

幼児における食事作りに関わる機会と食生活・生活習慣の関連 -COVID-19 感染拡大後の生活変化における検討

研究分担者 多田 由紀（東京農業大学応用生物科学部栄養科学科）

研究協力者 上田 由香理（大阪樟蔭女子大学健康栄養学部健康栄養学科）

研究要旨

COVID-19 感染拡大に伴い家庭で過ごす時間が増加したことで、子どもが家事に関わる機会が増えたことが報告されている。本研究では、幼児が調理にかかわる機会にどのような要因が関連するのかを、COVID-19 感染拡大後の現状から検討することを目的とした。2 歳から 6 歳の幼児に食事を提供している者を対象に、児の基本属性、食生活、生活習慣等に関するインターネット調査を行った。その結果、幼児が食事作りに関わる機会がある群のほうが、母親が働いている者が、幼児は女兒が、日中の保育場所は幼稚園が有意に多く、平日の就寝時刻は有意に早く、休日のスクリーンタイムは有意に少なかった。朝食の共食状況は家族そろって食べる者、回答者の調理頻度が高い者、子どもの食事の世話を家族が協力する者、同居者が在宅勤務をしている者、家庭の経済的な暮らし向きにゆとりがある者が、ある群で有意に多かった。また、保護者の食意識や、子どもの食品群別摂取頻度とも関連していたことから、家庭において子どもに食事作りに関わる機会を与えることの重要性が示唆された。家庭において子どもが調理をする機会を増やすためには、保護者の意識や知識への働きかけのみならず、在宅勤務状況や経済的な暮らし向きに関わらず実践できる取り組みを検討する必要がある。

A. 研究目的

COVID-19 感染拡大に伴い家庭で過ごす時間が増加したことで、子どもが家事に関わる機会が増えたことが報告されている¹⁾。COVID-19 感染拡大に伴う新しい生活様式の中では、園などの集団行動下で調理体験を行うことは容易ではないと考えられるため、家庭において食事作りに関わる機会を与えることが好ましいと考えられる。親子で調理をする幼児は、そうでない幼児と比較し、偏食が少ないという報告がある^{2, 3)}。しかし、COVID-19 後に、食事作りに関わる機会を持つ幼児の実態や、生活習慣、家庭

状況、保護者の食意識などの関連要因は明らかではない。

そこで、本研究では幼児が食事作りに関わる機会にどのような要因が関連するのかを、COVID-19 後の状況から検討することを目的とした。

B. 方法

令和 2 年度に本研究班で実施した「新型コロナウイルス感染症流行後の生活における幼児とその家族の食生活等実態アンケート」⁴⁾の調査データを利用した。

1. 対象者および調査方法

2 歳から 6 歳の幼児に食事を提供してい

る者を対象として、インターネットを用いた横断調査を令和3年2月24日～25日に実施した。調査対象者は株式会社クロス・マーケティングに登録された者である。対象者は地域ブロック別に合計2,000名をリクルートした。対象者の抽出方法の詳細については、令和2年度の研究報告書⁴⁾を参照されたい。

回答が得られた2,000名のうち、データセットの有効回答者は1,982名だった。さらに本研究では、回答者の続柄に子どもの祖父母と回答した2名、食事作りに関わる機会の現状を回答しなかった17名を除外した1963名を解析対象とした。

インターネット調査で設定した調査項目のうち、本研究では、研究目的に合わせて以下の項目を解析に用いた；回答者の性別、年齢、続柄、母親の就業状況、同居者、同居家族の在宅勤務状況、子どもの世話の担当者、子どもが食事づくりに関わる機会、家庭の経済的な暮らし向き、生活の時間的なゆとり、児の性別、年齢、出生順位、日中の主な保育先、身長、体重、健康状態、食品群別摂取頻度、共食状況、生活習慣、保護者の食・健康意識、食事の準備状況等。

(倫理面への配慮)

インターネット調査の実施にあたり、調査を受けることへの同意は、日本マーケティングリサーチ協会による綱領及びガイドラインに基づくC社による説明文と、本調査内容に関する説明文を掲示したうえで取得した。説明文には、調査で得られた情報が個人を特定できない内容で統計処理されること、学術報告として発表される場合があること、調査目的以外の利用をしないことなどを含めた。本研究は女子栄養大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した（承

認番号第317号）。

2. 解析方法

食事作りに関わる機会が週1回以上の者を「ある群 (n=1,107)」, ほとんどしない者を「ない群 (n=856)」とした。2群間における独立変数の分布の検討には、カテゴリ変数には χ^2 検定またはFisherの直接法を用い、有意差がみられた場合には残差分析を行った。連続変数と順序尺度にはMann-WhitneyのU検定を用いた。

食事作りに関わる機会の有無と関連する要因の検討には、従属変数に食事作りに関わる機会の有無を投入し、独立変数に幼児の性別、年齢、回答者の性別、母親の就業状況、日中の保育先、同居者の在宅勤務状況、家庭の経済的な暮らし向き、生活の時間的なゆとりを強制投入し、回答者の意識、幼児の生活習慣、家庭の状況を変数増加法ステップワイズにより投入したロジスティック回帰分析を行った。統計処理はIBM SPSS Statistics ver.28を用い、有意水準は5%とした。

C. 結果

食事作りに関わる機会の有無別に参加者特性を表1に示した。食事作りに関わる機会がある群で、回答者の性別は女性が、子どもとの続柄は母親が、子どもの母親は働いている者が有意に多かった。同居者は、ない群で母親、兄弟が有意に多かった。同居家族の在宅勤務状況は、ある群で母親、父親が有意に高く、在宅勤務をしている人はいないと回答した者は有意に少なかった。子どもの食事の世話を誰がしているかという質問に対し「自分が中心で配偶者や他の家族も協力する」と回答した者がある群で有意に多かった。子どもの食事以外の身の回りの

世話を誰がしているかという質問に対し「自分が中心で配偶者や他の家族も協力する」と回答した者がある群で有意に多かった。家庭の経済的な暮らし向き、生活で時間的なゆとりがあるかは、ある群の方が有意にゆとりがあった。子どもは女兒が、出生順位は第一子が、日中の保育場所は幼稚園が有意に多かった。

食品群別摂取頻度(表2)は、ある群が魚、肉、卵、大豆・大豆製品、野菜、果物の摂取頻度が有意に高く、お茶などの甘くない飲料、菓子の摂取頻度が有意に低かった。朝食の共食状況(表3)は「家族そろって食べる」と回答した者がある群で有意に多かった。生活習慣(表3)は、就寝時刻は、平日および休日いずれも「午後8時前」「午後8時台」がある群で有意に多かった。スクリーンタイムは、平日および休日いずれもある群の方が有意に少なく、排便頻度はない群で「不規則である」が有意に多かった。

回答者の食・健康意識(表4)のうち、食事で特に気を付けていることは、「栄養バランス」「料理の味付け」「料理の盛り付け、色どり」「楽しく食べること」「一緒に作ること」「飛沫が飛ばないように座る位置等について配慮すること」と回答した者がある群で有意に多かった。

食事の準備状況(表5)のうち、回答者の調理頻度や食材の買い物に行く頻度、食材の調達に宅配を使う頻度、外食をする頻度は、ある群が有意に高かった。

現在の食事作りに関わる機会の有無との関連要因について、ステップワイズ法によるロジスティック回帰分析を行った結果(表6)、回答者が一緒に作ることを意識していること、休日のスクリーンタイムが短いこと、朝食を家族そろって食べること、子どもの食事の世話を家族が協力すること、

回答者の調理頻度が高いことが、幼児の性別や家庭の経済的・時間的ゆとり等とは独立して、子どもが食事作りに関わる機会と関連していた。

D. 考察

COVID-19 国内発生から約1年後の状況において、幼児が食事作りに関わる機会の有無と関連する要因を検討した結果、回答者が一緒に作ることを意識していること、休日のスクリーンタイムが短いこと、朝食を家族そろって食べること、子どもの食事の世話を家族が協力すること、回答者の調理頻度が高いことが、幼児の性別や家庭の経済的・時間的ゆとり等とは独立して、子どもが食事作りに関わる機会と関連していた。また、食事作りに関わる頻度の有無は、子どもの食品群別摂取頻度とも関連していた。

6歳以下の子どもを対象とした先行研究では、保護者と一緒に料理する者の方がテレビ、ビデオまたはゲームに1日2時間未満しか費やさない割合が多かったことが報告されており²⁾、小学5年生を対象にした研究では、共食をしている子どもの方が、していない子どもに比べ家庭で手伝いをしていたことが報告されている⁵⁾。また、21世紀出生児縦断調査では父親が家事をしている方が、子どもが手伝いをしていることが報告されている⁶⁾。本研究においても、食事作りに関わる機会がある子どもの方が好ましい生活習慣である傾向がみられ、家族そろって朝食を共食する者や、家族が子どもの世話を協力する者が多かった。

保護者の食態度や食意識と、子どもが食事作りに関わる機会との関連は先行研究でも検討されており、保護者が家庭で子どもに調理を教えることは大切だと思えることが、子どもの調理に関わる機会と関連したこと

が報告されている。本研究においても、子どもに食事作りに関わる機会を与えている保護者は、食事で気を付けていることへの回答数が多く、特に「栄養バランス」「料理の味付け」「料理の盛り付け、色どり」「楽しく食べること」「一緒に作ること」に気を付けている者が多かった。このような意識が、子どもの食品群別摂取頻度として魚、肉、卵、大豆・大豆製品、野菜、果物の摂取頻度が、食事作りに関わる機会がある群で有意に高かった結果と関連していると考えられる。また、このような保護者の意識は、食事作りに関わる機会のみならず、好ましい生活習慣の集積と関連している可能性がある。

一方、食事作りに関わる機会を与えている保護者の方が、在宅勤務をしている者や、経済的なゆとりがあると回答した者が多かったなど、容易に変えることが出来ない要因も、子どもが食事作りに関わる機会と関わっていた。そこで、幼児の性別、年齢、回答者の性別、母親の就業状況、日中の保育先、同居者の在宅勤務状況、家庭の経済的・時間的ゆとりと独立した可変要因を抽出するため、これらの因子を独立変数に強制投入したステップワイズ法によるロジスティック回帰分析をおこなった。その結果、回答者が一緒に作ることを意識していること、休日のスクリーンタイムが短いこと、朝食を家族そろって食べること、子どもの食事の世話を家族が協力すること、回答者の調理頻度が高いことが、幼児の性別や家庭の経済的・時間的ゆとり等とは独立して、子どもが食事作りに関わる機会と関連していた。これらの要因から、休日の子どものスクリーンタイムを減らし、一緒に調理する機会として充てることが、子どもに食事作りに関わる機会を与える一つの手段であることが推察された。家庭において子どもが調理

をする機会を増やすためには、保護者の意識や知識への働きかけのみならず、少ない手間や短時間で取り組める具体的な手法の提示など、効果的なアプローチ手法を検討する必要があると考えられる。

E. 結論

幼児が食事作りに関わる機会の有無には、回答者が一緒に作ることを意識していること、休日のスクリーンタイムが短いこと、朝食を家族そろって食べること、子どもの食事の世話を家族が協力すること、回答者の調理頻度が高いことが、幼児の性別や家庭の経済的・時間的ゆとり等とは独立して、子どもが食事作りに関わる機会と関連していた。また、子どもに食事作りに関わる機会を与えている保護者は、「栄養バランス」「料理の味付け」「料理の盛り付け、色どり」「楽しく食べること」「一緒に作ること」に気を付けている者が多く、魚、肉、卵、大豆・大豆製品、野菜、果物の摂取頻度が高かった。家庭において子どもが調理をする機会を増やすためには、保護者の意識や知識への働きかけのみならず、休日のスクリーンタイムの見直しや保護者自身の調理頻度を高めるなど、在宅勤務状況や経済的な暮らし向きに関わらず実践できる取り組みを検討する必要がある。

参考文献

- 1) 恩賜財団母子愛育会愛育研究所(編): 日本子ども資料年鑑 2021 (2021) KTC 中央出版
- 2) Ishikawa M., Eto K., Miyoshi M., et al.: Parent-child cooking meal together may relate to parental concerns about the diets of their toddlers and preschoolers: a cross-sectional analysis

- in Japan, Nutr J, **18**, 76 (2019)
- 3) 今本美幸: 子どもの料理教室における「食」への関心の高まりについて, 神戸女子短期大学論攷, **56**, 39-46 (2011)
 - 4) 佐々木溪円他: 幼児と保護者の健康・食生活・生活習慣に関する研究～新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 流行拡大後の実態～厚生労働行政推進調査事業費補助金成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援に向けた効果的な展開のための研究」(研究代表者: 衛藤久美), 令和 2 年度総括・分担研究報告書, pp. 77-107 (2021)
 - 5) 野末みほ, 石田裕美, 碓野佐也香, 他: 小学 5 年生の家庭での食事の手伝いと保護者のゆとり感や子どもの共食の状況との関連, 栄養学雑誌, **73**, 195-203 (2015)
 - 6) 厚生労働省: 第 12 回 21 世紀出生児縦断調査 (平成 13 年出生児) の概況 子どもの手伝いの状況, <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/syusseiji/12/dl/03.pdf> (February 8, 2022)
 - 7) 渡邊紗矢, 吉井瑛美, 赤松利恵: 家庭で子どもに調理を教える保護者の特徴, 日本健康教育学会誌, **28**, 25-33 (2020)
- F. 健康危機情報**
なし
- G. 研究発表**
1. 論文発表
なし
 2. 学会発表
なし
- H. 知的財産権の出願・登録状況**
(予定を含む)
1. 特許取得
なし
 2. 実用新案登録
なし
 3. その他
なし

表1 食事作りに関わる機会の有無による回答者および幼児の特性比較

		食事作りにかかわる機会						
		合計 (n=1963)		ある (n=1107)		ない (n=856)		P
回答者の性別	男性	820	(41.8)	439	(39.7) ^b	381	(44.5) ^a	0.031 [#]
	女性	1143	(58.2)	668	(60.3) ^a	475	(55.5) ^b	
回答者の年齢		38.8	±6.0	38.5	±6.1	39.2	±5.9	0.004 [*]
子どもとの続柄	母親	1143	(58.2)	668	(60.3) ^a	475	(55.5) ^b	0.031 [#]
	父親	820	(41.8)	439	(39.7) ^b	381	(44.5) ^a	
母親の就業状況	働いている	1070	(54.7)	638	(57.9) ^a	432	(50.6) ^b	0.001 [§]
	働いていない	883	(45.2)	464	(42.1) ^b	419	(49.1) ^a	
	わからない	2	(0.1)	0	(0.0)	2	(0.2)	
同居者								
	母親	1847	(94.1)	1028	(92.9)	819	(95.7)	0.009 [#]
	父親	1729	(88.1)	968	(87.4)	761	(88.9)	0.323 [#]
	祖父	112	(5.7)	59	(5.3)	53	(6.2)	0.414 [#]
	祖母	155	(7.9)	79	(7.1)	76	(8.9)	0.156 [#]
	兄弟	671	(34.2)	349	(31.5)	322	(37.6)	0.005 [#]
	弟妹	506	(25.8)	283	(25.6)	223	(26.1)	0.807 [#]
	その他親族等	10	(0.5)	4	(0.4)	6	(0.7)	0.348 [§]
同居家族の在宅勤務状況								
	母親	229	(11.8)	150	(13.8) ^a	79	(9.3) ^b	0.002 [#]
	父親	387	(20.0)	239	(22.0) ^a	148	(17.4) ^b	0.013 [#]
	祖父	9	(0.5)	6	(0.6)	3	(0.4)	0.739 [§]
	祖母	11	(0.6)	6	(0.6)	5	(0.6)	0.915 [#]
	兄弟	9	(0.5)	7	(0.6)	2	(0.2)	0.314 [§]
	弟妹	1	(0.1)	1	(0.1)	0	(0.0)	1.000 [§]
	その他親族等	2	(0.1)	0	(0.0)	2	(0.2)	0.192 [§]
	在宅勤務をしている人はいない	1415	(73.1)	766	(70.5) ^b	649	(76.4) ^a	0.003 [#]
子どもの食事の世話を誰がしているか	自分を中心	820	(42.5)	471	(43.4)	349	(41.4)	0.001 [§]
	自分を中心で配偶者や他の家族も協力する	347	(18.0)	218	(20.1) ^a	129	(15.3) ^b	
	自分と配偶者や他の家族が平等に行う	239	(12.4)	143	(13.2)	96	(11.4)	
	配偶者や他の家族が中心	301	(15.6)	147	(13.5) ^b	154	(18.3) ^a	
	配偶者や他の家族が中心で自分も協力する	217	(11.3)	105	(9.7) ^b	112	(13.3) ^a	
	その他	4	(0.2)	2	(0.2)	2	(0.2)	
	子ども以外の身の回りの世話を誰がしているか	754	(39.1)	437	(40.2)	317	(37.6)	0.001 [§]
	自分を中心で配偶者や他の家族も協力する	409	(21.2)	259	(23.8) ^a	150	(17.8) ^b	
自分と配偶者や他の家族が平等に行う	286	(14.8)	149	(13.7)	137	(16.3)		
配偶者や他の家族が中心	231	(12.0)	109	(10.0) ^b	122	(14.5) ^a		
配偶者や他の家族が中心で自分も協力する	247	(12.8)	131	(12.1)	116	(13.8)		
その他	2	(0.1)	1	(0.1)	1	(0.1)		
家庭の経済的な暮らし向き	ゆとりがある	167	(8.5)	100	(9.1)	67	(7.9)	<0.001 [*]
	ややゆとりがある	548	(28.0)	336	(30.5)	212	(24.9)	
	どちらともいえない	607	(31.1)	346	(31.4)	261	(30.6)	
	あまりゆとりはない	442	(22.6)	221	(20.1)	221	(25.9)	
	全くゆとりはない	190	(9.7)	99	(9.0)	91	(10.7)	
生活の時間的なゆとり	ゆとりがある	97	(5.0)	66	(6.0)	31	(3.6)	0.021 [*]
	ややゆとりがある	458	(23.4)	261	(23.7)	197	(23.1)	
	どちらともいえない	654	(33.5)	381	(34.6)	273	(32.0)	
	あまりゆとりはない	506	(25.9)	263	(23.9)	243	(28.5)	
	全くゆとりはない	239	(12.2)	131	(11.9)	108	(12.7)	

(continued)

(continued)

		食事作りにかかわる機会				P
		合計 (n=1963)	ある (n=1107)	ない (n=856)		
幼児の性別	男性	976 (49.7)	515 (46.5) ^b	461 (53.9) ^a		0.001 [#]
	女性	987 (50.3)	592 (53.5) ^a	395 (46.1) ^b		
幼児の年齢	2歳	277 (14.1)	135 (12.2)	142 (16.6)		0.230 [*]
	3歳	314 (16.0)	190 (17.2)	124 (14.5)		
	4歳	390 (19.9)	221 (20.0)	169 (19.7)		
	5歳	483 (24.6)	275 (24.8)	208 (24.3)		
	6歳	499 (25.4)	286 (25.8)	213 (24.9)		
出生順位	第1子	1229 (62.6)	725 (65.5) ^a	504 (58.9) ^b		0.011 [#]
	第2子	522 (26.6)	265 (23.9) ^b	257 (30.0) ^a		
	第3子	186 (9.5)	105 (9.5)	81 (9.5)		
	第4子以降	26 (1.3)	12 (1.1)	14 (1.6)		
日中の 保育場所	保育所(園)	717 (36.5)	403 (36.4)	314 (36.7)		0.899 [#]
	幼稚園	682 (34.7)	408 (36.9) ^a	274 (32.0) ^b		0.025 [#]
	認定こども園	284 (14.5)	159 (14.4)	125 (14.6)		0.881 [#]
	祖父母や親戚	30 (1.5)	13 (1.2)	17 (2.0)		0.146 [#]
	その他	28 (1.4)	11 (1.0)	17 (2.0)		0.066 [#]
身長(cm)		105.6 ± 11.5	106.0 ± 11.3	105.1 ± 11.7		0.207 [*]
体重(kg)		17.2 ± 3.9	17.3 ± 3.9	17.0 ± 3.9		0.250 [*]
BMI(パーセントイル)		47.1 ± 34.0	46.5 ± 34.2	47.9 ± 33.7		0.352 [*]
現在の子どもの 健康状態	とても健康	1046 (53.5)	602 (54.6)	444 (52.1)		0.750 [§]
	まあまあ健康	780 (39.9)	412 (37.4)	368 (43.2)		
	どちらともいえない	108 (5.5)	75 (6.8)	33 (3.9)		
	あまり健康ではない	16 (0.8)	11 (1.0)	5 (0.6)		
	健康ではない	5 (0.3)	3 (0.3)	2 (0.2)		

表中の値は人数(%)

[#] χ^2 検定(有意差が見られた場合、残差分析を行った。a,有意に多い項目.b,有意に少ない項目)

^{*} Mann-WhitneyのU検定

[§] Fisherの直接法

表2 食事作りに関わる機会の有無による幼児の食品群別摂取頻度の比較

		食事作りにかかる機会						
		合計 (n=1963)		ある (n=1107)		ない (n=856)		P*
穀類 (ごはん、パンなど)	毎日2回以上	1558	(80.1)	868	(79.1)	690	(81.4)	0.204
	毎日1回	275	(14.1)	161	(14.7)	114	(13.4)	
	週に4～6回	49	(2.5)	28	(2.6)	21	(2.5)	
	週に1～3回	46	(2.4)	30	(2.7)	16	(1.9)	
	週に1回未満	13	(0.7)	8	(0.7)	5	(0.6)	
	まだ食べていない	4	(0.2)	2	(0.2)	2	(0.2)	
魚	毎日2回以上	66	(3.4)	54	(4.9)	12	(1.4)	<0.001
	毎日1回	295	(15.2)	185	(16.9)	110	(13.0)	
	週に4～6回	394	(20.3)	246	(22.5)	148	(17.5)	
	週に1～3回	954	(49.2)	494	(45.2)	460	(54.3)	
	週に1回未満	208	(10.7)	103	(9.4)	105	(12.4)	
	まだ食べていない	22	(1.1)	10	(0.9)	12	(1.4)	
肉	毎日2回以上	148	(7.6)	94	(8.6)	54	(6.4)	<0.001
	毎日1回	433	(22.3)	255	(23.4)	178	(21.0)	
	週に4～6回	783	(40.4)	440	(40.3)	343	(40.5)	
	週に1～3回	509	(26.3)	269	(24.6)	240	(28.4)	
	週に1回未満	50	(2.6)	26	(2.4)	24	(2.8)	
	まだ食べていない	15	(0.8)	8	(0.7)	7	(0.8)	
卵	毎日2回以上	81	(4.2)	61	(5.6)	20	(2.4)	<0.001
	毎日1回	472	(24.4)	279	(25.6)	193	(22.8)	
	週に4～6回	546	(28.2)	314	(28.8)	232	(27.4)	
	週に1～3回	656	(33.9)	351	(32.2)	305	(36.1)	
	週に1回未満	141	(7.3)	64	(5.9)	77	(9.1)	
	まだ食べていない	40	(2.1)	21	(1.9)	19	(2.2)	
大豆・大豆製品	毎日2回以上	97	(5.0)	71	(6.5)	26	(3.1)	<0.001
	毎日1回	352	(18.2)	218	(20.1)	134	(15.9)	
	週に4～6回	473	(24.5)	283	(26.0)	190	(22.5)	
	週に1～3回	705	(36.5)	362	(33.3)	343	(40.7)	
	週に1回未満	254	(13.2)	132	(12.1)	122	(14.5)	
	まだ食べていない	49	(2.5)	21	(1.9)	28	(3.3)	
野菜	毎日2回以上	706	(36.5)	419	(38.5)	287	(34.0)	0.022
	毎日1回	499	(25.8)	283	(26.0)	216	(25.6)	
	週に4～6回	391	(20.2)	206	(19.0)	185	(21.9)	
	週に1～3回	249	(12.9)	129	(11.9)	120	(14.2)	
	週に1回未満	62	(3.2)	36	(3.3)	26	(3.1)	
	まだ食べていない	25	(1.3)	14	(1.3)	11	(1.3)	
果物	毎日2回以上	239	(12.4)	158	(14.5)	81	(9.6)	<0.001
	毎日1回	605	(31.3)	356	(32.7)	249	(29.5)	
	週に4～6回	422	(21.8)	246	(22.6)	176	(20.9)	
	週に1～3回	432	(22.3)	216	(19.8)	216	(25.6)	
	週に1回未満	205	(10.6)	96	(8.8)	109	(12.9)	
	まだ食べていない	30	(1.6)	17	(1.6)	13	(1.5)	
牛乳・乳製品	毎日2回以上	532	(27.5)	312	(28.7)	220	(26.0)	0.537
	毎日1回	710	(36.7)	386	(35.5)	324	(38.3)	
	週に4～6回	285	(14.8)	156	(14.4)	129	(15.2)	
	週に1～3回	274	(14.2)	161	(14.8)	113	(13.4)	
	週に1回未満	91	(4.7)	48	(4.4)	43	(5.1)	
	まだ食べていない	40	(2.1)	23	(2.1)	17	(2.0)	

(continued)

(continued)

continued

		食事作りにかかわる機会						P*
		合計 (n=1963)		ある (n=1107)		ない (n=856)		
お茶などの 甘くない飲料	毎日2回以上	1254	(65.1)	682	(63.1)	572	(67.7)	0.028
	毎日1回	290	(15.1)	169	(15.6)	121	(14.3)	
	週に4～6回	130	(6.7)	73	(6.8)	57	(6.7)	
	週に1～3回	126	(6.5)	81	(7.5)	45	(5.3)	
	週に1回未満	92	(4.8)	59	(5.5)	33	(3.9)	
	まだ飲んでいない	34	(1.8)	17	(1.6)	17	(2.0)	
果汁などの甘味飲料 ※主に炭酸飲料類 (コーラやサイダー) や果汁飲料等	毎日2回以上	114	(6.0)	65	(6.1)	49	(5.9)	0.796
	毎日1回	315	(16.5)	174	(16.2)	141	(16.9)	
	週に4～6回	248	(13.0)	143	(13.3)	105	(12.6)	
	週に1～3回	469	(24.6)	264	(24.6)	205	(24.6)	
	週に1回未満	556	(29.2)	316	(29.5)	240	(28.7)	
	まだ飲んでいない	205	(10.7)	110	(10.3)	95	(11.4)	
菓子(菓子パンを含む) ※主にあめ、チョコレート、クッキー、アイスクリーム、ケーキ等	毎日2回以上	255	(13.3)	128	(11.9)	127	(15.1)	0.004
	毎日1回	634	(33.0)	338	(31.4)	296	(35.2)	
	週に4～6回	372	(19.4)	218	(20.2)	154	(18.3)	
	週に1～3回	387	(20.2)	235	(21.8)	152	(18.1)	
	週に1回未満	207	(10.8)	121	(11.2)	86	(10.2)	
	まだ食べていない	64	(3.3)	37	(3.4)	27	(3.2)	
インスタントラーメンや カップ麺	毎日2回以上	19	(1.0)	17	(1.6)	2	(0.2)	0.101
	毎日1回	42	(2.2)	34	(3.2)	8	(1.0)	
	週に4～6回	72	(3.8)	47	(4.4)	25	(3.0)	
	週に1～3回	277	(14.6)	151	(14.2)	126	(15.1)	
	週に1回未満	1031	(54.2)	558	(52.4)	473	(56.6)	
	まだ食べていない	460	(24.2)	258	(24.2)	202	(24.2)	
ファストフード ※短時間で調理などされ、 すぐに食べることのできる ドーナツ、ピザなどの 手軽な食事や食品	毎日2回以上	20	(1.0)	18	(1.7)	2	(0.2)	0.154
	毎日1回	40	(2.1)	32	(3.0)	8	(1.0)	
	週に4～6回	66	(3.4)	39	(3.6)	27	(3.2)	
	週に1～3回	280	(14.6)	157	(14.6)	123	(14.6)	
	週に1回未満	1333	(69.6)	722	(67.3)	611	(72.7)	
	まだ食べていない	175	(9.1)	105	(9.8)	70	(8.3)	

表中の値は人数(%)

*Mann-WhitneyのU検定

表3 食事作りに関わる機会の有無による幼児の共食状況・生活習慣の比較

		食事作りにかかわる機会						P
		合計 (n=1963)		ある (n=1107)		ない (n=856)		
共食状況(朝食)	家族そろって食べる	743	(38.2)	465	(42.4) ^a	278	(32.7) ^b	<0.001 [§]
	おとなの家族の誰かと食べる	844	(43.4)	464	(42.3)	380	(44.8)	
	子どもだけで食べる	305	(15.7)	144	(13.1) ^b	161	(19.0) ^a	
	一人で食べる	49	(2.5)	21	(1.9)	28	(3.3)	
	その他	5	(0.3)	3	(0.3)	2	(0.2)	
共食状況(夕食)	家族そろって食べる	1105	(56.6)	635	(57.6)	470	(55.3)	0.7074 [§]
	おとなの家族の誰かと食べる	765	(39.2)	421	(38.2)	344	(40.5)	
	子どもだけで食べる	64	(3.3)	35	(3.2)	29	(3.4)	
	一人で食べる	14	(0.7)	8	(0.7)	6	(0.7)	
	その他	5	(0.3)	4	(0.4)	1	(0.1)	
起床時刻(平日)	午前6時前	91	(4.6)	55	(5.0)	36	(4.2)	0.246 [#]
	午前6時台	721	(36.8)	419	(38.0)	302	(35.4)	
	午前7時台	935	(47.8)	523	(47.4)	412	(48.2)	
	午前8時台	168	(8.6)	83	(7.5)	85	(10.0)	
	午前9時台	22	(1.1)	13	(1.2)	9	(1.1)	
	午前10時以降	5	(0.3)	1	(0.1)	4	(0.5)	
	決まっていない	16	(0.8)	10	(0.9)	6	(0.7)	
就寝時刻(平日)	午後8時前	144	(7.4)	102	(9.2) ^a	42	(4.9) ^b	<0.001 [#]
	午後8時台	472	(24.1)	290	(26.3) ^a	182	(21.3) ^b	
	午後9時台	924	(47.2)	503	(45.6)	421	(49.2)	
	午後10時台	336	(17.2)	166	(15.0) ^b	170	(19.9) ^a	
	午後11時台	47	(2.4)	21	(1.9)	26	(3.0)	
	深夜12時以降	16	(0.8)	11	(1.0)	5	(0.6)	
	決まっていない	19	(1.0)	10	(0.9)	9	(1.1)	
起床時刻(休日)	午前6時前	61	(3.1)	41	(3.7)	20	(2.3)	0.110 [#]
	午前6時台	362	(18.5)	219	(19.8)	143	(16.7)	
	午前7時台	897	(45.8)	505	(45.7)	392	(45.9)	
	午前8時台	502	(25.6)	274	(24.8)	228	(26.7)	
	午前9時台	92	(4.7)	43	(3.9)	49	(5.7)	
	午前10時以降	17	(0.9)	8	(0.7)	9	(1.1)	
	決まっていない	27	(1.4)	14	(1.3)	13	(1.5)	
就寝時刻(休日)	午後8時前	126	(6.4)	90	(8.2) ^a	36	(4.2) ^b	<0.001 [#]
	午後8時台	418	(21.3)	261	(23.7) ^a	157	(18.4) ^b	
	午後9時台	880	(44.9)	473	(42.9) ^b	407	(47.6) ^a	
	午後10時台	399	(20.4)	213	(19.3)	186	(21.8)	
	午後11時台	86	(4.4)	41	(3.7)	45	(5.3)	
	深夜12時以降	25	(1.3)	14	(1.3)	11	(1.3)	
	決まっていない	24	(1.2)	11	(1.0)	13	(1.5)	

(continued)

(continued)

		食事作りにかかわる機会				P
		合計 (n=1963)	ある (n=1107)	ない (n=856)		
運動頻度 (外遊びも含む)	1週間に5日より多くしている	1029 (53.0)	604 (55.2)	425 (50.1)		0.061 *
	1週間に3～4日している	630 (32.4)	330 (30.2)	300 (35.3)		
	1週間に1～2日している	212 (10.9)	122 (11.2)	90 (10.6)		
	していない	72 (3.7)	38 (3.5)	34 (4.0)		
体を動かしている 時間(平日)	全くしてない	15 (0.8)	8 (0.7)	7 (0.8)		0.061 *
	30分未満	210 (10.8)	108 (9.8)	102 (12.1)		
	30分以上1時間未満	726 (37.4)	413 (37.6)	313 (37.1)		
	1時間以上2時間未満	624 (32.1)	342 (31.1)	282 (33.4)		
	2時間以上3時間未満	200 (10.3)	118 (10.7)	82 (9.7)		
	3時間以上	167 (8.6)	109 (9.9)	58 (6.9)		
体を動かしている 時間(休日)	全くしてない	15 (0.8)	8 (0.7)	7 (0.8)		0.108 *
	30分未満	275 (14.2)	145 (13.2)	130 (15.4)		
	30分以上1時間未満	692 (35.7)	392 (35.8)	300 (35.5)		
	1時間以上2時間未満	615 (31.7)	343 (31.3)	272 (32.2)		
	2時間以上3時間未満	234 (12.1)	137 (12.5)	97 (11.5)		
	3時間以上	110 (5.7)	71 (6.5)	39 (4.6)		
スクリーンタイム (平日)	見ない・しない	163 (8.4)	100 (9.1)	63 (7.5)		0.001 *
	1時間未満	640 (33.0)	389 (35.5)	251 (29.7)		
	1時間以上2時間未満	738 (38.0)	400 (36.5)	338 (40.0)		
	2時間以上4時間未満	327 (16.9)	173 (15.8)	154 (18.2)		
	4時間以上	72 (3.7)	33 (3.0)	39 (4.6)		
スクリーンタイム (休日)	見ない・しない	128 (6.6)	76 (7.0)	52 (6.2)		0.001 *
	1時間未満	489 (25.2)	301 (27.5)	188 (22.2)		
	1時間以上2時間未満	639 (33.0)	365 (33.4)	274 (32.4)		
	2時間以上4時間未満	523 (27.0)	265 (24.2)	258 (30.5)		
	4時間以上	159 (8.2)	86 (7.9)	73 (8.6)		
朝食摂取頻度	必ず食べる	1822 (93.0)	1035 (93.6)	787 (92.2)		0.232 [§]
	週に2～3回食べないことがある	106 (5.4)	52 (4.7)	54 (6.3)		
	週に4～5回食べないことがある	10 (0.5)	7 (0.6)	3 (0.4)		
	ほとんど食べない	20 (1.0)	11 (1.0)	9 (1.1)		
	全く食べない	2 (0.1)	1 (0.1)	1 (0.1)		
1日の間食頻度	0回	101 (5.2)	54 (4.9)	47 (5.6)		0.480 *
	1回	1223 (63.3)	705 (64.6)	518 (61.6)		
	2回	512 (26.5)	277 (25.4)	235 (27.9)		
	3回	76 (3.9)	47 (4.3)	29 (3.4)		
	4回以上	21 (1.1)	9 (0.8)	12 (1.4)		
排便頻度	ほぼ毎日排便がある	1376 (70.6)	785 (71.5)	591 (69.5)		0.039 [§]
	2～3日に1回程度	497 (25.5)	266 (24.2)	231 (27.2)		
	4～5日に1回程度	36 (1.8)	26 (2.4)	10 (1.2)		
	週に1回程度	14 (0.7)	9 (0.8)	5 (0.6)		
	不規則である	16 (0.8)	5 (0.5) ^b	11 (1.3) ^a		
	便秘の治療を行っている	9 (0.5)	7 (0.6)	2 (0.2)		

表中の値は人数(%)

[#] χ^2 検定(有意差が見られた場合、残差分析を行った。a,有意に多い項目;b,有意に少ない項目)^{*} Mann-WhitneyのU検定[§] Fisherの直接法

表4 食事作りに関わる機会の有無による回答者の食・健康意識の比較

	食事作りにかかわる機会						P
	合計 (n=1963)		ある (n=1107)		ない (n=856)		
子どもの食事で特に気をつけていること							
栄養バランス	1159	(59.0)	688	(62.1)	471	(55.0)	0.001
食べる量	799	(40.7)	451	(40.7)	348	(40.7)	0.969
食べものの大きさ、固さ	348	(17.7)	195	(17.6)	153	(17.9)	0.882
料理の味付け	547	(27.9)	335	(30.3)	212	(24.8)	0.007
料理の盛り付け、色どり	171	(8.7)	113	(10.2)	58	(6.8)	0.007
規則正しい時間に食事をする	590	(30.1)	340	(30.7)	250	(29.2)	0.470
よくかむこと	370	(18.8)	221	(20.0)	149	(17.4)	0.151
食事のマナー	850	(43.3)	468	(42.3)	382	(44.6)	0.297
一緒に食べる	699	(35.6)	402	(36.3)	297	(34.7)	0.458
楽しく食べる	555	(28.3)	333	(30.1)	222	(25.9)	0.043
一緒に作る	97	(4.9)	88	(7.9)	9	(1.1)	<0.001
間食の内容	243	(12.4)	138	(12.5)	105	(12.3)	0.894
間食は適量にする	401	(20.4)	210	(19.0)	191	(22.3)	0.068
食事の前の手洗いやアルコール消毒	466	(23.7)	271	(24.5)	195	(22.8)	0.380
飛沫が飛ばないように座る位置等について配慮すること	52	(2.6)	38	(3.4)	14	(1.6)	0.014
その他	4	(0.2)	1	(0.1)	3	(0.4)	0.324
特になし	170	(8.7)	88	(7.9)	82	(9.6)	0.203

表中の値は人数(%)

 χ^2 検定またはFisherの直接法

表5 食事作りに関わる機会の有無による回答者の食事の準備状況の比較

		食事作りにかかわる機会						P*
		合計 (n=1963)		ある (n=1107)		ない (n=856)		
回答者の調理頻度	毎日	898	(46.5)	533	(48.9)	365	(43.5)	<0.001
	週5～6日	285	(14.8)	172	(15.8)	113	(13.5)	
	週3～4日	143	(7.4)	86	(7.9)	57	(6.8)	
	週1～2日	211	(10.9)	119	(10.9)	92	(11.0)	
	月1～2回程度	118	(6.1)	70	(6.4)	48	(5.7)	
	ほとんどない	165	(8.5)	66	(6.1)	99	(11.8)	
	全くない	110	(5.7)	44	(4.0)	66	(7.9)	
食材の買い物に 行く頻度	毎日	218	(11.2)	139	(12.7)	79	(9.3)	<0.001
	週5～6日	166	(8.6)	109	(10.0)	57	(6.7)	
	週3～4日	453	(23.4)	269	(24.6)	184	(21.8)	
	週1～2日	934	(48.2)	510	(46.6)	424	(50.2)	
	月1～2回程度	94	(4.8)	44	(4.0)	50	(5.9)	
	ほとんどない	52	(2.7)	13	(1.2)	39	(4.6)	
	全くない	22	(1.1)	10	(0.9)	12	(1.4)	
食材の調達に 宅配を使う頻度	毎日	93	(4.9)	66	(6.2)	27	(3.2)	<0.001
	週5～6日	63	(3.3)	53	(5.0)	10	(1.2)	
	週3～4日	79	(4.2)	60	(5.6)	19	(2.3)	
	週1～2日	365	(19.2)	196	(18.3)	169	(20.3)	
	月1～2回程度	154	(8.1)	88	(8.2)	66	(7.9)	
	ほとんどない	288	(15.1)	154	(14.4)	134	(16.1)	
	全くない	859	(45.2)	453	(42.3)	406	(48.9)	
冷凍食品や インスタント食品を 使う頻度	毎日	90	(4.7)	57	(5.2)	33	(3.9)	0.872
	週5～6日	152	(7.9)	103	(9.5)	49	(5.8)	
	週3～4日	322	(16.7)	170	(15.6)	152	(18.1)	
	週1～2日	625	(32.4)	327	(30.1)	298	(35.4)	
	月1～2回程度	409	(21.2)	225	(20.7)	184	(21.9)	
	ほとんどない	229	(11.9)	139	(12.8)	90	(10.7)	
	全くない	102	(5.3)	66	(6.1)	36	(4.3)	
スーパーやコンビニ、宅 配のお惣菜や弁当を利用する頻度	毎日	60	(3.1)	46	(4.3)	14	(1.7)	0.554
	週5～6日	75	(3.9)	51	(4.7)	24	(2.9)	
	週3～4日	150	(7.8)	98	(9.1)	52	(6.2)	
	週1～2日	463	(24.2)	237	(21.9)	226	(27.1)	
	月1～2回程度	531	(27.7)	273	(25.2)	258	(30.9)	
	ほとんどない	432	(22.5)	250	(23.1)	182	(21.8)	
	全くない	206	(10.7)	127	(11.7)	79	(9.5)	
外食をする頻度	毎日	46	(2.4)	36	(3.3)	10	(1.2)	0.015
	週5～6日	43	(2.2)	33	(3.0)	10	(1.2)	
	週3～4日	77	(4.0)	54	(5.0)	23	(2.7)	
	週1～2日	379	(19.7)	211	(19.4)	168	(20.1)	
	月1～2回程度	649	(33.8)	353	(32.5)	296	(35.4)	
	ほとんどない	530	(27.6)	283	(26.1)	247	(29.5)	
	全くない	198	(10.3)	115	(10.6)	83	(9.9)	

表中の値は人数(%)

*Mann-WhitneyのU検定

表6 食事作りに関わる機会の有無との要因
(ステップワイズ法によるロジスティック回帰分析)

		OR(95%CI)	P
強制投入変数	幼児の性別	1.28 (1.06 - 1.54)	0.009
	幼児の年齢	1.02 (0.95 - 1.10)	0.604
	回答者の性別	1.15 (0.89 - 1.47)	0.282
	母親の就業状況	1.43 (1.17 - 1.75)	0.001
	日中の保育場所が幼稚園	1.38 (1.10 - 1.72)	0.005
	同居者の在宅勤務状況	1.31 (1.06 - 1.62)	0.013
	家庭の経済的な暮らし向き	1.18 (0.97 - 1.45)	0.104
	生活の時間的なゆとり	1.02 (0.82 - 1.27)	0.857
方程式中の変数	一緒に作ることを意識している	6.85 (3.40 - 13.78)	<0.001
	スクリーンタイム(休日)	0.78 (0.64 - 0.95)	0.011
	共食状況(朝食)	1.49 (1.18 - 1.89)	0.001
	子供の食事の世話を家族が協力する	1.24 (1.01 - 1.52)	0.045
	回答者の調理頻度	1.18 (1.03 - 1.36)	0.018
方程式中に変数でない変数	栄養バランスを意識している		0.088
	食べものの大きさ、固さを意識している		0.140
	料理の味付けを意識している		0.329
	料理の盛り付け、色どりを意識している		0.412
	一緒に食べることを意識している		0.100
	楽しく食べることを意識している		0.840
	就寝時刻(平日)		0.068
	就寝時刻(休日)		0.215
	スクリーンタイム(平日)		0.506
	排便頻度		0.446
	子供の食事の世話を自分が中心にしている		0.305
	外食をする頻度		0.088

OR:オッズ比, CI:信頼区間,

従属変数: 食事作りに関わる機会の有無(0:いいえ,1:はい)

独立変数:

強制投入項目: 幼児の性別(1:男性,2:女性), 幼児の年齢, 回答者の性別(1:男性,2:女性),母親の就業の有無(1:働いている,0:それ以外),日中の保育場所が幼稚園(0:いいえ,1:はい), 同居者の在宅勤務状況(0:在宅なし,1:在宅あり), 家庭の経済的な暮らし向き(1:ゆとりがある,0:それ以外), 生活の時間的なゆとり(1:ゆとりがある,0:それ以外)

ステップワイズ法による投入項目: 就寝時刻(1:午後10時前,2:午後10時以降),スクリーンタイム(1:2時間未満,2:2時間以上),排便頻度(1:毎日,0:それ以外),共食状況/朝食(1:家族と食べる,0:それ以外),回答者の調理頻度(1:ほとんどない,2:週3~6日,3:毎日),外食をする頻度(0:ほとんどない,1:月1~2回程度,2:週1回以上),子どもの食事の世話は自分が中心か(1:自分が中心,0:それ以外),子どもの食事の世話は家族が協力するか(1:家族が協力する,0:それ以外),回答者の食事作りに関する意識(0:いいえ,1:はい),