

P1-008

保育所幼児の食事摂取基準の指標を用いた栄養素等摂取量の評価

堤 ちはる¹、三橋 扶佐子²、北村 洋平³、
清水 隆司³

¹相模女子大学 栄養科学部 健康栄養学科

²日本歯科大学 生命歯学部 共同利用研究センター

³森永乳業株式会社 健康栄養科学研究所

【目的】

幼児期の栄養素等摂取状況調査により、全体の栄養バランスならびに過不足のある栄養素等の把握し、幼児に適した食品や食生活の提言による幼児の健康増進への寄与を目的とした。

【方法】

関東地方の保育園27園の2、3歳児クラスの保護者739人に調査概要を説明し、協力を申し出た55人（2歳男児15人、女児11人、3歳男児18人、女児11人）に食事記録紙への記入とスマートフォンやデジタルカメラを用いた料理写真撮影による食事調査を29年9～10月に実施した。本研究は相模女子大学「ヒトを対象とする研究に関する倫理審査委員会」の承認を得た(受理番号1773号)。

【結果】

エネルギー摂取量は男児、女児、 1256 ± 161 、 1211 ± 145 kcal、たんぱく質摂取量は 47 ± 6 、 47 ± 7 g、脂質摂取量は 41 ± 8 、 40 ± 9 g、炭水化物摂取量は 172 ± 26 、 162 ± 21 gで性、年齢による有意な差は無かった。カルシウム摂取量は2歳男児、女児、3歳男児、女児の順に（以下同じ） 528 ± 122 、 531 ± 112 、 504 ± 120 、 561 ± 176 mg、鉄摂取量は 4.4 ± 1.0 、 4.2 ± 0.9 、 4.6 ± 1.1 、 4.7 ± 1.0 mgであった。食事摂取基準の指標との比較では、エネルギー推定平均必要量不足者は3歳男児55.6%、女児45.5%、たんぱく質目標量下限不足者は2歳男児6.7%、3歳男児5.6%、脂質目標量上限超過者は2歳男児60.0%、女児27.3%、3歳男児33.3%、女児54.5%、炭水化物目標量下限不足者は2歳男児20.0%、女児18.2%、3歳男児11.1%、女児45.5%、カルシウム推奨量不足者は2歳男児26.7%、女児9.1%、3歳男児72.2%、女児54.5%、鉄推奨量不足者は2歳男児66.7%、女児72.7%、3歳男児77.8%、女児54.5%であった。

【考察】

幼児の食事は脂質摂取量が多く、炭水化物摂取量が少ない傾向があり、エネルギー産生栄養素バランスが不適切であると示唆される。また、カルシウムと鉄の推奨量不足者は多く、積極的な摂取を推奨する。2歳児より3歳児で不足者が多い理由は、食事摂取基準の区分が1～2歳、3～5歳となっており、設定値の増加によることが推察される。今後はこの点に配慮した摂取量評価方法の検討が必要である。

P1-009

幼児の食事の困りごとと保護者の食意識との関連

大塚 恵美子、綾部 園子

高崎健康福祉大学 健康福祉学部 健康栄養学科

【目的】

幼児の生活実態や朝食摂取状況の現状と保護者の食意識が、どのように幼児の食生活に関連しているかを明らかにする目的で食生活調査を行った。本研究では、保護者の幼児の食事に対する困りごとに着目して、その内容を明らかにするとともに保護者の食意識との関連について報告する。

【方法】

G県A市内の幼稚園児(n=309)、保育園児(n=141)とその保護者合計450組を調査対象とした。調査時期は2017年7月に行った。無記名自記式質問紙を用いて留め置き法調査により実施した。質問項目の全てに回答があったものを有効とした。有効回答数は381人で有効回答率は84.7%であった。得られた調査結果は全てコード化し単純集計後、統計学的処理(統計解析ソフトSPSSVer.25及びエクセル統計2012を使用)を行った。本研究は高崎健康福祉大学研究倫理委員会の承認(第2909号)を得て実施した。

【結果および考察】

幼児の食事について困りごとが「ある」と回答した保護者は66.4%であり、「なし」と回答した保護者は33.6%であった。「平成27年度乳幼児栄養調査結果」では約8割の保護者が子どもの食事について困りごとが「ある」と回答していることより、多くの幼児の保護者は食事に対して何らかの困りごとがあることが推察される。本研究の困りごとの内容(複数回答)は、「好き嫌い」25.4%、「むら食い」17.6%、「遊び食べ」11.4%「少食」9.0%であった。また、「好き嫌い」で「嫌い」な食品の内訳は「野菜」70.0%「肉」14.4%「魚」13.8%「果物」7.5%「豆」5.6%であった。保護者が困りごとに「好き嫌い」と選択した保護者の食意識との関連では、「改善意欲あり」と「困りごと」に相関(Pearsonの相関係数： $p < 0.01$ 両側)がみられた。

【結論】

保護者の幼児の食事に対する困りごとは、保護者の「改善意欲」と相関がみられることより、困りごとの内容を明らかにしてその背景を探り、困っている保護者に寄り添うことは食育活動において重要な課題と示唆された。今後は、さらに自由記述を解明して、幼児の食事における保護者の困りごとを少しでも軽減できるような食育活動の提示が必要だと考えられる。