

摂食の心理・行動学的研究(3)

— 2～3歳児における摂食行動と意欲との関連 —

嘱託研究員 庄 司 順 一 (都立母子保健院)
研究第2部 二 木 武
嘱託研究員 川 井 尚 (東京都精神医学総合研究所)
恒 次 欽 也 (愛知教育大学)
野 尻 恵 (桜ヶ丘記念病院)
大 橋 真理子 (東京都精神医学総合研究所)
研究第2部 斎 藤 幸 子
研究第4部 水 野 清 子

子どもの摂食行動は、外界のものを摂り入れる行動であり、心の発達と密接な関連があると考えられる。筆者らは、保育園児を対象に、子どもの摂食行動や摂食態度（食欲、好き嫌い、食事をしているときの表情など）と、子どもの心の状態（意欲、活発さ、積極性など）との間の関連性を検討してきている。第1報では、2～5才児について検討し、両者の間には密接な関連が認められることが明らかとなった。今回は、より低年齢の1～3才児 756名を対象に、親に対するアンケート調査を行った。その結果、各項目への回答は、年長児におけるよりもポジティブであること、および摂食行動と心の状態との間には密接な関連が認められること、しかも年長児よりも有意な関連を示す項目数は多いことが明らかとなった。年齢にともなう変化については、今後さらに検討が必要であるが、今回の結果からは、年齢とともに、摂食行動と日常的な心の状態とは分化していくことが予想された。

見出し語：摂食行動、摂食態度、心の状態

Psychological and Behavioral Study of Feeding of the Young Children(3)

Junichi Shoji Takeshi Futaki
Hisashi Kawai Kinya Tsunetsugu
Megumi Nojiri Mariko Ohashi
Sachiko Saito Kiyoko Mizuno

The authors have been studying the relationship between young childrens' feeding attitudes or behaviors and their psychological activities. We developed a questionnaire, and asked childrens' mothers and their nursery teachers to accomplish it. In the first and second reports, the results of mothers of the children aged 2- to 5-years old and the nursery teachers were analyzed.

The purpose of this third report is to analyze the answers of mothers of the young childrens who are aged 1- to 3-years old (N=756).

The questionnaire used is slightly modified that of the older children.

The results show:

1. The responses of each items are assessed to be more positive than that of the older children.
2. The relationship between feeding attitudes or behaviors and psychological activities were examined by χ^2 Test. The results show intensive relationship between them as in the older children.

Key Words: feeding behaviors, feeding attitudes, psychological activities

研究目的

外界のものを摂り入れる行動である摂食行動は、子どもの心の発達と密接な関連があると考えられる。筆者らは、保育園児を対象に、子どもの摂食行動や摂食態度（食欲、好き嫌い、食事をしているときの表情など）と心の状態（とくに意欲、活発さ、積極性など）との間の関連性を検討し、実際に両者の間には密接な関連のあることを明らかにした¹⁾²⁾。ただし、そこで対象としたのは3～5才という比較的年長の児であった。しかし、摂食行動と心の状態との関連は、発達のみる必要があると考える。そこで、今回は、より年少の児について検討するために、保育園の1～3才児について調査を行った。

方法および対象

今回使用したアンケートは、第1報の「幼児の健康についてのアンケート」¹⁾に多少の修正をくわえたものである（付表1参照）。その質問項目は、乳児期の栄養法などのフェイス・シートのほか、(Ⅰ)摂食行動・摂食態度(8項目)、(Ⅱ)咀嚼(5項目)、(Ⅲ)子どもの心の状態(11項目)、(Ⅳ)母親について(6項目)である。

対象は、東京・世田谷区内の公立保育園(23園)の2～3才を中心とした園児756名であり、その年齢別、性別内訳は表1に示した。これらの児について、その親にアンケートへの回答を依頼した。アンケートの配布は、1990年2月に行った。

データの整理は第1報と同じく、まず全体の傾向をみるために各項目の反応頻度を求め、次に摂食行動と心の状態との関連をみるために χ^2 検定による検討を行った。

表1 対象の内訳

	1才	2才	3才	不明	計
男	16	172	168	3	359
女	14	140	163	3	320
不明	4	38	31	4	77
計	34	350	362	10	756

結果および考察

1. 全体の傾向

ここでは、各項目の反応頻度を検討する。本研究では1～3才児の調査を意図したのだが、表1に示したように、1才児についてはデータが少なく、2～3才児が主となっている。また、(Ⅱ)「咀嚼」については別の機会に報告する。

1) フェイス・シート項目(表2)

乳児期の栄養法は、混合栄養がもっとも多く(56.9%)、母乳が約30%、人工栄養が約10%であった。

母乳またはミルクの飲み具合や、離乳食の食べ具合は、大多数が良好ないし普通であったが、よくなかったものが3～4%程度いた。

大きな病気や事故を経験したものは約18%いた。

2) 摂食行動(表3)

これは、項目により3～4段階で評価するようになっているが、それぞれの反応頻度の概要は以下のとおりである。

- ① 食べるとき楽しそうか—楽しそう78.0%、あまり楽しそうでない20.6%であった。いやいや食べるは0.9%であった。
- ② 食欲—非常にある、および普通にある86.4%、やや少ない12.0%、少ない1.6%であった。
- ③ 食べる量—ほどよい70.1%、多すぎる6.7%、やや少ない、および少ない22.6%であった。
- ④ 好き嫌い—ほとんどない、および普通84.5%、やや多い、および多い15.1%であった。
- ⑤ 食べるはやさ—普通67.3%、はやすぎる7.1%、おそい25.1%。
- ⑥ 「ごはんまだ」「おなかすいた」などと食事をさいそ

表2 フェイス・シート項目

(%)

項目	反応頻度			
	母乳	混合	人工栄養	不明
乳児期の栄養法	31.9	56.9	9.9	1.3
母乳またはミルクの飲み具合	よかった	ふつう	わるかった	不明
	56.2	38.2	4.5	1.1
離乳食の進み具合	順調	ふつう	順調でない	不明
	59.5	32.4	3.4	4.6
大きな病気・事故	ない	ある	不明	
	76.8	17.9	5.3	

表3 摂食行動

(%)

項目	反応頻度				
	楽しそう	楽しそうでない	いやいや食べる	不明	
1 食べるとき	78.0	20.6	0.9	0.4	
2 食欲	25.4	61.0	12.0	1.6	
3 食べる量	70.1	6.7	20.5	2.1	不明
					0.5
4 好き嫌い	30.3	54.2	12.7	2.4	不明
					0.4
5 食べるはやさ	67.3	7.1	25.1	0.4	
6 食事の催促	35.4	54.6	9.7	0.3	
7 食事の評価	52.2	43.1	4.5	0.1	
8 食事時の表情	42.6	55.6	1.6	0.3	

くすること—よくある、およびたまにある90.0%、ない9.7%。

⑦「おいしい」「おいしくない」などと食事を評価すること—よくある、およびたまにある95.3%、ない4.5%。

⑧食事時の表情—生き生きしている42.6%、普通55.6%、つまらなそうにしている1.6%。

以上の結果を要約すると、項目により差はあるが、全体としてポジティブな反応は、「普通」を含めて70~98%であり、ネガティブな反応は1~30%であった。ネガティブな反応でも、極端で、臨床的に気がかりなものは1~5%とみられる。

3~5才児と共通の項目について比較すると、今回の2~3才児の方が項目①②③⑤⑧ではポジティブの頻度が高く、④「好き嫌い」、⑦「食事の評価」では差がなかった。より年少の児の方が、摂食行動がポジティブであるように思われるが、母親の児の食事行動に対する期待や要求が、年少児では低いことによるのかもしれない。⑥「食事のさいそく」は年長児の方がポジティブの頻度は高いが、これはことばを使用する能力の差によるとも考えられる。

3) 子どもの心の状態 (表4)

子どもの心の状態に関する項目は、表4に示す11項目をそれぞれ5段階で評価するようになっている。

その概要を述べると、ポジティブな反応(段階1および2)は、中間の「普通」を除くと、項目⑩「落ち着き」の他は、55~86%であった。「落ち着き」は、他の項目と比較して、ポジティブな反応は28.3%と著しく低くなっていた。ネガティブな反応(段階3および4)の頻度は、20.2%の⑩の他は、0.5~10.7%であった。ネガティブな反応の中でも、極端で、臨床的に気がかりな段階5は0~2%であった。

3~5才児と共通の項目について比較すると、2~3才児の方が、ポジティブな反応の頻度が高く、ネガティブな反応の頻度は低い傾向がみられた。ただ、項目⑦「友だちとよく遊ぶか」は差がなかった。全体に、年少児の方がポジティブであるように母親はとらえているといえる。

4) 母親について (表5)

①子どもとゆったりした気分で過ごす時間は、少ない、およびほとんどないが半数近い(48.2%)。

- ②子どもが少ししか食べないと、あまり気にならない23.1%、少し気になる70.1%、ひどく心配になる6.2%。
- ③子どもが少ししか食べないとき、食事をかたずける25.5%、食べさせようと努力する72.4%。
- ④食べさせるはやさは、ゆっくり18.9%、ほどほど53.3%、急ぐ方12.2%。
- ⑤子どもの世話にかかる時間は、割合多い10.7%、ほどほど53.3%、割合少ない35.2%。
- ⑥母親自身の食べるはやさは、普通48.4%、はやい方42.6%、おそい方8.75%。

これらの項目は、3～5才児についての調査と評価の仕方が異なっているので、比較はできない。今回のデータからは、母親自身は、子どもとかかわる上で、ややゆとりがないようであり(①⑤)、子どもの食事には、食べる量が少ないと気になり(②)、少しでも食べさせようとする(③)という食べる量を重視する傾向がうかがえよう。

2. 摂食行動と心の状態との関連

食事に対する態度や食事行動と意欲・積極性など子

表4 心の状態

(%)

項目	段階					不明
	1 大変~である	2 やや~である	3 ふつう	4 やや~でない	5 ~でない	
1 活発さ	44.7	27.5	24.2	2.8	0.5	0.3
2 好奇心	42.3	33.9	23.0	0.5	0.0	0.3
3 意欲的	33.9	34.9	28.7	1.7	0.4	0.4
4 積極的	22.6	32.7	36.1	7.8	0.3	0.5
5 表情が生き生き	59.8	26.5	12.7	0.8	0.0	0.3
6 自分でやりたがる	45.9	33.7	12.2	6.9	1.2	0.1
7 友だちとよく遊ぶ	19.0	39.9	32.7	7.7	0.4	0.3
8 きげんがよい	42.9	30.8	25.0	1.1	0.0	0.3
9 食事のリズム	18.7	45.9	24.5	8.7	2.0	0.3
10 情緒的に安定	16.1	44.7	33.7	5.0	0.1	0.3
11 落ち着きがある	8.3	20.0	51.2	18.5	1.7	0.3

表5 母親に関する項目

(%)

項目	反応頻度				不明
	割合多い	ほどほど	少ない	ほとんどない	
1 ゆったりした気分 子どもと過ごすこと	7.4	43.4	44.4	3.8	0.9
2 子どもが少ししか 食べないと	気にならない	少し気になる	ひどく心配	不明	
	23.1	70.1	6.2	0.5	
3 子どもが少ししか 食べないとき	かたずける	食べさせようと努力する	不明		
	25.5	72.4	2.1		
4 食べさせるときの はやさ	ゆっくり	ほどほど	急ぐ方	不明	
	18.9	68.1	12.2	0.8	
5 子どもの世話に かける時間	割合多い	ほどほど	割合少ない	不明	
	10.7	53.3	35.2	0.8	
6 母親自身の 食べるはやさ	ふつう	はやい方	おそい方	不明	
	48.4	42.6	8.7	0.3	

表6 食事行動と心の状態との関係

心の状態	食事行動 食べる時 楽しそう	食 欲	食べる量 好き嫌い	食べる 速さ	食事の 催促	食事の 評価	食事中の 表情
活発さ	**	***	***	*	***	*	***
好奇心	*	*				***	***
意欲的 積極的	***	***	*	**	***	***	***
表情生き生き	***	**		**	***	***	***
自立性	*			**	*		*
友だちと遊ぶ きげん	*	*		**	*	***	***
食事のリズム	***	*	***	***	**	***	***
情緒安定	***		*	***	***		***
おちつき	***		***	**	***		**

*P<0.05 **P<0.01 ***P<0.001

もの心の状態との関連を検討するために、項目ごとに χ^2 検定を行った（表6）。ここでは、これまでの報告と同様に、摂食行動、心の状態のそれぞれをポジティブな反応とネガティブな反応とに分け、それにもとづいて検定を行った。

その結果は、表6に示されているように、摂食行動と心の状態との間に、多くの項目間で有意な関連が認められた。これらの関連は、ほとんどすべてが、例えば、食べる時楽しそうである子どもは、活発であることが多いというように、摂食行動でポジティブなものは、心の状態もポジティブであるというものであった。逆に、摂食行動でネガティブな子どもは、心の状態もネガティブであることが多い。

4才児¹⁾と比較すると、ほぼ同様の傾向がみられたわけであるが、有意な関連がみられた項目数は、共通の64項目において、4才児21項目に対し、2～3才児45項目となっている。

摂食行動の項目で、心の状態と関連することが多いのは、「食べる時楽しそうか」「食事時の表情」「好き嫌い」などであり、これらは食事についての感情と関係していると考えられる。他方、「食事の評価」は心の状態の項目と関連することは少なかった。

次に、心の状態の項目で、摂食行動と関連することが多いのは、「きげん」「好奇心」「自主性」を除いた諸項目であり、「きげん」「好奇心」は、4才児でも同様に摂食行動との関連は少なかった。

2～3才児の方が、摂食行動と心の状態とのより密接な関連があると考えられる。発達的な変化については今後もう少し検討しなければならないが、年齢とともに、摂食行動と日常場面における心の状態とは分化していくことが予想される。

要 約

子どもの摂食行動と心の状態との関連を検討するために、東京・世田谷区内の保育園の1～3才児756名を対象に、アンケートによる調査を行った。その結果は、前回の3～5才児の結果とはほぼ同様に、摂食行動と心の状態との間に密接な関連のあることが明らかとなった。しかも、項目間で有意な関連を示したのは今回の年少児の方が多かった。すなわち、摂食行動と日常場面での心の状態とは、年齢が高くなるにつれて分化してくるであろうかがわれた。しかし、今回は、1～3才児の調査を意図したが、実際には1才児についてはほとんどデータが得られなかった。今後、1才児のデータを集めるとともに、前回のデータとあわせて、年齢による変化について、詳しく分析したい。

なお、本調査を実施するにあたって多大なご協力をいただいたそれぞれの園の先生方とお母さま方に感謝いたします。

文 献

- 1) 二木 武・庄司順一・川井 尚・恒次欽也・野尻 恵・尾崎真理子・斎藤 幸子・水野清子：摂食の心理・行動学的研究（1）—摂食行動と意欲との関連について—日本総合愛育研究所紀要，第24集，197—209，1988.
- 2) 庄司順一・二木 武・川井 尚・恒次欽也・野尻 恵・大橋真理子・斎藤 幸子・水野清子：摂食の心理・行動学的研究（2）—保育園児に対する保母の評価と母親の評価の比較—日本総合愛育研究所紀要，第25集，125—131，1989.

付表

お子さんのお名前		男・女
生 年 月 日	年 月 日	
記 入 年 月 日	年 月 日 (才 月)	
保育所・幼稚園名		
ク ラ ス 名	組 担任	先生

お子さんについて2・3おたずねします。

生まれたときの体重 _____ g

赤ちゃんの時の栄養法 1. 母乳 2. 混合 3. 人工栄養

おっぱい(またはミルク)の飲み具合はいかがでしたか。

1. よかった 2. ふつう 3. わるかった

離乳食は 1. 順調に進んだ 2. ふつう 3. 順調ではなかった

今までに大きな病気や事故の経験はありますか。 1. ない 2. ある

ある場合には具体的に ()

一番最近のお子さんの身長と体重を記入してください。

身長 _____ cm 体重 _____ kg (月 日測定)

I. 食事の時の様子についておたずねします (一番あてはまる番号に○をつけて下さい)

1. お子さんは食べるとき楽しそうですか
 1. 喜んで楽しそうに食べる
 2. あまり楽しそうでない
 3. いやいや食べる
2. お子さんは食欲があるほうですか
 1. 非常にある
 2. ふつうにある
 3. やや少ない
 4. 少ない
3. お子さんの食べる量はいかがですか
 1. 多すぎる
 2. ほどよい
 3. やや少ない
 4. 少ない
4. お子さんは好き嫌いがありますか
 1. ほとんどない
 2. ふつう
 3. やや多い
 4. 多い
5. お子さんの食べるはやさしいかがですか
 1. ふつう
 2. はやすぎる
 3. おそい
6. 「ごはんまだ」「おなかすいた」などということがありますか
 1. よくある
 2. たまにある
 3. ない
7. 食事のとき「おいしい」「おいしくない」など食事について感じたことをいうことがありますか
 1. よくある
 2. たまにある
 3. ない
8. 食事をしているときの表情はどうですか
 1. 生き生きしている
 2. ふつう
 3. つまらなそうにしている

II. 食事のかみ方をめぐっておたずねします

1. 食事のときかみ方はどうですか
 1. よくかんで食べている
 2. あまりかまない
 3. かめない (肉などかためのもの)

かめないその食品はどれですか (あてはまるものはいくつでも○をつけて下さい)

1. 生野菜 2. 煮野菜 3. 肉 4. ひき肉 (ハンバーグ等)

5. 魚 6. その他
2. 食べているときの口唇の動きはどうですか
 1. 口唇は水平のままあまり動かず、すぐのみこむ (舌でつぶして食べている)
 2. 食べるとき上下で口唇がねじれたり、口角 (口の端) が片側によじれたりすることがある。または、片側の頬をよく膨らませてモグモグ食べることがある (歯ぐきや奥歯でつぶして食べられる)
 3. 2の食べ方がふつうになっている (大人のふつうの食べ方)
3. 食事のみこみ方はどうですか
 1. ふつうに飲み込む
 2. 丸のみすることが多い

この場合の食品の種類は? (あてはまるものはいくつでも○をつけて下さい)

イ. 何でも ロ. ごはん ハ. その他
 3. のみこまないでいつまでも口のなかのためにため込んだり出したりすることが多い

この場合の種類は? (あてはまるものはいくつでも○をつけて下さい)

イ. 肉類 ロ. 野菜 ハ. 魚 ニ. 何でも ホ. その他
 4. 口のなでチュウチュウ吸っている

庄司他：摂食の心理・行動学的研究（3）

5. 食事のかたさはどのようなことが多いですか
- a. ごはん
1. 大人と同じ 2. 軟飯程度 3. かゆ状 4. その他
- b. 肉類
1. 少し厚めの肉 2. 薄切り肉 3. ハンバーグ状 4. その他
- c. 野菜
1. 生野菜 2. 煮野菜 3. その他
6. 食事が大人とほぼ同じかたさになったのはいつごろですか
1. 離乳後期（9～11か月）頃までに
2. 1才半頃までに
3. 1才の終わりまでに 4. 2才以降に 5. まだなっていない

III. お子さんの性質についておたずねします

1. お子さんは活発な方ですか
1. 大変活発である 2. やや活発である 3. ふつう 4. やや活発でない
5. 活発でない
2. お子さんは好奇心が強い方ですか
1. 大変強い 2. やや強い 3. ふつう 4. やや少ない 5. 少ない
3. お子さんは意欲的ですか
1. 大変意欲的 2. やや意欲的 3. ふつう 4. やや意欲的でない
5. 意欲的でない
4. お子さんは積極的ですか
1. 大変積極的 2. やや積極的 3. ふつう 4. やや消極的 5. 消極的
5. お子さんの表情は生き生きしていますか
1. 大変生き生きしている 2. やや生き生きしている 3. ふつう
4. やや暗い 5. 暗い
6. お子さんの自分のことは自分でやりたがりですか
1. 大変やりたがる 2. やややりたがる 3. ふつう
4. やや頼りがち 5. 頼りがち
7. お子さんは自分から友達とよく遊ぶ方ですか
1. 大変よく遊ぶ 2. よく遊ぶ 3. ふつう
4. あまり自分からは遊ばない 5. まったく自分からは遊ばない
8. お子さんは機嫌はよい方ですか
1. 大変よい 2. ややよい 3. ふつう 4. やや悪い 5. 悪い
9. お子さんの食事のリズムは規則的な方ですか
1. 非常に規則的（食物を欲しがると時刻や食べる量が決まっている）
2. どちらかというとも規則的 3. ふつう 4. どちらかというとも不規則
5. 非常に不規則（その時々でムラがあって予測できない）
10. お子さんは情緒的に安定している方ですか
1. 大変安定している 2. どちらかというとも安定している 3. ふつう
4. どちらかというとも安定していない 5. 不安定
11. お子さんは落ち着きがありますか
1. 大変落ち着きがある 2. やや落ち着きがある 3. ふつう
4. やや落ち着きがない 5. 非常に落ち着きがない

IV. お母さんにおたずねします

1. ゆったりとした気分でお子さんと過ごす時間がありますか
1. 割合多い 2. ほどほど 3. 少ない 4. ほとんどない
2. お子さんが少ししか食べないと気になりますか
1. あまり気にならない 2. 少し気になる 3. ひどく心配になる
3. お子さんが少ししか食べないとさどりますか
1. 食事をさっさとかたずける 2. 少しでも食べさせようと努力する
4. 食べさせるときのはやさはどうですか
1. ゆっくり食べさせる 2. ほどほど 3. どちらかといえば急ぐ方
5. お子さんの世話にかかる時間はどれくらいとれますか
1. 割合多い 2. ほどほど 3. 割合少ない
6. お母さん自身の食事のはやさはどうですか
1. ふつうだと思う 2. はやい方である 3. おそい方である

御協力ありがとうございました