

原 著

〇 県 H 町小学校高学年児童と保護者の「食べる力」の実態

武政睦子*¹ 中村博範*¹ 藤澤早美*¹ 松本義信*¹

要 約

子どもの健やかな食生活の実現を支援するために、食を通じた子どもの健全育成と社会教育の充実から「食べる力」を育むための支援が求められている。小学校高学年児童を対象とした食育講座は、子どもだけではなく子どもを通じて保護者の食行動「食べる力」への波及効果がある。しかし、子ども自身、保護者自身および保護者からみた子どもの「食べる力」の実態は明らかでない。そこで、〇 県 H 町小学校高学年児童とその保護者に「食べる力」の実態を明らかにすることを目的としてアンケート調査をした。「食べる力」は、子ども自身の評価は 69.8 ± 9.4 点、保護者自身の評価は 70.0 ± 10.0 点、保護者からみた子どもの評価は 65.7 ± 10.3 点であった。保護者からみた子どもの評価は、子ども自身の評価に比較して有意 ($p < 0.01$) に低かった。以上の結果より、「食べる力」は子ども自身の評価と保護者からみた子どもの評価に差があることが明らかとなった。

1. 緒言

我が国において、食生活環境の変化に伴い栄養バランスの悪化や肥満などの健康上の問題が増加し¹⁾、食育推進の取り組みが行われている。特に子どもの食は、発育・発達の時期にありながら、栄養素摂取の偏り、朝食の欠食など問題は多様化、深刻化し、生涯にわたる健康への影響が懸念されている²⁾。

2005年に食育基本法³⁾が施行され、この法律は国民が健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育を推進し、施策を総合的かつ計画的に推進することを目的としている⁴⁾。子どもの健やかな食生活の実現を支援するために、食を通じた子どもの健全育成と社会教育の充実から「食べる力」を豊かに育むための支援が求められている²⁾。家庭内での食育は子どもの健やかな心と身体の発達に重要な役割をなしており、子どもの食行動、生活習慣および健康には保護者の食意識が関連している^{5,6)}。また、子どもと保護者の食意識、食態度および食行動は関連し、保護者の食育に対する対応や家庭環境、社会環境の整備が重要である^{7,8)}。厚生労働省は、発育・発達過程にある子どもは、さまざまな「食べる力」が重なり、食をめぐる課題解決に「食べる力」を育むことが重要であり、食育で育てたい「食べる力」は、「食

事のリズムがもてる」「食事を味わって食べる」「食事づくりや準備に関わる」などであると報告している²⁾。2007年に Satter は「食べる力」を測定する尺度として⁹⁾、食に関する QOL 概念の Satter Eating Competence Model¹⁰⁾ (以下 ecSatter とする) を提案した。

家庭や社会の中で、子ども一人ひとりの「食べる力」を豊かに育むための支援づくりを進める必要がある^{2,10)}。しかし、子ども、保護者、保護者からみた子どもの「食べる力」の評価はみあたらない。私共は、2016年に H 町小学校高学年児童を対象に行った食事づくり支援プログラムの実践が、子どもを通じて保護者の「食べる力」への変容波及効果があることを報告した¹¹⁾。

そこで今回は、子ども、保護者および保護者からみた子どもの「食べる力」の実態を明らかにすることを目的として、〇 県 H 町小学校高学年児童とその保護者の「食べる力」を調査した。

2. 方法

2.1 被調査者

〇 県 H 町小学校の4年生、5年生および6年生の高学年児童とその保護者(性別不問)の369組を対象に、

*1 川崎医療福祉大学 医療技術学部 臨床栄養学科
(連絡先) 武政睦子 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学
E-mail : takemasa@mw.kawasaki-m.ac.jp

「食べる力」のアンケート調査をした。アンケートが回収できたのは231組（回収率62.6%）であった。そのうち、全ての項目に回答が得られた207組（有効回答率56.1%）を対象とした。

2.2 調査方法

「食べる力」のアンケートは、子ども自身が回答（以下子ども群とする）、保護者自身が回答（以下保護者群とする）、保護者からみた子どもについて回答（以下保護者からみた子ども群とする）する3種類を用いた。

Satterが開発した「食べる力」を測定する尺度¹⁰⁾に準じ作成された白根らの「食べる力」のアンケート用紙¹²⁾を用いた。アンケートの質問項目は、ecSatterの質問項目に17項目を加えた全34項目あり、ecSatterに基づいて「食態度」、「食物の受容」、「内的調整」および「食に関するスキル」の4分野で構成されている。

「食べる力」のアンケート用紙を表1に示した。なお、子ども群においては全ての漢字にふり仮名を付した。回答方法は各項目に対して「いつも当てはある」を3点、「ほとんど当てはまる」を2点、「ときどき当てはまる」を1点、「当てはまらない」を0点の4段階として点数化し、合計102点満点を100点に換算し総合得点として算出した¹²⁾。各分野においては「食態度」は問1～問5で計15点、「食物の受容」は問6～問12で計21点、「内的調整」は問13～問20で計24点、「食に関するスキル」は問21～問34で計42点として評価した。なお、アンケートの問15、問16、問28～問34は点数を反転して集計した。

実施時期は平成28年7月とし、調査は自記式による託送調査法で行った。

2.3 倫理的配慮

本研究は川崎医療福祉大学倫理委員会（承認番号16-002）の承認を得て行った。

2.4 統計処理

値は平均±標準偏差で示した。有意差検定はIBM SPSS Statistics ver.23を用いてStudent's t-test（対応あり）を、変数間の関連性はPearsonの積率相関変数を算出した。有意水準を5%未満とした。

3. 結果

3.1 「食べる力」の総合得点

子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食べる力」の総合得点を図1に示した。

「食べる力」の総合得点では、子ども群は69.8 ± 9.4点、保護者群は70.0 ± 10.0点、保護者からみた子ども群は65.7 ± 10.3点であった。

「食べる力」の総合得点は、子ども群と保護者群

では差はなかった。子ども群と保護者群の「食べる力」の総合得点は、いずれも保護者からみた子ども群に比較して有意 ($p < 0.01$) に高かった。

3.2 「食べる力」の各質問項目および分野別得点

子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食べる力」の各質問項目の得点を表2に示した。

3.2.1 「食態度」の得点

子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食態度」の得点を図2に示した。

「食態度」の得点は、子ども群は11.6 ± 2.9点、保護者群は11.5 ± 2.7点、保護者からみた子ども群は11.6 ± 2.7点で、3群間で差はなかった。

表2より「食態度」のうち問3において、保護者群の得点は子ども群と保護者からみた子ども群に比較して有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に低かった。

3.2.2 「食物の受容」の得点

子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食物の受容」の得点を図3に示した。

「食物の受容」の得点は、子ども群は13.1 ± 4.3点、保護者群は13.6 ± 4.3点、保護者からみた子ども群は11.2 ± 4.8点であった。「食物の受容」の得点は、子ども群と保護者群では差はなく、子ども群と保護者群はいずれも保護者からみた子ども群に比較して有意 ($p < 0.01$) に高かった。

表2より子ども群と保護者群は保護者からみた子ども群に比較して、「食物の受容」のうち問6、問7、問8、問9および問12の得点は有意 ($p < 0.01$) に高かった。子ども群は保護者群に比較して問9の得点は、有意 ($p < 0.01$) に低かった。

3.2.3 「内的調整」の得点

子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「内的調整」の得点を図4に示した。

「内的調整」の得点は、子ども群が17.6 ± 2.6点、保護者群が16.7 ± 3.4点、保護者からみた子ども群が17.2 ± 2.7点であった。「内的調整」の得点は、子ども群は保護者群と保護者からみた子ども群に比較して有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に高かった。

表2より子ども群は保護者群に比較して、「内的調整」のうち問13と問16、問17、問18および問20の得点は有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に高く、問14と問15の得点は有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に低かった。

子ども群は保護者からみた子ども群に比較して、問13、問17および問18の得点は有意 ($p < 0.01$) に高かった。保護者群は保護者からみた子ども群に比較して、問13および問15の得点は有意 ($p < 0.01$) に高く、問18と問16および問20の得点があり ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に低かった。

表1 「食べる力」の質問項目および各分野についてのアンケート

あなた自身の食行動についておたずねします。

次の文章を読んで、当てはまる番号にそれぞれ○印をつけてください。

問	内容	3	2	1	0
		いつも 当てはまる	ほとんど 当てはまる	ときどき 当てはまる	当てはま らない
食 態 度 (5 問)	1 食べることでくつろぎを感じている	3	2	1	0
	2 食事のときは楽しいと感じている	3	2	1	0
	3 料理をしたり, 調理を手伝ったりすることは楽しい と感じている	3	2	1	0
	4 一緒に食べたいと思う人がいる	3	2	1	0
	5 食べることで満足感が得られている	3	2	1	0
食 物 の 受 容 (7 問)	6 新しい食材(料理)を食べてみたいと思っている	3	2	1	0
	7 あまり興味のない食材(料理)でも健康に大切なも のであれば食べることができる	3	2	1	0
	8 いろいろな食材(料理)を積極的に食べるようにし ている	3	2	1	0
	9 好き嫌いをせずに食べている	3	2	1	0
	10 外国や他地域の食文化に関心がある	3	2	1	0
	11 食べ物の栽培や収穫など(農業)を体験したことが ある	3	2	1	0
12 地産地消(地域で生産された食材をその地域で消費 すること)や旬を大切に食事をしている	3	2	1	0	
内 的 調 整 (8 問)	13 満腹になるのが分かっている	3	2	1	0
	14 満腹感を感じたら食べるのをやめている	3	2	1	0
	15 満腹感を得るまで食べる	3	2	1	0
	16 食事時間は20分未満である	3	2	1	0
	17 朝食は必ず食べている	3	2	1	0
	18 よく噛んで食べている	3	2	1	0
	19 3食欠かさず食べている	3	2	1	0
	20 1日3回の食事の前に空腹を感じている	3	2	1	0
食 に 関 す る ス キ ル (14 問)	21 決まった時間に食事をしている	3	2	1	0
	22 規則的な食生活を送っている	3	2	1	0
	23 栄養のバランスを考えて食べている	3	2	1	0
	24 食材や料理を選ぶとき, 栄養や健康について考えて いる	3	2	1	0
	25 食事のマナーは身につけている	3	2	1	0
	26 魚の骨を箸で取ることができる	3	2	1	0
	27 夕食は午後8時までに食べている	3	2	1	0
	28 サプリメントを利用する	3	2	1	0
	29 マスコミで話題になっている食品を利用する	3	2	1	0
	30 食べ放題を利用する	3	2	1	0
	31 コンビニの食品を利用する	3	2	1	0
	32 食後にはデザートを食べる	3	2	1	0
	33 テレビを見ながら食事をする	3	2	1	0
	34 カップラーメンを利用する	3	2	1	0

表2 「食べる力」の質問項目および各分野についての得点結果

問	内容	子ども群	保護者群	保護者か らみた子 ども群	こども群 vs 保護者群	こども群 vs 保護者か らみた子 ども群	保護者 vs 保護者か らみた子 ども群
食 態 度 (5 問)	1 食べることでくつろぎを感じている	2.1±0.9	2.2±0.7	2.2±0.7	n. s.	n. s.	n. s.
	2 食事のときは楽しいと感じている	2.4±0.7	2.3±0.7	2.3±0.7	n. s.	n. s.	n. s.
	3 料理をしたり, 調理を手伝ったりすることは楽しいと感じている	2.3±0.9	1.8±0.8	2.0±0.9	*	**	**
	4 一緒に食べたいと思う人がいる	2.4±0.9	2.6±0.6	2.5±0.6	n. s.	n. s.	n. s.
	5 食べることで満足感が得られている	2.5±0.8	2.5±0.7	2.5±0.6	n. s.	n. s.	n. s.
食 物 の 受 容 (7 問)	6 新しい食材(料理)を食べてみたいと思っている	2.1±0.9	2.1±0.9	1.7±0.9	n. s.	**	**
	7 あまり興味のない食材(料理)でも健康に大切なものであれば食べることができる	1.9±0.9	2.0±0.9	1.5±0.9	n. s.	**	**
	8 いろいろな食材(料理)を積極的に食べるようにしている	1.9±0.9	1.9±0.9	1.6±0.9	n. s.	**	**
	9 好き嫌いをせずに食べている	1.8±1.0	2.2±0.8	1.7±0.9	**	**	**
	10 外国や他地域の食文化に関心がある	1.4±1.0	1.6±0.9	1.3±0.9	n. s.	n. s.	n. s.
	11 食べ物の栽培や収穫など(農業)を体験したことがある	2.0±1.1	1.8±1.0	1.9±0.9	n. s.	n. s.	n. s.
	12 地産地消(地域で生産された食材をその地域で消費すること)や旬を大切に食事をしている	1.8±1.0	1.9±0.8	1.5±0.9	n. s.	**	**
	13 満腹になるのが分かっている	2.7±0.6	2.6±0.6	2.5±0.7	*	**	**
	14 満腹感を感じたら食べるのをやめている	2.3±0.9	2.4±0.7	2.4±0.8	*	n. s.	n. s.
	15 満腹感を得るまで食べていない	1.1±1.0	1.3±0.8	1.1±0.9	**	n. s.	**
	16 食事時間は20分以上である	1.5±1.1	1.2±1.0	1.4±1.0	**	n. s.	**
	17 朝食は必ず食べている	2.8±0.6	2.5±0.8	2.7±0.7	**	**	n. s.
18 よく噛んで食べている	2.3±0.7	1.9±0.8	2.1±0.8	**	**	*	
19 3食欠かさず食べている	2.7±0.6	2.6±2.2	2.7±0.6	n. s.	n. s.	n. s.	
20 1日3回の食事の前に空腹を感じている	2.3±0.9	2.1±0.8	2.4±0.8	**	n. s.	**	
食 に 関 す る ス キ ル (14 問)	21 決まった時間に食事をしている	2.1±0.9	2.2±0.8	2.3±0.7	n. s.	**	n. s.
	22 規則的な食生活を送っている	2.4±0.7	2.1±0.8	2.2±0.8	**	**	**
	23 栄養のバランスを考えて食べている	2.1±0.8	2.0±0.7	1.7±0.8	n. s.	**	**
	24 食材や料理を選ぶとき, 栄養や健康について考えている	1.8±0.9	2.1±0.7	1.5±0.9	**	**	**
	25 食事のマナーは身につけている	2.1±0.8	2.1±0.6	1.7±0.7	n. s.	**	**
	26 魚の骨を箸で取ることができる	2.1±1.0	2.6±0.6	1.9±1.0	**	*	**
	27 夕食は午後8時までに食べている	2.3±0.9	2.3±0.8	2.2±0.9	n. s.	n. s.	n. s.
	28 サプリメントを利用していない	2.6±0.8	2.4±1.0	2.8±0.5	**	**	**
	29 マスコミで話題になっている食品を利用していない	2.4±0.8	2.2±0.7	1.0±1.2	**	**	**
	30 食べ放題を利用していない	2.0±0.8	2.2±0.7	2.3±0.6	**	**	*
	31 コンビニの食品を利用していない	2.0±0.8	2.1±0.7	2.3±0.7	**	**	**
	32 食後にはデザートを食べしていない	1.8±0.8	2.0±0.7	1.9±0.8	**	n. s.	*
	33 テレビを見ながら食事をしていない	1.1±1.1	1.3±1.0	1.2±1.1	*	n. s.	n. s.
	34 カップラーメンを利用していない	2.1±0.8	2.1±0.6	2.1±0.7	n. s.	n. s.	n. s.
総合		69.8±9.4	70.0±10.0	65.7±10.3	n. s.	**	**

* : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$, n.s. : not significant

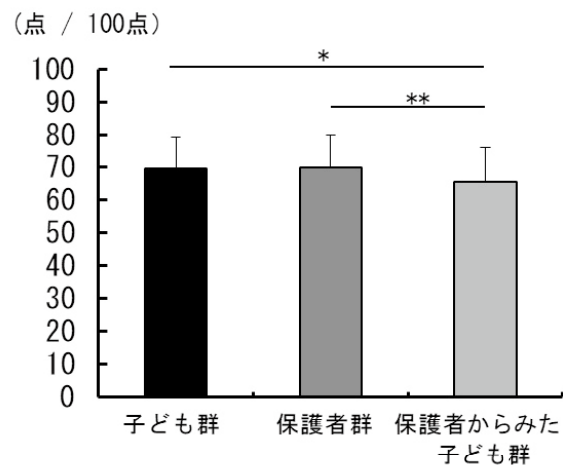


図1 子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食べる力」の総合得点
* : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$

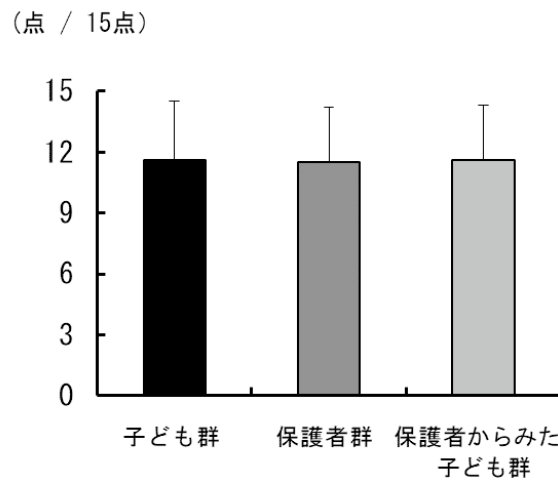


図2 子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食態度」の得点

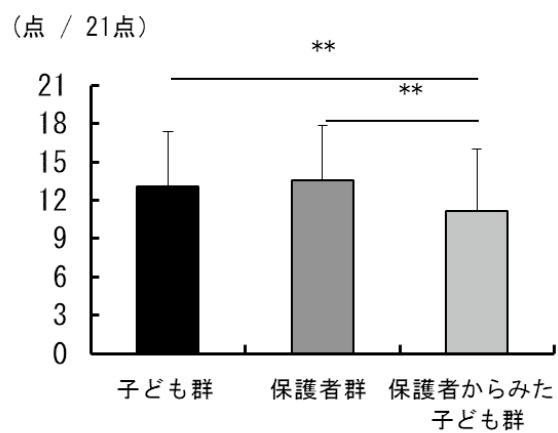


図3 子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食物の受容」の得点
** : $p < 0.01$

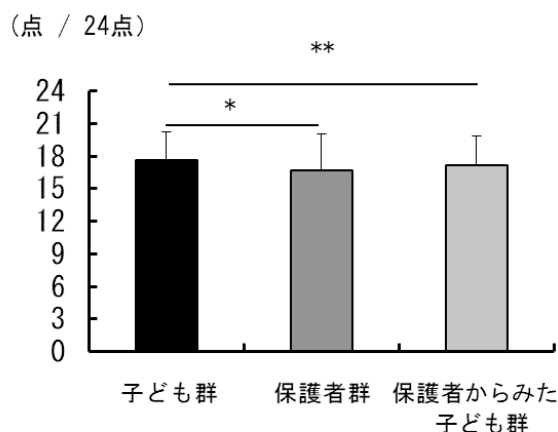


図4 子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「内的調整」の得点
* : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$

3.2.4 「食に関するスキル」の得点

子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食に関するスキル」の得点を図5に示した。

「食に関するスキル」の得点は、子ども群が28.9 ± 4.5点、保護者群が29.6 ± 4.3点、保護者からみた子ども群が27.1 ± 4.7点であった。

「食に関するスキル」の得点は、子ども群は保護者群に比較して有意 ($p < 0.05$) に低く、表2より問33と問24、問26、問30、問31および問32の得点が有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に低かった。問22、問28および問29の得点は、子ども群は保護者群に比較して有意 ($p < 0.01$) に高かった。

「食に関するスキル」の得点は、子ども群および保護者群は保護者からみた子ども群に比較して有意 ($p < 0.01$) に高かった。表2より子ども群は保護者からみた子ども群に比較して問26と問22、問23、

問24、問25および問29の得点が有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に高く、保護者群は保護者からみた子ども群に比較して問32と問23、問24、問25、問26および問29の得点が有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に高かった。子ども群は保護者からみた子ども群に比較して、問21、問28、問30および問31の得点が有意 ($p < 0.01$) に低く、保護者群は保護者からみた子ども群に比較して、問30と問22、問28および問31の得点が有意 ($p < 0.05$, $p < 0.01$) に低かった。

3.3 「食べる力」の各質問項目間における相関関係

子ども群の「食物の受容」において、問9の得点は問6 ($r=0.266$, $p < 0.01$), 問7 ($r=0.546$, $p < 0.01$), 問8 ($r=0.568$, $p < 0.01$), 問10 ($r=0.252$, $p < 0.01$) および問12 ($r=0.174$, $p < 0.05$) との得点と有意な正相関が認められ、保護者群と保護者からみた子ども群も同間において有意な正相関が得られた。

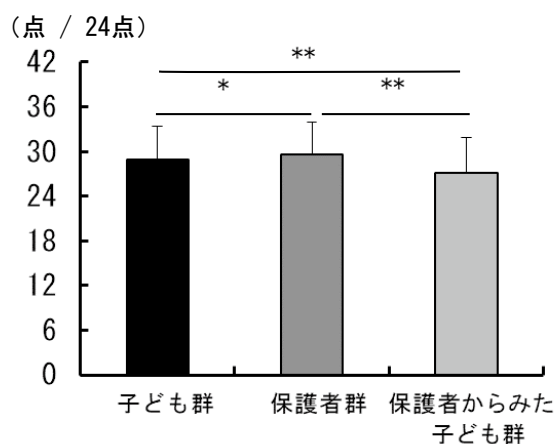


図5 子ども群、保護者群および保護者からみた子ども群の「食に関するスキル」の得点
* : $p < 0.05$, ** : $p < 0.01$

子ども群の「内的調整」において、問17の得点は問18 ($r=0.182, p < 0.01$), 問19 ($r=0.764, p < 0.01$) および問20 ($r=0.187, p < 0.01$) と有意な正相関が認められ、保護者群と保護者からみた子ども群も同様の有意な正相関が得られた。

保護者からみた子ども群の「食に関するスキル」においては、問28は、問21 ($r=0.240, p < 0.01$), 問22 ($r=0.155, p < 0.01$), 問27 ($r=0.222, p < 0.01$) および問30 ($r=0.143, p < 0.01$) と有意な正相関が認められた。問31および問34の得点も問21, 問22, 問27および問30と有意な正相関が得られた。

4. 考察

成長期の食形成は成人後の食生活習慣に影響をもたらす。児童の生活習慣は保護者や家庭の影響が大きく、児童の食行動に家族環境が影響していることが明らかとなっている¹³⁾。そこで、本研究では小学校高学年児童とその保護者の「食べる力」の特徴を明らかにすることを目的とし調査した。今回使用した「食べる力」の尺度は、信頼性、妥当性が検証されている¹⁴⁾ ec Satter Inventory¹⁰⁾を基に、白根ら¹²⁾が作成したものを使用した。

「食べる力」の総合得点は、子ども群および保護者群は保護者からみた子ども群に比較して有意に高く、つまり子ども群および保護者群に比較して保護者からみた子ども群は有意に低い結果を得た。このことは、保護者からみた子どもの「食べる力」は、子ども自身の評価および保護者自身の評価より低い評価であることが明らかとなった。

「食べる力」のうち「食態度」は食事を楽しいと感じ、食べることでくつろぎや満足感を得ていることや、料理や調理を手伝うことが楽しいと感じているかなどの項目である。「食態度」の得点は3群間で差はなかった。このことより、精神面において食べることの楽しみは子どもと保護者の間では同じ程度であり、家庭環境が子どもの食態度に影響を与えていると考えられた。しかし、保護者自身の「問3. 料理をしたり、調理を手伝ったりすることは楽しいと感じている」の得点は有意に低く、料理や調理の負担を感じていることが明らかとなった。

「食べる力」のうち「食物の受容」は、新しい食材、外国および地域の食材への興味関心や好き嫌いをしないで食べているかなどの項目である。「食物の受容」の得点は、子ども群と保護者群はいずれも保護者からみた子ども群に比較して有意に高かった。つまり保護者からみた子ども群は子ども群と保護者群と比較し有意に低く、保護者からみた子どもの「食物の受容」は、子ども自身ならびに保護者自身より

も低い評価であることが明らかとなった。このことから、保護者は自身と比較して、子どもは「食」について興味や関心をもっていないと感じていることが推測された。特に「問9. 好き嫌いをせずに食べている」の項目については、子ども自身も保護者より低く評価し好き嫌いをして食べていることを自覚していた。

相関関係の結果より、「問9. 好き嫌いをせずに食べている」子どもは「問6. 新しい食材（料理）を食べてみたいと思っている」、「問7. あまり興味のない食材（料理）でも健康に大切なものであれば食べることができる」、「問8. いろいろな食材（料理）を積極的に食べるようにしている」、「問10. 外国や他地域の食文化に関心がある」、「問12. 地産地消（地域で生産された食材をその地域で消費すること）や旬を大切に食事をしている」ことが明らかとなった。また、これは保護者群および保護者からみた子ども群においても同様の結果を得、家庭内での食事のあり方が影響していると考えた。

学童期は食に関わる学習を通して食べてみたい、作ってみたい、もっと知りたいそして誰かに伝えたいといった食への興味関心が深まり、子ども自身が理解したことを積極的に試みる力を育てていく時期である²⁾。本調査の〇県H町小学校高学年児童は、保護者からみると子どもは食に対する受容が低いと評価している結果であるが、子ども自身は保護者の評価以上に食への興味関心が深まりつつある時期であるのではないかと考える。また、好き嫌いをしている子どもも食育活動⁹⁾を通じて新しい食材を学び体験することで、栄養や健康に関する知識がついてくると期待される。さらに、子どもの発育発達に伴い好き嫌いが減少していく¹⁵⁾可能性があるため、食育活動や子どもが「楽しく食べること」ができる環境づくりをすることは重要¹⁶⁾であると考えた。

「食べる力」のうち「内的調整」は食習慣や食べることで満腹感を感じているかなどの項目である。

「内的調整」の得点は、子ども群は保護者群および保護者からみた子ども群に比較して有意に高かった。保護者群は保護者からみた子ども群と比較して、「問16. 食事時間は20分以上である」、「問18. よく噛んで食べている」、「問20.1日3回の食事の前に空腹を感じている」の得点は有意に低く、保護者自身は子どもと比較し、食事時間が短くよく噛まずに食事をしているという現状が明らかとなった。

「問17. 朝食は必ず食べている」子どもは、「問18. よく噛んで食べている」、「問19.3食欠かさず食べている」、「問20.1日3回の食事の前に空腹を感じている」状態にあった。また、保護者群および保護

者からみた子ども群においても同様の結果を得たことより、朝食を必ず食べている子どもとその保護者は規則正しい食生活の習慣の形成ができていると推測された。

子どもの頃に朝食を毎日食べる習慣をつけることは、生涯にわたる食生活習慣の形成にとって重要な役割を示し^{17,18)}、朝食の欠食については健康日本21(第二次)¹⁹⁾と第3次食育推進計画²⁰⁾の中でも重要視されている。健康で質の高い生活を送る基本として家庭内で朝食を営む力を育てるとともに、それを支援していく環境づくりも必要であると考えた。

「食べる力」のうち「食に関するスキル」は、栄養と健康に関する知識や食事のマナーなどの項目である。「食に関するスキル」の得点は、子ども群および保護者群は保護者からみた子ども群に比較して有意に高く、子ども群は保護者群に比較し有意に低かった。「食に関するスキル」は4分野のうち唯一子ども自身の評価が、保護者自身の評価より低かった。このことから、子ども自身でも、栄養のバランスや食事のマナーなど食に関するスキルへの課題を認識していると推測された。

現在、健康食品やサプリメントの普及によりこれらを利用したことのある人は約8割を超えている²¹⁾と報告されている。コンビニエンスストアの店舗数は2016年で約54500店舗あり10年間で約14000店舗の増加がある²²⁾。また、小学生の家庭におけるインスタント食品の使用状況は増加し⁵⁾、食品の加工技術の進展により食生活環境は変化している。「問28. サプリメントを利用していない」、「問31. コンビニの食品を利用していない」、「問34. カップラーメンを利用していない」に該当する保護者からみた子どもは、「問21. 決まった時間に食事をしている」、「問22. 規則的な食生活を送っている」、「問27. 夕食は午後8時までに食べている」、「問30. 食べ放題を利用していない」と評価されていることが明らかとなった。このことから、日本人の食生活を取り巻く環境が変化している現在、保護者の管理のもとで食生活を営む小学生において、比較的手作りの食生活をしている家庭では、規則的な食習慣を送っていると示唆された。子どもは、生活技術として食を営む力がなく

ては環境の変化と共に食生活は悪化していく可能性が推測され、子どもの頃から食生活を見直す機会を設けることは、食品の安全性を含めた望ましい食習慣をつけることができる²³⁾環境として重要であると考えられる。

食は生きる上での基本である²⁴⁾。母親の有無および就業時間が児童の食意識と生活習慣に及ぼす影響は認められない²⁵⁾という報告がある一方、学童期は食習慣が形成される重要な時期であり、家庭環境の影響は大きい¹³⁾といわれている。

今回調査した子ども自身の総合得点数は、69.8±9.4点であり、白根らの中学生、高校生、大学生を対象とした総合得点の平均値56.1~66.1点¹²⁾に比べて高い得点数であった。また、2016年のH町小学校高学年児童を対象とした食育講座参加者の子ども、保護者および保護者から見た子どもの「食べる力」の得点¹¹⁾はいずれも77~78点であり、今回調査した同小学校高学年児童、保護者および保護者から見た子どもに比較しいずれも高く、食育活動に参加した児童および保護者の「食べる力」の得点は比較的高いことも明らかとなった。

以上より、O県H町小学校高学年児童と保護者の「食べる力」の特徴は、

- ①子ども自身と保護者自身の評価では差がない。
しかし「内的調整」の分野は、子ども自身の評価が高く、「食に関するスキル」の分野は保護者自身の評価が高い。
- ②保護者からみた子どもの評価は、子ども自身の評価より低く、「食物の受容」、「内的調整」および「食に関するスキル」の分野が低い。
- ③保護者自身は、調理や料理の楽しさ、食事時間および嘔吐回数の評価が低い。
ことが明らかとなった。

5. 結語

食に関するQOL尺度の「食べる力」は、O県H町小学校高学年児童の評価とその保護者自身の評価とは差がなく、保護者からみた子どもの評価は、子ども自身の評価に比べて低いことが明らかとなった。今後、本研究結果を加味した食育活動を洗練していきたい。

謝 辞

本調査を行うにあたりご協力いただきましたO県H町小学校校長先生、O県H町教育委員会生涯学習課の職員の皆様、川崎医療福祉大学医療技術学部臨床栄養学科23期生上川仁美氏、同田淵夢佳氏、同中西智美氏、同山形未来氏、25期生池内翠美氏ならび関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。

利益相反

利益相反に相当する事項は、ありません。

文 献

- 1) 農林水産省：食の未来を支える。
http://www.maff.go.jp/j/pr/aff/1205/spe1_03.html, 2012. (2018.3.2確認)
- 2) 厚生労働省：「食を通じた子どもの健全育成（—いわゆる「食育」の視点から—）のあり方に関する検討会」報告書について。
<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/02/s0219-3.html>, 2004. (2018.3.2確認)
- 3) 農林水産省：食育基本法。
http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_28.pdf, 2007. (2018.3.2確認)
- 4) 農林水産省：第1章食育推進施策等の現状。
http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/h27/h27_h_digest/part1, 2016. (2018.3.2確認)
- 5) 中堀伸枝, 関根道和, 山田正明, 立瀬剛志：子どもの食行動・生活習慣・健康と家庭環境との関連—文部科学省スーパー食育スクール事業の結果から, 日本公衆衛生雑誌, 63(4), 190-200, 2016.
- 6) 名村靖子, 東根裕子, 奥田豊子：保護者の食意識が幼稚園児の食生活, 食関心に及ぼす影響. 大阪教育大学紀要第II部門, 57(2), 27-36, 2009.
- 7) 辻本洋子, 奥田豊子：小学生の食生活と健康状態や学習態度との関連性. 大阪教育大学紀要第II部門, 58(1), 15-26, 2009.
- 8) 岡村佳代子, 草川恵子, 中田紋子, 若野暢代, 福本純子, 奥田豊子：小学校高学年児童の保護者の和風料理作り頻度と食意識・食態度・食行動との関連性. 大阪教育大学紀要第II部門, 58(1), 1-13, 2009.
- 9) Lohse B, Satter E, Horacek T, Gebreselassie T and Oakland MJ : Measuring eating competence: Psychometric properties and validity of the ecSatter inventory. *Jorurnal of Nutrition Education and Behavior*, 39, 154-166, 2007.
- 10) Satter E: Eating Competence: Definition and evidence for the Satter eating competence model. *Jorurnal of Nutrition Education and Behavior*, 39, 142-153, 2007.
- 11) 武政陸子, 出口佳奈絵：小学生の食育講座参加者による親子の食行動の変容. 川崎医療福祉学会誌, 26(1), 71-78, 2016.
- 12) 白根明日香, 齋藤亜衣子, 劉芳, 溝田夏未, 前田朝美, 高田聖子, 加藤秀夫：高校生の運動能力と「食べる力」について. 広島スポーツ医学研究会誌, 11(11), 58-61, 2010.
- 13) 櫻井しのぶ, 岡田隆夫, 中西唯公：小学校高学年児童における食行動と家族要因との関連. 順天堂醫事雑誌, 59, 411-419, 2013.
- 14) 會退友美, 赤松利恵, 林美美, 武見ゆかり：成人期における食に関する主観的 QOL (subjective diet-related quality of life (SDQOL)) の信頼性と妥当性の検討. 栄養学雑誌, 70(3), 181-187, 2012.
- 15) 中村伸枝, 遠藤数江, 荒木暁子, 小川純子, 村上寛子, 武田淳子：高校生の食習慣と小学生時代からの食習慣の変化. 千葉大学看護学部紀要, 27, 1-8, 2005.
- 16) 安達内美子, 足立己幸：小学生における家庭での“食事の楽しさ”とその要因—愛知県 N 学区小学校5年生の事例—. 名古屋学芸大学健康・栄養研究所年報, 8, 13-23, 2016.
- 17) 中西洋子, 八木朋美：児童の食生活と保護者の食意識および家庭での食教育—低学年児童と高学年児童の比較—. 京都教育大学紀要, 108, 101-114, 2006.
- 18) 水津久美子, 穴井恭子, 中村さゆり, 山本真弓：児童の食生活に関する実態と保護者の意識との関連について—児童の元気創造を目指して—. 山口県立大学生活科学部研究報告, 31, 29-40, 2005.
- 19) 厚生労働省：健康日本21（第二次）.
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kenkounippon21.html, 2012. (2018.3.2確認)
- 20) 農林水産省：第3次食育推進基本計画。
<http://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/9929094/www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/index.html>, 2016. (2018.3.2確認)
- 21) 国立健康栄養研究所：健康食品の基礎知識—サプリメントと子どもの食事—。
<http://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1056.html>, 2012. (2018.3.2確認)
- 22) HighCharts Frequent：主要8社コンビニの国内店舗数推移をグラフ化（1983年～）。
<http://frequ2156.blog.fc2.com/blog-entry-106.html>, 2017. (2018.3.2確認)
- 23) 文部科学省, 厚生労働省, 農林水産省：食生活指針.

- <http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/attach/pdf/shishinn-1.pdf>, 2016. (2018.3.12確認)
- 24) 農林水産省：食育の推進. 平成29年10月27日更新.
<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku>, 2017. (2018.3.2確認)
- 25) 菅綾, 鈴木志保子, 飛松佳子, 瀬安希子, 田中延子：母親の就業有無及び就業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, 5, 43-49, 2012.

(平成30年7月5日受理)

Eating Competence States of Parents and Elementary School Children in H Town, O Prefecture, Japan

Mutsuko TAKEMASA, Hironori NAKAMURA, Hayami FUJISAWA and Yoshinobu MATSUMOTO

(Accepted Jul. 5, 2018)

Key words : eating competence states, elementary school children, eating behavior, dietary education

Abstract

To foster healthy eating habits in children, it is essential to support the formation of proper eating competence by improving programs for social education and healthy growth in children through food. However, there is a lack of concrete data on eating competence among children and parents, as well as on parents' perceptions of their children's eating competence. Accordingly, we conducted a questionnaire survey of upper-grade elementary school children and parents living in H Town, O Prefecture, Japan, with the aim of assessing their eating competence. Children self-reported a mean eating competence score of 69.8 ± 9.4 points, while parents self-reported a mean score of 70.0 ± 10.0 points. The mean eating competence score of children as perceived by their parents was 65.7 ± 10.3 points, which was significantly lower than the children's self-reported scores ($p < 0.01$). This suggests that there is a gap between the way children perceive their own eating competence and the way that it is perceived by their parents.

Correspondence to : Mutsuko TAKEMASA

Department of Clinical Nutrition
Faculty of Health Science and Technology
Kawasaki University of Medical Welfare
Kurashiki, 701-0193, Japan

E-mail : takemasa@mw.kawasaki-m.ac.jp

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.28, No.1, 2018 113 – 123)