

# 地方に住む幼児を子に持つ保護者の食意識の現状

門 利 恵\*・佐々木 将 太\*・上 村 裕 樹\*\*・石 井 洋\*

(\*帯広大谷短期大学 生活科学科・\*\*帯広大谷短期大学 社会福祉科)

## 緒言

平成17年7月に「食育基本法」<sup>1)</sup>が施行された。本法律では、子どもが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくために「食」が重要であることが示されている。健全な食生活の実践は、幼児期から取り組み、基礎を築き上げることが国の指針として示されたことになる。

幼児期は、心身の発達、基本的な生活習慣が形成される時期である。子どもの生活の一部である食事は、食事を管理する保護者の食意識が反映されると考えられる<sup>2-4)</sup>。すなわち、子どもの食習慣は、保護者、特に日本では食事を作ることが多い、母親の食意識・行動に左右される可能性が高い。

保護者(母親)の食意識・行動が、子どもの食習慣の形成に影響を及ぼすことは、心身の健全な成長にも関連し、その後の健康にも関わると考えられる。事実、小児の生活習慣病リスク保有者は年々増加傾向にあり、リスク発現の若年化が指摘されている<sup>5)</sup>。したがって、現代の食環境や健康問題、食育基本法の施行を鑑み、保護者に対する食育を実施していくことが重要であろう。

近年、全国的に趣向を凝らした食育が実施されている。食育は、実施する地域、対象、食環境などに合わせて実施されるべきであり、実施者から一方的な教育、指導になることを避けなければならない。したがって、食育の実践は、地域の特色を理解し、

現状を反映する必要がある。

そこで、我々は北海道十勝地方にて、子どもおよび保護者に対する地域に根ざした食育活動を実施する事前調査として、保護者の食意識に焦点を当てることとした。本研究の目的は、北海道十勝地方在住の保育施設に子どもを通わせている保護者(男女の区別なし)を対象に、食意識のうち食生活および食事作りについての現状を明らかにし、基礎的評価を行うことである。なお、本研究は、保護者の体型(BMI: Body Mass Index)に着目し解析を行うこととした。

## 方法

### 1. 調査対象、時期および調査方法

調査対象は、北海道十勝地方A町の保育施設(11施設)に子どもを通わせている保護者(1,300件配布)とした。兄弟の重複は考慮していない。

調査時期は2016年1-2月、調査方法は質問紙法とした。質問紙は、対象保育施設の協力を得て保護者に確実に配布してもらった。

回収は、質問紙に同封した返信用封筒により筆者所属大学に郵送してもらった。回収率は、388件(29.8%)であった。質問紙は無記名記入式とし、本質問紙返信により、調査への同意を得られたものとした。

### 2. 質問内容

質問紙の内容は、表1に示した。質問内容は、回答者自身の特性(身長、体重は自己申告)、回答者および子どもの食物アレルギーの有無、日常の食品群摂取の頻度(14項目)とした。食事作りに関する

平成28年11月10日受理

連絡先 〒080-0335 北海道河東郡音更町希望が丘3-3

帯広大谷短期大学 生活科学科

TEL 0155(42)4444 FAX 0155(42)4499

Email sasaki@oojc.ac.jp

項目は先行研究<sup>6)</sup>を参考として、調理への意識（8項目）、食の安全への意識（4項目）、健康への意識（7項目）、私志向の食事作り（5項目）、食情報に振り回される食（5項目）、食の軽視（4項目）、子どもの食（3項目）とした。

回答者の日常の食品群摂取頻度の回答は、「毎日食べる」、「週3-4回」、「週1-2回」および「ほとんど食べない」の4つを設置した。

食事作りに関する項目の回答は、「あてはまらない」、「あまりあてはまらない」、「どちらともいえない」、「ややあてはまる」および「あてはまる」を設

置した。

### 3. 統計解析

回収できた388件のうち、身長および体重の記入漏れ、不備がない375件を対象としたが、食事作りに関する項目の記入漏れが2件あったため、最終的に373件を解析対象とした。本研究の結果では男女に分けず（男性12/378件、3.2%）解析し、保護者を回答者として表した。対象者は、BMIのやせ（18.5未満：55件）、ふつう（18.5以上、25.0未満：278件）、肥満（25.0以上：40件）の3群に分けた。

表1 質問紙の内容

項目	内容
回答者の特徴	年齢、性別、身長、体重、飲酒、喫煙、最終学歴、食物アレルギーの有無（親・子）
日常の食品群摂取頻度	肉類、魚介類、野菜類、芋類、海藻類、卵、豆製品、牛乳乳製品、果物、アイス類、ジュース、甘いお菓子、スナック菓子、インスタント食品
食事作りに関する項目	<p>【調理への意識（8項目）】</p> <p>食事の献立（料理）は、主食・主菜・副菜（・汁物）を考えている、献立（料理）の組み合わせを意識している、栄養バランスを考えて食事を作っている、できるだけ多くの種類の食品を使用することを意識している、食品の組み合わせを意識している、調理時は必ず味見をする、食文化や地域の産物を活かして、ときには新しい料理を取り入れている、調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なくしている</p>
	<p>【食の安全への意識（4項目）】</p> <p>加工済み食品やお惣菜を購入しない、原材料表示を必ず確認する、賞味期限または消費期限を過ぎた食品は食べないようにしている、国産以外の食品は食べないようにしている</p>
	<p>【健康への意識（7項目）】</p> <p>健康を守るために必要な情報を集めている、食品の製造元や産地を必ず確認する、エネルギー（カロリー）に合わせた献立を考えている、タンパク質、脂質、炭水化物と言った栄養素の違いがだいたいわかる、料理や食事を楽しみと感じることが出来る、塩分をとり過ぎないようにしている、油っこいものをなるべく控えるようにしている</p>
	<p>【私志向の食事作り（5項目）】</p> <p>毎日の食事作りを続けるには外食や中食（惣菜などを自宅で食べる）などの気分転換が必要、毎日の食事作りを続けるには外食や中食（惣菜などを自宅で食べる）などの気分転換が必要、食事作りで手間のかかることはしたくない、自分の気分によって食事を作らないことがある、特別なイベントの時には、手間のかかる料理でも作る、健康的な食事を作ることよりも、毎日の食事作りを簡単にする方を優先している</p>
	<p>【食情報に振り回される食（5項目）】</p> <p>本や雑誌に書いてある食に関する情報に振り回されてしまう、お母さん方の間で話題になっている食品は必ず買ってみる、テレビなどで話題となった食品は必ず買ってみる、まわりの人がおいしいと言っている店には必ず行ってみる、テレビや雑誌などで「身体に良い」と言われた食品は必ず取り入れている</p>
	<p>【食の軽視（4項目）】</p> <p>食べることにお金を使うのなら家族で旅行したり遊びに行っても楽しむほうがいい、できるだけ安い食品を買っている、食費はおさえて、その分のお金を他のことに使っている、質が良いと思う食品は値段が高くても買っている</p>
<p>【子どもの食（3項目）】</p> <p>子どもに食べてもらうため子どもの要求をつい聞き入れてしまう、食べ物のことで子どもにわがままを言わせない、子どもに食べ物の好き嫌いがあってもかまわない</p>	

回答者の身体的特徴（身長，体重，BMI），性別，飲酒，喫煙および学歴は，回答者全体および各群で単純なクロス集計を行った。

食事作りに関する7つの質問項目は，「あてはまらない」から「あてはまる」までの5段階尺度に1から5点までを設定した。なお，逆転項目の質問は，点数を逆順化し用いた。食事作りに関する質問項目は，各項目で平均値を算出し解析に用いた。

回答者および子どものアレルギーの有無，日常の食品群摂取頻度の比較は， $\chi$ 二乗検定を用いた。食事作りに関する質問項目の比較は，対応のない一元配置分散分析を行い，多重比較を行った。BMIおよび食事作りに関する質問項目間に関連性があるか否かSpearmanの順位相関を用いて検討した。

質問紙への無回答，回答不備は除外せず「回答不備」として解析に用いた。食事作りに関する質問項目における回答不備には，平均値を代入した。

体重，身長，BMIおよび食事作りに関する質問項目は，平均値±標準偏差で示した。統計学的有意水準は，5%未満とした。

#### 4. 結果

##### 身体的特徴および特性

回答者の身体的特徴を表2に示した。回答者全体の年齢は， $36.8 \pm 5.3$ 歳であった（最小22歳，最大60歳）。各群の年齢は30歳代中盤であった。

回答者全体の身長は， $158.3 \pm 5.6$ cmであった。各群の身長の平均値はほぼ同等であった。

回答者全体の体重は， $53.0 \pm 8.0$ kgであった。各群の体重の平均値は，やせ群と比較して，ふつう群は約9kg，肥満群は約24kg重く，ふつう群と比較

して，肥満群は14kg重かった。

回答者全体のBMIは， $21.1 \pm 2.8$ であった。各群のBMIの平均値は，やせ群 $17.7 \pm 0.6$ ，ふつう群 $20.9 \pm 1.6$ ，肥満群 $27.0 \pm 2.0$ であった。

回答者の特性を表3に示した。回答者の96.8%（361/373件）が女性であった。

飲酒は，全体では「飲む」（57.4%）が「飲まない」（42.4%）よりも多かった。各群においても，「飲む」（やせ：58.2%，ふつう：57.6%，肥満：55.0%）が「飲まない」よりも多かった。

喫煙は，全体では「吸わない」（83.6%）が「吸う」（16.1%）よりも多かった。各群においても，「吸わない」（やせ：72.7%，ふつう：85.3%，肥満：87.5%）のほうが「吸う」よりも多かった。

学歴は，全体で最も多かったのは，高等学校（39.1%）であった。次いで，専門学校（22.8%）および短大・高専（22.8%），大学（12.1%）であった。やせ群の学歴の上位は，高等学校（38.2%），専門学校（30.9%），短大・高専（23.6%）の順であった。ふつう群の学歴の上位は，高等学校（37.4%），専門学校（23.0%），短大・高専（21.6%），大学（14.0%）の順であった。肥満群の学歴の上位は，高等学校（52.5%），短大・高専（30.0%），専門学校（10.0%）の順であった。

##### アレルギーの有無

アレルギーの有無について，表4に示した。回答者の全体のアレルギーの有無は， $\chi$ 二乗検定の結果，各群間に有意な差は認められなかった。しかしながら，「ない」（86.3%）が「ある」（12.9%）よりも多かった。各群のアレルギーの有無は，「ない」（やせ：89.1%，ふつう：86.3%，肥満：82.5%）が

表2 回答者の身体的特徴

	やせ (55) ( $<18.5$ )	ふつう (278) ( $18.5 \leq, <25.0$ )	肥満 (40) ( $25.0 \leq$ )	合計 (373)	ANOVA
年齢 (歳)	$36.3 \pm 5.5$	$36.8 \pm 5.2$	$37.7 \pm 5.5$	$36.8 \pm 5.3$	0.485
身長 (cm)	$157.3 \pm 5.4$	$158.6 \pm 5.4$	$158.0 \pm 6.7$	$158.3 \pm 5.6$	0.242
体重 (kg)	$43.7 \pm 3.4$	$52.8 \pm 5.3$	$67.4 \pm 7.2$	$53.0 \pm 8.0$	$<0.001$
BMI ( $\text{kg}/\text{m}^2$ )	$17.7 \pm 0.6$	$20.9 \pm 1.6$	$27.0 \pm 2.0$	$21.1 \pm 2.8$	$<0.001$

データは平均値±標準偏差。身長および体重は自己申告値。かっこ内は，n数。

表3 回答者の特性

		やせ (55)		ふつう (278)		肥満 (40)		合計 (373)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
性別	男	0	0.0	10	3.6	2	5.0	12	3.2
	女	55	100.0	268	96.4	38	95.0	361	96.8
飲酒	飲まない	22	40.0	118	42.4	18	45.0	158	42.4
	飲む	32	58.2	160	57.6	22	55.0	214	57.4
	回答不備	1	1.8	0	0.0	0	0.0	1	0.3
喫煙	吸わない	40	72.7	237	85.3	35	87.5	312	83.6
	吸う	15	27.3	40	14.4	5	12.5	60	16.1
	回答不備	0	0.0	1	0.4	0	0.0	1	0.3
学歴	中学校	0	0.0	3	1.1	0	0.0	3	0.8
	高等学校	21	38.2	104	37.4	21	52.5	146	39.1
	専門学校	17	30.9	64	23.0	4	10.0	85	22.8
	短大・高専	13	23.6	60	21.6	12	30.0	85	22.8
	大学	4	7.3	39	14.0	2	5.0	45	12.1
	大学院	0	0.0	3	1.1	0	0.0	3	0.8
	その他	0	0.0	5	1.8	0	0.0	5	1.3
	回答不備	0	0.0	0	0.0	1	2.5	1	0.3

カッコ内は、n数.

表4 回答者および子どものアレルギーの有無

		やせ (55)		ふつう (278)		肥満 (40)		合計 (373)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
回答者	ない	49	89.1	240	86.3	33	82.5	322	86.3
	ある	6	10.9	35	12.6	7	17.5	48	12.9
	回答不備	0	0.0	3	1.1	0	0.0	3	0.8
子ども	ない	46	83.6	226	81.3	32	80.0	304	81.5
	ある	7	12.7	40	14.4	8	20.0	55	14.7
	回答不備	2	3.6	12	4.3	0	0.0	14	3.8

カッコ内は、n数.

「ある」よりも多かった。

子どものアレルギーの有無は、 $\chi^2$ 乗検定の結果、各群間に有意な差は認められなかった。しかしながら、「ない」(81.5%)が「ある」(14.7%)よりも多かった。各群の子どものアレルギーの有無は、「ない」(やせ:83.6%, ふつう:81.3%, 肥満:80.0%)が「ある」よりも多かった。子どものアレルゲンの上位3品目は、卵(26件, 全卵, 卵黄, 卵

白, 魚卵), 果物(15件, いちご, さくらんぼ, りんご, ももなど), 牛乳・乳製品(7件)が挙げられた。

#### 回答者の日常の食品群摂取頻度

日常の食品群摂取頻度の結果を表5に示した。各食品群において、群間に有意な差は認められなかった。

表5 日常の食品摂取頻度

		毎日食べる		週3-4回		週1-2回		ほとんど食べない		回答不備	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
肉類	やせ	19	34.5	31	56.4	4	7.3	1	1.8	0	0.0
	ふつう	105	37.8	150	54.0	22	7.9	1	0.4	0	0.0
	肥満	16	40.0	19	47.5	5	12.5	0	0.0	0	0.0
魚介類	やせ	4	7.3	20	36.4	30	54.5	0	0.0	1	1.8
	ふつう	20	7.2	91	32.7	151	54.3	14	5.0	2	0.7
	肥満	0	0.0	12	30.0	25	62.5	3	7.5	0	0.0
野菜類	やせ	39	70.9	13	23.6	3	5.5	0	0.0	0	0.0
	ふつう	222	79.9	44	15.8	8	2.9	1	0.4	3	1.1
	肥満	27	67.5	12	30.0	0	0.0	1	2.5	0	0.0
芋類	やせ	1	1.8	25	45.5	26	47.3	3	5.5	0	0.0
	ふつう	16	5.8	93	33.5	154	55.4	15	5.4	0	0.0
	肥満	4	10.0	13	32.5	19	47.5	4	10.0	0	0.0
海藻類	やせ	2	3.6	13	23.6	29	52.7	9	16.4	2	3.6
	ふつう	13	4.7	59	21.2	165	59.4	41	14.7	0	0.0
	肥満	2	5.0	9	22.5	20	50.0	8	20.0	1	2.5
卵	やせ	17	30.9	25	45.5	12	21.8	1	1.8	0	0.0
	ふつう	79	28.4	145	52.2	51	18.3	3	1.1	0	0.0
	肥満	13	32.5	16	40.0	11	27.5	0	0.0	0	0.0
豆製品	やせ	8	14.5	26	47.3	17	30.9	4	7.3	0	0.0
	ふつう	37	13.3	114	41.0	108	38.8	19	6.8	0	0.0
	肥満	6	15.0	15	37.5	15	37.5	3	7.5	1	2.5
牛乳・乳製品	やせ	35	63.6	12	21.8	6	10.9	2	3.6	0	0.0
	ふつう	156	56.1	65	23.4	44	15.8	12	4.3	1	0.4
	肥満	26	65.0	7	17.5	5	12.5	2	5.0	0	0.0
果物	やせ	12	21.8	23	41.8	15	27.3	5	9.1	0	0.0
	ふつう	44	15.8	94	33.8	110	39.6	27	9.7	3	1.1
	肥満	7	17.5	7	17.5	18	45.0	8	20.0	0	0.0
アイス類	やせ	3	5.5	9	16.4	22	40.0	21	38.2	0	0.0
	ふつう	8	2.9	30	10.8	91	32.7	147	52.9	2	0.7
	肥満	1	2.5	7	17.5	20	50.0	12	30.0	0	0.0
ジュース	やせ	5	9.1	10	18.2	17	30.9	23	41.8	0	0.0
	ふつう	31	11.2	44	15.8	70	25.2	133	47.8	0	0.0
	肥満	8	20.0	7	17.5	13	32.5	12	30.0	0	0.0
甘いお菓子	やせ	14	25.5	21	38.2	17	30.9	3	5.5	0	0.0
	ふつう	56	20.1	85	30.6	97	34.9	39	14.0	1	0.4
	肥満	8	20.0	13	32.5	14	35.0	5	12.5	0	0.0
スナック菓子	やせ	7	12.7	19	34.5	16	29.1	13	23.6	0	0.0
	ふつう	22	7.9	67	24.1	115	41.4	73	26.3	1	0.4
	肥満	6	15.0	11	27.5	17	42.5	6	15.0	0	0.0
インスタント食品	やせ	0	0.0	2	3.6	28	50.9	25	45.5	0	0.0
	ふつう	2	0.7	29	10.4	123	44.2	123	44.2	1	0.4
	肥満	0	0.0	8	20.0	17	42.5	14	35.0	1	2.5

**食事作りに関する項目**

食事作りに関する7項目の結果を表6に示した。対応のない一元配置分散分析の結果群間において、「調理への意識」「健康への意識」「私志向の食事作り」「食の軽視」「子どもの食」に有意な差は認められなかった。

「食の安全への意識」は、やせ群がもっとも高く、普通群、肥満群の順であり、対応のない一元配置分散分析において有意な差 (p=0.004) が認められ、多重比較の結果、各群間に有意な差 (p<0.05) が認められた。

「食情報に振り回される食」は、やせ群、普通群、肥満群の順に点数が高い傾向が認められた (ANOVA: p=0.067)。

**BMIおよび食事に関する項目の相関関係**

BMIおよび食事に関する項目に関するSpearmanの順位相関の結果を表7に示した。本結

果では、相関係数が高い項目のみ示す。

「調理への意識」は、「食の安全への意識」(0.394)、「健康への意識」(0.579)、「私志向の食事作り」(0.445)と正の相関認められた (p<0.01)。

「食の安全への意識」は、「健康への意識」(0.589)と正の相関が認められた (p<0.01)。

**考察**

本研究は、北海道十勝地方在住の保育施設に子どもを通わせている保護者を対象に、食生活および食事作りに関する食意識について現状を明らかにすることともに、保護者のBMIに着目して評価検討を行った。

その結果、1) 全国的な調査と比較して飲酒の割合が高く、喫煙の割合が低いこと、2) 回答者および子どもの食物アレルギーの保有の割合は、各群に有意な差は認められないこと、3) 食事作りに関す

**表6 各群における食意識の平均点数の比較**

	やせ (55)	ふつう (278)	肥満 (40)	合計	ANOVA
調理への意識	3.6 ± 0.7	3.8 ± 0.7	3.6 ± 0.8	3.8 ± 0.7	0.106
食の安全への意識	3.4 ± 0.8	3.1 ± 0.8 a	2.9 ± 0.9 a,b	3.1 ± 0.8	0.004
健康への意識	3.5 ± 0.7	3.4 ± 0.7	3.2 ± 0.8	3.4 ± 0.7	0.127
私志向の食事作り	3.1 ± 0.8	3.2 ± 0.6	3.1 ± 0.6	3.2 ± 0.7	0.637
食情報に振り回される食	4.0 ± 0.5	3.9 ± 0.6	3.8 ± 0.7	3.9 ± 0.6	0.067
食の軽視	3.6 ± 0.7	3.5 ± 0.7	3.5 ± 0.6	3.5 ± 0.7	0.550
子どもの食	3.1 ± 0.7	3.3 ± 0.6	3.2 ± 0.7	3.3 ± 0.7	0.198

データは、平均値±標準偏差。かっこ内はn数。a: やせと有意差あり (p<0.05)。b: ふつうと有意差あり (p<0.05)。

**表7 BMIおよび各食意識の平均点数の相関関係**

	BMI	調理への意識	食の安全への意識	健康への意識	私志向の食事作り	食情報に振り回される食	食の軽視	子どもの食
BMI	-	-	-	-	-	-	-	-
調理への意識	-0.089 b	-	-	-	-	-	-	-
食の安全への意識	-0.180	0.394 b	-	-	-	-	-	-
健康への意識	-0.086	0.576 b	0.589 b	-	-	-	-	-
私志向の食事作り	-0.051	0.445 b	0.242 b	0.285 b	-	-	-	-
食情報に振り回される食	-0.098	0.003	-0.017	-0.031	0.085	-	-	-
食の軽視	-0.040	0.168 b	0.287 b	0.301 b	0.116 a	0.141 b	-	-
子どもの食	-0.038	0.214 b	0.135 b	0.123 a	0.188 b	0.101	0.109 b	-

数値は相関係数を表す。a: p<0.05。b: p<0.01。

る項目では、「食の安全への意識」の点数は、やせ群、普通群、肥満群の順に高く群間に有意な差 ( $p < 0.05$ ) が認められ、「食情報に振り回される食」において、やせ群、普通群、肥満群の順に点数が高い傾向が認められたこと、4) 「調理への意識」は、「食の安全への意識」、「健康への意識」、「私志向の食事作り」と正の相関認められ ( $p < 0.01$ )、「食の安全への意識」は、「健康への意識」と正の相関が認められた。

#### 身体的特徴および特性

本研究では、回答者のBMIに着目した。回答者全体のBMI平均値は、 $21.1 \pm 2.8$ であった。回答者のBMIで群分けをしたところ、やせ55件 ( $17.7 \pm 0.6$ )、ふつう278件 ( $20.9 \pm 1.6$ )、肥満40件 ( $27.0 \pm 2.0$ )となった。本研究回答者の体格は、ふつうが最も多いものの、やせおよび肥満を合わせて約25%が体格に問題があることが示唆される。

親が肥満であると、子ども自身が肥満になりやすい生活を送ってしまう可能性が高いと考えられる。また、Sallisら<sup>7)</sup>は、親の過体重や肥満が児童の身体活動の規定因子となることを示唆している。すなわち、親の体格が、子どもの体格に影響する可能性は高く、食育実施時には、子どもだけでなく、親も含めた実施が必要であると考えられる。

本研究回答者の飲酒の割合は、「飲まない」よりも「飲む」方が多かった。平成26年国民健康・栄養調査<sup>8)</sup>では、習慣的な飲酒のある者の割合は、男性36.4%、女性8.2%であった。本研究では、男女の区別をせずに検討しているが、回答者の飲酒割合は57.4% (やせ58.2%、ふつう57.6%、肥満55.0%)であり、全国平均よりも高かった。直接的に子どもに影響はないが、過度な飲酒は、高血圧や肝臓疾患のリスクとなり得るため、本研究対象者の食習慣における課題となる可能性がある。

本研究回答者における喫煙割合は、各群間において有意差はなく、「吸わない」が多かった。先行調査<sup>8)</sup>では、現在習慣的に喫煙している者の割合は、19.6%であり、性別では、男性32.2%、女性8.5%であることが示されている。また、平成24年国民基礎調査<sup>9)</sup>における、北海道の喫煙率は、27.7%で全国1位であった。本研究における喫煙の割合は、

16.1%であり、全体としては全国<sup>8)</sup> および北海道<sup>9)</sup>の割合を下回っていた。

しかし、群別で見ると、やせ群が27.3%と他の2群 (ふつう14.4%、肥満12.5%)と比較して高い割合が示された。先行研究において、非喫煙群は喫煙群よりもBMIが有意に高いことが示されている<sup>10)</sup>。つまり、やせている者は肥満者よりも喫煙の割合が高い可能性があり、本知見は、その傾向を示していると考えられる。

喫煙は、肺がんおよび生活習慣病のリスク要因であり、さらに受動喫煙が肺がんリスクを高めることも示されている。したがって、幼児期から受動喫煙の環境にいることが、様々な疾患のリスクになることを考慮すると、食と合わせて生活に関わる教育の実施も必要かもしれない。

#### アレルギーの有無

日本における食物アレルギーの全年齢の有症率は、1-2%であると考えられている<sup>11)</sup>。本研究回答者において、食物アレルギーがあると答えた割合は、全体で12.9% (群間に有意差なし)であり、国内において予想されている有症率よりも多かった。さらに、子どもに食物アレルギーがあると回答した割合は、14.7%であった (群間に有意差なし)。子どもを対象とした食物アレルギーに関する先行研究では、3歳児5%、保育所に通う子ども5.1%、学童期以降1.3-4.5%と報告されている<sup>11)</sup>。

本研究で得られた食物アレルギーの結果から、対象地域の食物アレルギー有症率は高い集団である可能性が示された。食物アレルギーは、軽度から重度まで症状の現れ方がある。さらに、症状に合わせた食事療法が重要であることから、個別な対応が必要となる。他方、食物アレルギーを持つ保護者および子どもの食事療法に関する情報が正しく提供されているか否かは明らかでなく、課題が残る。

食物アレルギーを持つ子どもおよび保護者に対して、食物アレルギーに関する正しい情報を提供し、QOLを保つことも食育の1つとして課題であると考えられ、どのような形で関わりを持つかを検討することが必要であろう。

## 日常の食品群摂取頻度および食事作りに関する項目

日常の食品群摂取頻度において、群間に有意な差は認められなかった。我々は、摂取頻度が体格に関連すると予想されるアイス、ジュース、甘いお菓子、スナック菓子およびインスタント食品に差が認められるだろうと予測していた。しかし、本研究回答者において、これらの項目には各群間に差はなく、体格には身体活動量など他の要因が関わっていると考えられる。

本研究では、食意識の1つとして食事作りに対する質問項目を設けた。統計学的な有意な差 ( $P=0.004$ ) が認められた項目は、「食の安全への意識」(やせ群、ふつう群、肥満群の順に高い) であり、傾向 ( $P=0.067$ ) が認められた項目は、「食情報に振り回される食」(やせ群、ふつう群、肥満群の順に高い) であった。

他方、BMIおよび各食意識の関連を解析したところ、BMIと食事作りに関する項目の間に高い相関は認められなかった。しかしながら、「調理への意識」と「食の安全への意識」「健康への意識」および「私志向の食事作り」の間に比較的高い正の相関 ( $p<0.01$ )、「食の安全への意識」と「健康への意識」の間に正の相関が認められた ( $p<0.01$ )。

これらの知見から、本研究を実施した地域特徴として、「調理への意識」が食意識と関連すると考えられる。子どもに対する食教育は、主に食事を作ると考えられる母親の食意識が影響を与えるとされている<sup>2, 3)</sup>。したがって、日常の食事に反映されることを勘案し、保護者に対する食育の実施が重要であると考えられる。

本研究では、体格で群を分けて食意識に関わる質問項目の比較検討を行った。その結果、群間に有意な差が認められたのは、「食の安全への意識」のみであった。近年、国内外において、食環境に関わる問題が多く取り上げられており、消費者の食への関心が高まっている。本研究で対象とした地域は、国内における農畜産物の中心的な産地であり、もともと食への意識は高いと考えられる。

また、やせ群では「食情報に振り回される」の点数が他の群よりも高い傾向にあった。推測の域は脱しないが、やせ体型の傾向として、食の安全への意識が高いが、自分自身で食情報を集め、整理できな

いまま食生活に反映されている可能性が高い。したがって、本研究対象者に対する食育は、体格および調理への意識のレベルを考慮した内容で実施する必要があると推察される。

## まとめ

本研究は、地域に根ざした食育を実施するための事前調査として、北海道十勝地方に住む、保育施設に子どもを通わせている保護者(男女の区別なし)を対象に、食意識のうち食生活および食事作りについての基礎的調査を実施し、保護者の体型に着目して解析を行った。

その結果、食育実施の基礎資料として対象とした地域の保護者の特性は、1) 飲酒割合が高い、2) 食物アレルギー保有率が高い、3) 調理への意識が高く、健康への意識、私志向の食事作りおよび食情報に振り回される食意識に関連がある、4) 体格が食の安全への意識や食情報に振り回されやすさに関連する傾向がある、ことが明らかとなった。

得られた知見をもとに、地域に根ざし、地域の食課題を解決するような食育実施につなげていきたい。

## 謝辞

本研究にご協力頂きました、北海道十勝地方A町の幼稚園および保育園の先生方ならびにご回答頂きました保護者の皆様に心より感謝申し上げます。

## 参考文献

- 1) 農林水産省. 「食育基本法」 [http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho\\_27911.pdf](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_27911.pdf) (2016年11月5日アクセス)
- 2) 富岡文枝. (1999). 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, 57 (1), 25-36.
- 3) 山口静枝, 春木敏, 原田昭子. (1996). 母親の食行動パターンと幼児の食教育との関連. 栄養学雑誌, 54 (2), 87-96.
- 4) 木田春代, 武田文, 朴峠周子. (2012). 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, 59 (2), 112-119.

- 5) 杉浦令子, 坂本元子, 村由光範. (2007). 幼児期の生活習慣病リスクに関する研究. 栄養学雑誌, 65 (2), 67-73.
- 6) 牟田春美, 井田政則. (2012). 母親の食意識に関する尺度作成の試み. 立正大学心理学研究年報. 3, 91-101.
- 7) Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and science in sports and exercise*, 32 (5), 963-975.
- 8) 厚生労働省. 「平成26年度国民健康・栄養調査」  
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyoudl/h26-houkoku.pdf> (2016年11月5日アクセス)
- 9) 厚生労働省. 「平成24年国民基礎調査」  
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa12/> (2016年11月5日アクセス)
- 10) 菊地恵親子, 小田夏奈江, 吉田勝美, 千哲三, 川久保清. (2015). 喫煙習慣の変化が4年間の体重・腹囲・HDL コレステロールに与える影響. 総合健診, 42 (2), 243-252.
- 11) 「食物アレルギーの診療の手引2014」検討委員会. 「食物アレルギーの診療の手引2014」  
<http://foodallergy.jp/manual2014.pdf> (2016年11月5日アクセス)

