

## 幼児のいる家庭における共食及び食事中の会話と 育児参加・生活習慣・食事の質との関連

研究分担者 衛藤 久美 (女子栄養大学 栄養学部)  
研究協力者 會退 友美 (東京家政学院大学 人間栄養学部)

### 研究要旨

目的：幼児のいる家庭の保護者の家族との共食頻度と食事中の会話頻度に影響を与える育児参加・生活習慣の要因を明らかにすること(研究1)、幼児の共食状況、保護者の共食頻度・食事中の会話頻度と食事の質との関連を明らかにすること(研究2)とした。

方法：令和2年度実施「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」データを二次利用した。有効回答者1,982名のうち保護者の同居家族との共食頻度に回答した父母1,950名(父親808名、母親1,142名)を研究1の分析対象とした。さらに幼児の共食頻度、食物摂取頻度の回答がなかった者を除いた1,863名を研究2の分析対象とした。研究1では、保護者の家族との共食頻度、食事中の会話頻度を従属変数、保護者と児の属性、家族の育児参加、生活習慣を独立変数とした階層的重回帰分析を行った。研究2では、幼児の食品摂取頻度より「健康的な食事スコア

(Healthy Diet Score : HDS)」を算出し、子どもの共食状況、保護者の共食頻度及び食事中の会話頻度別のHDS得点を、属性等の共変量で調整した共分散分析を用いて比較した。結果：【研究1】父親と母親では自身の共食頻度や食事中の会話頻度に関わる要因が異なることが示された。父親の共食頻度には、自身の年齢が高いこと、自身が食事の世話を担っていることが関連していた。母親は、生活の時間にゆとりを感じていること、健康感が高いことが共食頻度に関連していた。食事中の会話頻度には、父親では自身の年齢が高いこと、母親では食事以外の世話を自分以外の家族が担っていること、自身が子どもの食事の世話をしていること、自身の健康感が高いことが関連していた。【研究2】父親が回答者の場合、子どもが夕食を家族そろって食べる又は大人の家族の誰かと食べる家庭は、1人や子どもだけで食べる家庭に比べてHDSが有意に高かった。また、父親自身の同居家族との共食や食事中の会話が毎日の者は、それ以外の者に比べてHDSが有意に高かった。母親が回答者の場合、子どもが朝食を家族そろって食べる家庭は、1人や子どもだけで食べる家庭に比べてHDSが有意に高かった。また保護者自身の同居家族との共食や食事中の会話が毎日の者は、週5~6日や週3~4日の者に比べてHDSが有意に高かった。

結論：父親の共食や母親の食事中の会話には食事や食事以外の育児参加が関連していたが、生活習慣との関連は見られなかった。また、子どもが家族と共食をしていること、親の共食頻度や食事中の会話頻度が高いことは、子どもの健康的な食事と関連していた。

## A. 研究目的

平成 27 年度乳幼児栄養調査の結果<sup>1)</sup>より、「家族そろって食べる」又は「おとなの家族の誰かと食べる」と回答した割合は、朝食では約 7 割、夕食では約 9 割と、幼児期の子どもがいる多くの家庭において、保護者と一緒に食事をしていることが報告されている。

これまでの幼児期の子どもの共食に関する研究では、子ども自身に関する要因または母親に関する要因を検討したものが多く、父親と母親の共食頻度や状況をたずね、それぞれの要因に関する検討を行ったものはほとんどみられない<sup>2)</sup>。また筆者らは、父親と母親別に家族との共食頻度に関連する要因を調べた結果、父親と母親で関連する要因が異なることを報告した<sup>3)</sup>。この背景としては、近年、育児に積極的に関わる父親が増えているが、家事、育児に要する時間には変わらず差がみられることが考えられた。従って、幼児を持つ保護者のうち、父親と母親を分けて幼児の共食に関連する要因を検討する必要がある。さらに家族との共食頻度に関連する要因の検討に加えて、共食の質という側面から、食事中的会話に関連する要因を調べる必要があると考えた。

一方、平成 27 年度乳幼児栄養調査では、幼児の家族との共食状況について、朝食、夕食それぞれについて、“お子さんは、普段どのように食事をしていますか”と尋ね、「家族そろって食べる」「おとなの家族の誰かと食べる」「子どもだけで食べる」「一人で食べる」「その他」の中から 1 つ選択することとされていた。実際には日や曜日によって共食者が異なることが想定され、この共食者を尋ねる方法は、家族と共食する機会がどの程度あるかという頻度を捉えきれていない。幼児を対象とした共食に関する先行研

究では、共食する頻度を尋ねているものもある<sup>4)8)</sup>。

従って、乳幼児栄養調査で用いられた共食者を尋ねる方法と、先行研究で用いられていた共食する頻度を尋ねる方法のどちらがより食物摂取との関連が強いかを検討する必要がある。先行研究では、『朝夕共に家族そろって食べる』幼児と、『朝夕共に全員ではないが大人と一緒に食べる』幼児は、『子どもだけの食事がある』幼児に比べて食品多様性スコアが有意に高いことが報告されている<sup>7)</sup>が、同一集団において、共食者と共食頻度それぞれを尋ね、食物摂取や食事の質との関連を比較検討した報告は見られない。また、食事中的会話頻度と食事の質との関連に関する報告も限られている。個々の食品の摂取との関連だけではなく、食事全体としてバランスよく食べているかの食事の質との関連を検討する必要があると考えた。

以上をふまえて、本研究では以下の 2 点を明らかにすることを目的とした。

1. 保護者の共食頻度及び食事中的会話頻度に影響を与える育児参加・生活習慣の要因を明らかにする（研究 1）
2. 幼児の共食状況、保護者の共食頻度・食事中的会話頻度と食事の質との関連を明らかにする（研究 2）

## B. 方法

令和 2 年度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）で実施された「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」<sup>8)</sup>のデータを二次利用した。

## 1. 研究対象

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（以下、インターネット調査）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（C社）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、既報<sup>9)</sup>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。本研究では、続柄が「子どもの祖父母」（2名）、「同居している家族と食卓を囲むこと」の回答が「答えたくない」だった30名を除外し、研究1では1,950名（父親808名、母親1,142名）を分析対象とした。

さらに研究2では、幼児の「現在どのように朝食や夕食を食べているか」の回答が「答えたくない」だった者又は「その他」を選び自由回答で「食べていない」と回答した者19名、食品摂取頻度で1つでも「答えたくない」を選択した68名を除外し、1,863名を分析対象とした。

## 2. 解析に使用した項目

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。

### 1) 共食・食事中的の会話

幼児の共食状況は、平成27年度乳幼児栄養調査を参考に、“お子さんは、普段どのように食事をしていますか。日によって異なる場合は最も多いものを1つ選んでください。”と尋ね、家族そろって食べる、おとなの家族の誰かと食べる、子どもだけで食べる、一人で食べる、その他の5肢で回答を得た。解析の際は、子どもだけで食べる、一

人で食べる、その他は1つにまとめた。

保護者については、保護者が同居している家族と食卓を囲む頻度（以下、共食頻度）と食事中的の家族との会話（以下、食事中的の会話頻度）を用い、毎日、週5～6日、週3～4日、週1～2日、月1～2回程度、ほとんどない、全くないの7肢で回答を得た。研究1では、全くない（1点）～毎日（7点）と得点化した。研究2の解析の際には、週1～2日、月1～2回程度、ほとんどないは「週2日以下」としてまとめた。

### 2) 家族の育児参加

育児参加は、食事の世話の分担及び食事以外の身のまわりの世話の分担の2項目を用いた。それぞれの回答は、自分が中心、自分が中心で配偶者や他の家族も協力、自分と配偶者や他の家族が平等に協力、配偶者や他の家族が中心で自分も協力、配偶者や他の家族が中心の5肢で回答を得た。研究1では、自分が中心（1点）、自分が中心で配偶者や他の家族も協力（2点）、自分と配偶者や他の家族が平等に行う（3点）、配偶者や他の家族が中心で自分も協力（4点）、配偶者や他の家族が中心（5点）と得点化し、点数が高いほど自分以外の家族が担当しているよう配点した。

### 3) 保護者の生活習慣

保護者の平日の起床、就寝時刻について、起床時刻は午前6時前、午前6時台、午前7時台、午前8時台、午前9時台、午前10時以降、起床時刻は決まっていない、の7肢、就寝時刻は、午後9時前、午後9時台、午後10時台、午後11時台、午後12時台、深夜1時以降、就寝時刻は決まっていないの7肢を用いた。研究1では、午前6時前（1点）～午前10時以降（6点）と、時刻が遅いほど得点が高くなるように得点化した。就寝時刻も同様に、午後9時前（1点）～深

夜1時以降(6点)と得点化した。なお、起床・就寝時刻が決まっていなと回答した場合は、欠損値として扱い、これらの項目の解析からは除外した。

#### 4) 幼児の食品摂取及び食事の質

幼児の食品摂取頻度として、穀類、魚、肉、卵、大豆・大豆製品、野菜、果物、牛乳・乳製品、甘くない飲料、甘味飲料、菓子、カップ麺、ファストフードの13食品の摂取頻度を毎日2回以上～まだ食べていないの6段階で尋ねた。研究2では、これらを用いて、幼児の食事の質を捉える指標として、Tada et al<sup>9)</sup>の「健康的な食事スコア(Healthy Diet Score: HDS)」を、次の通りに得点化し、算出した。

穀物、野菜では毎日2回以上=4点、毎日1回=3点、週に4~6回=2点、週3回以下=1点、週1回未満=0点;魚、肉、卵、大豆・大豆製品、果物、牛乳・乳製品、お茶などの甘くない飲料では毎日1回以上を4点、週に4~6回=3点、週に1~3回=2点、週に1回未満=1点とした。これらの得点のうち、主菜にあたる魚、肉、卵、大豆・大豆製品については摂取得点の平均値を算出した。また非健康的な食品(甘味飲料、菓子、インスタントラーメンやカップ麺、ファストフード)の摂取頻度は、逆転項目として次の通り得点化した;毎日2回以上=0点、毎日1回=1点、週に4~6回=2点、週に1~3回=3点、週に1回未満=4点とした。以上の穀類、主菜を構成する食品〔平均〕、野菜、果物、牛乳・乳製品、お茶などの甘くない飲料、非健康的な食品(逆転項目)の合計得点(4~40点)をHDSとした。

#### 5) 属性

子どもについては、性別、年齢、出生順位、保護者については、子どもとの続柄、回答者

の年齢、母親の就労状況、世帯については、経済的な暮らし向き、時間的なゆとり、自身の健康感を用いた。研究1では、子どもの性別では、男児(0点)、女児(1点)とし、子どもの出生順位は第1子(1点)、第2子(2点)、第3子(3点)、第4子以降(4点)とした。母親の就労状況は、働いている(1点)、働いていない(0点)とし、わからないを選択した場合は欠損値とした。経済的な暮らし向き、時間的なゆとりに対して、全くゆとりはない/健康ではない(1点)、あまりゆとりはない/あまり健康ではない(2点)、どちらともいえない(3点)、ややゆとりがある/まあまあ健康(4点)、ゆとりがある/とても健康(5点)と得点化した。

### 3. 解析方法

研究1では、共食頻度と食事の会話頻度を従属変数とした階層的重回帰分析を行った。Step1では、保護者及び児の属性を独立変数に投入し、Step2では、家族の育児参加を追加し、Step3では保護者の生活習慣を追加投入した(強制投入法)。

研究2では、まずHDSの分布を確認し、歪度絶対値2以内であったため、正規分布していると判断した。属性別、子どもの共食状況(朝食)、子どもの共食状況(夕食)、保護者の同居家族との共食頻度、保護者の食事の会話頻度別に、HDSの平均値を比較した。平均値の差の検定には、対応のないt検定、一元配置分散分析及びTukey法による多重比較(等分散性を仮定した場合)又はウェルチの検定及びGames-Howell法による多重比較(等分散性を仮定しない場合)を用いた。さらに、母親の就労状況と子どもの年齢を共変量として投入した共分散分析及びBonferroni法による多重比較を行った。

集計する際は、項目ごとに欠損値(無回

答、無効回答、非該当)は除外して集計し、すべて父親・母親で層化して解析した。統計的検定には統計解析ソフト IBM SPSS Statistics 28.0 を用い、有意水準は5% (両側検定)とした。

#### 4. 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提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)。

### C. 結果

1. 保護者の共食頻度及び食事中的会話頻度に影響を与える育児参加・生活習慣の要因

#### 1) 保護者の共食頻度(表1-1,1-2)

父親の共食頻度には、子どもの食事の世話を自身が担っていること、自身の年齢が高いことが有意に関連していた。

母親の共食頻度では自身の生活の時間にゆとりを感じていること、自身の健康感が高いことが有意に関連しており、育児参加や生活習慣で関連する要因は見られなかった。

#### 2) 保護者の食事中的会話頻度(表2-1,2-2)

父親では、自身の年齢が高いことのみが食事中的会話頻度の高さに有意に関連していた。

母親では、自身の健康感が高いこと、食事の世話を自身が担っていること、食事以外の世話を家族が担っていることが食事中的会話頻度の高さに有意に関連しており、食事の世話の影響力が最も大きかった。

2. 幼児の共食状況、保護者の共食頻度、食事中的会話頻度と食事の質との関連(表3、4)

食事の質(HDS)の分布は、平均値31.1点、標準偏差4.3点であった。

属性別にHDSを比較した結果、回答者が父親よりも母親で、母親が働いている者よりも働いていない者で平均値が有意に高かった。また子どもの年齢でも有意な差が見られ、2歳が最も平均値が高かった。

父親が回答者の場合、共変量で調整した共分散分析の結果、夕食を家族そろって食べる又は大人の家族の誰かと食べる子どもは、1人や子どもだけで食べる子どもに比べて、HDSが有意に高かった。また、自身の同居家族との共食頻度が毎日の者、食事中的会話頻度が毎日の者は、それぞれ、それ以外の者に比べて、HDSが有意に高かった。

母親が回答者の場合、共変量で調整した共分散分析の結果、朝食を家族そろって食べる子どもは、1人や子どもだけで食べる子どもに比べて、HDSが有意に高かった。また、自身の同居家族との共食頻度が毎日の者は、週5~6日や週3~4日の者に比べて、HDSが有意に高く、食事中的会話頻度が毎日の者はそれ以外の者に比べてHDSが有意に高かった。

### D. 考察

本研究では、幼児をもつ保護者の家族との共食頻度や食事中的会話頻度に関わる父親と母親別の要因の検討と、共食や食事中

の会話と健康的な食事スコアとの関連を検討した。

#### 1) 共食頻度及び食事中の会話頻度に影響する要因

父親の共食頻度には、自身の年齢が高いこと、子どもの食事の世話に自身が関わっていることが関連していた。母親の就労状況を考慮しても、子どもの食事の世話が関連していたことから、育児に積極的に関わっている父親であることが予想される。先行研究においても、幼児の朝食共食頻度には、父親が子育てに積極的に参加していることが関連していると報告がある<sup>4)</sup>ことから、父親の子育てへの関わり方が家族との共食と関連することが考えられる。

次に、食事中の会話頻度においては、父親は年齢のみで関連がみられた。子どもの出生順位や子どもの年齢を調整しても関連がみられたことから、父親自身の精神的な余裕が増えることによる会話の増加が推察される。今後、さらに父親の食事中の会話に関連する要因を収集していく必要がある。

一方、母親の共食頻度には、自身の生活の時間にゆとりを感じていることや自身の健康感との関わりがみられた。母親の就労状況や子どもの年齢等を調整しても、時間的なゆとりを感じていることが共食頻度に関連していた。このことから、子どもとの共食を増やすために、母親が時間的ゆとりを感じる背景要因をさらに検討する必要がある。

また、食事中の会話頻度が高い母親は、自身の健康感が高く、自身以外の家族が子どもの食事以外の世話を担い、自身が子どもの食事の世話を担っていることが示された。母親の子育て分担比率は、母親が「8~9割」である家庭が最も多いと示されている<sup>10)</sup>。また、夫や祖父母が育児の相談相手として認知している母親は育児不安が低く、相談

できる相手の種類が多い母親において育児不安が低いことが報告されている<sup>11)</sup>。これらをふまえると、自身が子どもの食事の世話を中心的に行うが、他の世話を自身以外の家族が担うことにより、精神的に余裕が生まれ、食事中に会話をすることを促進する可能性がある。母親が一人で子育てを担っていると感じないような家族支援のあり方が必要であるといえる。さらに、家族全体で子どもの生活を考え、協力して子どもの食事を支援することの重要性が示唆された。

以上の結果より、父親と母親では共食頻度や食事中の会話頻度に関連する属性や育児参加の要因が異なることが示唆された。特に父親では年齢が高いこと、母親では自身が健康であると感じていることが、共食と食事中の会話に関連していた。さらに、育児参加は父親の共食頻度に、母親の食事中の会話頻度に関連していた。一方、生活習慣は父親も母親も共食頻度や食事中の会話との有意な関連は見られなかった。今回行った階層的重回帰分析の結果、一部の要因との有意な関連は見られたものの、各 Step の決定係数が低かったことから、共食頻度や食事中の会話頻度には今回取り上げていない他の要因も関連していることが考えられる。今後、他の要因も含めてさらに検討が必要である。

#### 2) 共食・食事中の会話と食事の質の関連

幼児の共食状況も、保護者の共食頻度も、幼児の食事の質と関連していることが明らかとなった。共食状況と食事の質との関連では、父親か回答者の場合は夕食を大人も含めた家族と一緒に食べることが、母親が回答者の場合は、朝食を家族そろって食べることが食事の質の高さに関連しており、父親と母親で関連が少し異なった。共食頻度と食事の質との関連では、父親、母親共通

して、毎日家族と一緒に食べている者はそれ以下の頻度の者に比べて、子どもの食事の質が高かった。従って、今後幼児のいる家庭における共食を捉える際には、誰と一緒に食べるかという共食状況よりも、家族と一緒に食事をする共食頻度がどのくらいかを尋ねた方が、食事内容との関連でより望ましいかもしれない。本研究では、共食頻度は保護者についてのみ尋ねており、幼児からみた家族との共食頻度は尋ねていないため、今後さらなる検討が必要である。

また、保護者の共食頻度と同様に、保護者の食事中の会話の頻度が高いことは、父親、母親共に、食事の質の高さと関連が見られた。保護者の視点でとらえた食事中的の会話であるため、子どもがどの程度会話に入っていたかは把握しきれていないが、子どもと一緒に食事をしている場合は、子どもも会話に参加していた可能性がある。今後は、保護者も子どもも含めて、一緒に食事をしてきた者が会話をしていたかを捉える必要がある。

## E. 結論

本研究では、幼児をもつ父親、母親では、家族との共食頻度と食事中的の会話頻度について、それぞれ関連する要因が異なった。父親の共食や母親の食事中的の会話には食事や食事以外の育児参加が関連していたが、生活習慣との関連は見られなかった。また、子どもが誰か家族と食事をしていること、親の共食頻度が高いことや食事中的の会話頻度が高いことは、子どもの健康的な食事と関連していることが示された。

## 参考文献

1) 厚生労働省：平成 27 年度乳幼児栄養調査結果の概要  
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuit>

[e/bunya/0000134208.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuit/e/bunya/0000134208.html) (2023 年 3 月 27 日アクセス)

2) 會退友美, 衛藤久美. 共食行動と健康・栄養状態ならびに食物・栄養摂取との関連—国内文献データベースとハンドサーチを用いた文献レビュー—. 日本健康教育学会誌. 2015 ; 23 : 279-289

3) 衛藤久美, 會退友美. 幼児をもつ保護者の家族との共食頻度と育児参加、食事づくり行動及び子どもの食物摂取頻度との関連—父親と母親の違い—. 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 3 年度総括・分担研究報告書. 2022 : 127-145.

4) 會退友美, 市川三紗, 赤松利恵. 幼児の朝食共食頻度と生活習慣および家族の育児参加との関連. 栄養学雑誌. 2011 ; 69 : 304-311.

5) 森脇弘子, 戎淳子, 前大道教子, 他. 3 歳児と保護者の食生活と共食頻度との関連. 日本食生活学会誌. 2009 ; 20 : 68-73.

6) 黒川通典, 角谷千尋, 吉田幸恵, 他. 乳幼児の朝食と夕食の共食頻度とその関連要因. 医学と生物学. 2013 ; 157 : 170-175.

7) 衛藤久美, 石川みどり. 幼児がいる家庭における共食状況と健康状態及び食物摂取頻度との関連. 日本健康教育学会誌. 2022 ; 30 : 218-229.

8) 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. 2021: 77-107

9) Tada Y et al. Mealtime Regularity Is Associated with Dietary Balance among Preschool Children in Japan—A Study of Lifestyle Changes during the COVID-19 Pandemic. *Nutrients*. 2022; 14: 2979 doi: 10.3390/nu14142979

10) ベネッセ教育総合研究所. 乳幼児の生活と育ちに関する調査 2017-2020 [0~3歳児期] ダイジェスト版. 2021: 16.

[https://berd.benesse.jp/up\\_images/research/2017-2020\\_Nyuyouji.pdf](https://berd.benesse.jp/up_images/research/2017-2020_Nyuyouji.pdf) (2023年3月31日アクセス)

11) 山崎さやか他. 乳幼児を持つ母親の育児不安と日常の育児相談相手との関連: 健やか親子21最終評価の全国調査より. *日本公衆衛生雑誌*. 2018; 65: 334-346

## F. 健康危機情報

なし

## G. 研究発表

### 1. 論文発表

1) 衛藤久美, 石川みどり. 幼児がいる家庭における共食状況と健康状態及び食物摂取頻度との関連. *日本健康教育学会誌*. 2022; 30: 218-229.

2) Tada Y, Ueda Y, Sasaki K, Sugiura S, Suzuki M, Funayama H, Akiyama Y, Haraikawa M, Eto K. Mealtime Regularity Is Associated with Dietary Balance among Preschool Children in Japan—A Study of Lifestyle Changes during the COVID-19 Pandemic. *Nutrients*. 2022; 14: 2979. doi: 10.3390/nu14142979.

3) Eto K, Sakamoto T, Ainuki T. A Review on Eating Together and Its Health, Diet, and Lifestyle Influences among

Japanese. *J Nutr Sci Vitaminol (Tokyo)*. 2022;68(Supplement):S52-S54.

### 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)

なし



表 1-1 父親の家族との共食頻度に対する属性・育児参加・生活習慣の関連

独立変数		Step1 $\beta$	Step2 $\beta$	Step3 $\beta$
属性	子どもの性別	0.030	0.036	0.036
	子どもの年齢	-0.062	-0.061	-0.062
	出生順位	-0.031	-0.028	-0.027
	母親の就労状況	-0.017	-0.009	-0.008
	自身の年齢	0.102 **	0.102 **	0.104 **
	経済的な暮らし向き	0.062	0.060	0.059
	時間的なゆとり感	0.045	0.041	0.042
	自分の健康感	0.060	0.065	0.055
育児参加	食事の世話の分担		-0.102 *	-0.097 *
	食事以外の世話の分担		0.037	0.041
生活習慣	平日の起床時刻			-0.031
	平日の就寝時刻			-0.064
R <sup>2</sup> /調整済み R <sup>2</sup>		0.029/0.019	0.036/0.023	0.042/0.027
$\Delta R^2$		0.029 **	0.007	0.006

\*p<0.05,\*\*p<0.01

独立変数: Step1 は属性、Step2 は属性と育児参加、Step3 は属性、育児参加、生活習慣の各変数とし、従属変数: 家族との共食頻度とした階層的重回帰分析を行った。

表 1-2 母親の家族との共食頻度に対する属性・育児参加・生活習慣の関連

独立変数		Step1 $\beta$	Step2 $\beta$	Step3 $\beta$
属性	子どもの性別	-0.037	-0.036	-0.036
	子どもの年齢	0.007	0.009	0.007
	出生順位	0.051	0.051	0.046
	母親の就労状況	0.054	0.054	0.060
	回答者年齢	-0.017	-0.019	-0.022
	経済的な暮らし向き	-0.037	-0.038	-0.037
	時間的なゆとり感	0.120 **	0.119 **	0.121 **
	自分の健康感	0.070 *	0.071 *	0.071 *
育児参加	食事の世話の分担		-0.034	-0.030
	食事以外の世話の分担		0.038	0.036
生活習慣	平日の起床時刻			-0.037
	平日の就寝時刻			0.013
R <sup>2</sup> /調整済み R <sup>2</sup>		0.029/0.021	0.030/0.020	0.031/0.020
$\Delta R^2$		0.029 **	0.001	0.001

\*p<0.05,\*\*p<0.01

独立変数: Step1 は属性、Step2 は属性と育児参加、Step3 は属性、育児参加、生活習慣の各変数とし、従属変数: 家族との共食頻度とした階層的重回帰分析を行った。

表 2-1 父親の家族との食事中の会話頻度に対する  
属性・育児参加・生活習慣の関連

独立変数		Step1	Step2	Step3
		$\beta$	$\beta$	$\beta$
属性	子どもの性別	0.041	0.040	0.040
	子どもの年齢	-0.052	-0.056	-0.056
	出生順位	-0.048	-0.049	-0.049
	母親の就労状況	-0.012	-0.018	-0.018
	回答者年齢	0.074	0.075 *	0.074 *
	経済的な暮らし向き	0.061	0.065	0.065
	時間的なゆとり感	0.021	0.021	0.024
	自分の健康感	0.036	0.041	0.038
育児参加	食事の世話の分担		-0.049	-0.047
	食事以外の世話の分担		0.079	0.081
生活習慣	平日の起床時刻			-0.033
	平日の就寝時刻			-0.009
R <sup>2</sup> /調整済み R <sup>2</sup>		0.019/0.008	0.023/0.009	0.024/0.008
$\Delta R^2$		0.019	0.004	0.001

\*p<0.05,\*\*p<0.01

独立変数: Step1 は属性、Step2 は属性と育児参加、Step3 は属性、育児参加、生活習慣の各変数とし、従属変数: 家族との食事中の会話頻度とした階層的重回帰分析を行った。

表 2-2 母親の家族との食事中の会話頻度に対する  
属性・育児参加・生活習慣の関連

独立変数		Step1	Step2	Step3
		$\beta$	$\beta$	$\beta$
属性	子どもの性別	-0.017	-0.012	-0.013
	子どもの年齢	0.009	0.010	0.011
	出生順位	0.044	0.041	0.035
	母親の就労状況	0.032	0.024	0.027
	回答者年齢	-0.010	-0.016	-0.019
	経済的な暮らし向き	-0.029	-0.030	-0.029
	時間的なゆとり感	0.016	0.016	0.020
	自分の健康感	0.101 **	0.097 **	0.102 **
育児参加	食事の世話の分担		-0.125 **	-0.119 **
	食事以外の世話の分担		0.085 *	0.080 *
生活習慣	平日の起床時刻			-0.043
	平日の就寝時刻			0.052
R <sup>2</sup> /調整済み R <sup>2</sup>		0.014/0.006	0.023/0.014	0.026/0.015
$\Delta R^2$		0.014	0.009 **	0.003

\*p<0.05,\*\*p<0.01

独立変数: Step1 は属性、Step2 は属性と育児参加、Step3 は属性、育児参加、生活習慣の各変数とし、従属変数: 家族との食事中の会話頻度とした階層的重回帰分析を行った。

表 3 属性による食事の質スコアの比較

			HDS				
			n	平均	SD	p値	多重比較
全体			1863	31.1	4.3	-	-
子ども	性別	男児	930	31.0	4.3	0.272	-
		女児	933	31.2	4.3		
	年齢	2歳	254	32.1	4.5	<0.001	2歳>3,6歳
		3歳	298	30.5	4.5		
		4歳	365	31.2	4.0		
		5歳	463	31.2	4.2		
		6歳	483	30.9	4.3		
出生順位	第1子	1171	31.3	4.4	0.048		
	第2子	503	30.9	4.1			
	第3子	179	30.5	4.2			
	第4子以降	25	30.0	4.9			
保護者	子どもとの続柄	父親	771	30.3	4.4	<0.001	-
		母親	1092	31.7	4.1		
	母親の就労状況	働いている	1021	30.9	4.3	0.013	-
働いていない	834	31.4	4.2				

HDS: 健康的な食事スコア、SD: 標準偏差

平均値の差の検定: 2群間の比較には対応のないt検定を、3群間以上の比較には一元配置分散分析及び多重比較(Tukey法)を用いた

表4 共食状況・共食頻度・食事中的会話頻度別  
健康的な食事スコアの比較

回答者	健康的な食事スコア(HDS)										
	一元配置分散分析 <sup>1</sup>					共分散分析 <sup>2</sup>					
	n	平均値	SD	p値	多重比較	調整平均値	SE	p値	多重比較		
父親 (n=771)	子どもの共食状況 (朝食)	a 家族そろって食べる	354	30.8	4.4	<b>0.028</b>	a>c	30.8	0.2	<b>0.048</b>	
		b 大人の家族の誰かと食べる	308	30.1	4.1			30.2	0.3		
		c 子どもだけ/1人/その他	109	29.6	4.8			29.8	0.4		
	子どもの共食状況 (夕食)	a 家族そろって食べる	465	30.4	4.4	<b>0.002</b>	a,b>c	30.5	0.2	<b>0.001</b>	a,b>c
		b 大人の家族の誰かと食べる	286	30.5	4.2			30.6	0.3		
		c 子どもだけ/1人/その他	20	27.0	5.2			26.8	1.0		
	保護者の同居家族との共食頻度	a 毎日	441	31.1	4.2	<b>&lt;0.001</b>	a>b,c,d	31.2	0.2	<b>&lt;0.001</b>	a>b,c,d
		b 週5~6日	129	29.7	4.0			29.7	0.4		
		c 週3~4日	97	29.1	4.5			29.3	0.4		
		d 週2日以下	104	28.9	4.8			29.2	0.4		
	保護者の食事中的会話頻度	a 毎日	471	31.2	4.0	<b>&lt;0.001</b>	a>b,c,d	31.2	0.2	<b>&lt;0.001</b>	a>b,c,d
		b 週5~6日	114	29.4	4.1			29.6	0.4		
c 週3~4日		86	29.4	4.6			29.3	0.4			
d 週2日以下		105	28.1	5.1			29.0	0.4			
母親 (n=1092)	子どもの共食状況 (朝食)	a 家族そろって食べる	351	31.9	4.2	<b>0.006</b>	a,b>c	31.9	0.2	<b>0.006</b>	a>c
		b 大人の家族の誰かと食べる	508	31.9	4.0			31.9	0.2		
		c 子どもだけ/1人/その他	233	30.9	3.9			30.9	0.3		
	子どもの共食状況 (夕食)	a 家族そろって食べる	590	31.5	4.0	0.150		31.5	0.2	0.154	
		b 大人の家族の誰かと食べる	450	32.0	4.2			32.0	0.2		
		c 子どもだけ/1人/その他	52	31.3	3.7			31.3	0.6		
	保護者の同居家族との共食頻度	a 毎日	811	32.0	3.9	<b>0.003</b>	a>b,c	32.0	0.1	<b>&lt;0.001</b>	a>b,c
		b 週5~6日	130	30.8	4.5			30.7	0.4		
		c 週3~4日	54	30.1	5.0			30.1	0.6		
		d 週2日以下	97	31.5	4.3			31.5	0.4		
	保護者の食事中的会話頻度	a 毎日	891	32.0	3.9	<b>&lt;0.001</b>	a>b,c,d	32.0	0.1	<b>&lt;0.001</b>	a>b,c,d
		b 週5~6日	104	30.7	4.6			30.7	0.4		
c 週3~4日		47	29.3	4.4			29.9	0.5			
d 週2日以下		60	29.9	4.9			31.5	0.4			

HDS: 健康的な食事スコア、SD: 標準偏差、SE: 標準誤差

1 等分散性を仮定した場合は一元配置分散分析及び多重比較(Tukey法)、等分散性を仮定しない場合はウェルチの検定及び多重比較(Games-Howell法)を用いた

2 共分散分析: 共変量に母親の就労(働いている=1,働いていない=0)、子どもの年齢を投入した。多重比較はBonferroni法を用いた。