

科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和 6 年 5 月 18 日現在

機関番号：11401

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2019～2023

課題番号：19K02330

研究課題名(和文) 幼児期の食育ガイドの開発～世帯構造の違いによる幼児の食認識の発達～

研究課題名(英文) Development of a Guideline For Early Childhood Nutrition Education: Development of Children's Food Knowledge Consciousness Depending on Differences in Household Structure

研究代表者

瀬尾 知子 (Senoo, Tomoko)

秋田大学・教育文化学部・准教授

研究者番号：00726309

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,900,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、世帯構造の違いにより、養育者の食意識、生活状況等がどのように異なるのか、さらにその違いが子どもの食認識や食習慣、精神的健康にどのような影響を与えるのか検証を行い、子どもの発達と生活の実情に即した食育ガイドを開発し、心理学的側面から具体的な提言を行うことである。検討の結果、世帯構造の違いによる生活状況にほとんど違いは見られないが、世帯構造と子どもの精神的健康、行動面に関連があることが明らかになった。このことから、幼児期から世帯構造別に子どもの精神的健康、とりわけ行動面でのサポートを行うことの重要性が見いだされた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

現在、一人親世帯の子どもの生活習慣の乱れが問題になっている。しかし、本研究の結果から、一人親世帯の子どもの生活習慣や親の食意識や食認識が、他の世帯構造の生活習慣のありようと異なるわけではないことが明らかになった。その一方で、世帯構造の違いにより精神的健康、特に行動面で違いが見られたことから、世帯構造別に子どもへの関りについて考えることの重要性を示すことができた。本研究は、子どもの基本的食習慣を獲得する基盤としての家庭において、世帯構造の違いを超えて考える必要性が示唆された。子どもの精神的健康については世帯構造別に配慮する必要性が見いだされ、家庭における食教育を行う上で新たな視点を提供した。

研究成果の概要(英文)：In this study, we investigated whether children's food knowledge, lifestyle, and parent's involvement in promoting children's food knowledge differed according to household structure, and how these differences affect the development of children's food awareness and dietary habits, in order to establish a new shokuiku (nutrition education) guideline tailored to each child's home environment. The results confirmed significant differences between the household structures in two main areas: dinner time and children's mental health. The present study successfully demonstrated the correlation between household structure and children's mental health/behavior, indicating the importance of providing children with appropriate mental health support from early childhood, in line with their household structure. In addition, the results indicated that children are more likely to enjoy meals if their parents share these with them.

研究分野：幼児教育

キーワード：世帯構造 幼児期 食習慣 QOL SDQ

様式 C - 19、F - 19 - 1 (共通)

1. 研究開始当初の背景

21世紀半ばの日本の人口動態は、50歳以上が6割を占める超高齢化社会であり、健康寿命の延伸につながる食育の推進は重要な課題となっている。特に基本的食習慣が形成される幼児期の食育は、生涯にわたる食物選択や食認識に影響を与え、健康寿命の延伸の鍵を握る。しかし、近年、世帯構造の変化や様々な生活状況により、健全な食生活の実践が困難な状況にある子どもが増加しており、子どもの置かれている生活状況や世帯構造の問題は、将来の健康寿命の延伸はおろか、停滞や短縮すら懸念されるほど深刻であり、無視できない。

世界でも有数の長寿国となった日本において、日本の食文化に贅辞が送られがちであるが、実際のところ個々人の食生活は急速に多様化、複雑化している。日本人の親子の食生活はもはや均質ではないのである。今後は、子どもの生活状況に即し、多様な暮らしに対応した食育が必要である。しかし、先行研究では、主に母親の食習慣や食意識の違いが子どもの食行動に与える影響を検討したものが多く、子どもの置かれた家庭環境の違いによる検討は少ない。

本研究では、食事場面の団らんが少ないことが予想される一人親世帯、家族団らんの場面が多いことが予想される三世帯世帯、多くの子どもの家庭状況である核家族世帯では、子どもの食認識や食習慣が異なるのか検討をおこなう。

また、現在、何を、どれだけ食べたら良いのかといった、栄養学的側面からの検討が多く行われ、研究も蓄積されてきている。しかし、何を、どのように食べたら良いかといった、発達に即した望ましい食べ方や養育者のかかわりに関して心理学的側面からの研究は少ない。

本研究で、幼児期の食認識や食習慣の発達に影響を与える要因を世帯構造から養育者のかかわりや食意識の違いから明らかになれば、基本的食習慣形成期の幼児期において、望ましい食育ガイドの開発を、家庭環境の条件や養育者のかかわり方のパターンに応じて、緻密に調整しておこなうことが可能になる。そして、幼児期の発達に応じた養育者のかかわり方や食べ方の提示法、生活状況に応じた子どもの食環境の改善に関わる具体的な取り組みを心理学的側面から提示することができ、生涯にわたり、心身ともに健康な国民の育成に寄与できると考える。

2. 研究の目的

上記の研究背景をふまえて、本調査では、はじめに、核家族世帯、三世帯世帯、一人親世帯といった世帯構造の違いにより、養育者のかかわりや食意識、生活状況等がどのように異なるのか、さらにその違いが子どもの食認識や食習慣にどのような影響を与えるのか、実証的に検討する。次に、世帯構造の違いにより、子どもの生活の質や精神的健康といった心理的側面がどのようにことなるのか検討を行う。そして、子どもの発達と生活の実情に即した食育ガイドを開発し、心理学的側面から具体的な提言を行うことを目的とする。

3. 研究の方法

本調査では、世帯構造の違いによる、子どもの食認識や食習慣、心理的側面の関連を明らかにして、世帯構造の違いに応じた養育者のかかわり方や食べ方の提示法に関する有用な知見を得るために、以下のような調査をおこなった。

研究1 調査項目の選定と予備調査

研究1-1では、本研究で使用する質問紙調査の質問項目選定を行った。質問紙の予備調査を3歳から5歳の子どもを持つ保護者8名に対して予備調査を実施した。

研究2 世帯構造の違いに着目した幼児期の食認識や食習慣、生活の質と精神的健康の検討

調査期間と対象：2021年の10月から3月にかけて幼稚園・保育所・認定こども園に通う3歳児クラスから5歳児クラスの子どもの保護者に質問紙調査を実施した(484部配布、373部回収、回収率：77.1%)。

質問内容：基本的属性(子どもの年齢、性別、身長、体重、回答者の年齢、家族構成)、子どもの生活習慣(起床時間、就寝時間、食事時間、共食状況)、親子の食生活満足度(西尾・足立、2006tが用いた尺度を援用)4項目、親の食意識(高畑ら、2006を参考)25項目、子どものQOL(KINDL^Rの日本語版、根本ら、2013)の尺度24項目、子どものSDQ(Goodman, 1998)の尺度25項目を使用した。

分析方法：解析はSPSS28.0日本語版(日本IBM)を使用し、相関分析と重回帰分析を行った。
倫理的配慮：本研究は、秋田大学手形地区における人を対象とした研究に関する倫理委員会の承認を得たうえで(承認番号；第3-3号)、研究倫理に則って行い、インフォームドコンセントを得て実施した。

研究3 世帯構造の違いによる食育ガイドの検討

研究1と研究2の結果から、幼児の食認識の発達と家庭環境の条件や養育者のかかわり方のパターンを検証する。子どもの生活の実情や発達に即した食育ガイドを、養育者のかかわりといった心理学的視点から検討する。

4. 研究成果

研究1 調査項目の選定と予備調査(2019年度, 2020年度)

世帯構造の違いによる子どもの食認識や食習慣の違いに関して検討を行う準備として, 子どもの食認識や食習慣に影響を与える可能性のある因子(独立変数)を先行研究検索により抽出し, 因子を測定するための尺度選定, 予備調査の実施を行った。

その結果, 子どもの親の食行動や食意識だけでなく, 子ども自身の生活の質(QOL)や精神的健康(SDQ)が子どもの食環境と関連があることが推察されたことから, QOLとSDQを質問項目として加えて検討を行うこととした。

なお, 当初, 子どもの食認識に関して, 子どもの面接調査を実施して検討することを予定していた。しかし, 2020年3月から, コロナウイルスのパンデミックにより, 幼稚園, 保育所, 認定こども園等に訪問することができなくなったため, 子どもへの面接調査を実施せずに, 質問紙調査のみの実施で検討することとした。具体的には, 保護者への質問紙調査から, 子どもが食事を楽しいととらえているかといった食満足度について測定することとした。

研究2 世帯構造の違いに着目した幼児期の食認識や食習慣, 生活の質と精神的健康の検討(2021年度, 2022年度)

研究2では, 世帯構造の違いにより, 幼児期の食認識や食習慣, 生活の質と精神的健康が異なるのか検討を行った。はじめに, 子どもの食事時刻に関して検討を行った結果, 世帯構造の違いにより, 朝食時間に有意差は認められなかった。一方, 夕食時刻に関しては, 世帯構造の違いによる偏りに有意差が認められ, 拡大家族の子どもの夕食時刻は早く, 核家族の子どもの夕食時刻は遅いことが示された($P=0.047, p<.05$)。次に, 朝食・夕食にかける時間についての検討を行った結果, 世帯構造の違いによる有意差は認められなかった。さらに, 世帯構造の違いにより共食状況が異なるのか検討を行った。本研究では, 大人と一緒に食べることを, 共食, 子ども一人でもしくは子どもだけで食べることを, 子どもで食べるとした。その結果, 世帯構造の違いにより, 共食状況に有意差は認められなかった。以上の結果から, 世帯構造の違いにより, 子どもの食習慣はほとんど違いが見られないことが示唆された。

次に, 子どもの食認識について, 子どもの食満足度から検討を行った。その結果, 世帯構造の違いにより, 子どもの食満足度に有意差は認められなかった。子どもの食満足度と関連がみられたのは親の食満足度であり, 親が家庭での食事を楽しんでいると, 子どもも家庭での食事を楽しんでおり, 親の食認識が子どもの食認識と関連があるが, 世帯構造との関連はない事が示された。

さらに, 世帯構造の違いにより, 子どもの生活の質や精神的健康が異なるのか検討を行った。その結果, 世帯構造の違いにより, 子どもの生活の質に有意差は認められなかった。しかし, 世帯構造の違いにより, SDQの下位項目である, 核家族と拡大家族, 一人親の行為の問題得点についてのみ有意差が認められた($F(2, 368) = 3.39, p<.05$)。

研究2の結果から, 世帯構造の違いにより, 違いが見られたのは家庭での夕食時刻と子どものSDQの下位項目の行為の問題であった。拡大家族の子どもの夕食時刻は早く, 核家族の子どもの夕食時刻が遅かった原因として, 拡大家族では祖父母の生活時間を尊重した食事スタイルとなっていることが考えられる。また, 拡大家族と一人親世帯の子どものより, 核家族の子どもの方が行為の問題得点が低いことが明らかになった。このことは, 一人親や複合家族世帯の方が, 子ども自身の感情を行動として表出していることが考えられる。以上のように, 世帯構造の違いにより, 子どもの家庭での子どもの食認識や食習慣, 子どもの生活の質や精神的健康が異なっているとは言い切れないが, 家庭生活が子ども主体なのか大人主体なのかによって, 子どもの食環境が異なっていることが推察された。

研究3 世帯構造の違いによる食育ガイドの検討(2023年度)

研究3では, 研究2の結果をふまえて, 子どもの生活の実情や発達に即した食育ガイドを, 養育者のかかわりといった心理学的視点から開発するための検討を行った。その結果, 世帯構造の違いから, 拡大家族の子どもの夕食時刻は早く, 核家族は夕食時間が遅いということは, 大人の時間に子どもが合わせた食事の形態をとっていることが示唆された。このことから, 子どもの食習慣を含む生活習慣をつくっているのは大人であり, 大人の生活習慣の在り方が問われている。子どもの生活の実情をふまえた食育ガイドを考えるとき, まずは大人の生活の実情を踏まえることが重要であると言える。

次に, 世帯構造の違いから, 拡大家族と一人親世帯の子どものより, 核家族の子どもの方が精神的健康の行為の問題について得点が低いことが明らかになり, 世帯構造が子どもの問題行動(親の言うことを聞かない, かんしゃくを起こすなど)と関連があることが示唆された。拡大家族のように大人の人数が多いと, 子どもの意見が反映されにくく, また, 一人親の場合, 親の意思決定が尊重される傾向にあることが推察される。そのため, 子どもが自分自身を主張するためにかんしゃくを起こすなどといった行動として現れた可能性も考えられる。一方, 核家族の子どもの行為の問題について得点が低いということは単に問題行動がないとは言い切れず, 子どもが行動としてあらわすことができないの可能性も考えられる。一人親, 核家族, 拡大家族といった, 大人の関わる人数が異なることが, 子どもの精神的健康, とりわけ行動面に関連があることから, 幼児期から世帯構造別に子どもへの大人のかかわり方を配慮することの重要性が見いだされた。

最後に、大人が食事を楽しんでいると子どもも食事を楽しんでおり、世帯構造の違いによらず、子どもの食認識に影響を与えているのは大人の食認識であることが示唆された。したがって、幼児期の子どもの発達に即した食育を考えると、栄養や食具の使い方などの知識を教えることに重点を置くのではなく、大人が食事を一緒に楽しむことに重点をおいた関わりが大切であることが示された。そして、今後は、子どもの感情を表現する手立ても考慮して、大人がいかに楽しい雰囲気の出る食卓を演出するかを検討することが求められる。

<引用文献>

- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire; A Research Note. *J Child Psychol Psychiatry*, 38: 581-586.
- 高畑彩友美・富田圭子・饗庭照美・大谷貴美子 (2006) 母親の食生活に対する意識や生活充実感が幼稚園に通う子どもとのコミュニケーション頻度に与える影響, *日本家政学会誌*, 57, 287-299.
- 根本芳子・柴田玲子・松寄くみ子・古荘純一 (2013). 日本における Kiddy-KINDL Questionnaire 「幼児版 QOL 尺度親用」の検討. *子どもの健康科学*, 13, 17-26.
- 西尾素子・足立美幸 (2006) 栄養表示利用行動と食生活および健康との関連に関する研究-男子大学生についての検討, *栄養学雑誌*, 64, 261-271.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計4件（うち査読付論文 0件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 榊原洋一	4. 巻 27
2. 論文標題 海外文献の紹介 母乳哺育で育った子どもは、肥満児が少ない	5. 発行年 2024年
3. 雑誌名 チャイルドヘルス	6. 最初と最後の頁 239-239
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.34433/ch.0000000441	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 瀬尾知子	4. 巻 78
2. 論文標題 保幼小接続期における子どもの家庭生活-就学前後の子どもの生活時間の変化に着目して-	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 秋田大学教育文化学部紀要 教育科学部門	6. 最初と最後の頁 51-55
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.20569/00006347	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 榊原洋一	4. 巻 26
2. 論文標題 海外文献の紹介 小児期のポジティブ経験は、成人になってからの精神的・身体的健康状態をよくする	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 チャイルドヘルス	6. 最初と最後の頁 711-711
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.34433/ch.0000000262	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 榊原洋一	4. 巻 25
2. 論文標題 特集 子どもを育てる 親子が育つ～時代がかわっても大事にしたいこと～ 現代の子どもを取り巻く課題	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 チャイルドヘルス	6. 最初と最後の頁 718-721
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.34433/j03252.2023024025	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計4件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 瀬尾知子, 村松志野, 沢井佳子, 榊原洋一
2. 発表標題 親の食生活リテラシーと親子の食生活QOLの関連 - 食生活QOLと食卓での囲らんへの意識に焦点をあてて -
3. 学会等名 日本食育学会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 瀬尾知子, 村松志野, 沢井佳子, 榊原洋一
2. 発表標題 親子の食生活QOLと子どもの生活の質の関連
3. 学会等名 日本小児保健協会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Tomoko SENOO, Shino MURAMATSU, Yoichi SAKAKIHARA
2. 発表標題 Correlation between Quality of Mothers' Dietary Life/Food Consciousness and Their Preschool Children's Mental Health
3. 学会等名 The 23rd Conference of Pacific Early Childhood Education Research Association (国際学会)
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 瀬尾知子, 村松志野, 沢井佳子, 榊原洋一
2. 発表標題 世帯構造の違いによる子どもの生活習慣—幼児期の子どもの生活リズムと食習慣に着目して—
3. 学会等名 第19回日本子ども学会学術集会
4. 発表年 2023年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

<https://cec-site.net/>
<https://www.sekaiwokaeyo.com/theme/12479/>

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	榊原 洋一 (SAKAKIHARA Yoichi) (10143463)	お茶の水女子大学・ ・名誉教授 (12611)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------