幼児の母親における育児および家族機能が調理に関する認知的評価に与える影響

桜美林大学健康心理・福祉研究所
荒木 みさこ

桜美林大学リベラルアーツ学群
鈴木 平

日本大学商学部
越澤 亮

Effect of parenting and family functioning on cognitive appraisal of mothers' food preparation

Misako Araki^{a)}, Taira Suzuki^{b)} and Ryo Koshizawa^{c)}

^{a)} Health Psychology and Welfare Research Institute, J. F. Oberlin University,

^{b)} College of Arts and Sciences, J. F. Oberlin University,

^{c)} College of Commerce, Nihon University)

This study was designed to investigate relationships between cognitive appraisal of food preparation by mothers with child-rearing and family relationships. Mothers of kindergarten-aged children in the Tokyo metropolitan area ($N=857$) responded to a survey comprising five scales: the Cognitive Appraisal Scale of Preparing Food, the Parenting Strain Index, the Resilience Scale in Parenting, the Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale, and a scale of support from the husband. Results of a multiple regression analysis indicated that the parenting stress in mothers was positively associated with the burden of food preparation and interest in food safety. Parenting resilience was also negatively associated with the burden of food preparation and positively associated with enjoyment of food preparation. Additionally, family functioning was positively associated with mothers' enjoyment in food preparation. It is concluded that improving the living environment of the mother including child-rearing and family relationships provided children with good eating habits. We hope that these results will lead to improvements in "Shoku-Iku" of children.

Key words: dietary behavior, mothers' cognitive appraisal, parenting, family

問題と目的

日本の食育は、栄養学的知見からの教育にとどまらず、心の豊かさを含めた情操教育であり、諸外国には類をみない独自のものであるといえる。食育に関する各省庁の取り組みは、啓蒙活動、栄養教諭制度、身体健康や保育、農業生産者との交流、食品廃棄物の削減などの消費者教育、食品に関する講義や広報誌の作成など、多岐にわたり実施されている（内閣府，2012）。食育はどの年代においても必要であるが、とくに子どもに対する食育は、心身の成長および人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯に健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となる（内閣府，

2005）。これまでも、子どもに対する食育について多くの研究がなされており、幼稚園や保育所、家庭など広範囲で実施され、食育の内容也多岐に渡る（e.g., 伊東・竹内・鈴木，2007；曾根，2006）。そこで、荒木・山口（2012）は、幼児の家庭における食育に焦点をあて、家庭で母親が行う食育は、“食の健康教育を意識し、幼児に対して行う食の健康教育と躾”であると定義づけている。

家庭での食行動を概観すると、主に母親が家庭において食事関連の役割を担っており、毎日食事の支度を行い、家族の食生活を管理している（伊藤・入澤・沖田，2003）。そのため、母親は食事に関する関心や悩みが多く、ストレスが生じていることや（浦上・堤・岡本，1998）、日常の家事を負担に感じていることが

多い（渡邊・糖塚・児玉，2005）。しかしその一方で、調理をすることは、自己の内面の意識化、カタルシス作用、創作意欲と満足感が得られることも示されている（大槻・横山，2012）。また、Kanner & Lazarus（1981）のデイリーハッスルとデイリーアップリフトの尺度では、食事の支度としてデイリーハッスルとデイリーアップリフトの両方が該当することを示している。デイリーハッスルとは、マイナーで煩わしい、日常で遭遇するありふれた不快な出来事であり、デイリーアップリフトは、日常で起こる些細な出来事であるが、快適で肯定的な満足のいく出来事である（Lazarus & Folkman, 1984）。このように、食事や調理に関しては、ネガティブな影響とポジティブな影響があり、その両方が同時に存在している。そこで、荒木・鈴木（2014）は、調理に関するデイリーハッスルとデイリーアップリフトに着目し、尺度開発を行い、調理に関する認知的評価尺度を開発した。調理に関する認知的評価尺度は、食事に関するデイリーハッスルに相当する“調理の負担感”、食に関するデイリーアップリフトに相当する“調理の楽しさ”、食物への危惧や心身への影響についての“安全性への関心”によって構成されている。出来事の有無によって評定されるライフイベントとは異なり、デイリーハッスルは個人の認知的評価に焦点をあて、出来事をどのように感じているかといった要因が考慮されていることから（夏目，1999）、母親が日常で調理をどのように感じているかを重視した尺度である。したがって、調理に関する認知的評価とは、母親がデイリーハッスルとデイリーアップリフトの観点から調理をどのように捉えているのかを表している。これまでに、デイリーハッスルに相当する調理の負担感は、家庭の食育の行動を抑制し、デイリーアップリフトに相当する調理の楽しさは、家庭の食育を促進する可能性が報告されている（荒木・鈴木，2014）。したがって、母親が調理に関する認知的評価をどのようにするかによって、幼児に提供する食生活が異なる可能性が示唆される。

調理は、日常生活の中で行われる行動である。そのため、調理に関する認知的評価に影響を与える要因として、身近な育児と家族関係があげられる。幼児の母親は、育児ストレスを日常生活で感じている（*e.g.*, 渡邊・石井，2009）。育児不安が、子どもの食物選択の幅の狭さや、子どもの食事の気の散りやすさに影響を与えており（長谷川・今田，2004）、子どもの食に対するストレスや料理に関するストレスは、育児ストレスの一環として扱われている（*e.g.*, 松村・植村・三浦・野口・小川・舟越・榮，2005）。その一方で、子育てに関するレジリエンスは、育児ストレスと関連しており（尾野・奥田・茂木，2012）、レジリエンスは日常的なデイリーハッスル、デイリーアップリフトに関連していることが報告されている（平野，2012；

長内・古川，2005）。このように、子どもがいる母親にとって、育児は日常生活と切り離すことのできないものであり、育児に関するストレスやレジリエンスの程度が、日常的な調理に関する認知的評価にも影響していると考えられる。

また、家族は最も身近な存在であり、家庭における食育を考えた場合、家族との共食は、父親が積極的に取り組める食育の活動である（岡田，1998）。しかし、共食は、ただ単に家族で食事をすれば良いものではない。家族機能の低い両親の子どもは、孤食する傾向にあり（松本・木村，2001）、家族のバランスが良いと、共食が精神的な支援としての機能を果たすが、両親と子どもの間に距離があったり、両親間に距離がある家族は、食事中に互いに干渉しない方が支援の機能を果たしていると指摘されている（井上・宮崎，2013）。このように、どのような家族関係にあるかによって、家庭の食育が異なっており、母親の調理に関する認知的評価も異なると考えられる。さらに、幼児の母親は、配偶者や近親者によるソーシャル・サポートを受けることで、ストレスを軽減することが報告されている（渡邊・石井，2009）。食行動に関しても同様であり、家族の協力や柔軟な対応力などが、どのように機能しているかによっても、母親の調理に関する認知的評価が異なるものと考えられる。核家族化が進んだ現代の家族形態では（厚生労働省，2012）、家族の中でも夫からのサポートは重要であり、幼児の母親は、料理や子どもの食事に対して、夫からのサポートを望んでいる者も多い。そのため、日常での夫からのソーシャル・サポートの程度によっても、調理に関する認知的評価が異なることが考えられる。

そこで本研究では、調理に関する認知的評価と、育児および家族関係との関連性を検討することを目的とする。育児に関するストレスが高いと調理の負担感が高く、レジリエンスが高いと調理の楽しさが高いことが考えられる。また、家族機能と夫からのソーシャル・サポートが高いと調理の楽しさが高いことが考えられる。以上のことが明らかになることによって、母親の調理に関する認知的評価を決定づける育児および家族関係の内容を示すことができ、幼児における食環境の充実に繋がることが期待される。

方 法

本調査のデータ収集方法については、荒木・鈴木（2014）と同様であり、調査内容の一部はすでに報告している。

調査期間

2011年11月から12月に調査を行った。

調査対象者

全日本私立幼稚園連合会を通して紹介された幼稚園に、調査趣旨を説明し、調査に同意が得られた首都圏の私立幼稚園9園（東京都3園、千葉県2園、神奈川県2園、埼玉県2園）を対象幼稚園とした。対象幼稚園に子どもを通わせている母親を調査対象者とした。配布数は約1,600部、回収は857部（回収率：約54%）であった。

質問紙構成

日常の食に関する母親の認知的評価に関する項目 調理に関する認知的評価尺度を使用した（荒木・鈴木, 2014）。調理に関する認知的評価尺度は、「調理の負担感（4項目）」、「調理の楽しさ（4項目）」、「安全性への関心（4項目）」の3つの下位尺度で構成されており、質問は12項目、回答は4件法であった。尺度の信頼性と妥当性は、荒木・鈴木（2014）によって検証されており、 α 係数は.70から.76であった。

育児ストレスに関する項目 育児ストレス認知尺度（中嶋・斉藤・岡田, 1999a, 1999b；種子田・桐野・矢嶋・中嶋, 2004）を使用した。育児ストレス認知尺度は、「自身の社会的役割活動に関する制限（4項目）」、「育児に対する拒否感情（4項目）」、「育児に伴う経済的逼迫感（4項目）」、「育児に対する拒否感情（4項目）」の4つの下位尺度で構成されており、質問は16項目、回答は5件法であった。尺度の信頼性と妥当性は、種子田他（2004）によって検証されており、 α 係数は.90であった。

子育てレジリエンスに関する項目 子育てレジリエンス尺度（尾野他, 2012）を使用した。子育てレジリエンス尺度は、「ペアレンタル・スキル（11項目）」、「ソーシャル・サポート（9項目）」、「母としての肯定感（8項目）」の3つの下位尺度で構成されており、質問は28項目、回答は4件法であった。尺度の信頼性と妥当性は、尾野他（2012）によって検証されており、 α 係数は.91であった。

家族関係に関する項目 家族機能測定尺度（草田・岡堂, 1993；草田, 1995）を使用した。家族機能測定尺度は、「凝集性（10項目）」、「適応性（10項目）」の2つの下位尺度で構成されており、質問は20項目、回答は5件法であった。尺度の信頼性と妥当性は、草田（1995）によって検証されており、 α 係数は.74から.88であった。

夫からのソーシャル・サポートに関する項目 育児ストレイン尺度（坂間, 2000）の下位尺度である、「夫からのサポート感」を使用した。質問は4項目、回答は4件法であった。尺度の信頼性と妥当性は、坂間（2000）によって検証されており、 α 係数は.88であった。

倫理的配慮

第一著者が所属していた都内A大学研究倫理委員会において、倫理審査を受け、承認を得てから調査を行った。対象幼稚園には、調査趣旨を説明したのち、調査依頼文と調査用紙を郵送し承諾を得た。調査対象者にも、調査趣旨を説明した調査依頼文を配布し、調査用紙には協力は自由意志に基づくこと、協力しなくても不利益にならないこと、匿名化しID番号で管理すること、個人の機密が漏洩しないように十分に配慮することなどを再明記した。また、調査は留置法で行い、回答をもって調査の同意とみなした。

分析方法

調理に関する認知的評価尺度と子育てレジリエンス尺度、育児ストレス認知尺度、家族機能測定尺度、夫からのサポート感とのPearsonの積率相関係数の算出をした。また、調理に関する認知的評価尺度を従属変数とした重回帰分析により、調理に関する認知的評価と子育てレジリエンス、育児ストレス、家族機能、夫からのサポート感との関連性の検討を行った。

結果

記述統計

対象者となった母親の平均年齢は 36.66 ± 4.29 歳、園児の平均年齢は $4.75 \pm .85$ 歳であった。母親の年齢、園児の年齢、園児の性別、家族形態についての人数と割合は、Table 1の通りであった。

相関係数の算出

まず、調理に関する認知的評価尺度の下位尺度と、育児ストレス認知尺度の合計得点（以下、育児ストレス）、子育てレジリエンス尺度の合計得点（以下、子育てレジリエンス）、家族機能測定尺度の合計得点（以下、家族機能）、夫からのサポート感尺度を用いて、Pearsonの積率相関係数による相関関係の検討を行った（Table 2）。その結果、「調理の負担感」と育児ストレスは有意な正の相関を示し（ $r=.42$ ）、子育てレジリエンス、家族機能とは有意な負の相関を示した（ $r=-.36$, $r=-.28$ ）。一方、「調理の楽しさ」では、育児ストレスと有意な負の相関を示し（ $r=-.21$ ）、子育てレジリエンス、家族機能とは有意な正の相関を示した（ $r=.39$, $r=.33$ ）。夫からのサポート感については、いずれの尺度とも相関はみられなかった。また、調理に関する認知的評価尺度の下位項目である「安全性への関心」は、どの尺度とも有意な相関はみられなかった。

Table 1 記述統計

母親の年齢	人数	%
20～29 歳	41	4.78
30～34 歳	196	22.87
35～39 歳	360	42.01
40～44 歳	190	22.17
45 歳以上	20	2.33
無記名	50	5.83
園児年齢	人数	%
3 歳	52	6.07
4 歳	268	31.27
5 歳	331	38.62
6 歳	168	19.60
無記名	38	4.43
園児の性別	人数	%
男	412	48.07
女	385	44.92
無記名	60	7.00
家族形態	人数	%
単独世帯	757	88.33
夫の親と同居	42	4.90
妻の親と同居	30	3.50
無記名	28	3.27

Table 2 調理に関する認知的評価尺度と育児ストレス、子育てレジリエンス、家族機能、夫からのサポート感に関する Pearson の積率相関係数

	調理の 負担感	調理の 楽しさ	安全性への 関心
育児ストレス認知	.42**	-.21**	.15
子育てレジリエンス	-.36**	.39**	-.01
家族機能	-.28**	.33**	.08
夫からのサポート感	-.19	.16	.01

** $p < .01$

Table 3 調理に関する認知的評価尺度と、育児ストレス、子育てレジリエンス、家族機能、夫からのサポート感による重回帰分析

	調理の負担感		調理の楽しさ		安全性への関心	
	B	β	B	β	B	β
育児ストレス	.09	.32**	-.01	-.05	.05	.18**
子育てレジリエンス	-.04	-.18**	.07	.29**	.00	.00
家族機能	-.03	-.10	.05	.19**	.04	.14
夫からのサポート感	.00	.00	-.04	-.05	-.01	-.01
R^2	.23		.18		.04	

** $p < .01$

B=標準化されていない回帰係数 β =標準化済みの回帰係数

調理に関する認知的評価尺度を従属変数とした重回帰分析

最後に、育児ストレス、子育てレジリエンス、家族機能、夫からのサポート感を独立変数とし、調理に関する認知的評価尺度の下位尺度を従属変数とした、重回帰分析を行った (Table 3)。なお、多重共線性の問題について、VIF (Variance Inflation Factor) が 10 未満であり、許容度が .25 以上であることを確認し、全ての検討において多重共線性はみられなかった。また、親の年齢、就業形態、食に関する資格の有無、最終学歴、子供の性別は独立変数とも従属変数とも関連がみられなかったため、調整は行わなかった。調理の負担感を従属変数にした重回帰分析において、 $R = .46$, $R^2 = .23$, ($F(3, 700) = 50.90$, $p < .01$) であった。標準変回帰係数 β は、育児ストレスは $\beta = .32$ ($p < .01$) で有意な正の関連があり、子育てレジリエンスは $\beta = -.18$ ($p < .01$) で有意に負の関連がみられたが、家族機能と夫からのサポート感においては有意な関連はみられなかった。調理の楽しさを従属変数にした重回帰分析において、 $R = .43$, $R^2 = .18$, ($F(3, 713) = 39.37$, $p < .01$) であった。標準変回帰係数 β は、子育てレジリエンスは $\beta = .29$ ($p < .01$)、家族機能は $\beta = .19$ ($p < .01$) で有意な正の関連がみられたが、育児ストレスと夫からのサポート感においては有意な関連はみられなかった。安全性への関心を従属変数にした重回帰分析において、 $R = .20$, $R^2 = .04$, ($F(3, 700) = 6.89$, $p < .01$) であった。標準変回帰係数 β は、育児ストレスは $\beta = .18$ ($p < .01$) で有意な正の関連がみられたが、子育てレジリエンス、家族機能、夫からのサポート感においては有意な関連はみられなかった。

考 察

調理の負担感は、重回帰分析において、育児ストレスおよび子育てレジリエンスとの関連を示していた。家庭内に生きがいを求める母親は、育児不安が高い傾

向にあり(数井・無藤・園田, 1996), 母親の育児ストレスの一部として, 子どもに対する食行動の問題がストレスとなり得る(e.g., 松村他, 2005)。幼児の約70%に偏食がみられ, 偏食のある子どもの母親は献立に負担を感じており(曾根, 2006), 子どもに対する食物アレルギーの心配が強い母親は, 育児ストレスを強く感じている傾向にある(立松・市江, 2007)。このように, 育児ストレスが高い母親は, 子どもに対する親意識や責任感が強いから, 子どもの食行動の問題を改善したいという思いから, アレルギー食品の除去や偏食をなくすための調理上の工夫などの負担感が多くなると示唆された。育児ストレスは, 精神的な苦痛を誘発し, 日常生活に支障をきたす要因であり(Crnic & Greenberg, 1990), 育児による慢性的な疲労感を感じている母親は, よりいっそう調理の負担感を感じているものと考えられる。また, 困難で驚異的な状況にうまく適応する能力, 過程, 結果(Masten, Best, & Garnezy, 1990)や困難で驚異的な状況を乗り越えていくために機能する心理的な弾力性(小花和, 2003)であるレジリエンスが高い人は, 健全な生活を営み, 食に関する意識が高い。これには, レジリエンスの自己を肯定する特性, 良好な人間関係によるサポート, 自己志向性であるスキルが関連している(富永・鈴木・梶尾・井川, 2009)。幼児の母親の場合, 幼児の食行動についての悩みが多く(e.g., 浦上他, 1998), 食に関するストレスに直面した場合, 子育てレジリエンスが高いと, 柔軟に取り組み, 対処することができるため, 負担を低減することができるかと推測された。

その一方で, 調理の負担感と家族機能は, 相関関係において有意な関連がみられた。母親のストレスが高い母親は, 家族のように身近なインフォーマルなサポートが低く, 家族で食事をする頻度が少ないことが示されている(黄川田・塩梅・丸山・田中・酒井・宮崎, 2006)。夫からのサポートが得られにくい場合, 家族が機能せず, 家族関係の悪化から, 母親が家族に好意的な感情を抱けないことが示唆された。そのため, 食事の支度をさせられている, というような義務感や負担感が生じる可能性がある。

しかし, 調理の負担感, 重回帰分析において, 家族機能よりも育児ストレスと子育てレジリエンスと関連が深いことが示された。これは, 食事関連の役割は母親が担当することが多い傾向にあることから(伊藤他, 2003), 家族のまとまりよりも, 母親自身の子育てに対する側面の方が関連しやすいことが考えられる。したがって, 調理の負担感, 子育ての状況と関連していることが示唆された。

調理の楽しさは, 重回帰分析によって, 子育てレジリエンスと家族機能が関連を示していた。日常の食事の支度には, 食事作り効力感が影響しており(鎌田・

相川, 2012), 食事の知識だけでなく, 意識の改善や動機を伴い, 適切な食行動に繋がる(福岡, 2013)。また, 自己効力感, レジリエンスの一部に含まれている概念であり, 自己効力感によってレジリエンスはさまざまな場面においても対応することができる。そのため, 子育てレジリエンスを特性やスキルとして獲得している母親は, 調理を楽しむことができると示唆された。さらに, 子育てレジリエンスは, 育児ストレスに影響を与えており(Brenda, Cooper, Cozzarelli, & Zubek, 1998), 子育てレジリエンスによって育児ストレスが低減し, 余裕が生じることから, 調理を楽しむことができると示唆された。また, 家族に凝集性と柔軟性が保たれていると, 夫婦関係が良好で, 親としてのストレスが少ないことが示されている(数井他, 1996)。子育て中の母親は, ソーシャル・サポートを得ることで, 育児の満足感や生きがい感が高まる傾向にある(片山・内藤・佐々木, 2012)。本研究では, 家族の情緒的な繋がりや, 状況に応じて家族が望ましい状態に柔軟に変化することによって, 母親は家族からのサポートを受けられるようになり, 調理を楽しむ余裕が生じる可能性が推測された。また, インフォーマルなサポートと, 共食の頻度に関連があることから(黄川田他, 2006), 家族関係が良好であると共食頻度が増加し, 同時に, 家族のために調理をするのが楽しくなるものと示唆された。その一方で, 調理の楽しさと育児ストレスは, 相関関係において一部に有意な関連がみられているものの, 重回帰分析で有意な関連がみられなかった。調理に関する負担感, 育児ストレスとの関連が示されているが, 調理の楽しさには影響がみられなかったことから, 調理の負担感と調理の楽しさは, 一方が増えたら一方が減るというような関連ではないことが考えられる。以上のことから, 母親にとっての調理は, 相反する感情が並存し, 子どもや家族によって左右される要因であることが推測された。

また, 夫からのサポート感, 重回帰分析で有意な関連はみられなかった。子どものいる家庭において, 日常的に夫が家事をしないことを不満としてあげている母親は多いが(e.g., 厚生労働省, 2003), 実際の調理に関する認知的評価には影響しておらず, ソーシャル・サポートの希求と現実的な影響の不一致が生じている可能性が考えられる。父親は日常的に子どもと接する時間が短く(西村・須見, 2005), 父親の調理に対する援助行動は低い(田中, 2010)。そのため, 日常的に調理を行わない夫にとって, 日常的な家事行為の中でも調理の援助が難しく, 母親自身のサポートの希求通りにはいかないことが考えられる。また, 実際にサポートが得られた場合でも, 母親にとって的確なサポートが得られていない可能性がある。その一方で, 家族機能は, 調理の負担感と調理の楽しさに影響

を示していることから、夫による具体的な調理のサポートではなく、子どもなどの家族を含めた家族機能を良好に保つ援助が、結果として母親にとってのサポートになっており、夫のみのソーシャル・サポートとは関連がみられなかったと考えられる。

安全性への関心は、重回帰分析によって、育児ストレスが関連を示していた。人は野菜を摂取すれば健康になるが、比較的安価な野菜は殺虫剤の使用は避けられず、仮に特定の化学物質を避けるのであれば、現在の野菜を摂取する生活を諦めなければならないというリスクバランスの問題が存在している（Ross, 1999）。先述したように、日本人は安全が確保されているという前提で食品を購入しているため（仁平・長瀬・小机・Choi・Lee, 2013）、リスクをアセスメントしたり、リスクバランスを計算することを日常生活から省いている傾向にある。さらに、子どもとの買い物は、子どもが他者に迷惑をかけることや、母親が日常的に育児の時間に追われていることから、ストレス負荷が大きく、そのために安全性との関連があったものと考えられる。

本研究では、幼児の母親における調理に関する認知的評価と、育児および家族関係との関連性に焦点をあてて検討した。調理に関する認知的評価は、子育てレジリエンス、育児ストレス、家族機能が、関連していることが明らかとなった。調理の負担感を軽減させるために、育児ストレスを軽減させること、また、調理の楽しさを向上させるために、子育てレジリエンスと家族機能を良好にすることによって、幼児により良い家庭の食行動を行うことができる可能性が推測された。食育基本法（内閣府, 2005）の第5条で、家庭の食育の重要性が記載されており、生涯発達の観点から概観すると、次世代を担う子どもに対する食育は、生涯にわたって健康な生活をおくる上で基本となり、望ましい食習慣を身につける第一歩である（足立・衛藤, 2005）。母親が日常的に行っている調理もその一部であり、母親にとって身近な育児や家族関係の環境を整えることは、幼児にとって望ましい食環境となり、それと同時に幼児に対する食育の充実に繋がる可能性が示唆された。

本研究では、母親の属性については調整を行わなかったが、食事を担う母親の調理に関わる認知的評価について、他の要因についても検討する必要がある。母親の性格、現在の環境（子どもの人数、地域性など）や、食品や栄養、調理に関する知識の程度、技術的なレベルなどについて（e.g., 松島, 2004；荒牧・無藤, 2008；白木, 2012）、研究が行われることが望ましい。また、本研究で示された関連性について、介入研究を行い因果関係があるかどうかを明らかにする必要がある。さらに、本研究は横断的研究を行っているが、子どもの成長に伴い調理に関する認知的評価がどのよう

に変化するかなど、縦断的研究を行う必要がある。

利益相反自己申告：申告すべきものなし

引用文献

- 足立 己幸・衛藤 久美（2005）. 食育に期待されること 栄養学雑誌, 63, 201-212.
- 荒木 みさこ・鈴木 平（2014）. 通園児を子どもにもつ母親の調理に関する認知的評価が家庭の食育に与える影響 *Health and Behavior Sciences*, 12, 73-81.
- 荒木 みさこ・山口 創（2012）. 家庭の食育と幼児の自尊感情の関連性 応用心理学研究, 3, 127-134.
- 荒牧 美佐子・無藤 隆（2008）. 育児への負担感・不安感・肯定感とその関連要因の違い——未就学児を持つ母親を対象に—— 発達心理学研究, 19, 87-97.
- Brenda, R. C., Cooper, M. L., Cozzarelli, C., & Zubek, J. (1998). Personal resilience, cognitive appraisals and coping: An integrative model of adjustment to abortion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 735-752.
- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 60, 1628-1637.
- 長谷川 智子・今田 純雄（2004）. 幼児の食行動の問題と母子関係についての因果モデルの検討 日本小児保健協会, 63, 626-634.
- 平野 真理（2012）. 二次元レジリエンス要因の安定性およびライフイベントとの関係 日本パーソナリティ心理学, 21, 95-97.
- 福岡 欣治（2013）. 女子大学生におけるソーシャル・サポートおよび食に対する知識と適切な食行動のセルフ・コントロール 川崎医療福祉学会誌, 23, 101-110.
- 井上 明美・宮崎 圭子（2013）. 家族共食が個人に与える心理社会的機能の検討 跡見学園女子大学文学部紀要, 48, 185-194.
- 伊東 暁子・竹内 美香・鈴木 晶夫（2007）. 幼少期の食事経験が青年期の食習慣および親子関係に及ぼす影響 健康心理学研究, 20, 21-31.
- 伊藤 香織・入澤 敦子・沖田 富美子（2003）. 共働き家族の住居とライフステージに関する研究その1 夫と妻の家事・育児行為の役割分担 学術講演梗概集, 317-318.
- 鎌田 久子・相川 りゑ子（2012）. 食事づくり効力感に関連する要因の検討 大妻女子大学家政系研究紀要, 49, 17-24.
- Kanner, C. S., & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of

- two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 1-39.
- 片山 理恵・内藤 直子・佐々木 睦子 (2012). 乳幼児の母親と父親のソーシャルサポートと子育て観の関係と育児休業利用の実態 香川大学看護学雑誌, 16, 49-56.
- 数井 みゆき・無藤 隆・園田 菜摘 (1996). 子どもの発達と母子関係・夫婦関係——幼児を持つ家庭について—— 発達心理学研究, 7, 31-40.
- 黄川田 美玲・塩梅 勅江・丸山 昭子・田中 裕・酒井 初恵・宮崎 勝宣 (2006). 保育園を利用する4歳児の発達への複合的な関連要因に関する研究——母親のストレスに焦点をあてて—— 日本保健福祉学会誌, 12, 15-24.
- 厚生労働省 (2003). 第1回21世紀成年者縦断調査(国民の生活に関する継続調査)の概況 Retrieved from <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/judan/seinen02/index.html> (2013年9月4日)
- 厚生労働省 (2012). 平成24年国民生活基礎調査の概況 Retrieved from <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa12/index.html> (2013年9月2日)
- 草田 寿子 (1995). 日本語版 FACES3 の信頼性と妥当性の検討 カウンセリング研究, 28, 154-162.
- 草田 寿子・岡堂 哲雄 (1993). 家族関係査定法 岡堂 哲雄(編) 心理検査学 (pp. 573-581) 垣内出版
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer. (ラザルス, R. S., 本明 寛・織田 正美・春木 豊 (監訳) (1991). ストレスの心理学——認知的評価と対処の研究——実務教育出版)
- Masten, A., Best, K., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- 松本 和興・木村 美雪 (2001). 幼児の食生活に関する保健学的研究——家族機能との関係—— 聖徳大学児童学研究紀要, 3, 43-50.
- 松村 恵子・植村 裕子・三浦 浩美・野口 純子・小川 佳代・舟越 和代・榮 玲子 (2005). 母親の育児ストレスに関する研究 香川県立保健医療大学紀要, 2, 19-28.
- 松島 悦子 (2004). 子育て期の母親が友人と行う「共食」の実態と効果——料理への関心と、ネットワーク形成に関する考察—— 日本家政学会誌, 55, 785-797.
- 内閣府 (2005). 食育基本法 Retrieved from <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/law/law.html> (2012年10月13日)
- 内閣府 (2012). 平成25年版食育白書 Retrieved from <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data/whitepaper/2013/pdf-honbun.html> (2013年8月28日)
- 中嶋 和夫・斉藤 友介・岡田 節子 (1999a). 母親の育児負担感に関する尺度化 厚生指標, 46, 11-18.
- 中嶋 和夫・斉藤 友介・岡田 節子 (1999b). 育児負担感指標に関する因子不変性の検討 東京保健科学学会誌, 2, 179-184.
- 夏目 誠 (1999). ホームズとレイ 河野 友信・久保 千春(編集) ストレス研究と臨床の軌跡と展望 (pp. 91-99) 至文堂 現代のエスプリ別冊
- 仁平 章子・長瀬 修子・小机 信行・Choi Suk Hyun・Lee Yeon Jung (2013). 食の安全・安心に関する消費者の意識と食教育——日韓の食の安全・安心に関する意識調査結果から—— 四條畷学園短期大学紀要, 46, 14-19.
- 西村 美津子・須見 登志子 (2005). 幼稚園児の給食に対する食欲への影響要因について II——父親の養育行動との関連—— 山陽学園短期大学紀要, 36, 11-21.
- 小花和 wright 尚子 (2003). 幼稚園児のレジリエンスに関する教諭と母親の評価——幼児の意識との比較—— 日本教育心理学会総会発表論文集, 45, 663.
- 岡田 みゆき (1998). 食事の中の会話の教育的意義——父子の会話の歴史的変遷—— 日本家庭科教育学会誌, 41, 9-16.
- 尾野 明未・奥田 訓子・茂木 俊彦 (2012). 子育てレジリエンス尺度の作成 ヒューマン・ケア研究, 12, 98-108.
- 長内 綾・古川 真人 (2005). レジリエンスと日常的ネガティヴライフイベントとの関連 昭和女子大学生活心理研究所紀要, 7, 28-38.
- 大槻 絵理子・横山 剛 (2012). 料理がもつ芸術療法としての可能性の検討 文京学院大学人間学部研究紀要, 13, 167-184.
- Ross, J. F. (1999). *The polar bear strategy*. New York: Perseus Books Publishing. (J. F. ロス, 佐光 紀子 (訳) (2001). リスクセンス——身の回りの危険にどう対処するか—— 集英社新書)
- 坂間 伊津美 (2000). 乳幼児を持つ母親の心理的問題と疲労: 阿見町調査から 茨城県立医療大学紀要, 5, 99-108.
- 白木 祐子 (2012). 幼児をもつ保護者の食生活と食育への取り組みとの関連 日本小児看護学会誌, 21, 1-7.
- 曾根 眞理枝 (2006). 幼児の食事に関する母親の意識と対応——偏食の視点からの考察—— 横浜女

- 子短期大学研究紀要, 21, 85-100.
- 田中 恵子 (2010). 父親の育児家事行動・夫婦関係満足度の変化と母親の育児ストレスとの関連性 人間文化研究科年報, 25, 215-224.
- 種子田 綾・桐野 匡史・矢嶋 裕樹・中嶋 和夫 (2004). 障害児の問題行動と母親のストレス認知の関係 東京保健科学学会誌, 7, 79-87.
- 立松 生陽・市江 和子 (2007). 食物アレルギー児の母親における育児ストレスと家族対処についての研究 日本看護研究学会雑誌, 30, 119-128.
- 富永 美穂子・鈴木 明子・梶尾 曜子・井川 佳子 (2009). 中学生のレジリエンスと食生活状況との関連 日本家政学会誌, 60, 461-471.
- 浦上 純子・堤 麗・岡本 美智子 (1998). 幼児食一考察——親の視点から考える—— 日本保育学会大会研究論文集, 51, 468-469.
- 渡邊 竹美・糠塚 亜紀子・兒玉 英也 (2005). 更年期女性の生活体験と愁訴との関連 秋田大学医学部保健学科紀要, 13, 1-7.
- 渡邊 弥生・石井 睦子 (2009). 乳幼児をもつ母親の育児ストレスにソーシャル・サポートおよび自己効力感が及ぼす影響について 法政大学文学部紀要, 60, 133-145.
- (2016.2.22 受稿, 2017.1.27 受理)