

表9 早寝早起き*の子供の保護者が食事を作るときに気にしている。

質問項目		(計)	早寝早起き	早寝早起きでない	人数(%)	χ^2 検定
味付けが濃くないか	はい	(112)	48 (42.9)	64 (57.1)		
	いいえ	(12)	7 (58.3)	5 (41.7)		ns
甘いものを与えすぎているか	気にする	(118)	53 (44.9)	65 (55.1)		
	気にしない	(7)	2 (28.6)	5 (71.4)		ns
嘔むちからがついているか	気にする	(89)	44 (49.4)	45 (50.6)		
	気にしない	(35)	11 (31.4)	24 (68.6)		ns
栄養バランスがとれているか	気にする	(121)	53 (43.8)	68 (56.2)		
	気にしない	(4)	2 (50.0)	2 (50.0)		ns
子供の好みに偏っていないか	気にする	(108)	46 (42.6)	62 (57.4)		
	気にしない	(16)	8 (50.0)	8 (50.0)		ns
魚メニューが少なくないか	気にする	(101)	45 (44.6)	56 (55.4)		
	気にしない	(24)	10 (41.7)	14 (58.3)		ns
野菜メニューが少なくないか	気にする	(112)	52 (46.4)	60 (53.6)		
	気にしない	(13)	3 (23.1)	10 (76.9)		ns
食べる量が多いか少ないか	気にする	(100)	46 (46.0)	54 (54.0)		
	気にしない	(25)	9 (36.0)	16 (64.0)		ns
アレルギーにならないか	気にする	(45)	24 (53.3)	21 (46.7)		
	気にしない	(80)	31 (38.8)	49 (61.3)		ns
衛生的であるか	気にする	(111)	51 (45.9)	60 (54.1)		
	気にしない	(13)	3 (23.1)	10 (76.9)		ns
安全性が高いか	気にする	(103)	48 (46.6)	55 (53.4)		
	気にしない	(20)	5 (25.0)	15 (75.0)		ns
なるべく手づくりするように	気にする	(114)	52 (45.6)	62 (54.4)		
	気にしない	(10)	3 (30.0)	7 (70.0)		ns
おやつが質と量が適当か	気にする	(101)	46 (45.5)	55 (54.5)		
	気にしない	(24)	9 (37.5)	15 (62.5)		ns
食事時間と回数を守るように	気にする	(108)	49 (45.4)	59 (54.6)		
	気にしない	(17)	6 (35.3)	11 (64.7)		ns
食事時の雰囲気作り	気にする	(90)	47 (52.2)	43 (47.8)		
	気にしない	(35)	8 (22.9)	27 (77.1)		0.003
食事のマナー	気にする	(119)	53 (44.5)	66 (55.5)		
	気にしない	(6)	2 (33.3)	4 (66.7)		ns
食べる事は健康の基本であること	気にする	(113)	50 (44.2)	63 (55.8)		
	気にしない	(12)	5 (41.7)	7 (58.3)		ns
食費が高すぎないか	気にする	(103)	45 (43.7)	58 (56.3)		
	気にしない	(21)	9 (42.9)	12 (57.1)		ns
調理になるべく時間と手間をかけないように	気にする	(85)	40 (47.1)	45 (52.9)		
	気にしない	(40)	15 (37.5)	25 (62.5)		ns

*21時まで就寝、7時半までに起床、ns: not significant

表10 仕上げ歯磨きをする保護者をもつ子どもの特徴

質問項目	(計)	仕上げ歯磨きをしていますか		χ ² 検定	
		はい	いいえ		
基本的特性	年齢	3歳 (36)	30 (83.3)	6 (16.7)	0.019
	4歳 (47)	40 (85.1)	7 (14.9)		
	5歳 (42)	26 (61.9)	16 (38.1)		
	幼稚園・保育園	保育園 (10)	8 (80.0)	2 (20.0)	ns
	幼稚園 (115)	88 (76.5)	27 (23.5)		
	性	男 (65)	51 (78.5)	14 (21.5)	ns
	女 (60)	45 (75.0)	15 (25.0)		
	祖父母の同居	祖父母と同居 (58)	46 (79.3)	12 (20.7)	ns
	同居していない (67)	50 (74.6)	17 (25.4)		
	兄弟の有無	兄弟なし (15)	12 (80.0)	3 (20.0)	ns
兄弟あり (110)	84 (76.4)	26 (23.6)			
出生順	第1子 (51)	43 (84.3)	8 (15.7)	ns	
第1子以外 (73)	53 (72.6)	20 (27.4)			
生活習慣	早寝早起き*	早寝早起き (55)	42 (76.4)	13 (23.6)	ns
	早寝早起きではない (69)	54 (78.3)	15 (21.7)		
	規則正しい生活をしていますか	はい (107)	84 (78.5)	23 (21.5)	ns
	いいえ (16)	10 (62.5)	6 (37.5)		
	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 (90)	66 (73.3)	24 (26.7)	ns
	1歳半以降 (25)	23 (92.0)	2 (8.0)		
	使ったことがない (10)	7 (70.0)	3 (30.0)		
	お子さんは朝食の食欲はありますか	はい (84)	68 (81.0)	16 (19.0)	ns
	いいえ (39)	27 (69.2)	12 (30.8)		
	お子さんはふだん朝食を食べますか	毎日食べる (113)	90 (79.6)	23 (20.4)	0.021
週5~6日 (12)	6 (50.0)	6 (50.0)			
ご家庭で野菜を食べますか	ほぼ毎日 (55)	42 (76.4)	13 (23.6)	ns	
食べないときがある (70)	54 (77.1)	16 (22.9)			
ご家庭で菓子類を食べますか	毎日・ほぼ毎日 (80)	61 (76.3)	19 (23.8)	ns	
毎日ではない (43)	34 (79.1)	9 (20.9)			
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 (13)	10 (76.9)	3 (23.1)	ns	
毎日ではない (112)	86 (76.8)	26 (23.2)			
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)	4 (80.0)	1 (20.0)	ns	
毎日ではない (120)	92 (76.7)	28 (23.3)			
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)	3 (50.0)	3 (50.0)	ns	
毎日ではない (119)	93 (78.2)	26 (21.8)			
牛乳をどれくらい飲んでいますか	ほとんど毎日 (113)	85 (75.2)	28 (24.8)	ns	
毎日ではない (12)	11 (91.7)	1 (8.3)			
食習慣	食事を作っている人	母親 (108)	84 (77.8)	24 (22.2)	ns
	母親以外 (17)	12 (70.6)	5 (29.4)		
	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 (123)	95 (77.2)	28 (22.8)	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 (100)	80 (80.0)	20 (20.0)	ns
	いいえ (21)	13 (61.9)	8 (38.1)		
	食事のときに笑いはありますか	はい (119)	93 (78.2)	26 (21.8)	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 (109)	87 (79.8)	22 (20.2)	ns
	まったくない (16)	9 (56.3)	7 (43.8)		
食事の準備の手伝いをしますか	する・ときどきする (103)	80 (77.7)	23 (22.3)	ns	
しない (22)	16 (72.7)	6 (27.3)			
一緒に買い物をしますか	はい (104)	82 (78.8)	22 (21.2)	ns	
いいえ (18)	12 (66.7)	6 (33.3)			
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 (50)	39 (78.0)	11 (22.0)	ns	
いいえ (75)	57 (76.0)	18 (24.0)			
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 (113)	89 (78.8)	24 (21.2)	ns
	いいえ (10)	6 (60.0)	4 (40.0)		
	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 (125)	96 (76.8)	29 (23.2)	ns
お子さんはよく噛んで食べていますか	はい (100)	78 (78.0)	22 (22.0)		
いいえ (25)	18 (72.0)	7 (28.0)			

*21時まで就寝、7時半までに起床、ns: not significant

表11 仕上げ歯磨きをする保護者の特徴

人数(%)

質問項目	(計)	仕上げ歯磨きをしていますか		χ^2 検定		
		はい	いいえ			
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)	24 (70.6)	10 (29.4)	ns	
	参加したことはない	(89)	71 (79.8)	18 (20.2)		
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	(93)	76 (81.7)	17 (18.3)	0.028	
	知らない	(29)	18 (62.1)	11 (37.9)		
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	(75)	60 (80.0)	15 (20.0)	ns
		時間がない・わずらわしい・面倒	(45)	33 (73.3)	12 (26.7)	
	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	(83)	70 (84.3)	13 (15.7)	0.009
		見ない	(38)	24 (63.2)	14 (36.8)	
	栄養成分表示をみますか	いつも見る・時々見る	(71)	61 (85.9)	10 (14.1)	0.005
		見ない・知らない	(50)	32 (64.0)	18 (36.0)	
	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	(51)	38 (74.5)	13 (25.5)	
	お子さんはふだん健康だと思いますか	はい	(123)	96 (78.0)	27 (22.0)	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	(124)	95 (76.6)	29 (23.4)	ns
		いいえ	(1)	1 (100.0)	0 (0.0)	
	小食が気になる	はい	(22)	19 (86.4)	3 (13.6)	ns
		いいえ	(103)	77 (74.8)	26 (25.2)	
	好き嫌いがある	はい	(50)	37 (74.0)	13 (26.0)	ns
		いいえ	(75)	59 (78.7)	16 (21.3)	
気になること	落ち着いて食べない	はい	(37)	29 (78.4)	8 (21.6)	ns
		いいえ	(88)	67 (76.1)	21 (23.9)	
	大食が気になる	はい	(5)	4 (80.0)	1 (20.0)	ns
		いいえ	(120)	92 (76.7)	28 (23.3)	
	むら食いが気になる	はい	(20)	16 (80.0)	4 (20.0)	ns
		いいえ	(105)	80 (76.2)	25 (23.8)	
	気になる事はない	はい	(27)	23 (85.2)	4 (14.8)	ns
		いいえ	(98)	73 (74.5)	25 (25.5)	

ns: not significant

表12 仕上げ歯磨きをす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)	仕上げ歯磨きをしていますか		χ^2 検定	
		はい	いいえ		
味付けが濃くないか	気にする	(112)	87 (77.7)	25 (22.3)	ns
	気にしない	(12)	8 (66.7)	4 (33.3)	
甘いものを与えすぎているか	気にする	(117)	92 (78.6)	25 (21.4)	ns
	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	(88)	68 (77.3)	20 (22.7)	ns
	気にしない	(36)	27 (75.0)	9 (25.0)	
栄養バランスがとれているか	気にする	(121)	94 (77.7)	27 (22.3)	ns
	気にしない	(4)	2 (50.0)	2 (50.0)	
子供の好みに偏っていないか	気にする	(108)	86 (79.6)	22 (20.4)	ns
	気にしない	(16)	10 (62.5)	6 (37.5)	
魚メニューが少なくないか	気にする	(101)	77 (76.2)	24 (23.8)	ns
	気にしない	(24)	19 (79.2)	5 (20.8)	
野菜メニューが少なくないか	気にする	(112)	88 (78.6)	24 (21.4)	ns
	気にしない	(13)	8 (61.5)	5 (38.5)	
食べる量が多いか少ないか	気にする	(100)	74 (74.0)	26 (26.0)	ns
	気にしない	(25)	22 (88.0)	3 (12.0)	
アレルギーにならないか	気にする	(45)	31 (68.9)	14 (31.1)	ns
	気にしない	(80)	65 (81.3)	15 (18.8)	
衛生的であるか	気にする	(111)	85 (76.6)	26 (23.4)	ns
	気にしない	(13)	10 (76.9)	3 (23.1)	
安全性が高いか	気にする	(103)	81 (78.6)	22 (21.4)	ns
	気にしない	(20)	14 (70.0)	6 (30.0)	
なるべく手づくりするように	気にする	(115)	91 (79.1)	24 (20.9)	ns
	気にしない	(9)	5 (55.6)	4 (44.4)	
おやつと量が適当か	気にする	(101)	78 (77.2)	23 (22.8)	ns
	気にしない	(24)	18 (75.0)	6 (25.0)	
食事時間と回数を守るように	気にする	(108)	84 (77.8)	24 (22.2)	ns
	気にしない	(17)	12 (70.6)	5 (29.4)	
食事時の雰囲気作り	気にする	(90)	69 (76.7)	21 (23.3)	ns
	気にしない	(35)	27 (77.1)	8 (22.9)	
食事のマナー	気にする	(118)	92 (78.0)	26 (22.0)	ns
	気にしない	(7)	4 (57.1)	3 (42.9)	
食べる事は健康の基本であること	気にする	(113)	86 (76.1)	27 (23.9)	ns
	気にしない	(12)	10 (83.3)	2 (16.7)	
食費が高すぎないか	気にする	(102)	77 (75.5)	25 (24.5)	ns
	気にしない	(22)	18 (81.8)	4 (18.2)	
調理になるべく時間と手間をかけないように	気にする	(85)	64 (75.3)	21 (24.7)	ns
	気にしない	(40)	32 (80.0)	8 (20.0)	

ns: not significant

親子の関係性・環境・子育て支援のための質問項目「山縣班 50」の開発

— 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 —

真名子香織（西九州大学健康福祉学部健康栄養学科）

久野 一恵（西九州大学健康福祉学部健康栄養学科）

松浦 賢長（福岡県立大学看護学部地域看護学講座）

山縣然太郎（山梨大学大学院医学工学総合研究部社会医学講座）

1歳6ヶ月健診や3歳児健診における新しい問診票の開発が行なわれている。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」には「遊び」、「食」、「生活習慣」がカテゴリーとして取り上げられている。新しい問診票の開発に当たり、今回、S市内の幼稚園全園児を対象に行なった調査結果（2000年9月実施）を用い、遊びを中心に生活習慣と健康状態の関連性を検討した。また、問診項目に含まれる早寝早起き、テレビ視聴時間、共食状況の項目についても解析し、次の結果を得た。

- 遊ぶ場所：戸外より室内で遊ぶことが多い幼児が多かった。戸外で遊ぶことが多い幼児は、テレビの視聴時間が短く、早寝早起きが出来ていた。朝食の食欲があり、風邪をひきにくく、疲労を訴えるものが少なかった。
- テレビ視聴時間：テレビの視聴時間が短い幼児は、外遊び、ごっこ遊びをよくしていた。早寝早起きが出来ており、朝食の食欲があった。
- 早寝早起き：早寝早起きの幼児は、外遊びをよくしており、朝食・夕食の食欲があった。
- 朝食の共食状況：朝食を大人の誰かと食べている幼児は、食欲があり、早寝早起きが出来ていた。

A. 研究目的

1歳6ヶ月健診や3歳児健診における新しい問診（票）項目の開発にあたり、関係性・環境・子育て支援のための問診項目（山縣班 50）では、遊び・食・生活習慣を取り上げている。新しい問診（票）項目の開発にあたり、今回、遊びを中心に生活習慣と健康状態の関連性を検討したので報告する。また、問診項目に含まれる早寝早起き、テレビ視聴時間、共食状況の項目についても解析したので、あわせて報告する。

B. 研究方法

S市内の幼稚園の全児2,924名を対象に行

なった調査結果（2000年9月実施）を使用した。調査は、担任より配布し、保護者に記入してもらった（無記名、留め置き法）。質問項目は、食事の状況、生活時間、よくする遊び、健康状態等であった。回収率は79.7%（男児1,168名、女児1,130名）であった。解析は、統計ソフトSPSS12.0Jを使用した。

C. 研究結果および考察

幼児の「遊ぶ場所」、「テレビ視聴時間」、「早寝早起き」、「朝食の共食状況」の項目ごとに集計・解析結果を記述する。

1. 遊ぶ場所とその他の生活習慣

どこで遊ぶことが多いかを尋ねたところ、戸外で遊ぶことが多いと答えた幼児は 23.0%、室内で遊ぶことが多いと答えた幼児は 47.1%、どちらとも言えない幼児は 28.5%、無回答 1.4%であり、戸外より室内で遊ぶことの多い幼児が多かった (図 1-1)。

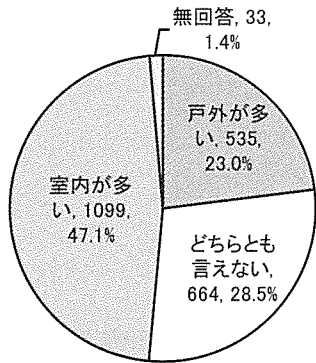


図1-1 幼児の遊ぶ場所

男児は女児に比べて外で遊ぶことが多いと答えたものが多かった (表 1)。また、年齢が高いほど外で遊ぶことが多いと答えたものが多かった (表 1)。外遊びをよくする幼児は室内遊びが多いものよりテレビの視聴時間が短く (図 1-1)、早寝早起きが出来ているものが多かった (図 1-2)。朝食の食欲があり (図 1-3)、朝食にはご飯やパンなどの主食をきちんと食べているものが多かった (図 1-4)。健康状態では、風邪をひきやすい、疲れやすいと答えたものが少なかった (図 1-5)。

外で遊ぶことは、良い生活習慣の確立のみならず、丈夫な身体作りにもつながると考えられた。

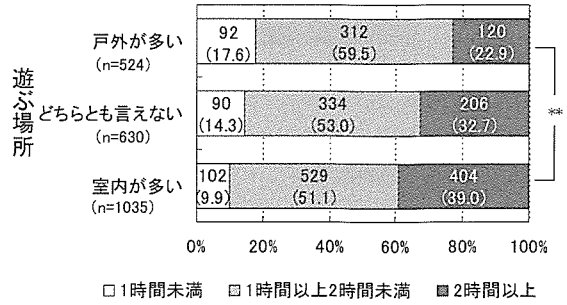


図1-2 遊ぶ場所とテレビ視聴時間

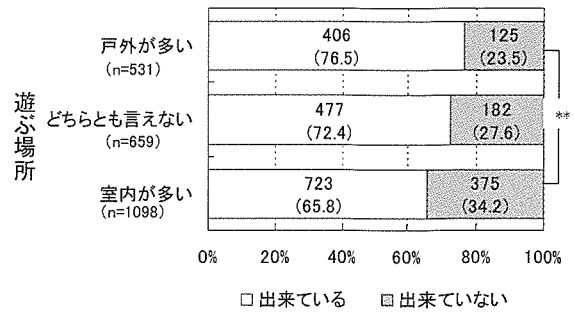


図1-3 遊ぶ場所と早寝早起き

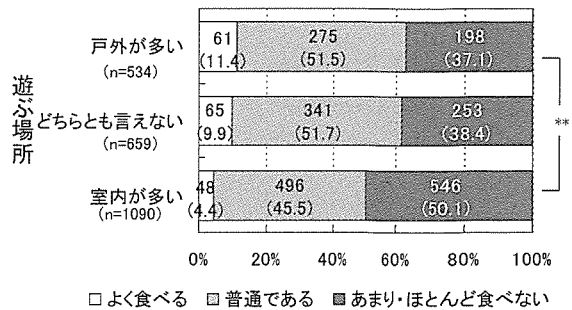


図1-4 遊ぶ場所と朝食の食欲

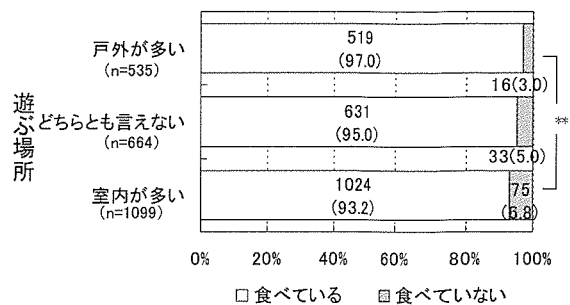


図1-5 朝食の主食摂取状況

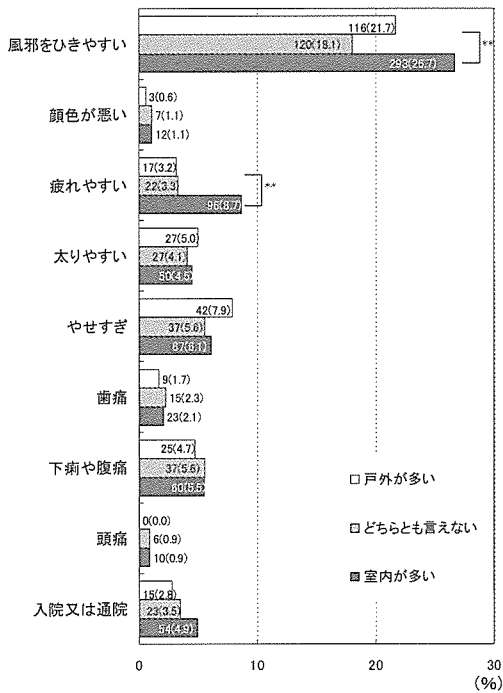


図1-6 遊ぶ場所と健康状態

2. テレビ視聴時間とその他の生活習慣

テレビの視聴時間について尋ねたところ、テレビを見ている時間が1時間未満の幼児は12.3%、1時間以上2時間未満の幼児は50.8%、2時間以上の幼児は31.7%、無回答5.2%であった(図2-1)。

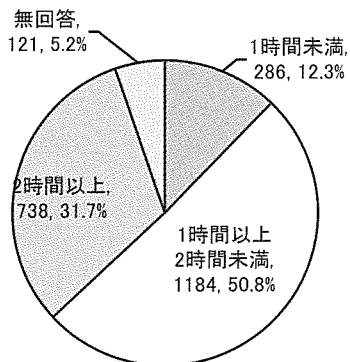


図2-1 幼児のテレビ視聴時間

テレビの視聴時間が短い幼児は、戸外で遊ぶことが多いと答えた幼児が多く(図2-2)、ごっこ遊び(鬼ごっこ、ままごと)をよくすると答えた幼児が多かった(図2-3)。また、早寝早起きが出来ており(図2-4)、朝食の食欲もあり(図2-5)、主食をきちんと食べていた。歯痛を訴えるものや通院している幼児も少なかつた(図2-5)。

テレビ視聴時間は、生活時間と関係しているだけでなく、遊びの種類とも連動していることから、長時間のテレビ視聴を解消することで健全な発育を促す可能性があると考えた。

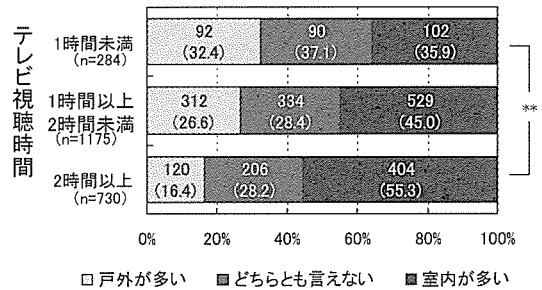


図2-2 テレビ視聴時間と遊ぶ場所

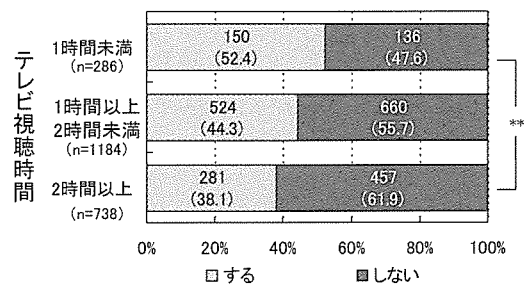


図2-3 テレビ視聴時間とごっこ遊び

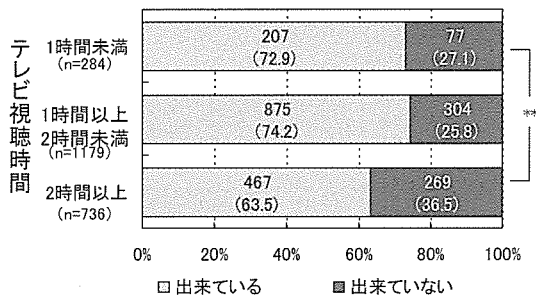


図2-4 テレビ視聴時間と早寝早起

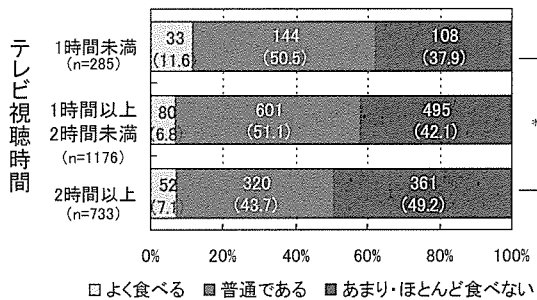


図2-5 テレビ視聴時間と朝食の食欲

3. 早寝早起きとその他の生活習慣

就寝時刻、起床時刻について尋ねた。午後10時前に就寝し午前8時前に起床している幼児を「早寝早起きが出来ている」と定義した。早寝早起きが出来ている幼児は69.6%、出来ていない幼児は29.5%、無回答0.8%であった(図3-1)。

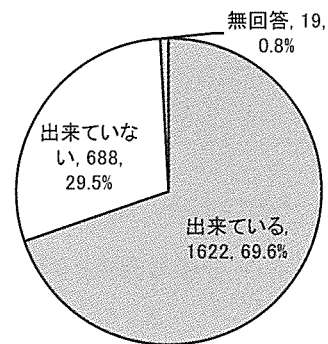


図3-1 幼児の早寝早起き

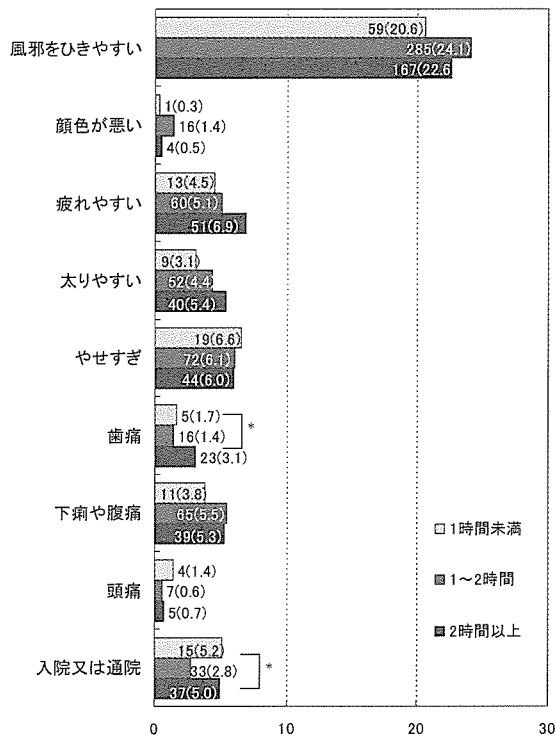


図2-6 テレビ視聴時間と健康状態

早寝早起きが出来ている幼児は出来ていない幼児より、朝食・夕食の食欲について、よく食べる普通であると答えたものが多く(図3-2、3-3)、朝食・夕食を早い時間に済ませている幼児が多かった(図3-4、3-5)。また、早寝早起きの幼児は、朝食を大人の誰かと食べていると答えた幼児が多く(図3-6)、外で遊ぶことが多いと答えたものが多かった(図3-7)。

早寝早起きは、朝食の食欲を増進させるだけでなく、遊ぶ場所にも関係しており、生活の基本であることが確認できた。

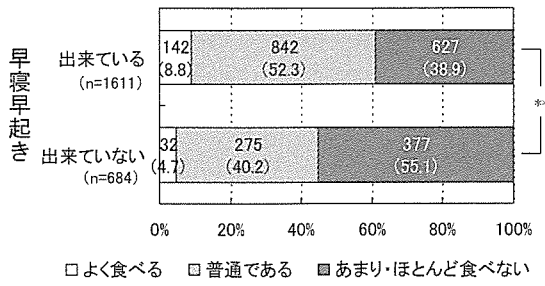


図3-2 早寝早起きと朝食の食欲

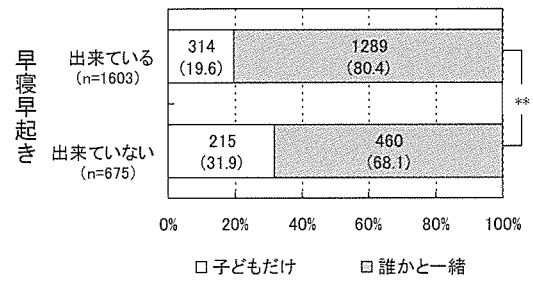


図3-6 早寝早起きと朝食の共食状況

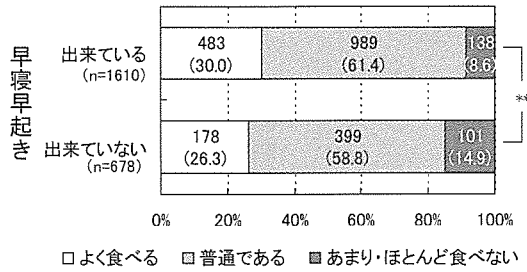


図3-3 早寝早起きと夕食の食欲

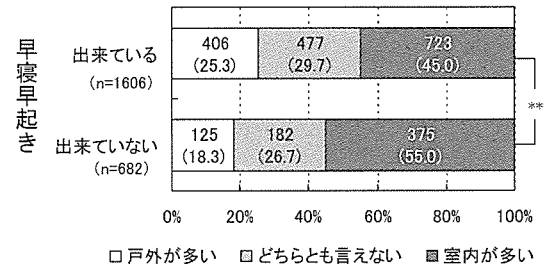


図3-7 早寝早起きと遊ぶ場所

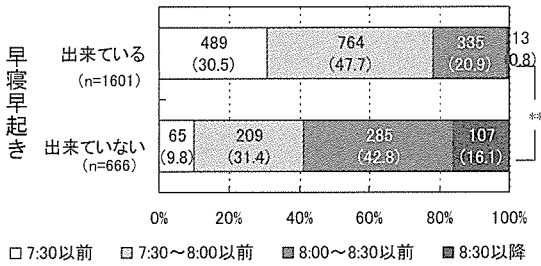


図3-4 早寝早起きと朝食時刻

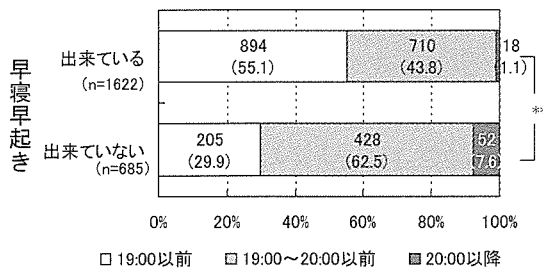


図3-5 早寝早起きと夕食時刻

4. 朝食の共食状況とその他の生活習慣

朝食を誰と食べているか尋ねたところ、朝食を大人の誰かと食べている幼児は75.4%、子どもだけで食べている幼児は22.9%、無回答1.7%であった(図4-1)。

朝食を大人の誰かと食べている幼児は子供だけで食べている幼児より早寝早起きが出来ており(図4-2)、朝食の食欲があるものが多かった(図4-3)。健康状態は、痩せすぎのもの、疲労、歯痛、下痢・腹痛を訴えるものが少なかった(図4-4)。よくする遊びに「テレビゲーム」と答えた幼児は少なかった。逆に、「ボール遊び」、「ブロック」、「絵本」、「パズル」、「積み木」と答えた幼児が多かった(図4-5)。

朝食を大人の誰かと食べることは、食欲増進につながり、不定愁訴の減少につながっている可能性が示唆された。

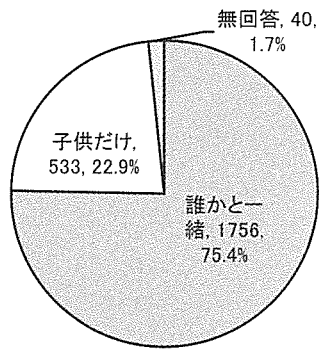


図4-1 幼児の朝食の共食状況

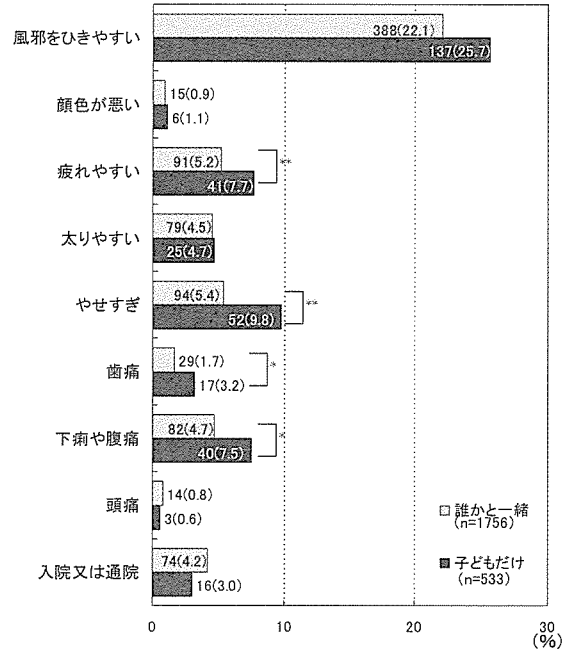


図4-4 朝食の共食状況と健康状態

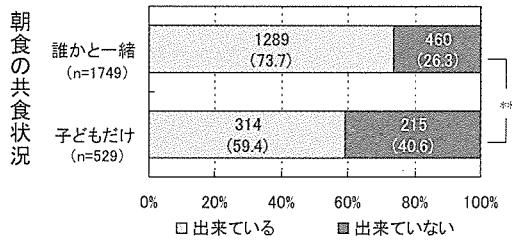


図4-2 朝食の共食状況と早寝早起き

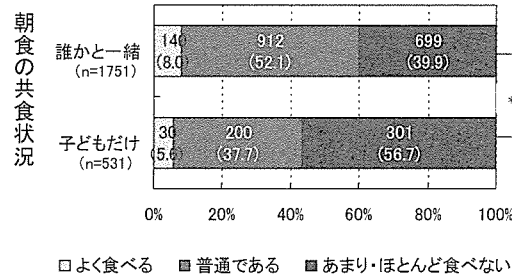


図4-3 朝食の共食状況と朝食の食欲

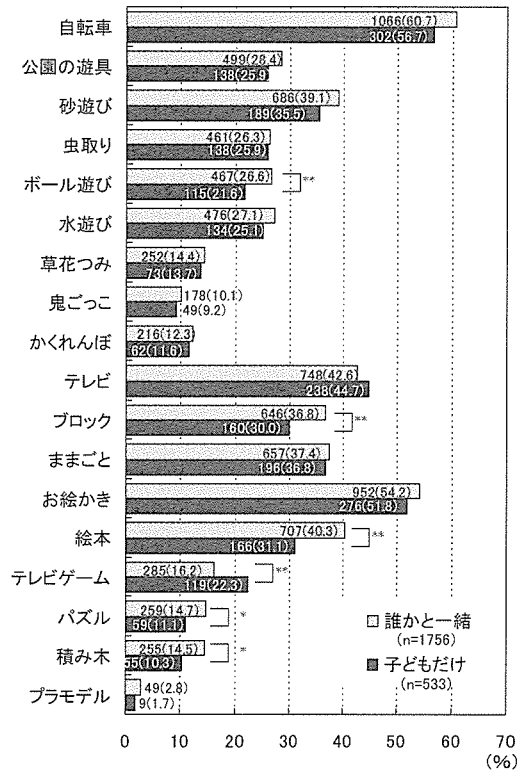


図4-5 朝食の共食状況と遊びの種類

D. 結論

幼児期の健康の形成には、早寝早起きの習慣化、大人の誰かと一緒に食事をするのが大切であると考えられた。早寝早起きの生活習慣の確立には外遊びやテレビの視聴時間が関係していたことから、外遊びを推奨することは幼児の健全な育成につながると考えられた（図5）。

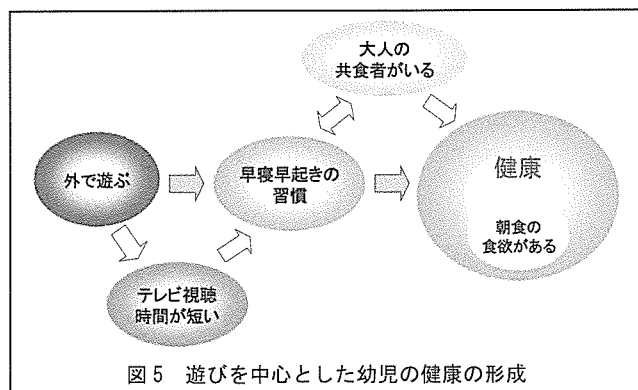


図5 遊びを中心とした幼児の健康の形成

E. 研究発表

学会発表

■真名子香織、久野一恵、松浦賢長、山縣然太郎：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、53（10）661,2006

表1 遊ぶ場所とその他の生活習慣

質問項目	遊ぶ場所				χ ² 検定		
	戸外が多い	どちらとも言えない	室内が多い	合計			
基本属性	性別	男児	296 (25.7)	345 (29.9)	511 (44.4)	1152 (100.0)	**
		女児	234 (20.9)	314 (28.0)	573 (51.1)	1121 (100.0)	
	クラス	満3歳児	8 (15.7)	20 (39.2)	23 (45.1)	51 (100.0)	**
		3歳児	89 (19.1)	126 (27.0)	252 (54.0)	467 (100.0)	
		4歳児	171 (21.9)	227 (29.0)	384 (49.1)	782 (100.0)	
5歳児		265 (27.0)	284 (29.0)	431 (44.0)	980 (100.0)		
食事の状況	朝食摂取	毎日食べる	468 (23.4)	581 (29.0)	954 (47.6)	2003 (100.0)	ns
		週1~2回欠食	57 (25.0)	64 (28.1)	107 (46.9)	228 (100.0)	
		週3~4回欠食	2 (10.5)	6 (31.6)	11 (57.9)	19 (100.0)	
		週1~2回しか食べない	6 (18.2)	9 (27.3)	18 (54.5)	33 (100.0)	
		朝食はとらない	2 (15.4)	3 (23.1)	8 (61.5)	13 (100.0)	
	朝食の食欲	よく食べる・普通である	336 (26.1)	406 (31.6)	544 (42.3)	1286 (100.0)	**
		あまり・ほとんど食べない	198 (19.9)	253 (25.4)	546 (54.8)	997 (100.0)	
	夕食の食欲	よく食べる・普通である	489 (24.1)	597 (29.4)	947 (46.6)	2033 (100.0)	**
		あまり・ほとんど食べない	41 (16.9)	61 (25.2)	140 (57.9)	242 (100.0)	
	朝食の共食者	子どもだけ	113 (21.5)	154 (29.3)	259 (49.2)	526 (100.0)	ns
誰かと一緒に		417 (24.0)	501 (28.8)	823 (47.3)	1741 (100.0)		
夕食の共食者	子どもだけ	11 (18.3)	18 (30.0)	31 (51.7)	60 (100.0)	ns	
	誰かと一緒に	521 (23.5)	639 (28.9)	1054 (47.6)	2214 (100.0)		
生活習慣	早寝早起き※	出来ている	406 (25.3)	477 (29.7)	723 (45.0)	1606 (100.0)	**
		出来ていない	125 (18.3)	182 (26.7)	375 (55.0)	682 (100.0)	
	テレビ視聴時間	1時間未満	92 (32.4)	90 (31.7)	102 (35.9)	284 (100.0)	**
		1時間以上2時間未満	312 (26.6)	334 (28.4)	529 (45.0)	1175 (100.0)	
		2時間以上	120 (16.4)	206 (28.2)	404 (55.3)	730 (100.0)	
	自転車	はい	433 (31.7)	462 (33.8)	472 (34.5)	1367 (100.0)	**
いいえ		102 (11.0)	202 (21.7)	627 (67.3)	931 (100.0)		
公園の遊具	はい	208 (32.4)	219 (34.2)	214 (33.4)	641 (100.0)	**	
	いいえ	327 (19.7)	445 (26.9)	885 (53.4)	1657 (100.0)		
砂遊び	はい	288 (32.8)	301 (34.3)	288 (32.8)	877 (100.0)	**	
	いいえ	247 (17.4)	363 (25.5)	811 (57.1)	1421 (100.0)		
虫取り	はい	220 (36.7)	210 (35.0)	170 (28.3)	600 (100.0)	**	
	いいえ	315 (18.6)	454 (26.7)	929 (54.7)	1698 (100.0)		
ボール遊び	はい	172 (29.7)	191 (33.0)	216 (37.3)	579 (100.0)	**	
	いいえ	363 (21.1)	473 (27.5)	883 (51.4)	1719 (100.0)		
水遊び	はい	179 (29.3)	202 (33.1)	229 (37.5)	610 (100.0)	**	
	いいえ	356 (21.1)	462 (27.4)	870 (51.5)	1688 (100.0)		
草花つみ	はい	90 (27.6)	113 (34.7)	123 (37.7)	326 (100.0)	**	
	いいえ	445 (22.6)	551 (27.9)	976 (49.5)	1972 (100.0)		
鬼ごっこ	はい	89 (39.2)	72 (31.7)	66 (29.1)	227 (100.0)	**	
	いいえ	446 (21.5)	592 (28.6)	1033 (49.9)	2071 (100.0)		
かくれんぼ	はい	86 (30.7)	79 (28.2)	115 (41.1)	280 (100.0)	**	
	いいえ	449 (22.2)	585 (29.0)	984 (48.8)	2018 (100.0)		
テレビ	はい	128 (12.9)	284 (28.5)	584 (58.6)	996 (100.0)	**	
	いいえ	407 (31.3)	380 (29.2)	515 (39.6)	1302 (100.0)		
ブロック	はい	149 (18.4)	253 (31.3)	407 (50.3)	809 (100.0)	**	
	いいえ	386 (25.9)	411 (27.6)	692 (46.5)	1489 (100.0)		
ままごと	はい	185 (21.5)	234 (27.2)	442 (51.3)	861 (100.0)	*	
	いいえ	350 (24.4)	430 (29.9)	657 (45.7)	1437 (100.0)		
お絵かき	はい	223 (18.0)	353 (28.5)	661 (53.4)	1237 (100.0)	**	
	いいえ	312 (29.4)	311 (29.3)	438 (41.3)	1061 (100.0)		
絵本	はい	133 (15.1)	244 (27.8)	502 (57.1)	879 (100.0)	**	
	いいえ	402 (28.3)	420 (29.6)	597 (42.1)	1419 (100.0)		
テレビゲーム	はい	78 (19.1)	122 (29.9)	208 (51.0)	408 (100.0)	ns	
	いいえ	457 (24.2)	542 (28.7)	891 (47.1)	1890 (100.0)		
パズル	はい	56 (17.5)	101 (31.6)	163 (50.9)	320 (100.0)	*	
	いいえ	479 (24.2)	563 (28.5)	936 (47.3)	1978 (100.0)		
積み木	はい	57 (18.2)	92 (29.4)	164 (52.4)	313 (100.0)	ns	
	いいえ	478 (24.1)	572 (28.8)	935 (47.1)	1985 (100.0)		
プラモデル	はい	15 (26.3)	11 (19.3)	31 (54.4)	57 (100.0)	ns	
	いいえ	520 (23.2)	653 (29.1)	1068 (47.7)	2241 (100.0)		
その他	はい	68 (16.3)	120 (28.8)	229 (54.9)	417 (100.0)	**	
	いいえ	467 (24.8)	544 (28.9)	870 (46.3)	1881 (100.0)		

質問項目		遊ぶ場所				χ ² 検定	
		戸外が多い	どちらとも言えない	室内が多い	合計		
健康状態	風邪をひきやすい	はい	116 (21.9)	120 (22.7)	293 (55.4)	529 (100.0)	**
		いいえ	419 (23.7)	544 (30.8)	806 (45.6)	1769 (100.0)	
	顔色が悪い	はい	3 (13.6)	7 (31.8)	12 (54.5)	22 (100.0)	ns
		いいえ	532 (23.4)	657 (28.9)	1087 (47.8)	2276 (100.0)	
	疲れやすい	はい	17 (12.6)	22 (16.3)	96 (71.1)	135 (100.0)	**
		いいえ	518 (23.9)	642 (29.7)	1003 (46.4)	2163 (100.0)	
	太りやすい	はい	27 (26.0)	27 (26.0)	50 (48.1)	104 (100.0)	ns
		いいえ	508 (23.2)	637 (29.0)	1049 (47.8)	2194 (100.0)	
	やせすぎている	はい	42 (28.8)	37 (25.3)	67 (45.9)	146 (100.0)	ns
		いいえ	493 (22.9)	627 (29.1)	1032 (48.0)	2152 (100.0)	
	たびたび歯痛を訴える	はい	9 (19.1)	15 (31.9)	23 (48.9)	47 (100.0)	ns
		いいえ	526 (23.4)	649 (28.8)	1076 (47.8)	2251 (100.0)	
	たびたび下痢や腹痛を訴える	はい	25 (20.5)	37 (30.3)	60 (49.2)	122 (100.0)	ns
		いいえ	510 (23.4)	627 (28.8)	1039 (47.7)	2176 (100.0)	
	たびたび頭痛を訴える	はい	0 (0.0)	6 (37.5)	10 (62.5)	16 (100.0)	ns
		いいえ	535 (23.4)	658 (28.8)	1089 (47.7)	2282 (100.0)	
	現在病気で入院又は通院している	はい	15 (16.3)	23 (25.0)	54 (58.7)	92 (100.0)	ns
		いいえ	520 (23.6)	641 (29.1)	1045 (47.4)	2206 (100.0)	

※午後10時前に就寝し、午前8時前に起床しているもの

* : p<0.05 ** : p<0.01 ns : not significant

表2 テレビ視聴時間とその他の生活習慣

質問項目	テレビ視聴時間				χ ² 検定		
	1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上	合計			
基本属性	性別	男児	126 (11.3)	604 (54.0)	388 (34.7)	1118 (100.0)	**
		女児	158 (14.8)	570 (53.4)	339 (31.8)	1067 (100.0)	
	クラス	満3歳児	8 (15.7)	31 (60.8)	12 (23.5)	51 (100.0)	*
		3歳児	85 (18.9)	239 (53.2)	125 (27.8)	449 (100.0)	
		4歳児	87 (11.7)	402 (54.0)	256 (34.4)	745 (100.0)	
	5歳児	105 (11.1)	505 (53.4)	335 (35.4)	945 (100.0)		
食事の状況	朝食摂取	毎日食べる	258 (13.4)	1044 (54.2)	624 (32.4)	1926 (100.0)	
		週1~2回欠食	26 (11.8)	109 (49.5)	85 (38.6)	220 (100.0)	
		週3~4回欠食	0 (0.0)	11 (64.7)	6 (35.3)	17 (100.0)	
		週1~2回しか食べない	2 (6.5)	12 (38.7)	17 (54.8)	31 (100.0)	
		朝食はとらない	0 (0.0)	6 (50.0)	6 (50.0)	12 (100.0)	
	朝食の食欲	よく食べる・普通である	177 (14.4)	681 (55.4)	372 (30.2)	1230 (100.0)	**
		あまり・ほとんど食べない	108 (11.2)	495 (51.3)	361 (37.4)	964 (100.0)	
	夕食の食欲	よく食べる・普通である	256 (13.1)	1051 (53.7)	650 (33.2)	1957 (100.0)	ns
あまり・ほとんど食べない		27 (11.8)	122 (53.3)	80 (34.9)	229 (100.0)		
朝食の共食者	子どもだけ	62 (12.4)	259 (51.6)	181 (36.1)	502 (100.0)	ns	
	誰かと一緒に	222 (13.2)	912 (54.4)	542 (32.3)	1676 (100.0)		
夕食の共食者	子どもだけ	8 (14.0)	36 (63.2)	13 (22.8)	57 (100.0)	ns	
	誰かと一緒に	275 (12.9)	1140 (53.6)	713 (33.5)	2128 (100.0)		
生活習慣	早寝早起き※	出来ている	207 (13.4)	875 (56.5)	467 (30.1)	1549 (100.0)	**
		出来ていない	77 (11.8)	304 (46.8)	269 (41.4)	650 (100.0)	
	遊ぶ場所	戸外が多い	92 (17.6)	312 (59.5)	120 (22.9)	524 (100.0)	**
どちらとも言えない		90 (14.3)	334 (53.0)	206 (32.7)	630 (100.0)		
室内が多い		102 (9.9)	529 (51.1)	404 (39.0)	1035 (100.0)		
よくする遊び	自転車	はい	197 (14.9)	718 (54.4)	406 (30.7)	1321 (100.0)	**
		いいえ	89 (10.0)	466 (52.5)	332 (37.4)	887 (100.0)	
	公園の遊具	はい	89 (14.4)	364 (58.9)	165 (26.7)	618 (100.0)	**
		いいえ	197 (12.5)	820 (51.9)	573 (36.3)	1580 (100.0)	
	砂遊び	はい	141 (16.5)	479 (56.2)	233 (27.3)	853 (100.0)	**
		いいえ	145 (10.7)	705 (52.0)	505 (37.3)	1355 (100.0)	
	虫取り	はい	90 (15.2)	322 (54.4)	180 (30.4)	592 (100.0)	ns
		いいえ	196 (12.1)	862 (53.3)	558 (34.5)	1616 (100.0)	
	ボール遊び	はい	69 (12.1)	290 (51.0)	210 (36.9)	569 (100.0)	ns
		いいえ	217 (13.2)	894 (54.5)	528 (32.2)	1639 (100.0)	
	水遊び	はい	92 (15.4)	338 (56.5)	168 (28.1)	598 (100.0)	**
		いいえ	194 (12.0)	846 (52.5)	570 (35.4)	1610 (100.0)	
	草花つみ	はい	58 (18.1)	182 (56.7)	81 (25.2)	321 (100.0)	**
		いいえ	228 (12.1)	1002 (53.1)	657 (34.8)	1887 (100.0)	
	鬼ごっこ	はい	28 (12.4)	129 (57.3)	68 (30.2)	225 (100.0)	ns
		いいえ	258 (13.0)	1055 (53.2)	670 (33.8)	1983 (100.0)	
	かくれんぼ	はい	30 (10.8)	163 (58.8)	84 (30.3)	277 (100.0)	ns
		いいえ	256 (13.3)	1021 (52.9)	654 (33.9)	1931 (100.0)	
	テレビ	はい	48 (5.0)	479 (50.3)	426 (44.7)	953 (100.0)	**
		いいえ	238 (19.0)	705 (56.2)	312 (24.9)	1255 (100.0)	
	ブロック	はい	99 (12.7)	398 (51.2)	281 (36.1)	778 (100.0)	ns
		いいえ	187 (13.1)	786 (55.0)	457 (32.0)	1430 (100.0)	
	ままごと	はい	134 (16.4)	442 (54.1)	241 (29.5)	817 (100.0)	**
		いいえ	152 (10.9)	742 (53.3)	497 (35.7)	1391 (100.0)	
	お絵かき	はい	159 (13.5)	626 (53.0)	396 (33.5)	1181 (100.0)	ns
		いいえ	127 (12.4)	558 (54.3)	342 (33.3)	1027 (100.0)	
	絵本	はい	125 (14.8)	451 (53.5)	267 (31.7)	843 (100.0)	ns
		いいえ	161 (11.8)	733 (53.7)	471 (34.5)	1365 (100.0)	
テレビゲーム	はい	29 (7.7)	206 (54.5)	152 (40.2)	378 (100.0)	**	
	いいえ	257 (14.1)	978 (53.7)	586 (32.2)	1821 (100.0)		
パズル	はい	42 (13.8)	164 (53.8)	99 (32.5)	305 (100.0)	ns	
	いいえ	244 (12.8)	1020 (53.6)	639 (33.6)	1903 (100.0)		
積み木	はい	49 (16.4)	150 (50.3)	99 (33.2)	298 (100.0)	ns	
	いいえ	237 (12.4)	1034 (54.1)	639 (33.5)	1910 (100.0)		
プラモデル	はい	5 (9.1)	31 (56.4)	19 (34.5)	55 (100.0)	ns	
	いいえ	281 (13.1)	1153 (53.6)	719 (33.4)	2153 (100.0)		
その他	はい	54 (13.4)	210 (52.2)	138 (34.3)	402 (100.0)	ns	
	いいえ	232 (12.8)	974 (53.9)	600 (33.2)	1806 (100.0)		

質問項目		テレビ視聴時間				χ ² 検定	
		1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上	合計		
健康状態	風邪をひきやすい	はい	59 (11.5)	285 (55.8)	167 (32.7)	511 (100.0)	ns
		いいえ	227 (13.4)	899 (53.0)	571 (33.6)	1697 (100.0)	
	顔色が悪い	はい	1 (4.8)	16 (76.2)	4 (19.0)	21 (100.0)	ns
		いいえ	285 (13.0)	1168 (53.4)	734 (33.6)	2187 (100.0)	
	疲れやすい	はい	13 (10.5)	60 (48.4)	51 (41.1)	124 (100.0)	ns
		いいえ	273 (13.1)	1124 (53.9)	687 (33.0)	2084 (100.0)	
	太りやすい	はい	9 (8.9)	52 (51.5)	40 (39.6)	101 (100.0)	ns
		いいえ	277 (13.1)	1132 (53.7)	698 (33.1)	2107 (100.0)	
	やせすぎている	はい	19 (14.1)	72 (53.3)	44 (32.6)	135 (100.0)	ns
		いいえ	267 (12.9)	1112 (53.6)	694 (33.5)	2073 (100.0)	
	たびたび歯痛を訴える	はい	5 (11.4)	16 (36.4)	23 (52.3)	44 (100.0)	*
		いいえ	281 (13.0)	1168 (54.0)	715 (33.0)	2164 (100.0)	
	たびたび下痢や腹痛を訴える	はい	11 (9.6)	65 (56.5)	39 (33.9)	115 (100.0)	ns
		いいえ	275 (13.1)	1119 (53.5)	699 (33.4)	2093 (100.0)	
	たびたび頭痛を訴える	はい	4 (25.0)	7 (43.8)	5 (31.3)	16 (100.0)	ns
		いいえ	282 (12.9)	1177 (53.7)	733 (33.4)	2192 (100.0)	
現在病気で入院又は通院している	はい	15 (17.6)	33 (38.8)	37 (43.5)	85 (100.0)	*	
	いいえ	271 (12.8)	1151 (54.2)	701 (33.0)	2123 (100.0)		

※午後10時前に就寝し、午前8時前に起床しているもの

* : p<0.05 ** : p<0.01 ns : not significant

表3 早寝早起きとその他の生活習慣

	質問項目	早寝早起き※			χ ² 検定	
		出来ている	出来ていない	合計		
基本属性	性別	男児	802 (69.0)	360 (31.0)	1162 (100.0)	ns
		女児	797 (71.0)	326 (29.0)	1123 (100.0)	
	クラス	満3歳児	29 (59.2)	20 (40.8)	49 (100.0)	*
		3歳児	319 (68.0)	150 (32.0)	469 (100.0)	
		4歳児	542 (68.6)	248 (31.4)	790 (100.0)	
	5歳児	718 (73.0)	266 (27.0)	984 (100.0)		
食事の状況	朝食摂取	毎日食べる	1490 (73.9)	526 (26.1)	2016 (100.0)	
		週1~2回欠食	120 (52.4)	109 (47.6)	229 (100.0)	
		週3~4回欠食	4 (22.2)	14 (77.8)	18 (100.0)	
		週1~2回しか食べない	7 (21.9)	25 (78.1)	32 (100.0)	
		朝食はとらない	1 (7.7)	12 (92.3)	13 (100.0)	
	朝食の食欲	よく食べる・普通である	984 (76.2)	307 (23.8)	1291 (100.0)	**
		あまり・ほとんど食べない	627 (62.5)	377 (37.5)	1004 (100.0)	
	夕食の食欲	よく食べる・普通である	1472 (71.8)	577 (28.2)	2049 (100.0)	**
		あまり・ほとんど食べない	138 (57.7)	101 (42.3)	239 (100.0)	
	朝食の共食者	子どもだけ	314 (59.4)	215 (40.6)	529 (100.0)	ns
誰かと一緒に		1289 (73.7)	460 (26.3)	1749 (100.0)		
夕食の共食者	子どもだけ	39 (66.1)	20 (33.9)	59 (100.0)	ns	
	誰かと一緒に	1566 (70.3)	661 (29.7)	2227 (100.0)		
生活習慣	テレビ視聴時間	1時間未満	207 (72.9)	77 (27.1)	284 (100.0)	**
		1時間以上2時間未満	875 (74.2)	304 (25.8)	1179 (100.0)	
		2時間以上	467 (63.5)	269 (36.5)	736 (100.0)	
遊ぶ場所	戸外が多い	406 (76.5)	125 (23.5)	531 (100.0)	**	
	どちらとも言えない	477 (72.4)	182 (27.6)	659 (100.0)		
	室内が多い	723 (65.8)	375 (34.2)	1098 (100.0)		
よくする遊び	自転車	はい	1004 (72.8)	375 (27.2)	1379 (100.0)	**
		いいえ	618 (66.4)	313 (33.6)	931 (100.0)	
	公園の遊具	はい	464 (72.2)	179 (27.8)	643 (100.0)	ns
		いいえ	1158 (69.5)	509 (30.5)	1667 (100.0)	
	砂遊び	はい	665 (75.7)	214 (24.3)	879 (100.0)	**
		いいえ	957 (66.9)	474 (33.1)	1431 (100.0)	
	虫取り	はい	441 (72.9)	164 (27.1)	605 (100.0)	ns
		いいえ	1181 (69.3)	524 (30.7)	1705 (100.0)	
	ボール遊び	はい	412 (70.4)	173 (29.6)	585 (100.0)	ns
		いいえ	1210 (70.1)	515 (29.9)	1725 (100.0)	
	水遊び	はい	423 (69.0)	190 (31.0)	613 (100.0)	ns
		いいえ	1199 (70.7)	498 (29.3)	1697 (100.0)	
	草花つみ	はい	236 (71.7)	93 (28.3)	329 (100.0)	ns
		いいえ	1386 (70.0)	595 (30.0)	1981 (100.0)	
	鬼ごっこ	はい	165 (71.4)	66 (28.6)	231 (100.0)	ns
		いいえ	1457 (70.1)	622 (29.9)	2079 (100.0)	
	かくれんぼ	はい	210 (74.5)	72 (25.5)	282 (100.0)	ns
		いいえ	1412 (69.6)	616 (30.4)	2028 (100.0)	
	テレビ	はい	682 (68.3)	316 (31.7)	998 (100.0)	ns
		いいえ	940 (71.6)	372 (28.4)	1312 (100.0)	
	ブロック	はい	563 (69.1)	252 (30.9)	815 (100.0)	ns
		いいえ	1059 (70.8)	436 (29.2)	1495 (100.0)	
	ままごと	はい	622 (72.2)	240 (27.8)	862 (100.0)	ns
		いいえ	1000 (69.1)	448 (30.9)	1448 (100.0)	
	お絵かき	はい	873 (70.1)	373 (29.9)	1246 (100.0)	ns
		いいえ	749 (70.4)	315 (29.6)	1064 (100.0)	
	絵本	はい	614 (69.9)	265 (30.1)	879 (100.0)	ns
いいえ		1008 (70.4)	423 (29.6)	1431 (100.0)		
テレビゲーム	はい	283 (69.4)	125 (30.6)	408 (100.0)	ns	
	いいえ	1339 (70.4)	563 (29.6)	1902 (100.0)		
パズル	はい	219 (68.2)	102 (31.8)	321 (100.0)	ns	
	いいえ	1403 (70.5)	586 (29.5)	1989 (100.0)		
積み木	はい	215 (68.7)	98 (31.3)	313 (100.0)	ns	
	いいえ	1407 (70.5)	590 (29.5)	1997 (100.0)		
プラモデル	はい	32 (55.2)	26 (44.8)	58 (100.0)	*	
	いいえ	1590 (70.6)	662 (29.4)	2252 (100.0)		
その他	はい	299 (71.7)	118 (28.3)	417 (100.0)	ns	
	いいえ	1323 (69.9)	570 (30.1)	1893 (100.0)		

健康状態	質問項目	早寝早起き※			χ ² 検定	
		出来ている	出来ていない	合計		
健康状態	風邪をひきやすい	はい	353 (66.4)	179 (33.6)	532 (100.0)	*
		いいえ	1269 (71.4)	509 (28.6)	1778 (100.0)	
	顔色が悪い	はい	17 (77.3)	5 (22.7)	22 (100.0)	ns
		いいえ	1605 (70.1)	683 (29.9)	2288 (100.0)	
	疲れやすい	はい	86 (63.7)	49 (36.3)	135 (100.0)	ns
		いいえ	1536 (70.6)	639 (29.4)	2175 (100.0)	
	太りやすい	はい	71 (67.6)	34 (32.4)	105 (100.0)	ns
		いいえ	1551 (70.3)	654 (29.7)	2205 (100.0)	
	やせすぎている	はい	107 (74.3)	37 (25.7)	144 (100.0)	ns
		いいえ	1515 (69.9)	651 (30.1)	2166 (100.0)	
	たびたび歯痛を訴える	はい	23 (48.9)	24 (51.1)	47 (100.0)	**
		いいえ	1599 (70.7)	664 (29.3)	2263 (100.0)	
	たびたび下痢や腹痛を訴える	はい	80 (65.0)	43 (35.0)	123 (100.0)	ns
		いいえ	1542 (70.5)	645 (29.5)	2187 (100.0)	
たびたび頭痛を訴える	はい	10 (58.8)	7 (41.2)	17 (100.0)	ns	
	いいえ	1612 (70.3)	681 (29.7)	2293 (100.0)		
現在病気で入院又は通院している	はい	70 (76.1)	22 (23.9)	92 (100.0)	ns	
	いいえ	1552 (70.0)	666 (30.0)	2218 (100.0)		

※午後10時前に就寝し、午前8時前に起床しているもの

* : p<0.05 ** : p<0.01 ns : not significant

表4 朝食の共食状況とその他の生活習慣

質問項目		朝食の共食状況			χ ² 検定	
		子供だけ	誰かと一緒	合計		
基本属性	性別	男児	259 (22.5)	893 (77.5)	1152 (100.0)	ns
		女児	268 (24.1)	846 (75.9)	1114 (100.0)	
	クラス	満3歳児	5 (10.0)	45 (90.0)	50 (100.0)	*
		3歳児	86 (18.5)	380 (81.5)	466 (100.0)	
		4歳児	186 (23.8)	596 (76.2)	782 (100.0)	
	5歳児	249 (25.5)	726 (74.5)	975 (100.0)		
食事の状況	朝食摂取	毎日食べる	421 (21.0)	1580 (79.0)	2001 (100.0)	
		週1~2回欠食	81 (35.5)	147 (64.5)	228 (100.0)	
		週3~4回欠食	8 (42.1)	11 (57.9)	19 (100.0)	
		週1~2回しか食べない	19 (57.6)	14 (42.4)	33 (100.0)	
		朝食はとらない	3 (50.0)	3 (50.0)	6 (100.0)	
	朝食の食欲	よく食べる・普通である	230 (17.9)	1052 (82.1)	1282 (100.0)	**
	あまり・ほとんど食べない	301 (30.1)	699 (69.9)	1000 (100.0)		
夕食の食欲	よく食べる・普通である	446 (22.0)	1580 (78.0)	2026 (100.0)		
	あまり・ほとんど食べない	80 (33.5)	159 (66.5)	239 (100.0)		
生活習慣	早寝早起き※	出来ている	314 (19.6)	1289 (80.4)	1603 (100.0)	
		出来ていない	215 (31.9)	460 (68.1)	675 (100.0)	
	テレビ視聴時間	1時間未満	62 (21.8)	222 (78.2)	284 (100.0)	ns
		1時間以上2時間未満	259 (22.1)	912 (77.9)	1171 (100.0)	
		2時間以上	181 (25.0)	542 (75.0)	723 (100.0)	
	遊ぶ場所	戸外が多い	113 (21.3)	417 (78.7)	530 (100.0)	ns
どちらとも言えない		154 (23.5)	501 (76.5)	655 (100.0)		
室内が多い		259 (23.9)	823 (76.1)	1082 (100.0)		
よくする遊び	自転車	はい	302 (22.1)	1066 (77.9)	1368 (100.0)	ns
		いいえ	231 (25.1)	690 (74.9)	921 (100.0)	
	公園の遊具	はい	138 (21.7)	499 (78.3)	637 (100.0)	ns
		いいえ	395 (23.9)	1257 (76.1)	1652 (100.0)	
	砂遊び	はい	189 (21.6)	686 (78.4)	875 (100.0)	ns
		いいえ	344 (24.3)	1070 (75.7)	1414 (100.0)	
	虫取り	はい	138 (23.0)	461 (77.0)	599 (100.0)	ns
		いいえ	395 (23.4)	1295 (76.6)	1690 (100.0)	
	ボール遊び	はい	115 (19.8)	467 (80.2)	582 (100.0)	*
		いいえ	418 (24.5)	1289 (75.5)	1707 (100.0)	
	水遊び	はい	134 (22.0)	476 (78.0)	610 (100.0)	ns
		いいえ	399 (23.8)	1280 (76.2)	1679 (100.0)	
	草花つみ	はい	73 (22.5)	252 (77.5)	325 (100.0)	ns
		いいえ	460 (23.4)	1504 (76.6)	1964 (100.0)	
	鬼ごっこ	はい	49 (21.6)	178 (78.4)	227 (100.0)	ns
		いいえ	484 (23.5)	1578 (76.5)	2062 (100.0)	
	かくれんぼ	はい	62 (22.3)	216 (77.7)	278 (100.0)	ns
		いいえ	471 (23.4)	1540 (76.6)	2011 (100.0)	
	テレビ	はい	238 (24.1)	748 (75.9)	986 (100.0)	ns
		いいえ	295 (22.6)	1008 (77.4)	1303 (100.0)	
	ブロック	はい	160 (19.9)	646 (80.1)	806 (100.0)	
		いいえ	373 (25.2)	1110 (74.8)	1483 (100.0)	
	ままごと	はい	196 (23.0)	657 (77.0)	853 (100.0)	ns
		いいえ	337 (23.5)	1099 (76.5)	1436 (100.0)	
お絵かき	はい	276 (22.5)	952 (77.5)	1228 (100.0)	ns	
	いいえ	257 (24.2)	804 (75.8)	1061 (100.0)		
絵本	はい	166 (19.0)	707 (81.0)	873 (100.0)		
	いいえ	367 (25.9)	1049 (74.1)	1416 (100.0)		
テレビゲーム	はい	119 (29.5)	285 (70.5)	404 (100.0)		
	いいえ	414 (22.0)	1471 (78.0)	1885 (100.0)		
パズル	はい	59 (18.6)	259 (81.4)	318 (100.0)	*	
	いいえ	474 (24.0)	1497 (76.0)	1971 (100.0)		
積み木	はい	55 (17.7)	255 (82.3)	310 (100.0)	*	
	いいえ	478 (24.2)	1501 (75.8)	1979 (100.0)		
プラモデル	はい	9 (15.5)	49 (84.5)	58 (100.0)	ns	
	いいえ	524 (23.5)	1707 (76.5)	2231 (100.0)		
その他	はい	299 (71.7)	118 (28.3)	417 (100.0)	ns	
	いいえ	1323 (69.9)	570 (30.1)	1893 (100.0)		

健康状態	質問項目	朝食の共食状況			χ ² 検定	
		子供だけ	誰かと一緒	合計		
健康状態	風邪をひきやすい	はい	137 (26.1)	388 (73.9)	525 (100.0)	ns
		いいえ	396 (22.4)	1368 (77.6)	1764 (100.0)	
	顔色が悪い	はい	6 (28.6)	15 (71.4)	21 (100.0)	ns
		いいえ	527 (23.2)	1741 (76.8)	2268 (100.0)	
	疲れやすい	はい	41 (31.1)	91 (68.9)	132 (100.0)	*
		いいえ	492 (22.8)	1665 (77.2)	2157 (100.0)	
	太りやすい	はい	25 (24.0)	79 (76.0)	104 (100.0)	ns
		いいえ	508 (23.2)	1677 (76.8)	2185 (100.0)	
	やせすぎている	はい	52 (35.6)	94 (64.4)	146 (100.0)	**
		いいえ	481 (22.4)	1662 (77.6)	2143 (100.0)	
	たびたび歯痛を訴える	はい	17 (37.0)	29 (63.0)	46 (100.0)	*
		いいえ	516 (23.0)	1727 (77.0)	2243 (100.0)	
	たびたび下痢や腹痛を訴える	はい	40 (32.8)	82 (67.2)	122 (100.0)	*
		いいえ	493 (22.8)	1674 (77.2)	2167 (100.0)	
	たびたび頭痛を訴える	はい	3 (17.6)	14 (82.4)	17 (100.0)	
		いいえ	530 (23.3)	1742 (76.7)	2272 (100.0)	
現在病気で入院又は通院している	はい	16 (17.8)	74 (82.2)	90 (100.0)	ns	
	いいえ	517 (23.5)	1682 (76.5)	2199 (100.0)		

※午後10時前に就寝し、午前8時前に起床しているもの

* : p<0.05 ** : p<0.01 ns : not significant

保護者保有型母子保健ガイドブック評価に関する研究 ～印西市におけるリングファイル複写式健診問診票ガイドブック～

鈴木 茜 千葉県印西市中央保健センター
甲斐 友佳 千葉県印西市中央保健センター
松浦 賢長 福岡県立大学看護学部地域国際看護学
山縣 然太郎 山梨大学大学院医学工学総合研究部

本研究班で平成17年度に開発した保護者保有型複写式母子保健ガイドブックが、平成18年4月以降千葉県印西市で配布され使用している。本研究では、使用している保護者のガイドブック活用状況について把握し、本研究班で開発したガイドブックに関する評価を目的とした調査を行った。対象者へ配布（273名）し、88名（回収率32.2%）の回答が得られた。

1. 「印西市子どもガイドブックは使いやすい」は92.0%であった。
2. 「バインダー式のガイドブックは、冊子やバラのものとは比べて活用しやすい」が97.5%であった。
3. 「健診票が複写式で、保護者が記入したものが手元に保管できることのは、そうでないのと比べて良い」は93.0%であった。
4. 「印西市子どもガイドブック」に関する自由意見の記述は60名から得られ、「肯定的意見」が20名（33.3%）、「否定的意見」が13名（21.7%）、「肯定的意見と否定的意見の混同意見」が9名（15.0%）、「その他」が18名（30.0%）であった。さらに23に分類（累積は91）され、肯定的意見は5分類（37）、否定的意見は4分類（26）、その他要望等は14分類（28）であった。
5. 「健やか親子21を知っている」は8.2%であった。

今回の調査により、9割以上の保護者は母子保健ガイドブックに満足していることが伺えた。今後母子保健情報の利活用をめざしたシステムの構築において重要な一手段になりうるものと確認できた。

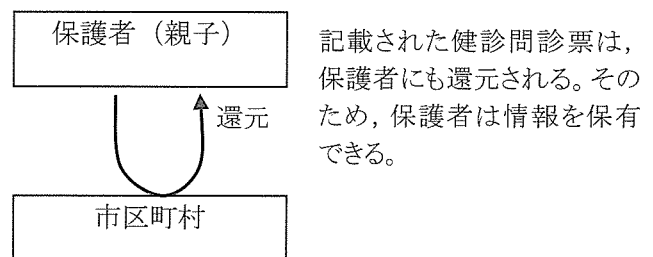
I. 目的

母子健康手帳を参考に、今までになかった事実情報を保護者の手元にも保有するモデルを開発することを目的としたリングファイル式母子保健ガイドブック（以降、ガイドブックと略す）の開発を、本研究班の平成17年度研究により行った¹⁾。

この研究によって試作されたガイドブックは、千葉県印西市にて平成18年4月より導入されており、印西市では出生時に配布している。

本研究では、千葉県印西市で平成18年4月以降配布され使用している保護者のガイドブック活用状況について把握し、本研究班で開発したガイドブックに関する評価を目的とした調査を行ったため、報告する。

II. 印西市における健診問診票の保有状況



III. 方法

1. 調査対象

千葉県印西市の平成18年4月生まれ～平成18年12月生まれの乳児の保護者を対象とした。

2. 調査方法

自記式質問票を郵送にて配布回収した。