

乳幼児の偏食、食欲不振、肥満に関する 食品学的研究

第一報 対象児の体格、健康、食習慣と母親の供食態度

研究第4部

高橋 道子

村田 寿子

武藤 静子

愛育病院長

内藤寿七郎

Ⅰ 緒 言

幼児期に偏食、食欲不振、食物拒否、むら食い等に関する訴えの多いことは既に成書になっているが、最近はこの肥満と結びついた過食にも関心が向けられるようになった。従来このような問題に関する研究は少くないが、長期間の観察、食物面からの検討が足りなかったように思う。このような問題には年齢的特異性とも思われるような消長がみられる一方、乳幼児期に発生したものが固定化して成人に到るまで続き、成人後の健康や性格

にまで影響を及ぼすという論議もみられ longitudinal な研究の必要性を感じる。同時に食品自体についても外観、匂い、味、口あたり、栄養価などの面から検討を加える必要があるように思う。乳幼児期に現われるこのような問題を、どう取扱うかについて長期的な見通しのある、又食品側からの考慮を加えた答を得るために、乳幼児を対象にした長期の研究を企てた。これは、その第一報である。

Ⅱ 研究 方 法

1. 調査対象及び方法

対象は愛育病院で出生し、乳児期前半は毎月、後半は隔月、幼児期には3～6カ月に1回の割合で保健指導及び栄養指導を受けている現在3才、4才、5才のもの825名で、質問紙法による調査を行った。

2. 調査時期

昭和43年2月～4月

3. 調査項目

(1) 家族：同居人を含めた家族構成、その年齢、健康状態及び身長・体重について

(2) 対象児：現在と以前（何才頃か記入）の健康状態と虫歯本数、一年毎の身長、体重

(3) 食事：現在と以前の食事回数、食欲、食べたか、例えば「時間がかかる」「箸をうまく使えない」「こぼしが多い」など食事摂取上の問題

(4) 間食：1日の間食回数、及び母親が普段用意する間食の種類、これに対する子供の反応（よく食べるか、

余り食べないか）、又子供がほしがる間食の種類とそれを与えるか、与えないか、与える場合はその分量などについての現在と以前の状態

(5) 食べさせたくないがほしがって困る食品や、食べさせたいが食べなくて困る食品があるか：あれば現在と以前について、その食品名或は調理名と1日に食べる量、及びその時に母親がとる態度等に関して

(6) 日課：起床・就寝・ひるねの時間、食事及び間食の時間、外で遊ぶ時間、家の中で静かにしている時間、登園・帰宅時間

(7) 食品の好み：①穀類、②芋類、③卵、④肉・魚類及びその製品、⑤乳及び乳製品、⑥豆及び豆製品、⑦野菜類、⑧果物類、⑨油脂類、⑩香辛料、⑪菓子類以上11群に食品を分類し、現在と以前の嗜好、即ち各群について全体として好きか、普通か、嫌いか。各々の群の中に特に好きな或は嫌いなものがあるか。あればその食品名又は調理名。

以上の項目について調査したが、今回は夫々現時点の状態だけにしぼって報告する。なお(6)日課については記入の不備な点が多かったので集計を割愛した。

Ⅲ 調査成績

1. 同胞数

前述の調査対象825名の中回答を寄せたものは428名(回収率 52%)で、その年齢分布は第1表の通りである。

第1表 対象児
Table 1 Investigated Children

年齢 性別	3	4	5	計
男	103	75	57	235
女	83	51	59	193
計	186	126	116	428

対象児の同胞数は0～3人で(第2表)、各年齢児共、同胞1人即ち兄弟2人というのが約半数、同胞0即ち1人子が殆ど、残りが3～4人兄弟である。

第2表 同胞数

Table 2 The number of siblings

同胞数 年性別	0 (%)	1人 (%)	2人 (%)	3人 (%)
3才 m	36 (34)	51 (50)	14 (14)	2 (2)
f	37 (45)	40 (48)	4 (5)	2 (2)
4才 m	18 (24)	46 (61)	8 (11)	3 (4)
f	14 (27)	32 (63)	5 (10)	0
5才 m	15 (26)	30 (53)	10 (17)	2 (4)
f	19 (32)	30 (51)	7 (12)	3 (5)
計 m	69 (29)	127 (54)	32 (14)	7 (3)
f	70 (36)	102 (53)	16 (8)	5 (3)
合計	139(32.5)	229(53.5)	48 (11)	12 (3)

2. 体 格

体格についての評価は次のようにして行った。先づ身長・体重の現在値を、昭和39年度国民栄養調査の際の体

第3表 身長・体重の現在値、体位分布(対象児 428名)

Table 3 Present height and weight distribution of 428 investigated children

身長・体重 年齢・性別	小小 (%)	中中 (%)	大大 (%)	やせ (%)	肥 (%)	不明 (%)
3才 m	7 (7)	62 (61)	26 (24)	3 (3)	0	5 (5)
f	10 (12)	29 (35)	27 (33)	2 (1)	2 (2)	13 (17)
4才 m	10 (13)	37 (49)	14 (19)	0	5 (7)	9 (12)
f	8 (16)	22 (43)	16 (31)	0	0	5 (10)
5才 m	6 (11)	31 (54)	10 (18)	1 (3)	2 (3)	7 (11)
f	9 (15)	27 (46)	12 (20)	2 (2)	1 (3)	8 (14)
計 m	23 (10)	130 (55)	50 (21)	4 (2)	7 (3)	21 (9)
f	27 (14)	78 (40)	55 (29)	4 (2)	3 (2)	26 (13)

○身長・体重区分法

(昭和39年度国民栄養調査成績平均値による)

平均値±1/2 標準偏差……3

" +1/2～2/2 " ……2

" +3/2以上 " ……1

" -1/2～2/2 " ……4

" -3/2以下 " ……5

小 小	中 中	大 大	や せ	肥
身長・体重	身長・体重	身長・体重	身長・体重	身長・体重
1・1	3・2	4・4	5・3	1・3
1・2	3・3	4・5	5・2	1・4
2・1	3・4	5・4	5・1	1・5
2・2	2・3	5・5	4・2	2・4
	4・3		4・1	2・5
			3・1	3・5

高橋他：乳幼児の偏食、食欲不振、肥満に関する食品学的研究（Ⅰ）

第4表 虫歯本数

Table 4 The number of decayed teeth

虫歯本数 年齢・性別		0本 (%)	1~2本 (%)	3~5本 (%)	6~8本 (%)	9本以上 (%)	不明 (%)
3才	m.	48 (47)	12 (11)	8 (8)	8 (8)	5 (5)	22 (21)
	f.	33 (40)	13 (16)	10 (12)	5 (6)	2 (2)	20 (24)
4才	m.	22 (29)	19 (25)	15 (20)	5 (7)	3 (4)	11 (15)
	f.	15 (29)	8 (16)	16 (31)	4 (8)	2 (4)	6 (12)
5才	m.	6 (10)	8 (14)	16 (28)	14 (25)	5 (9)	8 (14)
	f.	15 (25)	8 (13)	14 (24)	11 (19)	4 (7)	8 (12)

第5表 食事回数

Table 5 The number of meals

		3才		4才		5才		計	
		男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)
3食共いつも食べる 時々ぬく たいていぬく 不明		76(74)	63(76)	68(91)	45(88)	50(87)	49(83)	195(83)	157(81)
		17(16)	14(17)	6(8)	4(8)	5(9)	3(5)	27(11)	21(11)
		3(3)	2(2)	0	2(4)	1(2)	2(3)	4(2)	6(3)
		7(7)	4(5)	1(1)	0	1(2)	5(9)	9(4)	9(5)
朝食		84(81)	66(80)	69(92)	46(90)	50(88)	51(87)	203(85)	163(85)
		14(14)	12(14)	5(7)	3(6)	5(9)	5(8)	24(10)	20(10)
		1(1)	2(2)	0	2(4)	1(1.5)	2(3)	2(1)	6(3)
		4(4)	3(4)	1(1)	0	1(1.5)	1(2)	6(4)	4(2)
昼食		88(85)	76(92)	74(99)	50(99)	55(96)	53(90)	217(92)	179(93)
		9(9)	6(7)	1(1)	1(1)	1(2)	1(2)	11(5)	8(4)
		1(1)	0	0	0	0	0	1	0
		5(5)	1(1)	0	0	1(2)	5(8)	6(3)	6(3)
夕食		93(90)	77(93)	75(100)	48(94)	55(96)	53(90)	233(94)	178(92)
		5(5)	4(5)	0	3(6)	1(2)	2(3)	6(3)	9(5)
		0	0	0	0	0	0	0	0
		5(5)	2(3)	0	0	1(2)	4(7)	6(3)	6(3)

第6表 食事上の問題点

Table 6 Problems in meals

		3才		4才		5才		計	
		男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)
食欲	食べ過ぎて心配	4(4)	10(12)	1(1)	1(2)	3(5)	1(2)	8(3)	12(6)
	食べなくて心配	15(15)	13(17)	14(19)	9(17)	8(14)	10(16)	37(16)	32(16)
	食欲に問題無	80(77)	58(69)	57(76)	40(79)	43(76)	44(74)	180(77)	142(75)
	覚えていない	4(4)	2(2)	3(4)	1(2)	3(5)	4(8)	10(4)	7(3)
食べ方		103名中	83名中	75名中	51名中	57名中	59名中	235名中	193名中
	時間がかかる	40(39)	39(47)	27(31)	21(41)	19(33)	26(44)	86(36)	86(46)
	箸を上手に使いぬ	26(26)	13(16)	21(28)	3(6)	5(9)	2(3)	52(22)	18(10)
	こぼしが多い	9(9)	4(5)	13(17)	2(4)	8(14)	2(3)	30(13)	8(4)
不明		43(40)	31(37)	31(41)	26(51)	31(50)	31(52)	105(44)	88(47)

第7表 間食回数

Table 7 The number of eating snacks

1日の間食回数	男(%) ^{3才}	女(%) ^{3才}	男(%) ^{4才}	女(%) ^{4才}	男(%) ^{5才}	女(%) ^{5才}	男(%) ^{合計}	女(%) ^{合計}
0 回	7(7)	1(2)	1(1)	1(2)	2(4)	1(2)	10(4)	3(2)
1 ~ 2 回	84(81)	74(89)	71(95)	49(96)	54(94)	58(98)	209(89)	181(93)
3 回以上	11(11)	7(8)	2(3)	1(2)	1(2)	0	14(6)	8(4)
不明	1(1)	1(1)	1(1)	0	0	0	2(1)	1(1)

第8表 間食(母親が用意するもの)(%)

Table 8 Snacks prepared by mothers

順位	男 (226名中)	女 (185名中)	男 女 (411名中)
1	果物 58	果物 62	果物 60
2	せんべい 55	せんべい 61	せんべい 51
3	ビスケット 31	クッキー 27	ビスケット 26
4	プリン 28	プリン 24	プリン 26
5	クッキー 21	牛乳 23	クッキー 24
6	チョコレート 21	ケーキ 20	牛乳 21
7	牛乳 20	ビスケット 20	チョコレート 19
8	ケーキ 13	チョコレート 18	ケーキ 16
9	アメ、キャンデー 12	アメ、キャンデー 15	アメ、キャンデー 13
10	ホットケーキ 10	ジュース 9	ホットケーキ 9
11	ドーナツ 9	ホットケーキ 8	みかん 7
12	みかん 8	パン 6	ドーナツ 7
13	ガム 7	みかん 6	ジュース 7
14	カステラ 6	ゼリー 5	パン 6
15	りんご 6	お菓子 5	ガム 5
16	ヨーグルト 5	カステラ 4	カステラ 5
17	パン 5	バナナ 4	お菓子 5
18	お菓子 5	紅茶 4	ゼリー 5
19	ジュース 5	おかき 4	りんご 5
20	ゼライス 4	アイスクリーム 4	ヨーグルト 4
21	ゼリー 4	ガム 4	バナナ 4
22	バナナ 4		
23	クラッカー 4		
24	ピーナツ 4		

位の平均値±標準偏差の区間を中、それ以上を大、それ以下を小とし、身長、体重の組合せにより体格を大大、中中、小小、やせ(大小、大中、中小)、肥(小大、小中、中大)の5種類に分類した。その結果を第3表に示す。対象児は身長、体重共に中に属する者が半数を占め、両者とも大に属する者が約1/4、小に属する者は1/4足らずであった。やせ、肥に属する者がそれぞれ2%と2.5%みられた。全体として良好な体格と云えよう。

3. 虫歯数

虫歯の無い者は(第4表)、3才で半数弱であるが年齢と共に減少し、5才になると80%以上の者が虫歯を持つようになる。また9本以上も虫歯のある者が3才で3.8%、5才では7.8%に及んでいる。

4. 食事回数

1日3回食事をするものは3才で75%、4才で90%、

第9表 間食（子供のほしがるもの）（%）

Table 9 Snacks liked by children

順位	3才		4才	
	男（92名中）	女（80名中）	男（73名中）	女（48名中）
1	チョコレート 49	チョコレート 70	チョコレート 60	チョコレート 62
2	アメ・キャンデー 27	アメ・キャンデー 24	アメ・キャンデー 34	アメ・キャンデー 29
3	せんべい 26	ガム 23	ガム 34	ガム 25
4	ガム 23	せんべい 21	せんべい 17	果物 19
5	果物 15	果物 14	プリン 14	せんべい 17
6	プリン 12	ケーキ 13	果物 12	アイスクリーム 15
7	ケーキ 10	アイスクリーム 11	ケーキ 12	プリン 8
8	みかん 10	プリン 9	ジュース 12	キャラメル 8
9	牛乳 9	みかん 8	甘いもの 7	ケーキ 6
10	甘いもの 9	ジュース 6	クッキー 7	ジュース 4
11	アイスクリーム 8	牛乳 6	アイスクリーム 5	みかん 4
12	ジュース 8	バナナ 4	ビスケット 5	
13	バナナ 8	クッキー 4		
14	キャラメル 7	ホットケーキ 4		
15	ビスケット 7	パン 4		
16	ピーナツ 7			

順位	5才		合 計
	男（49名中）	女（56名中）	男女（398名中）
1	チョコレート 63	チョコレート 55	チョコレート 60
2	せんべい 27	せんべい 29	アメ・キャンデー 28
3	果物 20	果物 29	ガム 24
4	ガム 18	アイスクリーム 21	せんべい 23
5	プリン 18	アメ・キャンデー 20	果物 17
6	アメ・キャンデー 16	ガム 20	プリン 12
7	ケーキ 16	ケーキ 16	ケーキ 12
8	バナナ 10	プリン 14	アイスクリーム 10
9	牛乳 8	キャラメル 11	ジュース 7
10	ビスケット 8	ジュース 7	キャラメル 6
11	クッキー 6	牛乳 4	牛乳 5
12	ホットケーキ 6	バナナ 4	バナナ 5
13	ドーナツ 6	甘いもの 4	甘いもの 5
14	キャラメル 4	焼芋 4	みかん 5
15	パン 4		ビスケット 4
16	ゼライス 4		クッキー 4

5才で85%となっている。（第5表）時々1日2食になるものは3才で17%、4才で8%、5才7%で、朝食を食べない場合が多い。大体いつも2食というのが3才に5例、4才5才にそれぞれ2例と3例あった。

5. 食事上の問題点

食欲に問題の無い者は80%近くを占め（第6表）、これは7年前に同じ保健指導部の幼児を対象にした調査²⁾で、80%近くに食欲不振の訴えがみられたのと対照的である。調査方法の違いや年齢層の違い等の関係もあろう

が、食欲に対する母親の意識の変化が可成り影響しているように思われる。これは1964年に東京在住の日米両国の幼児の食生活⁹⁾と比較した時にも伺われたことで、肥満症が問題になっている米国の幼児には食欲不振の訴えが日本の幼児に比較し著しく低位であった。今回の調査に先きだって、当院外来に於ける実態を知るために行った集計でも⁴⁾疾病原因以外の摂食異常を訴えている者は6%に過ぎなかった。

食べ方については、「時間がかかる」のは女兒に多くみられ、「箸が上手に使えない」及び「こぼしが多い」は男児に著しく多いのが目立つ。

6. 間食

間食は1日1~2回の者が大部分であるが、全然間食をしない者が約3%、1日3回以上間食をする者は平均して約5%みられるが年令的には年少児に多い。(第7表)

母親の用意する間食として、年令及び性別による相違はみられないので第8表に一括して示したが、いわゆる菓子類から麺類・チーズ・ハムなどを含めて96種類の食品があげられた。この食品の種類には、調査時期の影響が当然あらわれていると思われるが、各年令、男女を通して果物、せんべいが多く半数以上、その他ビスケット類、プリン、牛乳、ケーキ、ドーナツ、チョコレート、アメ・キャンデー等がよく与えられている。

子供のほしがる間食としては84種類あげられた。(第

9表) 前述の母親の用意する間食と同様、調査時期の影響が当然考えられ、夏季であればアイスクリームやジュースなどがもっと欲せられたかもしれないが、今回あげられた間食の中ではチョコレートが各年令層とも第一位を占め50~70%に及んでいる。次いで全体としては、アメ・キャンデー、ガム、せんべい、果物、プリン、ケーキなどが好まれている。なお3~4才ではアメ・キャンデーやガム、せんべいが果物より高率で欲せられているが、5才になるとアメ・キャンデーやガムよりせんべい、果物を欲する率が高い。これは年令による好みの変化によるものか更に検討してみたい。

母親の用意する間食に対して子供の態度は(第10表) 90%が母親の用意する間食をよく食べるが、7%は余り食べないと答えている。

1日にチョコレートを30円~50円、或は50円以上も与えられている者と甘いものをほしがない子供とで、健康状態や摂食に関しての問題、虫歯などに何等かの相違がないかをみようとしたが、前者即ちチョコレートを30円以上も食べるもの18例、後者即ち甘いものをほしがないもの5例だけであったので、これについての考察は更に例数を集めてからにしたい。

7. ほしがって困る食品

食べさせたくないが「ほしがって困る食品」があるというのは約半数(第11表)、ほしがって困る食品として1

第10表 母親の用意するものに対する子供の態度

Table 10 Children reaction to the snack prepared by mothers

	3才		4才		5才		計	
	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)
よく食べる	93(90)	72(88)	71(94)	49(94)	49(88)	50(85)	213(90)	171(88)
あまり食べない	6(6)	7(9)	5(6)	2(4)	5(9)	7(12)	16(7)	16(9)
不明	4(4)	3(3)	0	1(2)	2(3)	2(3)	6(3)	6(3)

第11表 食べさせたくないが「ほしがって困るもの」

Table 11 The number of children having foods which they crave for, although mothers do not want to give

	3才		4才		5才		計	
	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)	男(%)	女(%)
有	52(50)	41(49)	29(38)	26(51)	20(35)	25(42)	101(43)	92(48)
無	47(46)	32(39)	41(55)	21(41)	27(47)	31(53)	115(49)	84(43)
不明	4(4)	10(12)	5(7)	4(8)	10(18)	3(5)	19(8)	17(9)

第12表 「ほしがって困る食品」1人の例数

Table 12 The number of children by the number of foods which they crave for, although mothers do not want to give

ほしがって困る食品数	3才		4才		5才		計	
	男	女	男	女	男	女	男	女
1	26	12	16	12	10	10	52	34
2	12	15	6	7	4	6	22	28
3	11	9	5	5	5	8	21	22
4	1	5	2	1	1	0	4	6
5	2	0	0	1	0	1	2	2

第13表 食べさせたくないがほしがって困る食品

Table 13 The number of children by foods which they crave for, although mothers do not want to give

		3才		4才		5才		計	
		男	女	男	女	男	女	男	女
チョコレート		29	22	10	18	12	16	51	56
アメ・キャラメル		22	19	9	8	7	16	38	42
ガム		10	9	2	7	4	2	16	18
飲物	コーヒー・ココア・ジュース・紅茶・ヤクルト・コーヒー牛乳・フルーツ牛乳・ビール・粉末ジュース	15	7	5	6	2	1	22	14
甘いもの	和菓子・ケーキ・あんこ類・アイスクリーム	11	8	9	3	4	10	24	21
その他菓子	駄菓子・ビスケット・せんべい・ピーナツ	4	2	4	3		3	8	8
主食類	インスタントラーメン・御飯・餅・お茶漬・五目寿司・茶めし・カレーライス	4	6	2	4	1	7	7	17
動物性食品	生卵・うに・刺身・するめ・すずこ・でんぶ・くらげ・たこ・塩辛	4	3	5	1	4	2	13	6
辛いもの	佃煮・辛いもの・梅干・紅生姜・酢ばいもの・酒のさかな・塩昆布・生姜の入ったもの	3	7	2		5	1	10	8
その他	ピーナツ・バナナ・ジャム・納豆・煮豆・生胡瓜・しらたき・漬物・コロケ・甘煮・濃い味	3	8		1	2		5	10

人があげている数は（第12表）1～5種類、多くは1～3種類である。

総体としては76種類の食品が、食べさせたくないがほしがって困るものとしてあげられ、チョコレート、アメ・キャラメルが高位を占めている。甘いもの以外にコーヒー、ココアなどの飲みものや、インスタントラ

メン、御飯などの主食類をほしがる子供もいる。また、うに、すずこ、くらげ、酒のさかな、生姜入りのもの、佃煮などに興味を持つものもある。

これらに対する母親の態度としては（第14表）、%が与えているが、減量、時間をきめる、時々与える、仕方なく与える、害を話す、など或程度の制限を加える事が多

第14表 ほしがって困る食品に対する母親の態度

Table 14. Mothers' attitude toward the foods which are annoyingly craved by children

		男 ^{3才} 女		男 ^{4才} 女		男 ^{5才} 女		男 計 女	
与える		30	26	16	20	15	17	61	63
与えない		15	7	5	7	3	5	23	19
不明		58	48	51	23	33	41	142	112
与える場合の与え方	分量を制限する 殆ど以上与えない。ある程度与える。 うすくする。皆で分ける。	11	11	5	4	5	10	21	25
	時間をきめる 食後与える。3時迄の間なら食べたいだけ。 食事時。ねる前以外。おやつに少量。	2	3	4	5	2	3	8	11
	食べた後口をすすがせる。歯をみがかせる。 後から果物や牛乳を与える。	2	3	0	4	3	0	5	5
	たまに与える 週に2回位。2回に1度位与える。 時々ほうびに。	5	2	1	2	1	0	7	4
	仕方なく与える 泣くので。人からもらうので。しぶしぶ。 友達が食べているので。 だまって貰い喰いする。	2	0	0	3	1	2	3	5
	注意する。言いよかせる。害を話す。 ほかのものを食べる様にすすめる。	0	3	2	1	0	2	2	6
	蛋白質を加えて。牛乳に入れて。 他のものを食べてから。	2	0	1	3	0	2	3	5
与えないやり方	母親の態度をきめて。気にしない。 品質や食事の状態から判断する。	1	3	1	1	3	0	5	4
	云いよかせる。がまんさせる。叱る。 大きくなれない。豚になると云う。	6	1	2	4	0	2	8	7
	しまう。かくす。買わない。いただきものは与えない。	6	6	3	2	0	1	9	9
	代りのものをすすめる。気分をかえる。	4	1	1	1	0	0	5	2
湿疹になる。アレルギーの為。虫歯になる。		2	1	1	1	2	2	5	4

第15表 食べさせたいが「食べなくて困るもの」

Table 15 The number of children having foods which they hate, although mothers do want to give

	男(%) ^{3才} 女(%)		男(%) ^{4才} 女(%)		男(%) ^{5才} 女(%)		男(%) 計 女(%)	
有	79(77)	44(53)	48(64)	32(63)	38(67)	42(71)	165(70)	118(61)
無	20(19)	29(35)	20(27)	15(29)	14(24)	12(20)	54(23)	56(29)
不明	4(4)	10(12)	7(9)	4(8)	5(9)	5(9)	16(7)	19(10)

高橋他：乳幼児の偏食、食欲不振、肥満に関する食品学的研究（Ⅰ）

第16表 「食べなくて困る食品」1人の例数

Table 16 The number of children by the number of foods which they hate, although mothers do not want to give

食 べ な く て 困 る 食 品 数	3才 女		4才 女		5才 女		計 女	
1	44	23	22	12	18	17	84	52
2	25	10	14	11	15	15	54	36
3	6	9	8	6	4	6	18	21
4	3	2	4	2	3	3	10	7
5	0	0	2	1	0	0	2	1
6	0	0	0	0	0	1	0	1

第17表 食べさせたいが「食べなくて困る食品」

Table 17 The number of children by foods which they hate, although mothers do want to give

		3才 女		4才 女		5才 女		計 女	
魚	魚	14	5	7	5	7	3	28	13
	魚の調理法によって（煮・焼・揚・生）	3	2	10	0	8	2	21	4
	貝・かき・いか・えび	4	0	1	1	0	2	5	3
	煉製品	0	1	0	0	0	0	0	1
肉	肉	17	10	13	5	3	4	33	19
	肉の調理法によって（ステーキ・挽肉料理）	0	0	0	0	0	2	0	2
	レバー	7	1	2	7	2	4	11	12
	ハム・ソーセージ	0	3	1	0	1	0	2	3
乳	牛乳	9	4	5	3	3	4	17	11
	乳製品	9	3	3	1	1	4	13	8
卵	卵	4	3	3	1	0	0	7	4
	卵の調理法によって（茶碗蒸・生）	0	0	2	0	0	0	2	0
豆	納豆	1	2	2	1	2	1	5	4
	豆腐	1	1	0	0	1	0	2	1
	煮豆	1	0	0	0	0	0	1	0
野菜	野菜	17	9	11	9	8	12	36	30
	野菜の調理法によって（生・サラダ・漬物）	3	6	6	5	8	6	17	17
	青菜類	7	5	3	4	2	3	12	12
	人参	7	2	3	1	0	4	10	7
	ピーマン	1	1	5	2	1	4	7	7
	トマト	5	1	2	1	1	1	8	3
	芋類	1	4	0	3	0	2	1	9
	むぎ	4	0	2	1	1	1	7	2
	キャベツ・白菜・もやし	2	1	2	1	1	1	5	3
	芽キャベツ・ブロッコリー・アスパラガス	0	0	0	0	6	2	6	2
	カリフラワー	1	0	2	1	0	3	3	4
	椎茸	0	0	2	1	1	2	3	3
	大根	0	0	2	1	1	2	3	3
	玉葱	0	0	0	0	3	1	3	1
	胡瓜	1	0	2	0	1	0	4	0

		3才		4才		5才		計	
		男	女	男	女	男	女	男	女
	にら・春菊	0	0	0	0	1	2	1	2
	レタス	0	0	2	0	1	0	3	0
	その他1例ずつ(茄子・いんげん・セロリー・昆布・根菜類・こんにやく)	1	3	0	1	1	0	2	4
果物	果物	0	1	0	0	3	4	3	5
	みかん	1	0	0	0	1	0	2	0
	苺	0	0	0	1	0	0	0	1
穀類	穀類	0	0	0	0	2	0	2	0
	御飯	2	1	5	0	2	1	9	2
	味つけ御飯・炒飯	0	1	0	0	0	1	0	2
	パン・トースト	1	1	0	0	1	0	2	1
油	マヨネーズ	1	0	0	2	0	0	1	2
	バター	0	0	0	0	0	1	0	1
甘いもの	甘いもの	1	1	0	0	0	1	1	2
	ガム	1	0	1	0	0	0	2	0
	蜂みつ・あめ・チョコレート(1例ずつ)	0	1	2	0	0	0	2	1
調理法	煮物	0	1	0	1	0	4	0	6
	みそ汁	0	1	0	2	1	0	1	3
	シチュー	0	0	0	1	0	1	0	2
	すき焼	1	0	0	0	0	1	1	1
	炒め物	1	0	0	0	0	1	1	1
	揚げ物	0	0	0	1	0	0	0	1
合 計		129	75	99	62	74	85	302	222

い様である。

与えない場合は、言いかせる。がまんさせる。しまう。買わない。代りのものをすすめる。などの態度がとられ、また虫歯になる。湿疹が出来る。から、などの理由があげられている。

母親の態度について記入のないのが多かったのは、その時によって、どちらとも決めかねる場合が含まれていると思われる。

8. 食べなくて困る食品

食べさせたいが「食べなくて困る食品」があるのは%近く(66%)、(第15表)、食べなくて困る食品の数として(第16表)1人で6種類あげているのが最高、多くは1~2種類の食品をあげている。

「ほしがって困る食品」より「食べなくて困る食品」が多くあげられ、母親にとってはほしがって困るものより、食べなくて困るものの方が気にかかる様に伺える。

食べなくて困るという食品の種類は、第17表の様に多種類に亘っている。魚、肉、野菜などというように全体

的に嫌うものと、煮魚、焼魚など調理法によって嫌がるもの、また青菜類、人参など特定の種類だけを嫌うものなど色々である。

全般的に、食べなくて困るものは野菜・肉・魚の順であるが、年令と共に肉と魚の順が逆になるように思われる。

食べなくて困るものに対する母親の態度としては(第18表)、1/6(16%)が「放任」あとは「叱ったり」、「なだめたり」、「云いきかせたり」などとにかく「食べさせるように努力する」態度をとるもの(46%)と、「細かく切ったり」、「好きなものと混ぜてわからないようにする」などの「調理の工夫」が26%及び「代りのものを与える」、「兄弟や友達と一緒に食べさせる」、「お弁当に入れる」などの工夫をしている。

放任の態度は男、女兒に対してほぼ同数であるが、調理の工夫や食べさせるようにする態度は、女兒に対するより男児に対しての方が多くとられている。殊に年令の小さいほど、即ち3才男児にその傾向が強い。このような男女差は、「食べなくて困る食品」(第15、17表)につ

第18表 食べなくて困る食品に対する母親の態度

Table 18 Mothers' attitude toward the foods which are annoyingly hated by children

	3才		4才		5才		計	
	男	女	男	女	男	女	男	女
食べさせる様にする	30	11	22	16	16	14	68	41
云いさせる	17	3	8	7	8	6	33	16
少しでも食べる様にする	5	0	3	3	5	2	13	5
皿にとった分又は半分以上食べさせる	2	1	2	0	0	1	4	2
2日に1度又は3回に1回無理に与える	1	0	3	3	0	0	4	3
口に入れる	1	0	3	3	0	0	4	3
なだめ・すかし・ほめ・おだて	2	3	4	1	2	3	8	7
だまし・ごまかし・取りひき	3	2	0	1	0	0	3	3
時間をかけて与える	0	1	2	0	1	1	3	2
毎日出す	0	1	0	1	0	0	0	2
叱る	0	0	0	0	0	1	0	1
放 任	11	7	9	5	0	6	20	18
無理に与えない	7	4	4	3	0	1	11	8
放っておく、本人に任せる、時期をまつ	4	2	2	0	0	2	6	5
すすめるが強制しない、一度はすすめる	0	1	3	2	0	3	3	5
調理の工夫	24	6	10	7	7	7	41	20
好きなものと混ぜる	13	2	3	5	2	1	8	8
わからない様にする	7	2	3	1	0	2	10	5
細かく切る	4	2	3	1	3	1	10	4
食べやすい様にして	7	0	1	0	1	2	9	2
ジュースにする	3	0	0	0	1	1	4	1
その他	11	7	2	4	3	2	16	13
代りのものを与える	8	4	1	3	2	1	11	8
代りのものは与えない	1	0	0	0	0	0	1	0
一緒に食べさせる	1	2	0	1	0	0	1	3
少しずつ	1	0	0	0	0	1	1	1
食事の最初に与える	0	1	1	0	0	0	1	1
お弁当に入れる	0	0	0	0	1	0	1	0
合 計	76	30	43	32	26	29	145	91

いてもみられる。いずれも女兒より男児の方に問題の多い傾向が伺える。これは3～5才という年少の頃から順応性が女子に強いためか、母親が男児に対しては特に強い期待を持つためなのであろうか。

IV 要 約

幼児期の偏食、食欲不振、むら食い、過食などの問題について長期的な、また食品側からの考慮を加えた検討を行った。

対象は愛育病院で出生し、その後定期的に保健指導及び栄養指導を受けている現在3・4・5才児428名で、質問紙法による調査の現時点に関して報告する。

対象児の体格は、おおむね良好と云える。

食事回数は大多数が1日3食であるが、朝食を時々食べない子供が3才で14%、4～5才で7%ほどある。

食べなくて心配なもの16%、食べ過ぎる方は5%で、

80%近くは食欲に問題を訴えていない。

間食は1日1～2回の者が多いが、0回又は3回以上の者も若干ある。母親の用意する間食では果物、せんべいが多く、子供のほしがる間食としてはチョコレートが

第一にあがっている。

食べさせたくないがほしがって困る食品があると答えた者は約半数で、チョコレート、アメが高位を占め、%の母親が或程度制限を加えて与えている。

また、食べさせたいが食べなくて困る食品があると答えた者は%近く(66%)で、その種類は多種に亘っている。母親にとっては、ほしがって困るものより、食べなくて困るものが気にかかるように伺えた。

文 献

- 1) 武藤静子他：乳幼児及び学童における食事摂取異

常に関する研究 昭和40、42年度文部省科学研究費交付対象研究 課題8006 p. 7~16

- 2) 武藤静子、小林好美子：乳幼児の食欲不振について、I 食欲不振の発生及び経過に関する調査 小児科臨床、17、1178、1962
- 3) Muto, S. Mizuno, K. Kobayashi, Y. : Comparative study of Japanese & American children living in Tokyo, J. Amer. Diet. Ass.
- 4) 武藤静子、高橋道子、村田寿子：摂食異常に関する研究(予報)、日本総合愛育研究所昭和41年度研究業績抄録集 p. 39~41

Dietetic Studies on Children's Likes and Dislikes, Poor Appetite, and Obesity

I—Statue, Health, and Eating Habit of Children, and Their Mothers' Attitude towards Feeding

Dept. M. Takahashi et al.

By means of administering a questionnaire, eating behaviors such as extreme likes and dislikes, poor appetite, capricious eating, and over-eating of 428 children were investigated over a long period from the dietetic viewpoint. The children were three to five years of age, born in Aikku Hospital, and had been receiving regular periodic guidance at the Hospital in health and nutrition. This paper reports their present state from among answers to the questionnaire.

In general the investigated children are physically well built,

Most of the children have three meals a day, but there are some who do not have breakfast occasionally. The proportion is 14% for children three years old and 5% for those aged four and five years.

About 80% of the children do not pose any problem as to their appetite, but 16% make trouble with poor eating and 5% make trouble with over-eating.

Many children have one or two snacks between meals, but some have no snack and some others have three or more snacks a day. Snacks given by mothers are in many cases fruit and rice crackers (senbei). The children's most favorite snack is chocolate candies,

About a half of the questionnaires have named some foods which mothers do not want to give to their children but the children crave for. Chocolate candies and hard candies rank high as these foods. Three quarters of the total mothers place some restrictions on giving the children these sweets.

Nearly two thirds(66%) of the mothers have stated that they are troubled by that their children do not eat certain foods which they want to give. The kinds of these foods are varied. It is felt that mothers are more concerned about the foods which their children do not eat than the foods which they crave for.