

両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールと その児の生活習慣形成の疫学的研究

産業医科大学産業生態科学研究所臨床疫学

徳井教孝 吉村健清

要旨 小児期の生活習慣形成に両親の健康意識が影響するかどうかを検討するため、断面調査を実施した。対象者は、富山県にある保育所の児とその両親、保母である。自記式記名式の健康調査票を用いて、小児の生活習慣、両親の健康意識としてヘルス・ローカス・オブ・コントロール（HLC）を用い、内的統制群、中位群、外的統制群の3群に分類した。内的統制群の両親を持つ児に比べ、中位群、外的統制群の両親を持つ児の方が悪い生活習慣割合が高いかどうかをオッズ比を算出して検討した。その結果、朝食、野菜摂取、おやつ、着替えの習慣において、有意なオッズ比の高まりがみられた。他の生活習慣形成においては関連が認められなかった。したがって、幼児期においては、小児の生活習慣形成に両親の健康意識は、大きな影響は及ぼさないことが示唆された。

小児成人病、ヘルス・ローカス・オブ・コントロール、小児のライフスタイル、両親、断面調査

目的

これまでの小児成人病の疫学研究によって、小児期の生活習慣が、小児成人病の危険因子であることが示唆された。そのため、小児成人病の予防対策として、小児期に健康的な生活習慣を身につけることが重要であると考えられる。小児期の生活習慣の形成には、小児が両親に養育されている環境上、両親の影響が大きい。両親の影響因子としては、養育態度、児の行動特性、両親の生活習慣、健康意識などの要因が考えられる。これまでの班研究によって、養育態度、児の行動特性と小児期の生活習慣形成とは関連があ

ることが明らかとなった。そこで、今回は、両親の健康意識を取り上げ、小児期の生活習慣との関連を検討することにした。両親の健康意識としては、ヘルス・ローカス・オブ・コントロールを用いた。これは、大きく内的統制傾向と外的統制傾向の2つから構成される尺度である。これまでの行動科学的研究により、外的統制傾向にある者は、そうでない者に比べ、健康行動を起こしにくいことが報告されている(1)。そこで、今回、両親の外的統制傾向がその小児の悪い生活習慣形成に影響するかどうかを明らかにすることを目的に断面調査を実施した。

対象と方法

調査対象者は、富山県小矢部市にある12の保育所の児で、平成元年4月1日から平成2年3月31日までに生まれた児を対象とした。これらの児の両親に、児の生活習慣、両親の生活習慣、両親の養育態度、児の性格特性について調査した。また、保育所の保母には、児の性格特性について、同様に調査した。調査は、自記式記名式の調査票を用いた。調査時期は、平成7年1月から2月である。

児の生活習慣を評価するために、3つの生活習慣を取り上げた。まず、児の食生活・運動習慣として、1)朝食の摂取、2)食事の咀嚼、3)おやつ摂取、4)葉野菜の摂取、5)根野菜の摂取、6)炭酸飲料の摂取、7)市販ジュースの摂取、8)屋外での遊び頻度の8項目である。これらの生活習慣を、その内容に応じてそれぞれ健康に良い影響を及ぼすと思われる習慣と、逆に健康に悪い影響を及ぼすと思われる習慣の2群に分類した。

次に、児の生活リズムとして、1)おやつ摂取時間、2)夕食摂取時間、3)就寝時間を取り上げた。前者の2項目については、摂取時間の規則性を調べ、規則的に摂取している場合を良い習慣とし、そうでない場合は悪い習慣と定義し

た。就寝時間においては、児であるため、ほぼ規則的に就寝していると考えられるので、夜更かしをしているかどうかによって分類した。すなわち、9時前に就寝している場合を良い習慣、9時以降に就寝している場合を悪い習慣と定義した。

最後に、児の基本的な生活習慣として、衛生習慣、および箸の使い方や身じたく、排便処置を取り上げた。衛生習慣は、手洗い、うがい、歯磨きを取り上げ、自主的に行うことができる場合を良い習慣とし、あまりしない、言わないとしない場合を悪い習慣と定義した。箸の使い方や身じたく、排便処置については、1人で行うことができる場合を良い習慣、そうでない場合を悪い習慣と定義した。

両親の健康意識としては、ヘルス・ローカス・オブ・コントロールをその指標とした。これは、健康行動の動機づけモデルの1つであり、健康は自己の努力によって得られるとする内的統制傾向と、健康は運や医療従事者などの他者によって得られるとする外的統制傾向の2つから構成されている。表1に示すように、渡部らが作成した14項目の質問項目によって評価する(2)。これを得点化(範囲は14点から56点)した後、3分位し、最も得点の低い群を内的統制群、最

も得点の高い群を外的統制群，その間の群を中位群とした。

今回は、回収された230名の中で、父親、母親の両方が回答している児191名を解析対象者とした。解析は、母親、父親それぞれの外的統制群，中位群が内的統制群に比べ，児の悪い生活習慣形成にどの程度影響するのかを，オッズ比を求めて検討した。すなわち，内的統制群の両親の児に比べ，中位群，外的統制群の両親の児の方が悪い生活習慣保有割合が高いと，オッズ比は1を超え，逆に保有割合が低いと1未満を示す。

結果

ヘルス・ローカス・オブ・コントロールの母親，父親の得点分布を図1，2に示した。母親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールの平均値±標準偏差は， 31.13 ± 3.86 であった。一方，父親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールの平均値±標準偏差は， 30.23 ± 5.24 を示した。母親と父親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールの平均値に有意な差はみられなかった。

児の食生活・運動習慣と両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールとの関連を表2に示した。ほとんどの項目において，両親のヘルス・ローカス・オブ・

コントロールと児の生活習慣形成との間に関連はみられなかった。関連がみられた項目は，母親に関しては，食生活の中の「根野菜をあまり食べない」習慣において，中位群の母親を持つ児は，内的統制群の母親を持つ児に比べ，2.1とオッズ比は高い傾向を示した。一方，父親については，「朝食を毎日食べない」習慣において，外的統制群の父親の児は，内的統制群の父親の児に比べ，3.1とオッズ比は高い傾向を示した。しかし，「毎日，市販ジュースを飲む」習慣では，外的統制群の父親の児は，内的統制群の父親の児に比べ，0.4と有意にオッズ比は低い値を示した。また，「外であまり遊ばない」習慣においても，外的統制群の父親の児は，内的統制群の父親の児に比べ，0.3とオッズ比は低い傾向を示した。

次に，児の生活リズムと両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールとの関連を表3に示した。「おやつを決まった時間に食べない」習慣において，外的統制群の母親の児は，内的統制群の母親の児に比べ，2.2と有意にオッズ比が高い値を示した。父親に関しては，逆に外的統制群の父親の児は，内的統制群の父親の児に比べ，0.4と有意にオッズ比が低い値を示した。また，「普段，9時以降に寝る」

習慣においても、父親に関しては、中位群、外的統制群の父親を持つ児は、内的統制群の父親の児に比べ、ともに0.5とオッズ比が低い傾向を示した。

両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールと児の基本的生活習慣との関連を表4に示した。この習慣においても、ほとんどの項目において両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールと児の生活習慣形成との間に関連はみられなかった。母親に関しては、「箸がうまく使えない」習慣において、中位群の母親の児は、内的統制群の母親を持つ児に比べ、0.5とオッズ比は低い傾向を示した。しかし、「一人でボタンがうまくかけられない」習慣では、中位群、外的統制群の母親の児は、内的統制群の母親の児に比べ、それぞれ、2.8、3.2と有意の高いオッズ比を示した。さらに、「一人で着替えがうまくできない」習慣では、中位群の母親の児は、内的統制群の母親の児に比べ、2.5と有意に高いオッズ比であった。父親に関しては、「食事の前、すすんで手を洗わない」習慣において、中位群の父親の児は、内的統制群の父親を持つ児に比べ、2.4とオッズ比は高い傾向を示した。

考察

母親、父親とも、ヘルス・ローカス・

オブ・コントロールの得点の平均値は有意な差がなく、健康行動の動機づけには、違いがみられなかった。これまで、ヘルス・ローカル・オブ・コントロールの差を性別に検討した研究がわが国ではほとんどないため、今回の結果から男女間で差が存在しないことは結論できないが、少なくとも、幼児を持つ年代の若年の両親に関しては、大きな差がないことが示唆された。

食生活・運動習慣においては、ほとんどの項目について、中位群、外的統制群の母親、父親を持つ児は、内的統制群の母親、父親を持つ児に比べ、悪い生活習慣形成へのオッズ比に有意な高まりはみられなかった。両親の健康行動の動機づけの違いが、その児の食生活・運動習慣の形成に大きな影響を及ぼすとは考えにくい。

生活リズムにおいては、母親と父親では、異なる傾向がみられた。すなわち、おやつ摂取の習慣で、母親では、親の外的統制傾向は内的統制傾向に比べ、おやつを決まった時間に食べない者が多く、一方父親の外的統制傾向は内的統制傾向に比べ、児の悪いおやつ習慣を形成することが少ないことが示唆された。これは、就寝時間においても同様な傾向であった。

児の生活リズムは、母親、父親の健康行動の動機づけによって異なる可能性が示唆された。

基本的な生活習慣においては、ほとんどの項目において、両親の外的統制群、中位群、内的統制群は児の悪い生活習慣形成に影響しなかった。しかし、着替えに関する2項目に関しては、中位群、外的統制群の母親を持つ児は、内的統制群の母親の児に比べ、着替え、ボタンのかけがえがうまくできない者が多いことが示唆された。

児の生活習慣形成には、これまでの班研究から両親の養育態度、児の行動特性が影響することが明らかとなっている。今回、両親の健康意識に関しては、前者ほど強い関連はみられなかった。児の生活習慣の形成は幼児期ばかりでなく、少年期においても重要であると考えられるため、児の成長にともなって、両親の養育態度や健康意識と児の生活習慣との関連を検討することが重要であると考えられる。

参考文献

1. 渡辺正樹, 大学生における Health Locus of Control と喫煙に関する態度・行動との関連, 学校保健研究, 27 (Suppl.), 179, 1985
2. 渡辺正樹, Health Locus of Controlによる保健行動予測の試み, 東京大学教育学部紀要: 25, 299-307, 1986

表1. ヘルス・ローカス・オブ・コントロールの質問文

病気についておたずねします。

1. 病気になった場合、その原因を自分がとった行動にあると思いますか。
 2. 病気になるときは、努力しても避けられないと思いますか。
 3. 病気になるとき、それは自分のおかれている環境のせいだと思いますか。
 4. 適切な行動をとってれば、健康に暮らせると思いますか。
 5. 今、運動したり食事を節制することが将来の健康に役立つと思いますか。
 6. 健康でいることと、あなたが健康のために努力することはあまり関係がないと思いますか。
 7. 突然、病気になると思いますか。
 8. 自分の努力によって健康を維持できると思いますか。
 9. 健康は、あなたのとる行動によって左右されると思いますか。
 10. 病気になるのは、仕方のないことだと思いますか。
 11. どんなに努力しても病気の原因を取り除くことはできないと思いますか。
 12. 健康のためにとる行動は実際に効果があると思いますか。
 13. 運が悪いから病気になると思いますか。
 14. 一生健康に暮らせると思いますか。
-

選択枝

1. 全くそうである 2. どちらかといえばそうである
 3. どちらかといえばそうでない 4. 全くそうでない
-

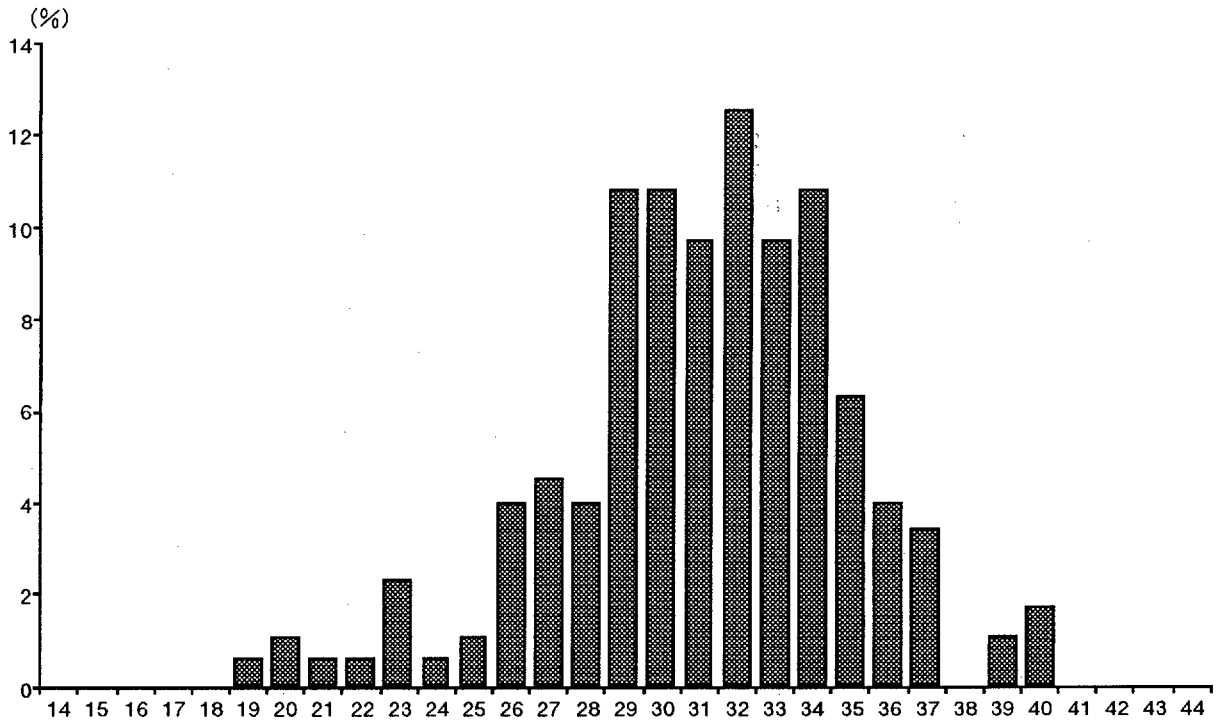


図1 母親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールの得点分布

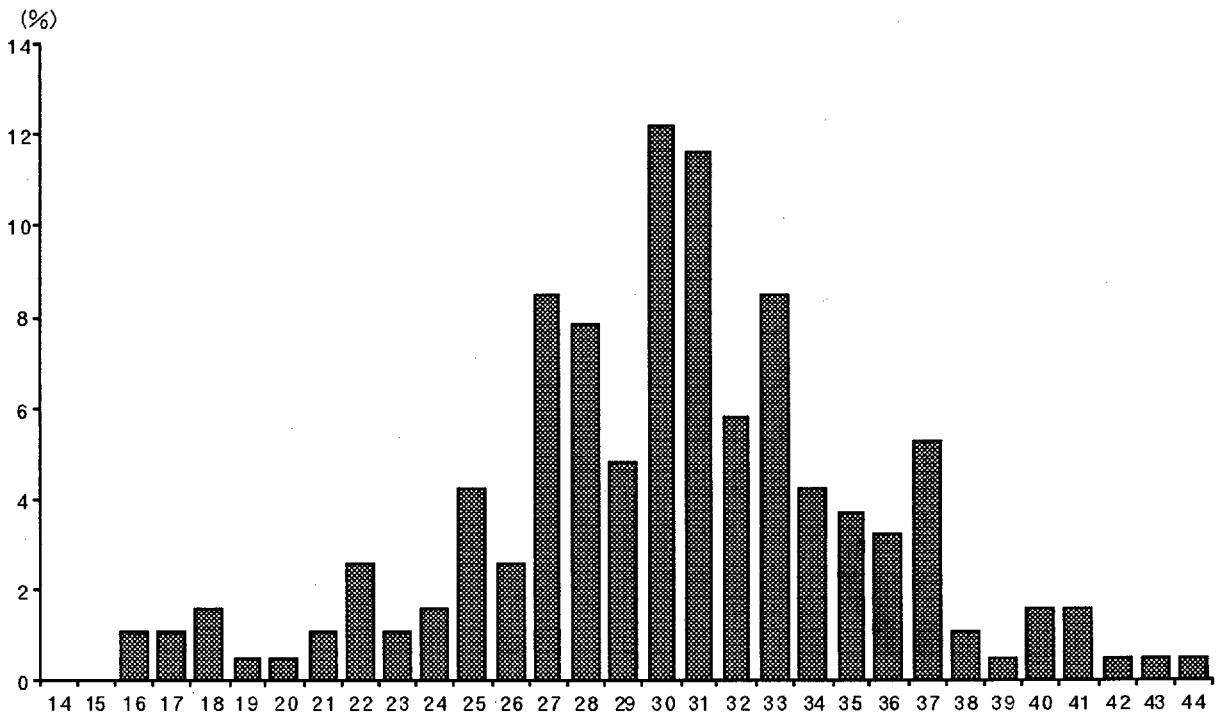


図2 父親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールの得点分布

表2. 両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールにおける児の食生活・運動習慣のオッズ比#

児の食生活・運動習慣		内的統制群	中位群	外的統制群
・朝食を毎日食べない	母親 #	1.0	0.9	0.3
	父親 #	1.0	0.5	<u>3.1</u> *
・食事はあまり噛んで食べない	母親	1.0	1.0	1.8
	父親	1.0	2.0	0.9
・おやつを2回以上/日食べる	母親	1.0	0.8	0.8
	父親	1.0	0.7	1.0
・葉野菜をあまり食べない	母親	1.0	0.8	1.5
	父親	1.0	0.9	1.2
・根野菜をあまり食べない	母親	1.0	<u>2.1</u> *	1.9
	父親	1.0	0.8	0.9
・毎日、炭酸飲料を飲む	母親	1.0	0.7	1.2
	父親	1.0	0.5	0.9
・毎日、市販ジュースを飲む	母親	1.0	1.8	1.3
	父親	1.0	0.7	<u>0.4</u> **
・外であまり遊ばない	母親	1.0	0.5	1.0
	父親	1.0	0.8	<u>0.3</u> *

: 内的統制群の母親を持つ児に比べ、中位群、外的統制群の母親を持つ児の悪い生活習慣へのオッズ比。父親も同様。

* : $p < 0.1$ ** : $p < 0.05$

表3. 両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールにおける児の生活リズムのオッズ比

児の生活リズム		内的統制群	中位群	外的統制群
・おやつを決まった時間に食べない	母親 #	1.0	1.6	<u>2.2</u> **
	父親 #	1.0	0.6	<u>0.4</u> **
・夕食時間が決まっていな い事が多い	母親	1.0	1.0	0.4
	父親	1.0	0.6	0.5
・普段、9時以降に寝る	母親	1.0	0.7	1.3
	父親	1.0	<u>0.5</u> *	<u>0.5</u> *

: 内的統制群の母親を持つ児に比べ、中位群、外的統制群の母親を持つ児の悪い生活習慣へのオッズ比。父親も同様。

* : $p < 0.1$ ** : $p < 0.05$

表4. 両親のヘルス・ローカス・オブ・コントロールにおける
児の基本的生活習慣のオッズ比#

基本的生活習慣		内的統制群	中位群	外的統制群
・食事の前、すすんで手を洗わない	母親#	1.0	1.5	1.2
	父親#	1.0	<u>2.4*</u>	1.3
・トイレの後、すすんで手を洗わない	母親	1.0	0.2	0.4
	父親	1.0	0.6	1.6
・おやつの前、すすんで手を洗わない	母親	1.0	1.2	0.8
	父親	1.0	0.8	1.0
・帰宅時、すすんで手を洗わない	母親	1.0	3.1	1.4
	父親	1.0	1.0	2.8
・帰宅時、すすんでうがいをしない	母親	1.0	0.7	0.9
	父親	1.0	1.4	2.0
・就寝前、すすんで歯磨きをしない	母親	1.0	1.1	1.3
	父親	1.0	0.3	0.7
・箸がうまく使えない	母親	1.0	<u>0.5*</u>	1.0
	父親	1.0	0.8	0.9
・一人でボタンがうまくかけられない	母親	1.0	<u>2.8**</u>	<u>3.2**</u>
	父親	1.0	1.0	0.9
・一人で着替えがうまくできない	母親	1.0	<u>2.5**</u>	1.9
	父親	1.0	1.2	1.0
・一人で顔がうまく洗えない	母親	1.0	0.9	1.0
	父親	1.0	0.7	0.7
・一人で排便がうまくできない	母親	1.0	1.4	1.5
	父親	1.0	0.5	0.7

: 内的統制群の母親を持つ児に比べ、中位群、外的統制群の母親を持つ児の悪い生活習慣へのオッズ比。父親も同様。

* : $p < 0.1$ ** : $p < 0.05$



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



要旨 小児期の生活習慣形成に両親の健康意識が影響するかどうかを検討するため、断面調査を実施した。対象者は、富山県にある保育所の児とその両親、保母である。自記式記名式の健康調査票を用いて、小児の生活習慣、両親の健康意識としてヘルス・ローカス・オブ・コントロール(HLOC)を用い、内的統制群、中位群、外的統制群の3群に分類した。内的統制群の両親を持つ児に比べ、中位群、外的統制群の両親を持つ児の方が悪い生活習慣割合が高いかどうかをオッズ比を算出して検討した。その結果、朝食、野菜摂取、おやつ、着替えの習慣において、有意なオッズ比の高まりがみられた。他の生活習慣形成においては関連が認められなかった。したがって、幼児期においては、小児の生活習慣形成に両親の健康意識は、大きな影響は及ぼさないことが示唆された。