

O2-011

小児の食習慣形成に関連する要因の分析：
幼児期と学童期の食物嗜好の比較宮平 奈津美、金森 萌々子、松林 裕香、
鐘築 千晶、丸尾 高弘、酒井 知恵子、
遠藤 有里、南前 恵子、花木 啓一

鳥取大学医学部 保健学科

【目的】

近年、生活習慣病の増加が問題となっており、その要因として食習慣の乱れや偏食が注目されている。特に、小児期に偏った食習慣が形成されて、それが成人期まで持続すると、将来の生活習慣病発症のリスクファクターになりうると考えられる。ところが、小児期の食習慣の乱れや偏食がどのようにして形成されるのか、それにどのような因子が関与しているのかについては、未だ十分には明らかにされていない。そこで、本研究では、学童期の食習慣や食物嗜好には、幼児期のそれらが関与しているとの仮説をたて、これを検証することを目的とした。

【方法】

対象は、A市内の小学校に通学している2年生と3年生の122名（男52名、女70名）である。対象児とその保護者に、小学校の担任を通じて質問紙を配布し、現在と3歳時（振り返りで記入）の食習慣と偏食の状況に関する質問紙へ回答を求めた。質問紙は無記名とし、回収ボックスで回収した。本研究は鳥取大学医学部倫理審査委員会の承認を得て実施した。

【結果】

幼児期から学童期にかけ、嫌いな食物があると答えた児は増加していた。嫌いな食物の種類は、両時期とも「野菜類」が最も多く、特に学童期で顕著であった。両時期ともに「野菜類」を嫌いと感じる程度がもっとも強かった。嫌いな理由として、幼児期では「食感」が最も多く、次いで「苦い」、「におい」の順であり、学童期では「苦い」が最も多く、次いで「食感」であった。保育園等での嫌いな食物への対応としては、7割以上の保護者が「全部」あるいは「少し」食べさせており、6割弱の児が学童期にかけて好き嫌いが克服されたと答えた。

【考察】

約半数の児が好き嫌いを克服したなか、嫌いな食物がある児が増加していることから、幼児期の嫌いな食物を克服した一方で、学童期に入り、新たに嫌いな食物が増えた児が多いことが推察された。その要因として、小学校で給食メニューが変化し種々の食品を食べる機会が増えることで新たな好き嫌いが生じているものと考えられた。食物を嫌いな理由として、幼児期では視覚・嗅覚での判断が多かったのに対し、学童期では味覚で苦手意識を持つ児が多かった。

【結論】

幼児期から学童期にかけては、嫌いな食品とその理由など、食の嗜好や味覚に変化がみられる時期であり、この時期の食育が重要であると考えられた。

O2-012

学童期の偏食の要因について：
親・保護者の偏食に着目して丸尾 高弘、鐘築 千晶、金森 萌々子、
宮平 奈津美、松林 裕香、酒井 知恵子、
遠藤 有里、南前 恵子、花木 啓一

鳥取大学医学部 保健学科

【目的】

小児期には好き嫌いや偏食の食物嗜好があるが、食事を提供する親・保護者にも偏食などが見られることもある。ところが、親や保護者の食物嗜好が、小児の食物嗜好や偏食の形成にどのように影響しているのかについては十分に明らかにされていない。そこで、本研究では、親や保護者の食物嗜好や食事の工夫など保護者側の要因と養育される側の小児の偏食の関係を明らかにすることを目的として質問紙調査を実施した。

【方法】

対象：A市内の小学校に通学している2・3年生122名（男52名、女70名）。児とその保護者に質問紙を配布し、現在と3歳時（振り返りで記入）の食習慣と偏食の状況に関する質問紙への回答を求めた。質問紙は無記名とし、回収ボックスで回収した。本研究は、鳥取大学医学部倫理審査委員会の承認を得て実施した。

【結果】

1) 親・保護者の偏食と子どもの偏食: 親に偏食がある群の子どもの偏食は92%、親に偏食がない群の子どもの偏食は87%であった（有意差なし）。子どもの偏食の開始時期は幼児後期と幼児後期以降に多かった。2) 子どもの偏食への親や保護者の対応: 親に偏食あり群では、「偏食をしないよう注意して大目に見る」が29%と、なし群の12%に比して多かった（有意差なし）。女兒の親のほうが食事への配慮が多かった（バランスのとれた献立、盛り付け）。男児の親は「食事の雰囲気づくり」に配慮していた。3) 親や保護者の意識: 親に偏食ない群では、「偏食を直させるべき」が多く、親に偏食ある群では、「親に偏食があるので仕方がない」が多い傾向があり、偏食がある親・保護者は、子どもの食事に寛容的な傾向がみられた。

【考察】

予想に反して、親・保護者の偏食と子どもの偏食に有意な関連を認めなかった。少ない対象数や親の主観的回答であったことがその理由として考えられた。親の偏食の有無による子どもの偏食への対応の違いが、将来の子どもの偏食の予後に影響するかどうか、今後の重要なテーマであると考えられた。

【結論】

嫌いな食物を食べさせ続けると偏食が改善されるとの報告もあることから、親・保護者に子どもの偏食の現状や有効な対応を啓発することで、親・保護者へ多岐の選択肢を与えることが可能と考えられた。