

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 27 年 6 月 25 日現在

機関番号：23102

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2011～2014

課題番号：23500896

研究課題名(和文) 現代日本において家庭の経済状況は子どもの食生活と栄養状態に影響するか？

研究課題名(英文) Do economic status of household effect diet and nutrition of children in Japan?

## 研究代表者

村山 伸子 (MURAYAMA, Nobuko)

新潟県立大学・人間生活学部・教授

研究者番号：80219948

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,900,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、現代日本において家庭の経済状況は、子どもの食生活と栄養状態に影響するかについて明らかにすることを目的とした。母子生活支援施設と連携し生活保護受給世帯、NPOフードバンクと連携し生活困窮世帯の子どもの食生活について3つの調査をおこなった。その結果、家庭の経済状態は、子ども食生活に影響することが明らかになった。特に低所得(生活困窮)世帯の子どもの食事について、欠食が多く、主食に偏り、たんぱく質やビタミン、ミネラル等の栄養素摂取量が少ないという課題があることが示された。

研究成果の概要(英文)：Objective of this study was to examine the hypothesis that economic status of household affect child diet and nutrition in Japan. We did 3 studies focused on low income households with children. We found children in low income household sometimes skipped their meal, and took meals with staple foods only. These meal results in low levels of nutrients intake especially protein and vitamin/mineral among children in low income households.

研究分野：公衆栄養学、国際栄養学

キーワード：貧困 子ども 食生活 栄養

1. 研究開始当初の背景

日本においては2000年代半ばの貧困率は14.9%であり、OECD30カ国の中で4番目に高い。20歳未満の「子どもの貧困率」(全子どもの中で、一人当たり手取り世帯所得の中央値の50%未満の世帯に属する子どもの割合)は、2004年に14.7%(7人に1人)であり、アメリカ、イギリス、カナダに次いで高いことが報告された。学校の教職員からは生活困窮家庭の子ども朝食欠食、弁当を持参できない、給食を持ち帰る児童の存在が指摘され、栄養状態が悪いことなどが予想されていた。しかし、経済的困難が、どの程度、どのように子どもの食生活や栄養状態に影響を与えるのかは不明であることから、今回のテーマに着想するに至った。

欧米では、家庭の経済状況と子どもの栄養について多くの研究成果があり低収入世帯では安価でエネルギーが多く栄養素が少ない食物の摂取が多いことが報告されているが、日本においては研究がみられない。

2. 研究の目的

本研究の目的は、日本において家庭の経済状況は子どもの食生活や栄養状態に影響するかについて明らかにすることである。特に低所得層の食事の特徴を把握することを目的とした。

3. 研究の方法

低所得層の調査をすることは一般的に困難である。そこで、本研究では低所得世帯の支援をおこなう団体との連携で3つの調査を実施した。

(1) 研究1：生活保護世帯の調査

調査対象：K県の母子生活支援施設に居住する世帯の2～15歳20名  
 調査時期：平成24年6月  
 調査内容と方法：3日間(平日2日、休日1日)の食事記録、生活習慣の質問紙調査  
 解析対象：食事記録が得られた平日19人×2日分で38人日、休日17人×1日分で17人日について解析した

(2) 研究2：生活困窮世帯の調査

調査対象：生活困窮世帯。フードバンク山梨の支援を過去5年間(2010年～2014年)に受けた、または現在受けている人で、かつ支援を受けた時点で20歳未満の子どもがいる世帯269世帯  
 調査時期：2014年8月  
 調査内容と方法：フードバンク支援申請時の世帯構成、収入、食費、支援を受ける前の最も経済的に困っていた時期の休日の子どもの食事状況、食事による子どもの健康や発達への心配、食生活で困っていることなど、質問紙調査

解析対象：回答を得た78世帯の内、収入や食費が不明6世帯、子どもが乳児(授乳)

のみの2世帯を除く70世帯について解析した

本研究は、フードバンク山梨、NHKとの共同研究である。

(3) 研究3：生活困窮世帯の調査

調査対象：フードバンク山梨から支援を受けている2～5歳の幼児10人、6～11歳の児童13人の合計23人

調査時期：2014年11月

調査内容と方法：調査員による食事の聞き取り調査(フードバンクの影響がない時の食事を思いだして回答、フードモデルを用いた量の確認)

解析対象：調査を実施した23人について解析した

本研究は、フードバンク山梨、NHKとの共同研究である。

4. 研究成果

(1) 研究1

生活保護世帯の子どもの食事調査より、主食・主菜・副菜がそろった食事数は、平日は0食または1食(給食のみ)を合わせると42.1%、休日は0食が41.2%、0食と1食をあわせると70.6%であった。家庭での食事では主食・主菜・副菜がそろっている食事が少ないことが明らかとなった(図1)。また、平日の夕食でも主食が丼皿物の食事が47.3%と多かった。

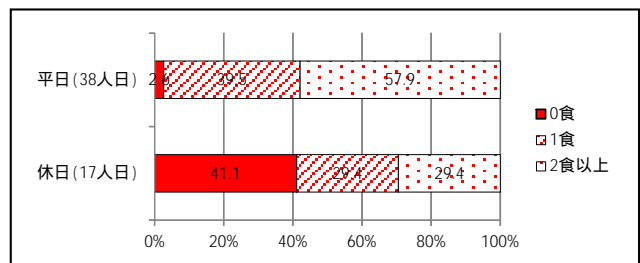


図1 生活保護世帯の子どもの食事内容：主食・主菜・副菜がそろった食事数

(2) 研究2

貧困水準未満の世帯では、1人1日あたりの食費が400円未満の世帯は76%であった(図2)。

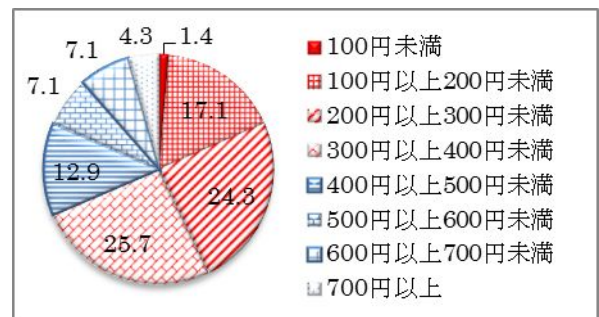


図2 フードバンク支援世帯の1人1日あたりの食費

フードバンクの支援を受ける前、最も経済的に困っていた時期の「休日の子どもの食事内容」では、朝食は欠食が25.7%と多く、主食のみの食事を含めると、朝食、昼食では7割であった(図3)。そのほとんどが、ご飯にふりかけ、そうめん等の麺類のみであった。

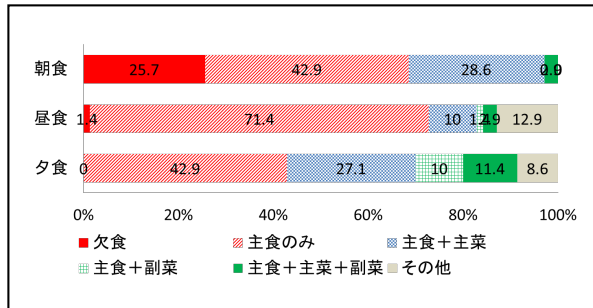


図3 フードバンクの支援を受ける前、最も経済的に困っていた時期の「休日の子どもの食事内容」

食生活による子どもの健康や発達への影響の不安を感じたことや実際に影響が現れたことがあったかという問いには60%親が「ある」と回答した。その内容を以下に示す。

- ・栄養バランス 18人
- ・体調をくずす、体力が無い、貧血、めまい 12人
- ・やせ、身長が伸びない 9人
- ・イライラしている 4人
- ・食事が楽しくない 3人(食事の時間がお通夜のように、美味しくないので無理に食べさせてトラウマ、流し込むだけの食事)

本結果は、NHK クローズアップ現代「おなかいっぱい食べたい～緊急調査・子どもの貧困～(2014年9月25日(木)放送)の資料となった。

### (3) 研究3

研究2で、家庭の食事では栄養素摂取量の不足が懸念されたため、フードバンク山梨が支援する世帯の子どもの食事量を把握し、栄養摂取量を推定した。特に、成長が著しくエネルギーや栄養素の不足が問題となる幼児の結果を示す。

Aちゃん(3歳5か月、女子、身長86cm、体重11kg)

平日は保育園給食あり、平日、休日とも家庭ですいとん、薄焼き等小麦粉の主食のみ。エネルギー、栄養素とも、平日は保育園給食があるため推定平均必要量に近い摂取量であるが、休日はたんぱく質や他の栄養素も全体に少ない。

Bちゃん(4歳4か月、女子、身長92cm、体重13kg)

保育園に行っていない、平日、休日とも家庭では惣菜パン、ふりかけご飯、チャーハン

などの主食のみでたんぱく質や他の栄養素とも、平日、休日とも少ない。

特に成長期に重要な栄養素として、たんぱく質、カルシウム、鉄について、推定平均必要量未満の児の割合を表1に示す。推定平均必要量未満の児は、たんぱく質は、休日では6割であり、平日では2人みられ、2人は保育園に未就園であった。カルシウム、鉄は、平日でも5割以上、休日は100%近かった(表1)。

表1 栄養素摂取量が推定平均必要量未満の児の割合

		たんぱく質 人(%)	カルシウム 人(%)	鉄 人(%)
5歳以下 N=10	平日	2 (20.0)	9 (90.0)	6 (60.0)
	休日	6 (60.0)	10 (100.0)	10 (100.0)
6歳以上 N=13	平日	0 (0.0)	8 (61.5)	7 (53.8)
	休日	8 (61.5)	13 (100.0)	11 (84.6)
合計 N=23	平日	2 (8.7)	17 (73.9)	13 (56.5)
	休日	14 (60.9)	23 (100.0)	21 (91.3)

### (4) 結論

研究1～研究3までを通して、現代日本において、世帯年収が低い児の家庭での食事は、主食に偏り、主菜、副菜等のおかずが無い食事が多いこと、そのため、栄養素摂取量も少ない児が多い実態が示された。特に保育園や学校の給食が無い日は、たんぱく質、栄養素摂取量が十分でないことが示唆された。

本結果より、低所得世帯の子どもの栄養確保の必要性が示された。特に成長への影響が懸念される子どももいることから、栄養確保の緊急度に応じた対策が必要であると考えられる。緊急度が高い児については、現物支給(食料提供)、保育園への就園促進策、学校が休みの期間の食事の確保が必要であると考えられる。緊急度が比較的低い児については、保護者の家計相談支援(食費確保)、児への食育で自立した食が営めるよう支援すること等が考えられる。

### 5. 主な発表論文等

[雑誌論文](計2件)

Murayama N. Effects of socioeconomic status on nutrition in Asia and future nutrition policy studies. J. Nutr. Sci. Vitaminol. 査読無、Vol. 61, Suppl. 2015, S66-68.

村山伸子. 健康格差とフードシステム. フードシステム研究、査読無、Vol. 21, 2014, pp.77-86.

[学会発表](計7件)

村山伸子. 健康格差とフードシステム、日本フードシステム学会創立20周年誌

念大会（招聘講演）平成 26 年 6 月 14 日  
村山伸子、近隣諸科学との協働による  
栄養・食生活分野の格差の実態把握と対  
策に向けて、第 72 回日本公衆衛生学会総  
会シンポジウム平成 25 年 10 月 25 日

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

村山 伸子 (MURAYAMA, Nobuko)  
新潟県立大学・人間生活学部・教授  
研究者番号： 8 0 2 1 9 9 4 8

### (2) 研究分担者

石川 みどり (ISHIKAWA, Midori)  
国立保健医療科学院・生涯健康研究部・  
上席主任研究官  
研究者番号： 9 0 4 1 2 8 7 4

大内 妙子 (OUCHI, Taeko)  
神奈川県立保健福祉大学・保健福祉学部・  
教授  
研究者番号： 4 0 2 9 0 0 0 1