

母親の就業状況別にみた幼児の偏食とその関連要因

木田 春代¹ 武田 文² 門間 貴史¹ 朴峠 周子³
浅沼 徹¹ 藤原 愛子⁴ 香田 泰子¹

Preschool children's unbalanced diet and its related factors :
from the perspective of mother's working status

Haruyo KIDA¹, Fumi TAKEDA², Takafumi MONMA¹, Shuko HOTOGE³,
Tohru ASANUMA¹, Aiko FUJIHARA⁴ and Yasuko KOHDA¹

Objective : This study investigates whether the working status of mothers results in an unbalanced diet (no acceptance of disliked foods) of their preschool children, and the relationship of the preschool children's unbalanced diet and its relevant factors.

Methods : This cross-sectional study was conducted using the responses of 1,145 mothers at 15 public kindergartens in a suburban city located in the Kanto region. A self-rating questionnaire examined mother's age and working, child's age and gender, the unbalanced diet of mother and their child, and eating education provided to child.

Results : The unbalanced diet of children were not associated with the working status of their mothers. Among non-working mothers, the causal factors of the unbalanced diet of their children were classified as the unbalanced diet of the mother, neglecting to instruct child not to waste food, not giving to child's meal child disagreeable foods or weak foods. Among working mothers, not engaging their child to help in the preparation of meals was the most prominent cause of children's diet unbalances.

Conclusion : It was suggested that although the working status of mothers has no direct effect on the unbalanced diet of their childrens, differences in the factors relating to the unbalanced diet of their childrens depend on whether the mother is employed or unemployed.

Key words : preschool child, mother, unbalanced diet, eating education, working status

幼児, 母親, 偏食, 食教育, 就業状況

¹ 筑波大学大学院人間総合科学研究科ヒューマン・ケア科学専攻

² 筑波大学体育系

³ 人間総合科学大学人間科学部人間科学科

⁴ 九州看護福祉大学看護福祉学部口腔保健学科

¹ *Department of Human Care Studies, Graduate School of Comprehensive Human Science, University of Tsukuba*

² *Faculty of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba*

³ *Department of Human Arts and Sciences, Faculty of Human Sciences, University of Human Arts and Sciences*

⁴ *Department of Oral Health Science Kyushu University of Nursing and Welfare*

I 緒 言

平成17年に食育基本法¹⁾が制定され、子どもたちが豊かな人間性や生きる力を身につけるためには「食」が重要であることが示された。また、子どもに対する食育を推進する上で「楽しく食べる子ども」の育成が掲げられ、幼児期においては「食べたいもの、好きなものを増やす」ことが目標とされた²⁾。

しかし、平成17年度乳幼児栄養調査³⁾によると、4歳未満の子どもをもつ保護者の34.0%が「偏食」を子どもの食事で困っていることとして挙げている。「偏食」の回答割合は、平成7年度調査の24.9%から大きく増加しており、保護者が悩んでいる現状がうかがえる。また、幼児期の偏食や嫌いな食品の多さは疲労度の高さ⁴⁻⁶⁾や虫歯、痩せ⁷⁾など、健康状態に悪影響を及ぼす可能性が指摘されていることから、偏食の予防・改善が重要と考えられる。

先行研究によれば、幼児の偏食に関連する要因として、以下のようなものが指摘されている。一つは母親の偏食であり、Skinner et al.⁸⁾は幼児と母親の食べ物に対する好き嫌いが関連することや、8歳児の時点で摂食経験のない食べ物の多くは母親の嫌いな食べ物であることを報告している。もう一つは家庭での食教育や配慮である。たとえば、(1)「食習慣づくり」の欠如(バランスよく多種類の食品を食べさせない⁴⁾、主食・主菜・副菜がそろった夕食を与えない⁷⁾、夕食や間食の摂取時刻が不規則である⁷⁾、(2)「食を介したふれあい」の欠如(食事づくりの手伝いをさせない⁷⁾、共食頻度が低い⁹⁾)、(3)「偏食対策」の欠如(幼児が嫌いな食べ物を食べられるように工夫しない¹⁰⁾、幼児に好きな食べ物だけを与える¹¹⁾)等が報告されている。

ところで、平成19年度の就業構造基本調査¹²⁾によれば、末子が6歳未満の25歳から44歳の女性の就業率は約4割であることが報告されている。また、就職希望者は3割を超えることから¹²⁾、幼児を持つ母親の就労は今後さらに増加することが

予想される。こうした状況を受け、第2次食育推進基本計画¹³⁾では仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)や、男女共同参画等の推進を踏まえながら家庭における食育を推進・支援としている。

母親の就業状態による幼児の食生活の相違については、これまで統一の見解が得られていない。日本では、無職の母親の幼児は有職の母親の幼児よりも、偏食や食欲の無さといった食生活上の問題が多い¹¹⁾、共食頻度が低い⁹⁾等、不良な状況にあることが報告されている。海外では逆に、無職の母親の幼児は有職の母親の幼児よりも、果物や野菜が多く甘味飲料の少ない間食を摂取している¹⁴⁾、共食時間が長い¹⁵⁾等、良好な状況にあることが報告されている。

一方で、偏食を訴える幼児の割合は保育園児よりも幼稚園児で高いことが指摘されており¹⁶⁾、前述の先行研究^{9,11)}ではいずれもこうした通園施設の種類を調整していないことから、母親の就業自体が幼児の食生活に影響を与えているかどうかは明らかでない。さらに、国内外を通して、母親の就業状況によって幼児の偏食の関連要因がどのように異なるかを検討した報告は見当たらない。

また、偏食は「食べ物の種類または調理法に対して好き嫌いを示す状態」¹⁷⁾、「好き嫌いによって食べ物の質や量に偏りが生じること」¹⁸⁾など様々な定義され、先行研究における偏食の有無を尋ねる質問も「好き嫌いがあるか、ないか」⁹⁾や「特定の食品を嫌って避けたり、反対に特定の食品を好んでそれをよく食べるような食品の取り方をするか、しないか」⁷⁾など、まちまちである。

食べ物の好き嫌いは食物選択の上で特に重要であるが¹⁹⁾、嫌いな食べ物であっても何度も口にすることによりその食べ物に対する嗜好が高まる¹⁹⁻²²⁾ことが明らかにされている。また、嫌いな食品でも食べる習慣がある者はそうでない者に比べて、嫌いな食べ物の数が少ないことや食物摂取バランスがよいことが報告されている²³⁾。したがって、嫌いな食品であっても食べる習慣を持ち、偏りのない嗜好を身につけバランスの良い食

物摂取ができるようにすることが重要といえる。

本研究ではこの観点から、偏食を「嫌いな食品を食べないこと」と定義し、母親の就業状況によって幼児の偏食および偏食の関連要因（母親の偏食、幼児に対する食教育）がどのように異なるかを、実証検討することにした。

II 方 法

1. 調査対象および調査方法

2008年9月に、関東地方某県に所在する都市部と農村部を併せ持つ某特例市の公立幼稚園全17園のうち、園長より調査協力への同意が得られた15園に通う園児1,145名全員に調査票を配布した。調査票は無記名自記式とし、調査票の表紙に、回答者は母親であること、調査票を配布した幼稚園に通う幼児が二人以上いる場合は上の子どものことについて回答すること、調査の主旨、個人情報保護の保護、回答は自由意思であり拒否や中断が可能であること、調査票の提出により調査協力への同意とみなすことを明記した。また、調査票とともに糊付けできる封筒を配布し、対象者自身が封筒に調査票を入れ、封をしてから提出してもらった。調査票の配布・回収は幼稚園ごとに幼稚園職員が行った。本調査は筑波大学大学院人間総合科学研究科研究倫理委員会の承認（2008年9月19日付）を受けて実施した。

2. 調査項目

調査項目は、母親の属性（年齢、就業状況）、幼児の属性（年齢、性別）、幼児の偏食、母親の偏食、幼児に対する食教育とした。

幼児の偏食については、「嫌いなものがあった場合、食べますか」の質問に対し「食べる」、「どちらかといえば食べる」、「どちらかといえば食べない」、「食べない」の4選択肢を設けた。母親の偏食については、「嫌いなものを食べられた場合、食べますか」の質問に対し「食べる」、「たぶん食べる」、「たぶん食べない」、「食べない」の4選択肢を設けた。

幼児に対する食教育については、富岡²⁴⁾の幼児

の母親を対象とした家庭での食教育の調査項目のうち「食習慣づくり」と「食を介したふれあい」に関する項目と、本間他²⁵⁾が大学生や大学生の母親に大学生が子どもだったころの食事の躰や親の偏食対応について尋ねた項目から抜粋し、(1)「食習慣づくり」7項目、「食を介したふれあい」8項目、(3)「偏食対策」4項目の計19項目を設定した。選択肢は「よくあてはまる」、「まああてはまる」、「あまりあてはまらない」、「まったくあてはまらない」の4件法とした。

3. 分析方法

回収した797部（回収率69.6%）のうち、回答が完全であり、幼児の食事づくりを母親が一人で担当していると回答した633名（有効回答率55.3%）を分析対象とした。

母親の就業状況は、「無職」と「有職」（常勤、自営業、パート・アルバイト）に二群化した。幼児の偏食（嫌いな食品があった場合に食べるか食べないか）は、「偏食なし」（食べる・どちらかといえば食べる）と「偏食あり」（食べない・どちらかといえば食べない）に二群化した。幼児に対する食教育の各項目は、「よくあてはまる・まああてはまる」と「あまりあてはまらない・まったくあてはまらない」に二群化した。

まず、幼児の偏食と基本属性（母親の年齢、幼児の年齢・性別）との関連について分析した。また、母親の就業状況による母親の偏食、幼児の偏食、幼児に対する食教育の違いを分析した。

次に、就業状況別（無職群、有職群ごと）に幼児の偏食と母親の偏食、幼児に対する食教育との関連について、次の手順で分析した。幼児の偏食（「偏食なし」=0、「偏食あり」=1）を従属変数、母親の偏食（「偏食なし」（食べる・たぶん食べる）=0、「偏食あり」（食べない・たぶん食べない）=1）を独立変数とし、母親の年齢、幼児の年齢・性別を調整変数とする多変量ロジスティック回帰分析（強制投入法）を行った。また、幼児の偏食（「偏食なし」=0、「偏食あり」=1）を従属変数とし、「幼児に対する食教育」の19変数（「よくあてはま

る・まああてはまる」=0, 「まったくあてはまらない・あまりあてはまらない」=1) をそれぞれ独立変数とする単変量ロジスティック回帰分析を行い, ここで $P < 0.2$ であった変数を独立変数として, 母親の年齢, 幼児の年齢・性別を調整変数とする多変量ロジスティック回帰分析(強制投入法)を行った. 統計解析には SPSS20.0 J for Windows を用い, 有意水準は 5%未満とした.

Ⅲ 結 果

1. 母親の就業状況別にみた母親・幼児の属性と幼児の偏食との関連

本調査対象者の母親は 30 歳代が約 7 割, 無職が約 8 割であり, 幼児は 4 歳児が約 25%, 5 歳児が約 50%, 6 歳児が約 25%, 男女比は 1:1 であった(表 1). 「幼児の偏食」(嫌いな食品を食べるか, 食べないか)の回答割合は, 「食べる」43 人(6.8%), 「どちらかといえば食べる」178 人(28.1%), 「どちらかといえば食べない」318 人(50.2%), 「食べない」94 人(14.9%) であった. 対象者全体, および「無職」「有職」の各群において, 幼児の偏食は母親・幼児の属性といずれも有

意な関連を認めなかった(表 1).

2. 母親の就業状況と母親の偏食および幼児の偏食, 幼児に対する食教育との関連

母親の就業の有無と母親の偏食, および幼児の偏食との間に有意な関連は見られなかった(表 2). 次に, 母親の幼児に対する食教育の状況について母親の就業状況により比較したところ, 「食習慣づくり」3 項目(決まった時刻に食事をさせている, 間食の質・量を決めて与えている, 料理は一人分ずつ盛り付けている)および「食を介したふれあい」1 項目(食事の時間は, テレビを消している)において有意差がみられ, 無職の母親は有職の母親よりも「よくあてはまる・まああてはまる」の回答割合が有意に高かった. 一方, 「偏食対策」に関する項目はいずれも有意差を認めなかった(表 2).

3. 無職の母親における, 幼児の偏食と母親の偏食, 幼児に対する食教育との関連

母親が無職の群では, 「幼児の偏食」と「母親の偏食」との間に有意な関連 ($OR=1.70$, 95%CI:

表 1 母親の就業状況別に見た幼児・母親の属性と幼児の偏食との関連

人数 (%)

	対象者全体				無職				有職			
	全体	幼児の偏食		P 値	全体	幼児の偏食		P 値	全体	幼児の偏食		P 値
		なし	あり			なし	あり			なし	あり	
	633 (100.0)	221 (34.9)	412 (65.1)		503 (100.0)	175 (34.8)	328 (65.2)		130 (100.0)	46 (35.4)	84 (64.6)	
幼児												
年齢												
4 歳	159 (100.0)	52 (32.7)	107 (67.3)		134 (100.0)	44 (32.8)	90 (67.2)		25 (100.0)	8 (32.0)	17 (68.0)	
5 歳	313 (100.0)	109 (34.8)	204 (65.2)	0.692	251 (100.0)	85 (33.9)	166 (66.1)	0.539	62 (100.0)	24 (38.7)	38 (61.3)	0.750
6 歳	161 (100.0)	60 (37.3)	101 (62.7)		118 (100.0)	46 (39.0)	72 (61.0)		43 (100.0)	14 (32.6)	29 (67.4)	
性別												
男	322 (100.0)	106 (32.9)	216 (67.1)	0.284	250 (100.0)	83 (33.2)	167 (66.8)	0.456	72 (100.0)	23 (31.9)	49 (68.1)	0.361
女	311 (100.0)	115 (37.0)	196 (63.0)		253 (100.0)	92 (36.4)	161 (63.6)		58 (100.0)	23 (39.7)	35 (60.3)	
母親												
年齢												
20 歳代	59 (100.0)	27 (45.8)	32 (54.2)		38 (100.0)	16 (42.1)	22 (57.9)		21 (100.0)	11 (52.4)	10 (47.6)	
30 歳代	460 (100.0)	158 (34.3)	302 (65.7)	0.159	375 (100.0)	128 (34.1)	247 (65.9)	0.615	85 (100.0)	30 (35.3)	55 (64.7)	0.087
40 歳以上	114 (100.0)	36 (31.6)	78 (68.4)		90 (100.0)	31 (34.4)	59 (65.6)		24 (100.0)	5 (20.8)	19 (79.2)	
就業状況												
常勤									16 (100.0)	4 (25.0)	12 (75.0)	
自営業									12 (100.0)	7 (58.3)	5 (41.7)	0.168
パート/アルバイト									102 (100.0)	35 (34.3)	67 (65.7)	

χ^2 検定

表2 母親の就業状況と母親の偏食、および幼児の偏食、幼児に対する食教育との関連 人数 (%)

		全体 633 (100.0)	母親の就業状況		P 値
			無職 503 (100.0)	有職 130 (100.0)	
母親の偏食	あり	217 (34.3)	169 (33.6)	48 (36.9)	0.477
	なし	416 (65.7)	334 (66.4)	82 (63.1)	
幼児の偏食	あり	412 (65.1)	328 (65.2)	84 (64.6)	0.899
	なし	221 (34.9)	175 (34.8)	46 (35.4)	
食習慣づくり	幼児に対する食教育 ^{a)}				
	肉や魚、卵料理には野菜を組み合わせている	598 (94.5)	478 (95.0)	120 (92.3)	0.226
	決まった時刻に食事をさせている	582 (91.9)	470 (93.4)	112 (86.2)	0.007**
	よく噛んで食べるように言っている	557 (88.0)	444 (88.3)	113 (86.9)	0.674
	色々な食品や料理を食べさせている	530 (83.7)	420 (83.5)	110 (84.6)	0.759
	間食の質・量を決めて与えている	436 (68.9)	360 (71.6)	76 (58.5)	0.004**
	料理は一人分ずつ盛り付けている	423 (66.8)	354 (70.4)	69 (53.1)	0.000***
	料理は薄味にしている	415 (65.6)	338 (67.2)	77 (59.2)	0.088
食を介したふれあい	子どもと一緒に食事している	624 (98.6)	495 (98.4)	129 (99.2)	0.481
	食事時のあいさつをさせている	605 (95.6)	482 (95.8)	123 (94.6)	0.550
	家族全員が同じメニューを食べている	586 (92.6)	464 (92.2)	122 (93.8)	0.535
	食事の時、子どもと楽しく会話している	582 (91.9)	462 (91.8)	120 (92.3)	0.864
	体に良い食べ物や栄養の話をしている	535 (84.5)	428 (85.1)	107 (82.3)	0.434
	食料品を買いに行く時、子どもを連れて行っている	520 (82.1)	407 (80.9)	113 (86.9)	0.111
	食事の時間は、テレビを消している	347 (54.8)	290 (57.7)	57 (43.8)	0.005**
	料理をする時、子どもに手伝わせている	284 (44.9)	220 (43.7)	64 (49.2)	0.262
偏食対策	食べ残しをしないように言っている	589 (93.0)	464 (92.2)	125 (96.2)	0.118
	好き嫌いをしないように言っている	600 (94.8)	477 (94.8)	123 (94.6)	0.921
	子どもの嫌いなものや苦手なものも食事に出している	569 (89.9)	453 (90.1)	116 (89.2)	0.780
	切り方や味付けなど調理法を工夫している	425 (67.1)	341 (67.8)	84 (64.6)	0.492

 χ^2 検定^{a)}数字は「よくあてはまる・まああてはまる」と回答した人数 (%)

P<0.01 *P<0.001

表3 母親の偏食と幼児の偏食との関連 (無職の母親) 人数 (%)

	全体 503 (100.0)	単変量				多変量 ^{a)}	
		幼児の偏食		オッズ比 (95%CI)	P 値	オッズ比 (95%CI)	P 値
		なし 175 (34.8)	あり 328 (65.2)				
母親の偏食							
なし	334 (100.0)	129 (38.6)	205 (61.4)	1.00	0.012	1.00	0.010*
あり	169 (100.0)	46 (27.2)	123 (72.8)	1.68 (1.12-2.52)		1.70 (1.13-2.55)	

ロジスティック回帰分析

^{a)}調整変数として母親の年齢、幼児の年齢・性別を投入

*P<0.05

1.13-2.55)が見られた(表3)。幼児の偏食と食教育の関連性について単変量解析において $P<0.2$ であった「幼児に対する食教育」12項目を独立変数、母親の年齢および幼児の年齢・性別を調整変数とするロジスティック回帰分析を行った。その結果、偏食対策に関する項目である「食べ残しをしないように言っていない」($OR=5.10$, 95%CI: 1.49-17.50), 「子どもの嫌いな物や苦手な物を食事に出していない」($OR=3.31$, 95%CI: 1.34-8.19)が幼児の偏食と有意な関連を認めた(表4)。

4. 有職の母親における、幼児の偏食と母親の偏食および幼児に対する食教育との関連

母親が有職の群では、「幼児の偏食」と「母親の偏食」との間に有意な関連は見られなかった(表5)。幼児の偏食と食教育の関連性について単変量解析で $P<0.2$ であった「幼児に対する食教育」の9項目を独立変数、母親の年齢および幼児の年齢・性別を調整変数とするロジスティック回帰分析を行った結果、「料理をする時、子どもに手伝わせていない」($OR=2.56$, 95%CI: 1.10-5.94)が幼児の偏食と有意な関連を認めた(表6)。

IV 考 察

1. 幼児の偏食と母親の就業との関連

本研究では、公立幼稚園に通う幼児とその母親を対象に、母親の就業状況によって、幼児の偏食および偏食の関連要因(母親の偏食と幼児に対する食教育)がどのように異なるのか検討した。

八倉巻他¹¹⁾は、母親が無職の幼児は母親が有職の幼児よりも偏食や食欲の無さといった食生活上の問題が多いことを報告している。一方で、菅他²⁶⁾は公立の小中学校の児童・生徒を対象とした研究において、子どもが好き嫌いをしないように意識するか否かと母親の就業状況は関連しないことを報告している。本成績では、幼児の偏食は母親の就業の有無と関連を認めず、先行知見のうち後者と類似するものであった。

2. 幼児の偏食と母親の偏食・幼児に対する食教育との関連

次に、母親の就業の有無別に、幼児の偏食と母親の偏食、幼児に対する食教育がどのように関連しているかを検討した結果、母親の就業の有無によって幼児の偏食に関連する要因は異なることが明らかとなった。

母親が無職の場合は「母親が偏食すること」および、「食べ残しをしないように言わないこと」、「子どもの嫌いな物や苦手な物を食事に出さないこと」が幼児の偏食のリスク要因であった。一方、母親が有職の場合は「食事作りの手伝いをさせないこと」のみが幼児の偏食のリスク要因であった。また、母親の就業の有無によって実施率が異なる食教育項目は、「決まった時刻に食事をさせる」、「間食の質や量を管理して与える」、「料理を一人分ずつ盛り付ける」、「食事の時間はテレビを消す」といった内容であったが、これらはいずれも幼児の偏食のリスク要因ではなかった。

以上のことから、母親の就業の有無によって幼児に対する食教育の状況は異なるものの、それらは幼児の偏食の状況に違いをもたらすものではないことが示唆された。また、母親の就業の有無によって幼児の偏食に影響する食教育要因が異なることから、幼児の偏食の予防や改善の上で母親の就業に応じた効果的な食教育を検討することが必要と考えられた。加えて、母親が無職の場合は、母親自身の偏食や子どもの偏食への対応が十分でないことがリスク要因であることから、無職の母親は幼児との関わりに特段の配慮が必要である可能性が示唆された。以下、母親の就業状況別に考察する。

母親が無職の場合、母親の偏食そのものが幼児の偏食と関連していた。先行研究^{27,28)}によれば、幼児の食行動形成において、他者の行動を模倣し取り入れる、いわゆるモデリング²⁹⁾が見られることが明らかになっている。無職の母親は有職の母親よりも幼児との共食時間が1日13分長く¹⁵⁾、養育時間は無職が3時間50分、有職が2時間8分³⁰⁾であることから、母親が無職の幼児は母親が有職

表4 幼児に対する食教育と幼児の偏食との関連（無職の母親）

人数（%）

幼児に対する食教育	単変量				多変量 ^{a)}		
	幼児の偏食		オッズ比 (95%CI)	P 値	オッズ比 (95%CI)	P 値	
	なし	あり					
	175 (100.0)	328 (100.0)					
食習慣づくり							
肉や魚、卵料理には野菜を組み合わせている							
よくあてはまる・まああてはまる	170 (97.1)	308 (93.9)	1.00	0.120	1.00	0.912	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	5 (2.9)	20 (6.1)	2.21 (0.81-5.99)		1.07 (0.33-3.48)		
決まった時刻に食事をさせている							
よくあてはまる・まああてはまる	166 (94.9)	304 (92.7)	1.00	0.351			
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	9 (5.1)	24 (7.3)	1.46 (0.66-3.21)				
よく噛んで食べるように言っている							
よくあてはまる・まああてはまる	154 (88.0)	290 (88.4)	1.00	0.891			
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	21 (12.0)	38 (11.6)	0.96 (0.55-1.70)				
色々な食品や料理を食べさせている							
よくあてはまる・まああてはまる	155 (88.6)	265 (80.8)	1.00	0.027	1.00	0.759	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	20 (11.4)	63 (19.2)	1.84 (1.07-3.16)		1.11 (0.58-2.09)		
間食の質・量を決めて与えている							
よくあてはまる・まああてはまる	139 (79.4)	221 (67.4)	1.00	0.005	1.00	0.168	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	36 (20.6)	107 (32.6)	1.87 (1.21-2.88)		1.41 (0.87-2.30)		
料理は一人分ずつ盛り付けている							
よくあてはまる・まああてはまる	132 (75.4)	222 (67.7)	1.00	0.071	1.00	0.199	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	43 (24.6)	106 (32.3)	1.47 (0.97-2.22)		1.33 (0.86-2.07)		
料理は薄味にしている							
よくあてはまる・まああてはまる	127 (72.6)	211 (64.3)	1.00	0.061	1.00	0.257	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	48 (27.4)	117 (35.7)	1.47 (0.98-2.19)		1.29 (0.83-1.99)		
食を介したふれあい							
子どもと一緒に食事している							
よくあてはまる・まああてはまる	173 (98.9)	322 (98.2)	1.00	0.561			
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	2 (1.1)	6 (1.8)	1.61 (0.32-8.07)				
食事時のあいさつをさせている							
よくあてはまる・まああてはまる	172 (98.3)	310 (94.5)	1.00	0.057	1.00	0.463	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	3 (1.7)	18 (5.5)	3.33 (0.97-11.46)		1.64 (0.44-6.17)		
家族全員が同じメニューを食べている							
よくあてはまる・まああてはまる	169 (96.6)	295 (89.9)	1.00	0.012	1.00	0.168	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	6 (3.4)	33 (10.1)	3.15 (1.29-7.67)		1.96 (0.75-5.09)		
食事の時、子どもと楽しく会話している							
よくあてはまる・まああてはまる	163 (93.1)	299 (91.2)	1.00	0.440			
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	12 (6.9)	29 (8.8)	1.32 (0.66-2.65)				
食料品を買いに行く時、子どもを連れて行っている							
よくあてはまる・まああてはまる	138 (78.9)	269 (82.0)	1.00	0.392			
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	37 (21.1)	59 (18.0)	0.82 (0.52-1.30)				
体に良い食べ物や栄養の話をしている							
よくあてはまる・まああてはまる	157 (89.7)	271 (82.6)	1.00	0.035	1.00	0.349	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	18 (10.3)	57 (17.4)	1.84 (1.04-3.23)		1.34 (0.73-2.48)		
食事の時間は、テレビを消している							
よくあてはまる・まああてはまる	115 (65.7)	175 (53.4)	1.00	0.008	1.00	0.334	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	60 (34.3)	153 (46.6)	1.68 (1.12-2.45)		1.23 (0.81-1.89)		
料理をする時、子どもに手伝わせている							
よくあてはまる・まああてはまる	84 (48.0)	136 (41.5)	1.00	0.160	1.00	0.809	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	91 (52.0)	192 (58.5)	1.30 (0.90-1.89)		1.05 (0.71-1.56)		
偏食対策							
食べ残しをしないように言っている							
よくあてはまる・まああてはまる	172 (98.3)	292 (89.0)	1.00	0.001	1.00	0.010*	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	3 (1.7)	36 (11.0)	7.07 (2.14-23.30)		5.10 (1.49-17.50)		
好き嫌いをしないように言っている							
よくあてはまる・まああてはまる	169 (96.6)	308 (93.9)	1.00	0.204			
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	6 (3.4)	20 (6.1)	1.83 (0.72-4.64)				
子どもの嫌いなものや苦手なものも食事に出している							
よくあてはまる・まああてはまる	169 (96.6)	284 (86.6)	1.00	0.001	1.00	0.009**	
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	6 (3.4)	44 (13.4)	4.36 (1.82-10.46)		3.31 (1.34-8.19)		
切り方や味付けなど調理法を工夫している							
よくあてはまる・まああてはまる	117 (66.9)	224 (68.3)	1.00	0.743			
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	58 (33.1)	104 (31.7)	0.94 (0.63-1.39)				

ロジスティック回帰分析

^{a)}調整変数として母親の年齢、幼児の年齢・性別を投入

*P<0.05, **P<0.01

表5 母親の偏食と幼児の偏食との関連（有職の母親）

人数（%）

	全体	単変量				多変量 ^{a)}	
		幼児の偏食		オッズ比（95%CI）	P値	オッズ比（95%CI）	P値
		なし	あり				
	130（100.0）	46（35.4）	84（64.6）				
母親の偏食							
なし	82（100.0）	30（36.6）	52（63.4）	1.00		1.00	
あり	48（100.0）	16（33.3）	32（66.7）	1.15（0.55-2.44）	0.708	1.18（0.55-2.54）	0.667

ロジスティック回帰分析

^{a)}調整変数として母親の年齢、幼児の年齢・性別を投入

の幼児よりも密着性が強まり母親の食行動をモデリングする可能性が高まることが予想される。つまり、母親が食事をしている姿自体が手本となるため、母親自身が偏食せず何でもおいしく食べてみせることが幼児の偏食予防の上で重要であるといえよう。

次に、食教育について考察する。第一に、幼児の偏食に対し最もオッズ比が高かった「食べ残しをしないように言わないこと」について考えてみる。本調査対象幼児が通う公立幼稚園では給食が実施されており、好き嫌いが理由で給食が食べられない幼児に対して幼稚園教諭からの声掛けがなされているが、家庭において母親が食べ残しに対して何も言われなければ、幼児はあえて嫌いなものを口にする必要がなくなるため偏食する可能性が高まると推測される。伊藤他³¹⁾によれば、食べ残しをしないように勧める母親の子どもは家庭の食事で嫌いな食べ物があった場合に残さずに食べる努力をする一方、何も言わない母親の子どもは嫌いなものが食べられないことが報告されており、本研究と一致する。また、家庭での食事と同様に学校給食といった母親がいない場面においても母親の声掛けと子どもの嫌いな食べ物でも食べる行動が関連する³¹⁾ことから、嫌いな食品でも食べる習慣を身につける上で、母親からの声掛けの重要性がうかがえる。したがって、無職の母親の場合には、家庭において母親が食べ残しをしないように直接言葉をかけることが幼児の偏食予防の上で最も効果的と考えられた。

第二に、「子どもの嫌いな物や苦手な物を食事

に出さないこと」について考察する。先行研究^{11,32)}によれば、好きな物や欲しがらるものだけを与えたり、嗜好に偏らないように意識していない母親の幼児はそうでない幼児よりも偏食する者の割合が高いことが報告されており、本研究と一致する。母親は子どもの食べ物に対する好き嫌いを概ね2、3回の食事時の様子で判断するが⁸⁾、幼児の嗜好は変化するものであり、何度も食事に出したり口にさせることによって嗜好が増す¹⁹⁻²²⁾ことから、たとえ幼児が食べなくても食卓に並べ、慣れさせることが重要といえよう。加えて、幼児期の嗜好には味覚のほか、硬さや大きさ、口当たり、歯触り、におい、外観、食事に伴う音など、様々な要因が影響する²¹⁾ため、幼児の食べ方や様子を観察したり、食べない場合にはその理由を尋ねるといった工夫や配慮を伴う必要がある。無職の母親の場合、こうした努力が幼児の偏食を左右する一要因であることが示唆された。

母親が有職の場合には、母親の偏食そのものと幼児の偏食との間に関連は認められなかった。本調査対象の就業者のうち約8割はパート/アルバイトであり、幼稚園の預かり時刻は9時から15時でそれ以降の延長保育は行っていないことから、多くの母親は幼稚園の預かり時刻に合わせて就業していると考えられる。しかし、有職の母親は無職の母親よりも子どもとの共食時間が短く¹⁵⁾、母親が無職の幼児に比べて母親をモデリングする可能性が低くなると考えられる。また、有職の母親は無職の母親よりも養育時間³⁰⁾やしつけの時間¹⁵⁾といった幼児と関わる時間が短いだけでなく、テ

表6 幼児に対する食教育と幼児の偏食との関連 (有職の母親)

人数 (%)

幼児に対する食教育	単変量				多変量 ^{a)}	
	幼児の偏食		オッズ比 (95%CI)	P 値	オッズ比 (95%CI)	P 値
	なし 46 (100.0)	あり 84 (100.0)				
食習慣づくり						
肉や魚、卵料理には野菜を組み合わせている						
よくあてはまる・まああてはまる	44 (95.7)	76 (90.5)	1.00	0.302		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	2 (4.3)	8 (9.5)	2.32 (0.47-11.39)			
決まった時刻に食事をさせている						
よくあてはまる・まああてはまる	41 (89.1)	71 (84.5)	1.00	0.469		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	5 (10.9)	13 (15.5)	1.50 (0.50-4.51)			
よく噛んで食べるように言っている						
よくあてはまる・まああてはまる	40 (87.0)	73 (86.9)	1.00	0.993		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	6 (13.0)	11 (13.1)	1.01 (0.35-2.92)			
色々な食品や料理を食べさせている						
よくあてはまる・まああてはまる	43 (93.5)	67 (79.8)	1.00	0.049	1.00 (0.61-12.16)	0.187
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	3 (6.5)	17 (20.2)	3.64 (1.01-13.16)		2.73	
間食の質・量を決めて与えている						
よくあてはまる・まああてはまる	31 (67.4)	45 (53.6)	1.00	0.128	1.00 (0.69-3.95)	0.264
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	15 (32.6)	39 (46.4)	1.79 (0.85-3.80)		1.65	
料理は一人分ずつ盛り付けている						
よくあてはまる・まああてはまる	26 (56.5)	43 (51.2)	1.00	0.561		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	20 (43.5)	41 (48.8)	1.24 (0.60-2.55)			
料理は薄味にしている						
よくあてはまる・まああてはまる	29 (63.0)	48 (57.1)	1.00	0.513		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	17 (37.0)	36 (42.9)	1.28 (0.61-2.68)			
食を介したふれあい						
子どもと一緒に食事している						
よくあてはまる・まああてはまる	46 (100.0)	83 (98.8)	1.00	1.000		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	0 (0.0)	1 (1.2)	0.90 ⁹ (0.00)			
食事時のあいさつをさせている						
よくあてはまる・まああてはまる	44 (95.7)	79 (94.0)	1.00	0.699		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	2 (4.3)	5 (6.0)	1.39 (0.26-7.48)			
家族全員が同じメニューを食べている						
よくあてはまる・まああてはまる	45 (97.8)	77 (91.7)	1.00	0.194	1.00 (0.70-70.48)	0.099
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	1 (2.2)	7 (8.3)	4.09 (0.49-34.33)		7.00	
食事の時、子どもと楽しく会話している						
よくあてはまる・まああてはまる	45 (97.8)	75 (89.3)	1.00	0.115	1.00 (0.27-28.73)	0.394
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	1 (2.2)	9 (10.7)	5.40 (0.66-44.04)		2.77	
食料品を買いに行く時、子どもを連れて行っている						
よくあてはまる・まああてはまる	44 (95.7)	69 (82.1)	1.00	0.044	1.00 (0.88-23.23)	0.072
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	2 (4.3)	15 (17.9)	4.78 (1.04-21.94)		4.51	
体に良い食べ物や栄養の話をしている						
よくあてはまる・まああてはまる	41 (89.1)	66 (78.6)	1.00	0.138	1.00 (0.38-4.61)	0.657
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	5 (10.9)	18 (21.4)	2.24 (0.77-6.49)		1.33	
食事の時間は、テレビを消している						
よくあてはまる・まああてはまる	23 (50.0)	34 (40.5)	1.00	0.296		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	23 (50.0)	50 (59.5)	1.47 (0.71-3.03)			
料理をする時、子どもに手伝わせている						
よくあてはまる・まああてはまる	31 (67.4)	33 (39.3)	1.00	0.003	1.00 (1.10-5.94)	0.029*
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	15 (32.6)	51 (60.7)	3.19 (1.50-6.80)		2.56	
偏食対策						
食べ残しをしないように言っている						
よくあてはまる・まああてはまる	46 (100.0)	79 (94.0)	1.00	0.999		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	0 (0.0)	5 (6.0)	0.94 ⁹ (0.00)			
好き嫌いをしないように言っている						
よくあてはまる・まああてはまる	43 (93.5)	80 (95.2)	1.00	0.672		
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	3 (6.5)	4 (4.8)	0.72 (0.15-3.35)			
子どもの嫌いなものや苦手なものも食事に出している						
よくあてはまる・まああてはまる	44 (95.7)	72 (85.7)	1.00	0.099	1.00 (0.66-19.73)	0.138
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	2 (4.3)	12 (14.3)	3.67 (0.78-17.16)		3.61	
切り方や味付けなど調理法を工夫している						
よくあてはまる・まああてはまる	34 (73.9)	50 (59.5)	1.00	0.103	1.00 (0.61-3.83)	0.360
まったくあてはまらない・あまりあてはまらない	12 (26.1)	34 (40.5)	1.93 (0.88-4.24)		1.53	

ロジスティック回帰分析

^{a)}調整変数として母親の年齢、幼児の年齢・性別を投入

*P<0.05

レビ視聴時間や睡眠時間が短く¹⁵⁾、惣菜を購入する理由として「作る時間がない」ことを挙げる母親が多いこと³³⁾が報告されている。このことから、有職の母親は幼児が帰宅後、共に過ごしていたとしても忙しく、母子間の密着性が薄いため、幼児の偏食と母親の偏食が関連しなかった可能性が考えられる。

一方で「食事作りの手伝いをさせないこと」が幼児の偏食と関連していた。先行研究によれば、幼児に配膳の準備や簡単な皮むきなど年齢に見合った手伝いをさせることは健康や生活に対する意欲を高め⁷⁾、幼児自身が調理に関わった場合はたとえ苦手な物であっても食べる努力をすること³⁴⁾や、親子で食事作りをしている幼児はそうではない幼児よりも偏食する者が少ないこと⁷⁾が報告されており、本知見と一致する。就労により困ることとして「子どもとふれあう時間がとりにくい」をあげる母親は50%を超える³⁵⁾ことが報告されているが、食事作りを手伝わせることは幼児とのふれあいに加え、母子間の食べ物に関する会話を増やし、母親自身の食に対する考え方を伝える場ともなると思われる。また、幼少期に食事作りの手伝いをした経験はその後自身が母親となった時点で嫌いな食品を食べる習慣との関連が示されており²³⁾、生涯にわたる偏食の予防の上でも有効といえる。本成績から、有職の母親にとって、幼児に食事作りの手伝いをさせることは偏食予防の上でも効果的である可能性が示されたといえよう。

3. 本研究の限界と課題

本研究の限界と今後の課題を述べる。第一に本研究は東京に近い某地方都市にある公立幼稚園に通う園児の母親を対象としており、今後、他地域においても実証検討を重ねることが必要である。第二に、有職の母親の群のサンプルサイズが小さいことが結果に影響を及ぼした可能性が考えられるため、今後はより大きなサンプルサイズでの検証が必要である。第三に、母親および幼児の偏食、食教育については母親の主観的な回答により検討したため、実際の日常生活とは異なる可能性があ

る。また、偏食の定義として用いた「嫌いな食品を食べないこと」と健康との関連性については未検討である。今後これらの点を踏まえ、より客観的な指標を用いて検討することが必要と考えられる。第四に本研究はきょうだいや祖父母の有無といった家族形態や父親の育児や家事への参加については検討していない。今後は、これらの要因を含めた検討が必要であると考えられる。第五に本研究は横断調査であるため、今後は縦断調査を行い幼児の偏食に対する母親の就業の影響について因果関係を検証する必要があると考えられる。

以上のような限界はあるものの、本研究により母親の就業状況は幼児の偏食の状況に直接的に影響しないが、幼児の偏食に関連する要因に違いをもたらす可能性、さらに、母親が無職の幼児は母親が有職の幼児よりも母親自身の偏食や母親による食生活へ配慮の影響を受けやすい可能性が示唆された。以上のことから、幼児の偏食の課題解決に対し、母親の就業状況をふまえた支援策を検討することが必要と考えられた。

V 結 論

公立幼稚園に通う園児とその保護者1,145名を対象に、母親の就業状況によって幼児の偏食の状況やその関連要因がどのように異なるかについて検討した。その結果、母親の就業の有無により幼児の偏食状況に違いは認められなかったが、幼児の偏食に関連する要因は異なっていた。母親が無職の幼児では、「母親の偏食」、および「食べ残しをしないように言わない」、「子どもの嫌いな物や苦手な物を食事に出さない」が、母親の有職の幼児では「食事作りの手伝いをさせない」がそれぞれ幼児の偏食のリスク要因であった。このことから、幼児の偏食予防や改善の上で、母親の就業状況に応じた効果的な食教育を検討することが必要と考えられた。

謝辞

本研究を実施するにあたり、調査にご協力いただいた某県某市公立幼稚園15園の園長先生、諸先生方、園

児ならびに保護者の方々に心よりお礼申し上げます。
利益相反に相当する事項はない。

文 献

- 1) 食育基本法, 内閣府, <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/law/law.html#zen> (2014年2月5日)
- 2) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局, 2食を通じた子どもの健全育成のねらい及び目標, 楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～, 「食を通じた子どもの健全育成(一いわゆる「食育」の視点から)」のあり方に関する検討会」報告書, 東京: 日本児童福祉協会, 2004: 7-18.
- 3) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課, 平成17年度乳幼児栄養調査, 東京: 厚生労働省, 2006.
- 4) 池田順子, 安藤和彦, 幼児の食生活(食品の取り方, 食べ方), 生活状況および健康状況について, 小児保健研究, 1997; 56: 69-83.
- 5) 光岡棋子, 堀井理司, 大村典子, 他, 「幼児用疲労症状調査」からみた幼児の疲労と日常生活状況との関連, 小児保健研究, 2003; 62: 81-87.
- 6) 服部伸一, 足立正, 上田茂樹, 幼児の生活状況と疲労症状との関連について, 関西福祉大学社会福祉学部研究紀要, 2011; 14: 155-162.
- 7) 白木まさ子, 大村雅美, 丸井英二, 幼児の偏食と生活環境との関連, 民族衛生, 2008; 74: 279-289.
- 8) Skinner JD, Carruth BR, Bounds W, et al. Children's food preferences: a longitudinal analysis. *J Am Diet Assoc*, 2002; 102: 1638-1647.
- 9) 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.
- 10) 小林真, 大谷美保子, 幼児の偏食としつけの関連性について, 富山大学教育学部研究論集, 1999; 2: 53-57.
- 11) 八倉巻和子, 村田輝子, 大場幸夫, 他, 幼児の食行動と養育条件に関する研究第2報: 幼児の食行動に及ぼす養育条件, 小児保健研究, 1992; 51: 728-739.
- 12) 総務省, 平成19年度就業構造基本調査, 東京: 総務省, 2008.
- 13) 第2次食育推進基本計画, 内閣府食育推進会議決定, <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/2kikhonkaiteihonbun.pdf> (2014年2月5日)
- 14) Hawkins SS, Cole TJ. The millennium cohort study child health group. Examining the relationship between maternal employment and health behaviors in 5-year-old British children. *J Epidemiol Community Health*, 2009; 63: 999-1004.
- 15) Cawley J, Liu F. Maternal employment and childhood obesity: a search for mechanisms in time use data. *Econ Hum Biol*, 2012; 10: 352-364.
- 16) 綾部園子, 小西史子, 大塚恵美子, 朝食からみた幼児の食生活と保護者の食事意識, 栄養学雑誌, 2005; 63: 273-283.
- 17) 平井信義, 偏食, 岡田正章, 千羽喜代子, 網野武博(他編), 現代保育用語辞典, 東京: フレーベル館, 1997: 384.
- 18) 二見大介, 好き嫌いは本当に直す必要があるのか? 実際に栄養障害が起きるのか? 小児内科, 2005; 37: 560-563.
- 19) Cooke L. The importance of exposure for healthy eating in childhood: a review. *J Hum Nutr Diet*, 2007; 20: 294-301.
- 20) Birch LL, Marlin DW. I don't like it, I never tried it: effects of exposure on two-year-old children's food preferences. *Appetite*, 1982; 3: 353-360.
- 21) 二木武, 栄養と発達, 二木武, 帆足英一, 川井尚(他編), 新版小児の発達栄養行動: 摂食から排泄まで/生理・心理・臨床, 東京: 医歯薬出版, 1995: 1-89.
- 22) Wardle J, Herrera ML, Cooke L, et al. Modifying children's food preferences: the effects of exposure and reward on acceptance of an unfamiliar vegetable. *Eur J Clin Nutr*, 2003; 57: 341-348.
- 23) 木田春代, 武田文, 朴峠周子, 幼児の母親における幼少期の食生活と現在の偏食との関連, 日本公衆衛生雑誌, 2012; 59: 112-119.
- 24) 富岡文枝, 幼児への食教育と両親の食意識及び食行動との関わり, 栄養学雑誌, 1999; 57: 25-36.
- 25) 本間恵美, 鷺見孝子, 遠藤仁子, 偏食を生み出す要因に関する研究: 子供期の食生活が及ぼす影響, 東海女子短期大学紀要, 2000; 26: 33-41.
- 26) 菅綾, 鈴木志保子, 飛松佳子, 他, 母親の就業有無及び就労時間が児童生徒の食意識と生活習慣に及ぼす影響, 日本スポーツ栄養研究誌, 2012; 5: 43-49.
- 27) Harper LV, Sanders KM. The effect of adults' eating on young children's acceptance of unfamiliar foods. *J Exp Child Psychol*, 1975; 20: 206-214.
- 28) Kral TVE, Rauh EM. Eating behaviors of children in the context of their family environment. *Physiol Behav*, 2010; 100: 567-573.
- 29) Bandura A, Walters RH. The role of imitation. In: Bandura A, Walters RH eds. *Social Learning and Personality Development*. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1963: 47-108.
- 30) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局, 平成23年版働く女性の実情, 東京: 厚生労働省, 2011.
- 31) 伊藤至乃, 天野幸子, 殿塚婦美子, 食生活におけ

- る母子のかかわりについての研究。栄養学雑誌, 1993 ; 51 : 39-52.
- 32) 江田節子, 幼児の食生活に関する研究: 幼児の野菜摂取に関する食習慣と保護者の食意識について, 関東学院大学人間環境学会紀要, 2007 ; 7 : 37-47.
- 33) 食事としつけに関するアンケート2009幼児・小学生の保護者を対象に, Benesse 食育研究所, <http://berd.benesse.jp/berd/center/open/report/syokuiku/syokuiku2009.pdf> (2013年12月5日)
- 34) 今本美幸, 西川貴子, 伊達佐和子, 他, 子どもの料理教室における「食」への関心の高まりについて, 神戸女子短期大学論攷, 2011 ; 56 : 39-46.
- 35) 伊藤わらび, 母親の就労の有無別育児の諸問題その2: 10年間の変容にみる育児の諸問題と育児支援のあり方, 十文字学園女子大学人間生活学部紀要, 2009 ; 7 : 107-132.
- (受稿 2013. 12. 24 ; 受理 2014. 4. 11)
-