

いる幼児は76.7%であった。生活時間が整っており、朝食・夕食の食欲があるものが多かった。健康状態についてはやせすぎのものは少なく、疲労、歯痛、下痢・腹痛を訴えるものも少なかった。テレビゲームでよく遊ぶと答えた幼児は少なく、ボール、ブロック、絵本、パズル、積み木でよくあそぶと答えたものが多かった。朝食を誰かと食べることは、全身を動かす遊びが増えることとも関係し、不定愁訴の減少に繋がっているのではないかと考えた<sup>9)</sup>。

カテゴリ7、地域・周囲からの関わり（親子へ）  
項目47、あなたは、日常の育児で受ける支援に満足していますか

働く母親の意識とそれを取り巻くソーシャル・サポート・ネットワークの実態を明らかにし、仕事と家事・育児の負担軽減の支援について検討することを目的に働く母親を対象に調査を実施。その結果、仕事と家事・育児の両立に必要なソーシャル・サポートは、夫、夫以外の家族、会社や職場の理解であった。夫のサポート内容は物理的サポートが主であり、むしろ、祖母の協力の方が物理的・情緒的・経験的サポートとして家事・育児に役立っていた<sup>10)</sup>。

<用語説明>○ソーシャル・サポート・ネットワーク：働く母親の周囲を取り巻き、さまざまな形の援助を提供しあう夫、夫以外の家族、会社や職場、地域社会との結びつき。○物理的サポート：物品、金銭、労働、時間の提供、環境の調整など、実際面での援助。○情緒的サポート：アドバイスや指示など情報面での援助。○経験的サポート：同じような立場や経験をもつ人からのアドバイスや指示で、母親としての役割の認識やアイデンティティの再形成に繋がるもの。

また、幼児をもつ母親の育児不安と疲労の自覚症状との関係、及びそれらに栄養する関連要

因を明確にすることを目的に、幼児をもつ保護者を対象に、吉田らの先行研究「(仮称) 育児不安スクリーニング尺度」を使用し実施した。結果、本研究と吉田らの先行研究\*との因子構造の比較を行った結果、本研究と同様に先行研究でも6因子が抽出された。本研究の内訳は、第1因子『育児の喜び(満足)』、第2因子『育児負担』、第3因子『夫のサポート』、第4因子『自信のなさ』、第5因子『子どもの育て易さ』、第6因子『相談相手の有無』で、育児に対するポジティブな因子が4つ、ネガティブな因子が2つ混在していた。また、『夫のサポート』、『相談相手の有無』とは、具体的内容で、その他の因子は、具体的内容に働きかけることにより導き出される感情である。そのため、具体的内容を得ることにより、感情が変化すると考えられる。つまり、育児負担や自信のなさは少なくなり、子どもの育て易さが増すこととなる<sup>11)</sup>。

#### D. まとめ

健やか親子21の推進のための母子保健情報の利活用にむけた集積する情報内容の検討を行い、先行研究<sup>12)</sup>である乳幼児健診問診項目を参考に、幼児期における親子の社会的健康度の支援に資するカテゴリ10項目及び幼児期健康支援問診項目62項目を試作した。そのうち幼児期のみを活用する項目は、23項目あった。

問診項目 (総項目/幼児期のみの項目)

- 1、親の(地域)社会との関わり (4項目/1項目)
- 2、親の身体・精神的健康度 (7項目/1項目)
- 3、遊び (10項目/3項目)
- 4、ふれあい (4項目/4項目)
- 5、食 (7項目/1項目)
- 6、生活習慣 (13項目/7項目)

- 7、地域・周囲からの関わり（親子へ）  
（6項目/3項目）
- 8、喫煙（2項目/0項目）
- 9、医療（3項目/0項目）
- 10、事故（6項目/3項目）

また、幼児期健康支援問診項目で幼児期のみ  
に活用する項目 23 項目中 6 項目について、学  
会発表レベルのエビデンスを集積した。

今後は以下の 4 点が必要であると考えます。

- 1、社会的健康度を育むための支援に関する  
幼児期における課題の整理
- 2、1 を基にした試作問診項目の検討
- 3、各項目のエビデンスレベルの向上
- 4、幼稚園・保育園（所）等を対象にしたモデル  
校（園・所）での活用からデータを集積  
し、エビデンスを作り出す。

#### 【参考文献】

- 1) 松浦賢長、他：親子の社会的健康度を育む  
ための支援に資する乳幼児健診問診項目、厚生  
科学研究（子ども家庭総合研究事業）山縣班報  
告書、2006、3月
- 2) 渡辺多恵子、他：親子の関係性・環境・子  
育て支援のための問診項目「山縣班 50」の開  
発—学術的事項・エビデンスに関わる事項の検  
討レベル1—、厚生科学研究（子ども家庭総合  
研究事業）山縣班報告書、2006、3月
- 3) 服部祥子著：「生涯人間発達論—人間への深  
い理解と愛情を育むために—」、医学書院、  
2000
- 4) 沼田加代：育児グループの形態別にみた育  
児不安と育児グループの効果に関する検討、群  
馬保健学紀要、25:15-24、2004
- 5) 鈴木康弘、他：保護者の子どもへの期待と  
不安～幼児の生活調査より～、578-579

- 6) 勝木洋子：乳幼児のおむつと環境、姫路工  
業大学環境人間学部文化環境学大講座、姫路工  
業大学環境人間学部研究報告、第 6 号、2004  
103-114
- 7) 佐々木昭彦：歯科的異常の診かた、小児科  
診療、67(6)：988-993.2004
- 8) 浅里仁、他：おしゃぶりについての実態調  
査—第 8 報 生活習慣、家庭環境との関連につ  
いて—、第 52 回日本小児保健学会講演集：  
492-493、2005
- 9) 真名子香織、他：幼児期における遊びを中  
心とした生活習慣の相互関連に関する研究、日  
本公衆衛生雑誌、2006
- 10) 山田英津子、他：働く母親のソーシャル・  
サポート・ネットワークの実態、産業医科大学  
雑誌、27（1）：41-62、2005
- 11) 林田りか、他：幼児をもつ母親の育児不安  
と疲労の自覚症状に関する研究、県立長崎シー  
ボルト大学看護栄養学部紀要第 4 巻、2003



8	親の身体・精神的健康度	あなたは現在、健康上の問題で子育てに何か影響はありますか							A) 家庭レベル	● 幼児健康度調査 (Q5) ● 国民生活基礎調査 (14) ● SF36	● あなた(お母さん)の気持ちやかからだの調子はいかがですか ● 日常生活影響への有無
9	親の身体・精神的健康度	ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がありますか	○		●	●	●	●	A) 家庭レベル	● 親と子の健康度調査 (乳一問 15 1・6 一問 11 3 歳一問 12) ● 幼児健康度調査 (Q9)	● お母さんはゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか
10	親の身体・精神的健康度	自分ひとりで子育てしているという思いがありますか			●	●	●		A) 家庭レベル B) 地域レベル		
11	親の身体・精神的健康度	どんな子に育てたいという育児方針がありますか			●	●	●		A) 家庭レベル		
12	遊び	よくテレビ・ビデオを見せていますか			●	●	●		A) 家庭レベル	● 幼児健康度調査 (Q41) ● 幼児健康度調査 (18~23ヶ月_Q12, 3歳_Q14)	● 忙しいなど何らかの理由で子どもにビデオ、テレビを見せられておくことがありますか ● 1日にテレビやビデオをどれくらい見せていますか/どれくらい見せていますか
13	遊び	絵本の読み聞かせをよくしていますか			●	●	●		A) 家庭レベル		
14	遊び	お子さんとよく遊んでいますか			●	●	●		A) 家庭レベル		
15	遊び	お父さんはお父さんとよく遊んでいますか	○		●	●	●	●	A) 家庭レベル A) 家庭レベル	● 親と子の健康度調査 (乳一問 19 1・6 一問 15 3 歳一問 16) ● 幼児健康度調査 (Q15)	● お父さんはお父さんとよく遊んでいますか
16	遊び	外遊びをよくしますか			●	●	●		A) 家庭レベル		
17	遊び	友だちとよく遊びますか			●	●	●		A) 家庭レベル B) 地域レベル	● 幼児健康度調査 (Q48)	● いつも遊ぶ友だちがいますか

18	遊び	ごっこ遊びをしていますか								A) 家庭レベル		
19	遊び	お子さんは、順番を守って遊んでいますか								A) 家庭レベル B) 地域レベル		
20	遊び	お子さんは、子ども同士が群れて、みんな一緒に同じ遊びをしていますか								A) 家庭レベル B) 地域レベル		
21	遊び	お子さんは、遊具の設置されていないところで遊んでいますか								A) 家庭レベル B) 地域レベル C) 社会・教養レベル A) 家庭レベル		
22	母乳・接触	"肩車"や"飛行機"など、体が触れ合うような遊びをしていますか								A) 家庭レベル		
23	母乳・接触	保護者の方は、子どもを抱きしめることがありますか								A) 家庭レベル		
24	母乳・接触	お子さんと目と目を合わせて会話をすることがありますか								A) 家庭レベル		
25	母乳・接触	お子さんにとって、怖いと思う存在の方が身近にいますか								A) 家庭レベル B) 地域レベル		
26	食	食事の時間はだいたい決まっていますか								A) 家庭レベル	☆「食を通じた子どもの健全育成（－い）わゆる「食育」の視点から－）のあり方に関する検討会」報告書 ☆"	☆（目標1）食事のリズムがもてる
27	食	家族と一緒に食事をする機会がよくありますか（1日最低1食ふたりに以上で）								A) 家庭レベル	☆"	☆（目標3）一緒に食べたい人がいる
28	食	おやつは時間をきめて与えていますか								A) 家庭レベル	☆" ●幼児健康度調査（Q36）	☆（目標1）食事のリズムがもてる ●おやつの与え方などのようにしていますか
29	食	よくかんで食べますか								A) 家庭レベル	☆" ●幼児健康度調査（3歳_Q10）	☆（目標2）食事を味わって食べる ●よくかんで食べる習慣がありますか
30	食	子どもの食事をつくるのは楽しいですか								A) 家庭レベル	☆"	☆（目標4）食事づくりや準備に関わる

31	食	お子さんは、一緒に食事づくりや後片付けをしていますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル	☆	☆ (目標4) 食事づくりや準備に関わる
32	食	お子さんは、家庭と集団(幼稚園や保育所等)とで食べる量に違いがありますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル B) 地域レベル		
33	生活習慣	おむつはとれましたか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル	● 幼児健康度調査 (Q53-55)	● Q53 おねしよをしますか/Q54 おしこのしつけを始めますか/Q55 大便(うんち)のしつけを始めていますか
34	生活習慣	おむつをとるとき、「気持ち悪かったね」などの声かけをしていましたか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		
35	生活習慣	子どもを連れて夜外出・夕食などをすることがありますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		
37	生活習慣	お子さんは、指すいや爪かみをしていますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		
38	生活習慣	歯磨きや手洗いをしていますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル	● 幼児健康度調査(3歳_Q11)	● 歯磨きや手洗いをしていますか
39	生活習慣	衣服の着脱をひとりですますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル	● 幼児健康度調査(3歳_Q8)	● 衣服の着脱をひとりですますか
40	生活習慣	保護者が歯の仕上げみがきをしていますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル	● 幼児健康度調査 (Q56)	● 歯ブラシを使う歯みがきの習慣はついていますか
41	生活習慣	お子さんは、排便後、局所を自分でふけますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		
42	生活習慣	寒暖があるとすぐに冷房や暖房をつけますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		
43	生活習慣	お子さんの通園や習い事の準備を、お子さんにさせていますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		
44	生活習慣	お子さんは、疲れや腹痛・下痢等を訴えますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		
45	生活習慣	お子さんは、お友達に「ごめんね」がいきますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	A) 家庭レベル		

46	地域・周囲からの関わり (親子へ)	日常の子育てでの相談相手は誰ですか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	4-6 育児について相談相手のいる母親の割合	B) 地域レベル	●親と子の健康度調査 (乳一問 20 1・6 一問 16 3 歳一問 17) ●幼児健康度調査 (Q32)	●お母さんにとって日常の育児の相談相手は誰ですか ●日常の育児の相談相手は誰ですか
47	地域・周囲からの関わり (親子へ)	あなたは、日常の育児で受ける支援に満足していますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>		A) 家庭レベル B) 地域レベル C) 社会・教養レベル		
48	地域・周囲からの関わり (親子へ)	あなたの住んでいる地域では、子どもに道で声をかけてくれる人がいますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>		B) 地域レベル		
49	地域・周囲からの関わり (親子へ)	あなたは、他の子どもに道でよく声をかけますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>		B) 地域レベル		
50	地域・周囲からの関わり (親子へ)	お子さんは、公共施設 (駅や図書館等) を利用しますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>		A) 家庭レベル B) 地域レベル		
51	地域・周囲からの関わり (親子へ)	ご自宅に、友達や親族の方が訪問しますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>		A) 家庭レベル		
52	喫煙	あなたは現在喫煙していますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	3-7 育児期間中の両親の自宅での禁煙率	C) 社会・教養レベル	●親と子の健康度調査 (乳一問 23 1・6 一問 26 3 歳一問 21)	あなた (お母さん) の現在の喫煙
53	喫煙	あなた以外の家族に、現在、喫煙している人がいますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	3-7 育児期間中の両親の自宅での禁煙率	C) 社会・教養レベル	●親と子の健康度調査 (乳一問 24 1・6 一問 27 3 歳一問 22)	●夫 (お父さん) の現在の喫煙
54	医療	かかりつけの医師はいますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	3-9 かかりつけの小児科医師をもつ親の割合	C) 社会・教養レベル	●親と子の健康度調査 (乳一問 22 1・6 一問 18 3 歳一問 18) ●幼児健康度調査 (Q30)	●かかりつけの医師はいますか
55	医療	休日夜間にお子さんが急病のとき、診察してもらえ医療機関を知っていますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	3-10 休日・夜間の小児救急医療機関を知っている親の割合	C) 社会・教養レベル	●親と子の健康度調査 (1・6一問 19 3 歳一問 1)	●休日夜間にお子さんが急病のとき、診察してもらえ医療機関を知っていますか

56	医療	子どもを対象にした心肺蘇生法（心臓マッサージなどの救急措置）の講習を受けたことがありますか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3-13 心肺蘇生法を知っている親の割合	C) 社会・教養レベル	● 親と子の健康度調査(1・6-1問20 3歳-1問20)	● 心肺蘇生法（心臓マッサージなどの救急処置）を知っていますか
57	事故	車に乗るときはチャイルドシートを必ず着用していますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>		A) 家庭レベル	● 親と子の健康度調査(1・6-1問28_5 3歳-1問25_4)	● 自動車に乗るときは、チャイルドシートを後部座席に取りつけて乗せていますか
58	事故	あなたは、車に乗るときはシートベルトを必ず着用していますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>		A) 家庭レベル		
59	事故	自転車に乗せる時には、子どもにヘルメットを着用させていますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>		A) 家庭レベル		
60	事故	お子さんは、道路に飛び出すことがありますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>		A) 家庭レベル B) 地域レベル		
61	事故	マンションや池等危険な所にある柵を乗り越えようとしていますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>		A) 家庭レベル B) 地域レベル		
62	事故	自転車にお子さんに乗せたまま、その場を離れることがありますか	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>		A) 家庭レベル		



## 親子の社会的健康度を育むための支援に資する乳幼児健診・問診項目の開発に関する研究

### ～食育の観点からみた幼児の生活習慣と親の知識・意識の関連～

久野 一恵 （西九州大学健康栄養学科）  
真名子香織 （西九州大学健康栄養学科）  
松浦 賢長 （福岡県立大学看護学部）  
山縣然太郎 （山梨大学大学院医学工学総合研究部）

幼児の発育には保護者の育児に対する意識や態度が大きく影響する。今回、食育の観点から、幼児の生活習慣と、親の知識・意識の関係について把握した。

1. 食事作りの楽しさ：「子どもの食事を作るのが楽しい人」は、「食事の時間が親子のふれあいの場になっている」「栄養成分表示を見ている」「噛む力がついてきているか気にして食事を作る」など育児全体に関心があった。

2. 食事作りの手伝い：食事の準備などの手伝いをする幼児は、祖父母と同居していないものが多く、食事のときにいただきます、ごちそうさまの挨拶ができ、早起きであった。また、親と一緒に買い物をするや野菜を食べるなどの食生活も良好であった。

3. 早寝早起き型：早寝早起きの子どもは女兒に多く、牛乳を飲んでいない幼児が多かった。

4. 仕上げ歯磨き：家族の誰かが仕上げ磨きをしていると答えた幼児には、毎日朝食を食べているものが多く、親は「幼児期は食事リズムの基礎ができる時代であることを知っている」「給食の献立表を見ている」「栄養成分表示を見る」など、子どもの生活についての関心が高かった。

#### A. 研究目的

幼児の発育には保護者の育児に対する意識や態度が大きく影響する。このことは、食生活においても例外ではなく、本研究班においても、社会的健康度を育むための食生活の検診・問診項目の検討を行うなかで<sup>1)</sup>、親の意識である「子供の食事をつくるのは楽しいですか」「お子さんは、一緒に食事作りや後片付けをしていますか」について取り上げている。これらの設問によって、幼児がかかえるどのような課題を把握できるのかという検診・問診項目の有効性を検討するための基礎データとするために、幼児の保護者を対象に実施されていたアンケート調査結果を解析し、山縣班 50（問診編）に

取り上げられた設問と、生活習慣、食習慣との関係を検討した。解析に用いたアンケート調査では、生活習慣のカテゴリーの項目である「子どもが早寝早起き型になっていますか」、歯のカテゴリーの項目である「保護者が歯の仕上げ磨きをしていますか」についても尋ねられていたので、これらの設問についても解析を行った。

#### B. 研究方法

対象者は、3歳以上の幼稚園児と保育園児計 185名であった。回収率は、76.2%（141名）であった。調査は、平成17年11月、無記名、親の自記式、留め置き法で行った。

アンケートの内容は、基本的特性に加えて早

寝早起きなどの生活習慣、朝食の食欲など食習慣、食事を作る人など食環境、食事のときのあいさつなどのしつけ、子どもの食事に関する親の意識・知識・態度、親が子どもの食事について気になること、食事を作るときに気にしていることとした。

解析は、山縣班 50(問診編)で開発された食の Kategorii の 6 つの項目のうち、親の意識である「子供の食事をつくるのは楽しいですか」「お子さんは、一緒に食事作りや後片付けをしていますか」について、さらに、生活習慣の Kategorii の項目である「子どもが早寝早起き方になっていますか」、歯の Kategorii の項目である「保護者が歯の仕上げ磨きをしていますか」の回答について、他の質問の回答との関係を、 $\chi^2$ 検定によって比較した。

## C. 研究結果

### 1. 食事づくりの楽しさ

「子供の食事づくりに対してどのように感じていますか」という問に対して、①作るのが楽しい、②作る時間がない、③作るのがわずらわしい、④考えるのが面倒、⑤何ということはない、⑥その他の 6 つの選択肢を設け、一つを選択してもらった。41.0%の人が、「なんということはない」と答えたが、18.0%の人が「考えるのが面倒」、7.4%の人が「時間がない」などのネガティブな回答をした(図1)。

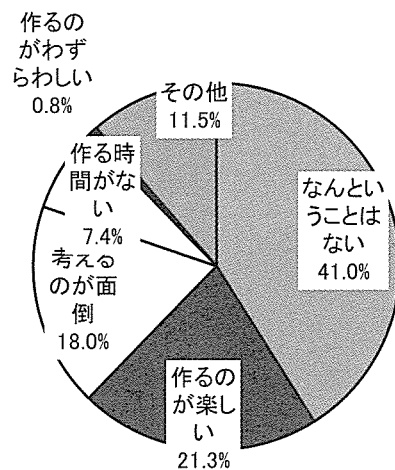


図1 食事作りについてどのように感じていますか

そこで、「楽しい」「なんということはない」と答えた人と、そうでない人の 2 群にわけ、他の質問の回答との関係を調べた(表 1~3)。「楽しい」「なんということはない」と答えた親は、「食事の時間が親子のふれあいの場になっている」「栄養成分表示を見ている」「噛む力がついているか気にしている」など育児全体に関心があり、「好き嫌いがあるのを気にしている」者は少なかった。

### 2. 食事作りの手伝い

「お子さんは食事の準備(食器並べ、台拭きなど)の手伝いをしますか」という質問に対して、「する」と答えた幼児は 19.9%「ときどきする」と答えた幼児が 63.1%、「しない」と答えた幼児は、17.0%であった(図 2)。

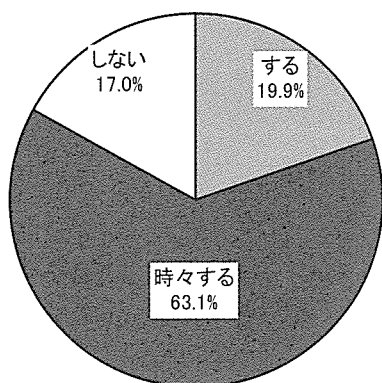


図2 おさんは食事の準備(食器並べ、台ふきなど)の手伝いをしますか

そこで、「する」あるいは「ときどきする」と答えた幼児と、「しない」と答えた幼児の2群に分け、他の項目について比較した(表4～6)。「する・ときどきする」幼児は、祖父母と同居していない者が多く、「食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶ができ」「早起き(8時まで)」など、良好な生活習慣が身についていることに加え、「親と一緒に買い物をする」など親とのコミュニケーションや「野菜を食べる」などの食生活も良好であった。これらの親は「幼児期は食事リズムの基礎ができる時代であることを知って」おり「甘いものを与えすぎているか」「栄養バランスがとれているか」について気にしているなどの不安を抱えていた。

### 3. 早寝早起き型

幼児の起床時刻と就寝時刻を尋ねた。57.4%の幼児が7時までに起床し、52.5%のものが9時までに就寝していた(図3)。

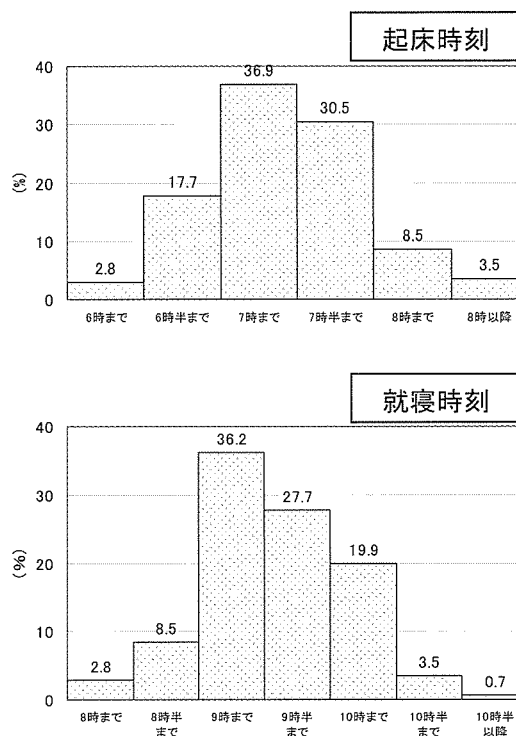


図3 起床時刻と就寝時刻

そこで、21時までに就寝し、かつ、7時半までに起床している幼児を「早寝早起き」と定義し、そうでない幼児との間で、質問項目について比較した(表7～9)。早寝早起き型は、女児に多く、規則正しい生活をしていると答えたものが多かった。牛乳を毎日飲んでいるものも多く、保護者は食事時の雰囲気作りを気にしていた。

### 4. はみがきの仕上げ

家族の誰かが仕上げ磨きをしていると答えた幼児は、76.8%であった(図4)。

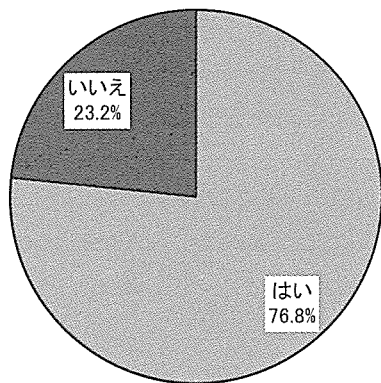


図4 家族の誰かが仕上げ歯磨きをしていますか

家族の誰かが仕上げ歯磨きをしてるのは5歳児より3歳児のほうが多かった。「毎日朝食を食べる」者が多く、親は「幼児期は食事リズムの基礎ができる時代であることを知っている」「給食の献立表を見ている」「栄養成分表示を見る」など、子供の生活について関心が高かった(表10～11)。

#### D. 考察

「子供の食事をつくるのが楽しくないと答える保護者は育児を楽しんでいない可能性があり、食事づくりの手伝いをしていない子どもはあいさつなどのしつけができていない可能性があり、仕上げ歯磨きができていない親は、子どもの生活に興味を持っていない可能性があることが示された。このことにより、山縣班セレクト50の食生活に関する検診・問診項目は、子どもの生活に影響を及ぼす要因を検出できる可能性があると考えられた。

今後、実際に運用することによりこれらの生活習慣が改善するかどうかのエビデンスの蓄積がのぞまれる。

#### E. 結論

山縣班セレクト50の食生活に関する検診・問診項目は、子どもの生活に影響を及ぼす要因を検出できる可能性があると考えられた。

#### 【参考文献】

- 1) 松浦賢長、鈴木茜、渡辺多恵子、磯貝恵美、真名子香織、久野一恵、田中太郎、山崎嘉久、山縣然太朗、親子の社会的健康度を育むための支援に資する乳幼児健診・問診項目の開発に関する研究(健やか親子21の推進のための情報システム構築および各種情報の利活用に関する研究、主任研究者：山縣然太朗)報告書、114、2006

#### F. 研究発表

##### 1. 論文発表

- 1) 久野一恵、真名子香織、久野建夫、松浦賢長：食育の観点からみた幼児の生活習慣と親の知識・意識の関連、佐賀大学文化教育学部研究論文集、11(2)、15～29、2007

##### 2. 学会発表

- 1) 久野一恵、真名子香織、松浦賢長、山縣然太朗：食育の観点からみた幼児の生活習慣と親の知識・意識の関連、第65回日本公衆衛生学会総会発表、日本公衆衛生学会誌、53(10)(suppl)、700、2006

#### G. 知的財産権の出願・登録状況

(予定なし)

表1 食事作りを楽しむ感じる保護者を持つ子供の特徴

人数(%)

		( 計 )	食事作りについてどのように感じていますか		$\chi^2$ 検定
			作るのが楽しい なんということはない	わずらわしい、 面倒、時間がない	
基本的 特性	年齢	3歳 ( 37 )	24 ( 64.9 )	13 ( 35.1 )	ns
		4歳 ( 46 )	32 ( 69.6 )	14 ( 30.4 )	
		5歳 ( 39 )	20 ( 51.3 )	19 ( 48.7 )	
	幼稚園・保育園	保育園 ( 9 )	6 ( 66.7 )	3 ( 33.3 )	ns
		幼稚園 ( 113 )	70 ( 61.9 )	43 ( 38.1 )	
性	男	( 64 )	39 ( 60.9 )	25 ( 39.1 )	ns
	女	( 58 )	37 ( 63.8 )	21 ( 36.2 )	
	祖父母の同居	祖父母と同居 ( 57 )	36 ( 63.2 )	21 ( 36.8 )	ns
		同居していない ( 65 )	40 ( 61.5 )	25 ( 38.5 )	
兄弟の有無	兄弟なし	( 14 )	9 ( 64.3 )	5 ( 35.7 )	ns
	兄弟あり	( 108 )	67 ( 62.0 )	41 ( 38.0 )	
出生順	第1子	( 48 )	33 ( 68.8 )	15 ( 31.3 )	ns
	第1子以外	( 73 )	43 ( 58.9 )	30 ( 41.1 )	
生活 習慣	早寝早起き*	早寝早起き ( 52 )	35 ( 67.3 )	17 ( 32.7 )	ns
		早寝早起きではない ( 69 )	41 ( 59.4 )	28 ( 40.6 )	
	規則正しい生活をしていますか	はい ( 105 )	66 ( 62.9 )	39 ( 37.1 )	ns
		いいえ ( 15 )	8 ( 53.3 )	7 ( 46.7 )	
	マグマグや哺乳瓶の乳首をやめたのはいつですか	1歳半以前 ( 87 )	52 ( 59.8 )	35 ( 40.2 )	ns
	1歳半以降 ( 24 )	18 ( 75.0 )	6 ( 25.0 )		
	使ったことがない ( 11 )	6 ( 54.5 )	5 ( 45.5 )		
食 習 慣	お子さんは朝食の食欲はありますか	はい ( 81 )	49 ( 60.5 )	32 ( 39.5 )	ns
		いいえ ( 39 )	25 ( 64.1 )	14 ( 35.9 )	
	お子さんはふだん朝食を食べますか	毎日食べる ( 110 )	67 ( 60.9 )	43 ( 39.1 )	ns
		週5~6日 ( 12 )	9 ( 75.0 )	3 ( 25.0 )	
	ご家庭で野菜を食べますか	ほぼ毎日 ( 55 )	38 ( 69.1 )	17 ( 30.9 )	ns
		食べないときがある ( 67 )	38 ( 56.7 )	29 ( 43.3 )	
	ご家庭で菓子類を食べますか	毎日・ほぼ毎日 ( 77 )	43 ( 55.8 )	34 ( 44.2 )	ns
		毎日ではない ( 43 )	31 ( 72.1 )	12 ( 27.9 )	
	ジュースなどをどのぐらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 12 )	6 ( 50.0 )	6 ( 50.0 )	ns
		毎日ではない ( 110 )	70 ( 63.6 )	40 ( 36.4 )	
	スポーツ飲料をどのぐらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 5 )	3 ( 60.0 )	2 ( 40.0 )	ns
		毎日ではない ( 117 )	73 ( 62.4 )	44 ( 37.6 )	
	野菜ジュースをどのぐらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 6 )	6 ( 100.0 )	0 ( 0.0 )	ns
		毎日ではない ( 116 )	70 ( 60.3 )	46 ( 39.7 )	
	牛乳をどれぐらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 109 )	69 ( 63.3 )	40 ( 36.7 )	ns
	毎日ではない ( 12 )	7 ( 58.3 )	5 ( 41.7 )		
食 環 境	食事を作っている人	母親 ( 106 )	66 ( 62.3 )	40 ( 37.7 )	ns
		母親以外 ( 16 )	10 ( 62.5 )	6 ( 37.5 )	
	お子さんは夕食を家族の誰かと食べますか	毎日誰かと食べる ( 120 )	76 ( 63.3 )	44 ( 36.7 )	ns
		誰かと食べないことがある ( 2 )	0 ( 0.0 )	2 ( 100.0 )	
	食事の時間が親子のふれあいの場になっていますか	はい ( 99 )	67 ( 67.7 )	32 ( 32.3 )	0.006
		いいえ ( 22 )	8 ( 36.4 )	14 ( 63.6 )	
	食事のときに笑いはありますか	はい ( 116 )	71 ( 61.2 )	45 ( 38.8 )	ns
		いいえ ( 5 )	4 ( 80.0 )	1 ( 20.0 )	
	食べ物や身体のはたらき等について話しますか	よくある・たまにある ( 106 )	68 ( 64.2 )	38 ( 35.8 )	ns
		まったくない ( 16 )	8 ( 50.0 )	8 ( 50.0 )	
食事の準備の手伝いをしますか	する・ときどきする ( 103 )	61 ( 59.2 )	42 ( 40.8 )	ns	
	しない ( 19 )	15 ( 78.9 )	4 ( 21.1 )		
一緒に買い物を買いますか	はい ( 102 )	64 ( 62.7 )	38 ( 37.3 )	ns	
	いいえ ( 18 )	10 ( 55.6 )	8 ( 44.4 )		
栽培や収穫などを通して食べ物に触れる機会がありますか	はい ( 48 )	32 ( 66.7 )	16 ( 33.3 )	ns	
	いいえ ( 74 )	44 ( 59.5 )	30 ( 40.5 )		
し つ け	食事のときに「いただきます」などの挨拶ができますか	はい ( 111 )	68 ( 61.3 )	43 ( 38.7 )	ns
		いいえ ( 9 )	7 ( 77.8 )	2 ( 22.2 )	
	家族間でおはようのあいさつができていますか	できている ( 121 )	75 ( 62.0 )	46 ( 38.0 )	ns
お子さんはよく噛んで食べていますか	はい ( 98 )	60 ( 61.2 )	38 ( 38.8 )		
	いいえ ( 24 )	16 ( 66.7 )	8 ( 33.3 )		

\*21時まで就寝、7時半までに起床、ns: not significant

表2 食事作りを楽しく感じる保護者の特徴

人数(%)

質問項目	( 計 )	食事作りについてどのように感じていますか		$\chi^2$ 検定		
		作るのが楽しい などということはない	わずらわしい、 面倒、時間がない			
栄養に関する教室に参加したことがありますか	参加したことがある	( 33 )	22 ( 66.7 )	11 ( 33.3 )	ns	
	参加したことはない	( 89 )	54 ( 60.7 )	35 ( 39.3 )		
幼児期は食事リズムの基礎ができる時期であることを知っていますか	知っている	( 92 )	58 ( 63.0 )	34 ( 37.0 )	ns	
	知らない	( 28 )	16 ( 57.1 )	12 ( 42.9 )		
親の意識・知識・態度	給食の献立表を見ていますか	いつも見ている ときどき見ている	( 82 )	55 ( 67.1 )	27 ( 32.9 )	ns
		見ない	( 37 )	18 ( 48.6 )	19 ( 51.4 )	
	栄養成分表示をみますか	いつも見る・時々見る	( 69 )	48 ( 69.6 )	21 ( 30.4 )	0.031
		見ない・知らない	( 50 )	25 ( 50.0 )	25 ( 50.0 )	
	困らない知識や技術がありますか	ある	( 71 )	49 ( 69.0 )	22 ( 31.0 )	ns
		ない	( 50 )	26 ( 52.0 )	24 ( 48.0 )	
	お子さんはふだん健康だと思いますか	はい	( 120 )	76 ( 63.3 )	44 ( 36.7 )	ns
		いいえ	( 2 )	0 ( 0.0 )	2 ( 100.0 )	
	乳歯をむし歯にしたくないと思いますか	はい	( 120 )	74 ( 61.7 )	46 ( 38.3 )	ns
		いいえ	( 1 )	1 ( 100.0 )	0 ( 0.0 )	
	仕上げ歯磨きをしていますか	はい	( 93 )	60 ( 64.5 )	33 ( 35.5 )	ns
		いいえ	( 27 )	15 ( 55.6 )	12 ( 44.4 )	
	小食が気になる	はい	( 22 )	16 ( 72.7 )	6 ( 27.3 )	ns
		いいえ	( 100 )	60 ( 60.0 )	40 ( 40.0 )	
気になること	好き嫌いがあ	はい	( 48 )	23 ( 47.9 )	25 ( 52.1 )	0.008
		いいえ	( 74 )	53 ( 71.6 )	21 ( 28.4 )	
	落ち着いて食べない	はい	( 36 )	24 ( 66.7 )	12 ( 33.3 )	ns
		いいえ	( 86 )	52 ( 60.5 )	34 ( 39.5 )	
	大食が気になる	はい	( 5 )	3 ( 60.0 )	2 ( 40.0 )	ns
		いいえ	( 117 )	73 ( 62.4 )	44 ( 37.6 )	
	むら食いが気になる	はい	( 19 )	11 ( 57.9 )	8 ( 42.1 )	ns
		いいえ	( 103 )	65 ( 63.1 )	38 ( 36.9 )	
	気になる事はない	はい	( 27 )	20 ( 74.1 )	7 ( 25.9 )	ns
		いいえ	( 95 )	56 ( 58.9 )	39 ( 41.1 )	

ns: not significant

表3 食事作りを楽しみ感じる保護者が食事を作るときに気にしていること

人数(%)

質問項目		( 計 )	食事作りについてどのように感じていますか		$\chi^2$ 検定
			作るの楽しい なんということはない	わずらわしい、 面倒、時間がない	
味付けが濃くないか	気になる	( 109 )	66 ( 60.6 )	43 ( 39.4 )	ns
	気にしない	( 11 )	8 ( 72.7 )	3 ( 27.3 )	
甘いものを与えすぎているか	気になる	( 113 )	68 ( 60.2 )	45 ( 39.8 )	ns
	気にしない	( 8 )	7 ( 87.5 )	1 ( 12.5 )	
噛むちからがついているか	気になる	( 84 )	57 ( 67.9 )	27 ( 32.1 )	0.033
	気にしない	( 36 )	17 ( 47.2 )	19 ( 52.8 )	
栄養バランスがとれているか	気になる	( 117 )	72 ( 61.5 )	45 ( 38.5 )	ns
	気にしない	( 4 )	3 ( 75.0 )	1 ( 25.0 )	
子供の好みに偏っていないか	気になる	( 104 )	62 ( 59.6 )	42 ( 40.4 )	ns
	気にしない	( 16 )	12 ( 75.0 )	4 ( 25.0 )	
魚メニューが少なくないか	気になる	( 98 )	60 ( 61.2 )	38 ( 38.8 )	ns
	気にしない	( 23 )	15 ( 65.2 )	8 ( 34.8 )	
野菜メニューが少なくないか	気になる	( 109 )	66 ( 60.6 )	43 ( 39.4 )	ns
	気にしない	( 12 )	9 ( 75.0 )	3 ( 25.0 )	
食べる量が多いか少ないか	気になる	( 97 )	58 ( 59.8 )	39 ( 40.2 )	ns
	気にしない	( 24 )	17 ( 70.8 )	7 ( 29.2 )	
アレルギーにならないか	気になる	( 44 )	27 ( 61.4 )	17 ( 38.6 )	ns
	気にしない	( 77 )	48 ( 62.3 )	29 ( 37.7 )	
衛生的であるか	気になる	( 107 )	65 ( 60.7 )	42 ( 39.3 )	ns
	気にしない	( 13 )	9 ( 69.2 )	4 ( 30.8 )	
安全性が高いか	気になる	( 99 )	62 ( 62.6 )	37 ( 37.4 )	ns
	気にしない	( 20 )	11 ( 55.0 )	9 ( 45.0 )	
なるべく手づくりにするように	気になる	( 110 )	71 ( 64.5 )	39 ( 35.5 )	ns
	気にしない	( 10 )	4 ( 40.0 )	6 ( 60.0 )	
おやつやの質と量が適当か	気になる	( 96 )	61 ( 63.5 )	35 ( 36.5 )	ns
	気にしない	( 25 )	14 ( 56.0 )	11 ( 44.0 )	
食事時間と回数を守るように	気になる	( 104 )	65 ( 62.5 )	39 ( 37.5 )	ns
	気にしない	( 17 )	10 ( 58.8 )	7 ( 41.2 )	
食事時の雰囲気作り	気になる	( 86 )	55 ( 64.0 )	31 ( 36.0 )	ns
	気にしない	( 35 )	20 ( 57.1 )	15 ( 42.9 )	
食事のマナー	気になる	( 114 )	72 ( 63.2 )	42 ( 36.8 )	ns
	気にしない	( 7 )	3 ( 42.9 )	4 ( 57.1 )	
食べる事は健康の基本であること	気になる	( 109 )	69 ( 63.3 )	40 ( 36.7 )	ns
	気にしない	( 12 )	6 ( 50.0 )	6 ( 50.0 )	
食費が高すぎないか	気になる	( 99 )	59 ( 59.6 )	40 ( 40.4 )	ns
	気にしない	( 21 )	15 ( 71.4 )	6 ( 28.6 )	
調理になるべく時間と手間をかけないように	気になる	( 83 )	46 ( 55.4 )	37 ( 44.6 )	0.028
	気にしない	( 38 )	29 ( 76.3 )	9 ( 23.7 )	

ns: not significant

表4 食事の準備の手伝いをする子供の特徴

人数(%)

質問項目	( 計 )	食事の準備の手伝いをしますか		$\chi^2$ 検定		
		する・ときどきする	しない			
年齢	3歳	( 44 )	33 ( 75.0 )	11 ( 25.0 )	ns	
	4歳	( 52 )	42 ( 80.8 )	10 ( 19.2 )		
	5歳	( 45 )	42 ( 93.3 )	3 ( 6.7 )		
幼稚園・保育園	保育園	( 14 )	7 ( 50.0 )	7 ( 50.0 )	0.001	
	幼稚園	( 127 )	110 ( 86.6 )	17 ( 13.4 )		
性	男	( 74 )	57 ( 77.0 )	17 ( 23.0 )	0.048	
	女	( 67 )	60 ( 89.6 )	7 ( 10.4 )		
祖父母の同居	祖父母と同居	( 66 )	50 ( 75.8 )	16 ( 24.2 )	0.032	
	同居していない	( 75 )	67 ( 89.3 )	8 ( 10.7 )		
兄弟の有無	兄弟なし	( 15 )	15 ( 100.0 )	0 ( 0.0 )	ns	
	兄弟あり	( 126 )	102 ( 81.0 )	24 ( 19.0 )		
出生順	第1子	( 57 )	48 ( 84.2 )	9 ( 15.8 )	ns	
	第1子以外	( 83 )	69 ( 83.1 )	14 ( 16.9 )		
早寝早起き*	早寝早起き	( 62 )	51 ( 82.3 )	11 ( 17.7 )	ns	
	早寝早起きではない	( 78 )	66 ( 84.6 )	12 ( 15.4 )		
生活習慣	規則正しい生活をしていますか	はい	( 119 )	101 ( 84.9 )	18 ( 15.1 )	ns
	いいえ	( 19 )	14 ( 73.7 )	5 ( 26.3 )		
マグマグや哺乳瓶の乳首をやめたのはいつですか	1歳半以前	( 97 )	82 ( 84.5 )	15 ( 15.5 )	ns	
	1歳半以降	( 31 )	24 ( 77.4 )	7 ( 22.6 )		
	使ったことがない	( 13 )	11 ( 84.6 )	2 ( 15.4 )		
お子さんは朝食の食欲はありますか	はい	( 92 )	76 ( 82.6 )	16 ( 17.4 )	ns	
	いいえ	( 46 )	39 ( 84.8 )	7 ( 15.2 )		
お子さんはふだん朝食を食べますか	毎日食べる	( 127 )	106 ( 83.5 )	21 ( 16.5 )	ns	
	週5～6日	( 14 )	11 ( 78.6 )	3 ( 21.4 )		
ご家庭で野菜を食べますか	ほぼ毎日	( 66 )	61 ( 92.4 )	5 ( 7.6 )	0.005	
	食べないときがある	( 75 )	56 ( 74.7 )	19 ( 25.3 )		
ご家庭で菓子類を食べますか	毎日・ほぼ毎日	( 91 )	75 ( 82.4 )	16 ( 17.6 )	ns	
	毎日ではない	( 47 )	40 ( 85.1 )	7 ( 14.9 )		
ジュースなどをどのぐらい飲んでいきますか	ほとんど毎日	( 15 )	13 ( 86.7 )	2 ( 13.3 )	ns	
	毎日ではない	( 126 )	104 ( 82.5 )	22 ( 17.5 )		
スポーツ飲料をどのぐらい飲んでいきますか	ほとんど毎日	( 5 )	5 ( 100.0 )	0 ( 0.0 )	ns	
	毎日ではない	( 136 )	112 ( 82.4 )	24 ( 17.6 )		
野菜ジュースをどのぐらい飲んでいきますか	ほとんど毎日	( 6 )	4 ( 66.7 )	2 ( 33.3 )	ns	
	毎日ではない	( 135 )	113 ( 83.7 )	22 ( 16.3 )		
牛乳をどれぐらい飲んでいきますか	ほとんど毎日	( 126 )	103 ( 81.7 )	23 ( 18.3 )	ns	
	毎日ではない	( 14 )	13 ( 92.9 )	1 ( 7.1 )		
食事を作っている人	母親	( 120 )	102 ( 85.0 )	18 ( 15.0 )	ns	
	母親以外	( 21 )	15 ( 71.4 )	6 ( 28.6 )		
お子さんは夕食を家族の誰かと食べますか	毎日誰かと食べる	( 139 )	116 ( 83.5 )	23 ( 16.5 )	ns	
	誰かと食べないことがある	( 2 )	1 ( 50.0 )	1 ( 50.0 )		
食事の時間が親子のふれあいの場になっていますか	はい	( 101 )	83 ( 82.2 )	18 ( 17.8 )	ns	
	いいえ	( 22 )	19 ( 86.4 )	3 ( 13.6 )		
食事のときに笑いはありますか	はい	( 120 )	99 ( 82.5 )	21 ( 17.5 )	ns	
	いいえ	( 6 )	5 ( 83.3 )	1 ( 16.7 )		
食べ物や身体のはたらき等について話しますか	よくある・たまにある	( 124 )	105 ( 84.7 )	19 ( 15.3 )	ns	
	まったくない	( 17 )	12 ( 70.6 )	5 ( 29.4 )		
一緒に買い物をするか	はい	( 105 )	91 ( 86.7 )	14 ( 13.3 )	0.008	
	いいえ	( 18 )	11 ( 61.1 )	7 ( 38.9 )		
栽培や収穫などを通して食べ物に触れる機会がありますか	はい	( 57 )	43 ( 75.4 )	14 ( 24.6 )	ns	
	いいえ	( 84 )	74 ( 88.1 )	10 ( 11.9 )		
食事のときに「いただきます」などの挨拶ができますか	はい	( 128 )	109 ( 85.2 )	19 ( 14.8 )	0.005	
	いいえ	( 10 )	5 ( 50.0 )	5 ( 50.0 )		
家族間でおはようのあいさつができていますか	できています	( 126 )	104 ( 82.5 )	22 ( 17.5 )	ns	
	できていない	( 112 )	93 ( 83.0 )	19 ( 17.0 )		
お子さんはよく噛んで食べていますか	はい	( 112 )	93 ( 83.0 )	19 ( 17.0 )	ns	
	いいえ	( 29 )	24 ( 82.8 )	5 ( 17.2 )		

\*21時まで就寝、7時半までに起床、ns: not significant



表5 食事の準備の手伝いをするこもの親の特徴

人数(%)

質問項目	( 計 )	食事の準備の手伝いをしますか		$\chi^2$ 検定	
		する・ときどきする	しない		
栄養に関する教室に参加したことがありますか	参加したことがある	( 34 )	26 ( 76.5 )	8 ( 23.5 )	ns
	参加したことはない	( 91 )	78 ( 85.7 )	13 ( 14.3 )	
幼児期は食事リズムの基礎ができる時期であることを知っていますか	知っている	( 94 )	83 ( 88.3 )	11 ( 11.7 )	0.004
	知らない	( 29 )	19 ( 65.5 )	10 ( 34.5 )	
食事作りについてどのように感じていますか	作るのが楽しい・ なんということはない	( 76 )	61 ( 80.3 )	15 ( 19.7 )	ns
	時間がない・わずらわしい・面倒	( 46 )	42 ( 91.3 )	4 ( 8.7 )	
給食の献立表を見ていますか	いつも見る・時々見る	( 84 )	66 ( 78.6 )	18 ( 21.4 )	ns
	見ない・知らない	( 38 )	35 ( 92.1 )	3 ( 7.9 )	
栄養成分表示をみますか	いつも見る	( 72 )	56 ( 77.8 )	16 ( 22.2 )	ns
	時々見る	( 50 )	45 ( 90.0 )	5 ( 10.0 )	
困らない知識や技術がありますか	ある	( 72 )	57 ( 79.2 )	15 ( 20.8 )	ns
	ない	( 52 )	46 ( 88.5 )	6 ( 11.5 )	
お子さんはふだん健康だと思いますか	はい	( 139 )	116 ( 83.5 )	23 ( 16.5 )	ns
	いいえ	( 2 )	1 ( 50.0 )	1 ( 50.0 )	
乳菌をむし菌にしたいと思いませんか	はい	( 125 )	103 ( 82.4 )	22 ( 17.6 )	ns
	いいえ	( 1 )	1 ( 100.0 )	0 ( 0.0 )	
仕上げ歯磨きをしていますか	はい	( 96 )	80 ( 83.3 )	16 ( 16.7 )	ns
	いいえ	( 29 )	23 ( 79.3 )	6 ( 20.7 )	
小食が気になる	はい	( 25 )	19 ( 76.0 )	6 ( 24.0 )	ns
	いいえ	( 116 )	98 ( 84.5 )	18 ( 15.5 )	
好き嫌いがある	はい	( 53 )	43 ( 81.1 )	10 ( 18.9 )	ns
	いいえ	( 88 )	74 ( 84.1 )	14 ( 15.9 )	
落ち着いて食べない	はい	( 41 )	34 ( 82.9 )	7 ( 17.1 )	ns
	いいえ	( 100 )	83 ( 83.0 )	17 ( 17.0 )	
大食が気になる	はい	( 5 )	3 ( 60.0 )	2 ( 40.0 )	ns
	いいえ	( 136 )	114 ( 83.8 )	22 ( 16.2 )	
むら食いが気になる	はい	( 24 )	21 ( 87.5 )	3 ( 12.5 )	ns
	いいえ	( 117 )	96 ( 82.1 )	21 ( 17.9 )	
気になる事はない	はい	( 32 )	27 ( 84.4 )	5 ( 15.6 )	ns
	いいえ	( 109 )	90 ( 82.6 )	19 ( 17.4 )	

ns: not significant

表6 食事の準備の手伝いをする子どもの保護者が食事を作るときに気にしていること

人数(%)

質問項目	( 計 )	食事の準備の手伝いをしますか		$\chi^2$ 検定	
		する・ときどきする	しない		
味付けが濃くないか	気にする	( 113 )	94 ( 83.2 )	19 ( 16.8 )	ns
	気にしない	( 12 )	10 ( 83.3 )	2 ( 16.7 )	
甘いものを与えすぎているか	気にする	( 118 )	100 ( 84.7 )	18 ( 15.3 )	0.031
	気にしない	( 8 )	4 ( 50.0 )	4 ( 50.0 )	
噛むちからがついているか	気にする	( 89 )	73 ( 82.0 )	16 ( 18.0 )	ns
	気にしない	( 36 )	31 ( 86.1 )	5 ( 13.9 )	
栄養バランスがとれているか	気にする	( 122 )	103 ( 84.4 )	19 ( 15.6 )	0.017
	気にしない	( 4 )	1 ( 25.0 )	3 ( 75.0 )	
子供の好みに偏っていないか	気にする	( 109 )	91 ( 83.5 )	18 ( 16.5 )	ns
	気にしない	( 16 )	12 ( 75.0 )	4 ( 25.0 )	
魚メニューが少なくないか	気にする	( 102 )	86 ( 84.3 )	16 ( 15.7 )	ns
	気にしない	( 24 )	18 ( 75.0 )	6 ( 25.0 )	
野菜メニューが少なくないか	気にする	( 113 )	95 ( 84.1 )	18 ( 15.9 )	ns
	気にしない	( 13 )	9 ( 69.2 )	4 ( 30.8 )	
食べる量が多いか少ないか	気にする	( 101 )	83 ( 82.2 )	18 ( 17.8 )	ns
	気にしない	( 25 )	21 ( 84.0 )	4 ( 16.0 )	
アレルギーにならないか	気にする	( 46 )	40 ( 87.0 )	6 ( 13.0 )	ns
	気にしない	( 80 )	64 ( 80.0 )	16 ( 20.0 )	
衛生的であるか	気にする	( 112 )	93 ( 83.0 )	19 ( 17.0 )	ns
	気にしない	( 13 )	10 ( 76.9 )	3 ( 23.1 )	
安全性が高いか	気にする	( 104 )	87 ( 83.7 )	17 ( 16.3 )	ns
	気にしない	( 20 )	15 ( 75.0 )	5 ( 25.0 )	
なるべく手づくりにするように	気にする	( 115 )	94 ( 81.7 )	21 ( 18.3 )	ns
	気にしない	( 10 )	9 ( 90.0 )	1 ( 10.0 )	
おやつ の質と量が適当か	気にする	( 101 )	82 ( 81.2 )	19 ( 18.8 )	ns
	気にしない	( 25 )	22 ( 88.0 )	3 ( 12.0 )	
食事時間と回数を守るように	気にする	( 109 )	88 ( 80.7 )	21 ( 19.3 )	ns
	気にしない	( 17 )	16 ( 94.1 )	1 ( 5.9 )	
食事時の雰囲気作り	気にする	( 90 )	72 ( 80.0 )	18 ( 20.0 )	ns
	気にしない	( 36 )	32 ( 88.9 )	4 ( 11.1 )	
食事のマナー	気にする	( 119 )	98 ( 82.4 )	21 ( 17.6 )	ns
	気にしない	( 7 )	6 ( 85.7 )	1 ( 14.3 )	
食べる事は健康の基本であること	気にする	( 114 )	93 ( 81.6 )	21 ( 18.4 )	ns
	気にしない	( 12 )	11 ( 91.7 )	1 ( 8.3 )	
食費が高すぎないか	気にする	( 103 )	87 ( 84.5 )	16 ( 15.5 )	ns
	気にしない	( 22 )	16 ( 72.7 )	6 ( 27.3 )	
調理になるべく時間と手間をかけないように	気にする	( 86 )	73 ( 84.9 )	13 ( 15.1 )	ns
	気にしない	( 40 )	31 ( 77.5 )	9 ( 22.5 )	

ns: not significant

表7 早寝早起き\*の子供の特徴

質問項目		( 計 )	早寝早起き	早寝早起きでない	人数(%)
					$\chi^2$ 検定
年齢	3歳	( 44 )	15 ( 34.1 )	29 ( 65.9 )	ns
	4歳	( 51 )	26 ( 51.0 )	25 ( 49.0 )	
	5歳	( 45 )	21 ( 46.7 )	24 ( 53.3 )	
幼稚園・保育園	保育園	( 14 )	4 ( 28.6 )	10 ( 71.4 )	ns
	幼稚園	( 126 )	58 ( 46.0 )	68 ( 54.0 )	
性	男	( 73 )	23 ( 31.5 )	50 ( 68.5 )	0.001
	女	( 67 )	39 ( 58.2 )	28 ( 41.8 )	
祖父母の同居	祖父母と同居	( 65 )	33 ( 50.8 )	32 ( 49.2 )	ns
	同居していない	( 75 )	29 ( 38.7 )	46 ( 61.3 )	
兄弟の有無	兄弟なし	( 15 )	6 ( 40.0 )	9 ( 60.0 )	ns
	兄弟あり	( 125 )	56 ( 44.8 )	69 ( 55.2 )	
出生順	第1子	( 57 )	23 ( 40.4 )	34 ( 59.6 )	ns
	第1子以外	( 83 )	39 ( 47.0 )	44 ( 53.0 )	
生活習慣	規則正しい生活をしていますか	はい ( 119 )	62 ( 52.1 )	57 ( 47.9 )	0.000
		いいえ ( 18 )	0 ( 0.0 )	18 ( 100.0 )	
	マグマグや哺乳瓶の乳首をやめたのはいつですか	1歳半以前 ( 96 )	39 ( 40.6 )	57 ( 59.4 )	
	1歳半以降 ( 31 )	17 ( 54.8 )	14 ( 45.2 )		
	使ったことがない ( 13 )	6 ( 46.2 )	7 ( 53.8 )		
食習慣	お子さんは朝食の食欲はありますか	はい ( 92 )	48 ( 52.2 )	44 ( 47.8 )	ns
		いいえ ( 45 )	13 ( 28.9 )	32 ( 71.1 )	
	お子さんはふだん朝食を食べますか	毎日食べる ( 127 )	58 ( 45.7 )	69 ( 54.3 )	
	週5～6日 ( 13 )	4 ( 30.8 )	9 ( 69.2 )		
ご家庭で野菜を食べますか	ほぼ毎日 ( 66 )	31 ( 47.0 )	35 ( 53.0 )	ns	
	毎日ではない ( 74 )	31 ( 41.9 )	43 ( 58.1 )		
ご家庭で菓子類を食べますか	毎日・ほぼ毎日 ( 90 )	40 ( 44.4 )	50 ( 55.6 )		ns
	毎日ではない ( 47 )	19 ( 40.4 )	28 ( 59.6 )		
ジュースなどをどのぐらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 15 )	6 ( 40.0 )	9 ( 60.0 )	ns	
	毎日ではない ( 125 )	56 ( 44.8 )	69 ( 55.2 )		
スポーツ飲料をどのぐらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 5 )	2 ( 40.0 )	3 ( 60.0 )		ns
	毎日ではない ( 135 )	60 ( 44.4 )	75 ( 55.6 )		
野菜ジュースをどのぐらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 6 )	4 ( 66.7 )	2 ( 33.3 )	ns	
	毎日ではない ( 134 )	58 ( 43.3 )	76 ( 56.7 )		
牛乳をどれくらい飲んでいますか	ほとんど毎日 ( 125 )	60 ( 48.0 )	65 ( 52.0 )		0.021
	毎日ではない ( 14 )	2 ( 14.3 )	12 ( 85.7 )		
食事を作っている人	母親 ( 120 )	50 ( 41.7 )	70 ( 58.3 )	ns	
	母親以外 ( 20 )	12 ( 60.0 )	8 ( 40.0 )		
お子さんは夕食を家族の誰かと食べますか	毎日誰かと食べる ( 139 )	62 ( 44.6 )	77 ( 55.4 )		ns
	誰かと食べないことがある ( 1 )	0 ( 0.0 )	1 ( 100.0 )		
食事の時間が親子のふれあいの場になっていますか	はい ( 101 )	46 ( 45.5 )	55 ( 54.5 )	ns	
	いいえ ( 21 )	7 ( 33.3 )	14 ( 66.7 )		
食事のときに笑いはありますか	はい ( 119 )	52 ( 43.7 )	67 ( 56.3 )		ns
	いいえ ( 6 )	3 ( 50.0 )	3 ( 50.0 )		
食べ物や身体のはたらき等について話しますか	よくある・たまにある ( 124 )	52 ( 41.9 )	72 ( 58.1 )	ns	
	まったくない ( 16 )	10 ( 62.5 )	6 ( 37.5 )		
食事の準備の手伝いをしますか	する・ときどきする ( 117 )	51 ( 43.6 )	66 ( 56.4 )		ns
	しない ( 23 )	11 ( 47.8 )	12 ( 52.2 )		
一緒に買い物を行いますか	はい ( 105 )	47 ( 44.8 )	58 ( 55.2 )	ns	
	いいえ ( 17 )	6 ( 35.3 )	11 ( 64.7 )		
栽培や収穫などを通して食べ物に触れる機会がありますか	はい ( 57 )	29 ( 50.9 )	28 ( 49.1 )		ns
	いいえ ( 83 )	33 ( 39.8 )	50 ( 60.2 )		
食事のときに「いただきます」などの挨拶ができますか	はい ( 128 )	58 ( 45.3 )	70 ( 54.7 )	ns	
	いいえ ( 9 )	3 ( 33.3 )	6 ( 66.7 )		
しつけ	家族間でおはようのあいさつができていますか	( 125 )	55 ( 44.0 )		70 ( 56.0 )
	お子さんはよく噛んで食べていますか	はい ( 111 )	48 ( 43.2 )	63 ( 56.8 )	
	いいえ ( 29 )	14 ( 48.3 )	15 ( 51.7 )	ns	

\*21時まで就寝、7時半までに起床、ns: not significant

表8 早寝早起き\*の子供の保護者の特徴

	質問項目	( 計 )	早寝早起き		早寝早起きでない		人数(%)
							$\chi^2$ 検定
	栄養に関する教室に参加したことがありますか	参加したことがある	( 34 )	19 ( 55.9 )	15 ( 44.1 )		ns
		参加したことはない	( 90 )	35 ( 38.9 )	55 ( 61.1 )		
	幼児期は食事リズムの基礎ができる時期であることを知っていますか	知っている	( 94 )	39 ( 41.5 )	55 ( 58.5 )		ns
		知らない	( 28 )	14 ( 50.0 )	14 ( 50.0 )		
親の意識・知識・態度	食事作りについてどのように感じていますか	作るのが楽しい・なんということはない	( 76 )	35 ( 46.1 )	41 ( 53.9 )		ns
		時間がない・わずらわしい・面倒	( 45 )	17 ( 37.8 )	28 ( 62.2 )		
	給食の献立表を見えていますか	いつもときどき見ている	( 84 )	39 ( 46.4 )	45 ( 53.6 )		ns
		見ない	( 37 )	13 ( 35.1 )	24 ( 64.9 )		
	栄養成分表示をみますか	いつも見る・時々見る	( 72 )	34 ( 47.2 )	38 ( 52.8 )		ns
		見ない・知らない	( 49 )	19 ( 38.8 )	30 ( 61.2 )		
	困らない知識や技術がありますか	ある	( 71 )	32 ( 45.1 )	39 ( 54.9 )		ns
		ない	( 52 )	22 ( 42.3 )	30 ( 57.7 )		
	お子さんはふだん健康だと思えますか	はい	( 139 )	62 ( 44.6 )	77 ( 55.4 )		ns
		いいえ	( 1 )	0 ( 0.0 )	1 ( 100.0 )		
	乳菌をむし歯にしたいと思いませんか	はい	( 124 )	55 ( 44.4 )	69 ( 55.6 )		ns
		いいえ	( 1 )	0 ( 0.0 )	1 ( 100.0 )		
	仕上げ歯磨きをしていますか	はい	( 96 )	42 ( 43.8 )	54 ( 56.3 )		ns
		いいえ	( 28 )	13 ( 46.4 )	15 ( 53.6 )		
	小食が気になる	はい	( 25 )	7 ( 28.0 )	18 ( 72.0 )		ns
		いいえ	( 115 )	55 ( 47.8 )	60 ( 52.2 )		
	好き嫌いがある	はい	( 52 )	27 ( 51.9 )	25 ( 48.1 )		ns
		いいえ	( 88 )	35 ( 39.8 )	53 ( 60.2 )		
気になること	落ち着いて食べない	はい	( 41 )	14 ( 34.1 )	27 ( 65.9 )		ns
		いいえ	( 99 )	48 ( 48.5 )	51 ( 51.5 )		
	大食が気になる	はい	( 5 )	2 ( 40.0 )	3 ( 60.0 )		ns
		いいえ	( 135 )	60 ( 44.4 )	75 ( 55.6 )		
	むら食いが気になる	はい	( 24 )	7 ( 29.2 )	17 ( 70.8 )		ns
		いいえ	( 116 )	55 ( 47.4 )	61 ( 52.6 )		
	気になる事はない	はい	( 32 )	16 ( 50.0 )	16 ( 50.0 )		ns
		いいえ	( 108 )	46 ( 42.6 )	62 ( 57.4 )		

\*21時まで就寝、7時半までに起床、ns: not significant