毎年行なわれる），生徒の身体測定値および血液データを使用することの許可も得た。したがって，健康への影響を評価するために子どもの体格，貧血，血中脂質値等との関連についても検討する。

また，同県S市の幼児約300名に対しても，同様のアンケート調査を行なう。

考察

1）清涼飲料の消費の現況

清涼飲料の総生産量は，昭和60年以降急速に増加していることが判明したが，これは牛乳の生産量の増加率を著しく上回っていた（図1）。一方英国でのソフトドリンクの生産量は本邦ほど増加傾向は示していない（図2）。また，総生産量の内訳では，コーヒー飲料，スポーツ飲料，ウーロン茶飲料の生産量の増加が突出していた（図3）近年の清涼飲料の販売増加には，この欧米にない新ジャンルの飲料と，自動販売機の普及，容器の大容量化（350ml大型缶，PETボトルなど）などが要因となっていると思われた。

2）予備調査

本邦における清涼飲料の個人消費量は，年間平均92L（1日平均250ml）とされ（資料1），米国240L，ドイツ219L，英国147L（資料2）に比べてまだ少ない。しかし，今回の予備調査では，1日平均150－230ml程度の清涼飲料を幼児が飲用していることが明かとなった。

3）調査事項の個別検討

①摂取の実態

摂取量，時間，食事との関連：年長児では，清涼飲料1日1缶（250ml：100kcal）程度の摂取量がエネルギーの過剰摂取につながる可能性は少ない。むしろ，脂質の多い食品（スナック類，ファーストフード類）と同時に摂取すること，あるいは清涼飲料の摂取により一時的に空腹感が消失して食事のみだれにつながることが問題となろう。したがって，摂取量と摂取品目をなるべく正確に把握することと同時に，清涼飲料と一緒に摂取する食品，基本的食事との関係についても把握できるようにする必要がある。

同時に牛乳摂取量との比較もおこなう。

②摂取行動と関連ある生活習慣や社会的要因を知

1）内外の資料

図１　各種飲料の総生産量の推移
（昭和５０年以前は牛乳は含まれない）

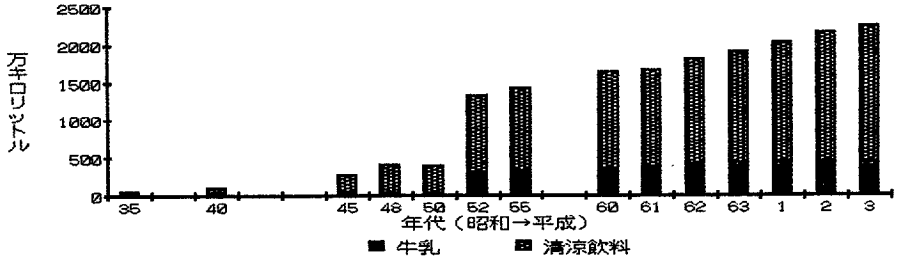

図２　英国におけるSOFT DRINKSの生産量の
（The British Soft Drinks Asso. 1991）

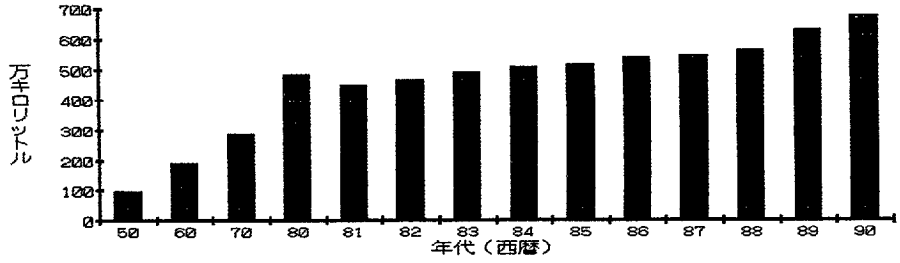

図３　各種飲料の年間生産量の推移
（全国清涼飲料工業会資料）

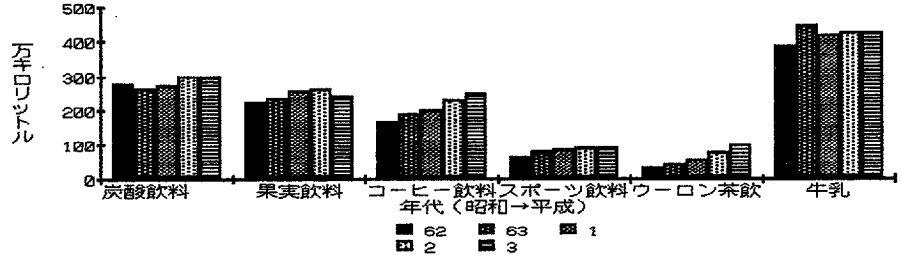

図４　自動販売機設置数

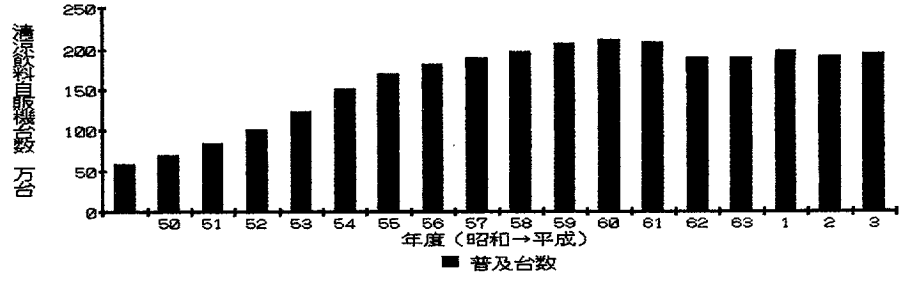

表　幼児の牛乳，清涼飲料の１日当たりの摂取量の平均（ml）　（T町保育園，1992）

年　齢	牛　乳	果　汁	清涼飲料	乳酸飲料	コーヒー／紅茶
3歳　(3人)	225	80	0	100	0
4歳（38人）	176	57	70	25	3
5歳（48人）	226	77	53	24	4
6歳（45人）	233	91	103	43	0

る

摂取状況：子どもが摂取する状況をできるだけ詳細に把握する必要があり，どのような時に，どのように清涼飲料を摂取しているのかを具体的な調査を行なう。

のどが渇いたから飲む，空腹だから飲む，病気のときに飲む／1人で飲む，友達と飲む，家族と飲む／自分で買って飲む，家にあるものを飲む／店で買う，自動販売機で買う／外遊びをしながら飲む，テレヒゲームをしながら飲む，勉強しながら飲む，スナック菓子を食べながら飲む，食事をしながら飲む，塾の行き来に飲む／など。

摂取行動の背景と動機：子どもが清涼飲料を飲むという行動が，友達，家族，遊び，テレビ，塾通い，閑，習慣，小遣い，スポーツ，祖父母の養育，共稼ぎ，夜更かし，などのいずれの生活習慣や社会的要因と関連しているかを調査し，子供の摂取行動の背景について考察を行なう。

さらに，清涼飲料を飲むという動機が，積極的なものなのか（生理的な欲求，友達付き合い，買ってのむ，新製品に関心がある），消極的なものなのか（あるから飲む，与えられるから飲む，小遣いは使わない）も調査し，子どもがどのように清涼飲料を受け入れているのかについても考察する。

③子どもの生活と健康への影響

①，②の調査結果および健康調査のデータをもとに，清涼飲料が子どもの生活と健康へ，プラスの面，マイナスの面を含めてどのように関与し影響しているかについて明かにする。

参考資料

1) 社団法人全国清涼飲料工業会　広報部資料（平成4年）および聞き取り調査（平成5年）。
2) The British Soft Drinks Association 1991年資料

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

要約：子どもの清涼飲料摂取の実態を調査し,摂取行動の背景にある生活習慣や社会的要因を知り,さらに清涼飲料を摂取することの子どもの生活や健康への影響を明らかにすることを目的として調査研究を開始した。今年度は,本調査を行なううえで参考となる基礎資料を収集し,一部で予備調査を実際に行ない,それらをもとに,来年度以降の研究方法について検討した。