

母親の飲料特性の理解が乳幼児の飲料摂取に与える影響

— 乳幼児の食行動・食習慣と関連 —

Influence which an understanding of a mother's drink characteristic has on the beverage ingestion of infants
—Relation with infants' eating habits and food action—

島本 和恵¹, 岩瀬 靖彦², 森岡 加代³, 阿部 和子², 柴山 真琴²

¹大妻女子大学大学院人間文化研究科, ²大妻女子大学家政学部, ³大妻女子大学短期大学部

Kazue Shimamoto¹, Yasuhiko Iwase², Kayo Morioka³, Kazuko Abe², and Makoto Shibayama²

¹Graduate School of Studies in Human Culture, Otsuma Women's University

12 Sanban-cho, Chiyoda-ku, Tokyo, Japan 102-8357

²Faculty of Home Economics, Otsuma Women's University

12 Sanban-cho, Chiyoda-ku, Tokyo, Japan 102-8357

³Otsuma Women's University Junior College Division

12 Sanban-cho, Chiyoda-ku, Tokyo, Japan 102-8357

キーワード：乳幼児，母親，飲料

Key words : Infant, Mother, Beverage

抄録

母親の飲料特性の理解度が、子どもの飲料摂取に与える影響を明らかにし、子どもの食に対する悩みとの関連性について検討することを目的とした。対象施設は都内A保育園、および都内A保育園併設子育てサロンにおいて、11か月～3歳児を持つ母親を対象とした。対象者の概要は、保育園児の母親の有効回答数は37人、子育てサロンの母親の有効回答数は39人であり、カウプ指数が18以上の幼児は保育園では0人であったのに対し、子育てサロンでは5人であった。子どもの摂取飲料については、『おやつときの飲み物』として、「水・お茶」を飲むものは保育園に比べ、子育てサロンの方が多かった。子育てサロンでは次に「その他」の飲み物が多かった。子育てサロン児は保育園児に比べ、『午前のおやつ』を与えられていない割合が3倍以上であり、『午前のおやつ』の代用として飲料をあたえている可能性が示唆された。子育てサロンの母親の摂取飲料については、間食を含む『その他のときの飲み物』で「その他」の飲料を飲んでいるものは40%であった。これらを踏まえ、食習慣・食行動は、親の影響を受けるという多くの報告^{[1][2]}や、乳幼児を持つ母親が家庭とともに食育に取り込んで欲しい機関に子育て支援センターを挙げている^[3]ことから、調査を子育て支援センターで行うとする検討ができた。

1. 調査の背景・目的

子どもの食行動・食生活は、親の影響を受けるという報告^{[1][2]}が多くされている。また、胎児期や乳児期の栄養が、年を経て成人期以降の肥満、Ⅱ型糖尿病、高血圧や循環器疾患などと関係がある^{[4][5]}という報告もある。発育・発達の著しい乳幼児にとって、適切な栄養量を補うための食事は重要である。乳幼児期の食習慣・食行動の改善は生活習慣病の一次予防の1つとして最も期待でき

ると考える。

消化器官が未発達な乳幼児の誤った飲料摂取は適切な食事量に影響を与えるといえる。そのため、母親が飲料特性を理解し、正しく飲料を提供することが重要であると考えられる。

乳児に、固形食を与える時期よりも早い時期に、果汁を食物の一部として与えることは、母乳や乳児用人工乳の一部が果汁によって置き換えられてしまうリスクがあり、離乳期以降は、栄養過多

たは栄養不足、そして齲歯の進行も引き起こすことから、2001年アメリカの小児科学会は、離乳開始前からの乳幼児の果汁摂取を制限する勧告^[6]を出している。日本においても、2007年に厚生労働省は、同様に離乳開始前に果汁などを与える必要はない^[7]とした。これらのことから、乳幼児期の飲料摂取量は子どもの栄養摂取量に大きな影響を与え得ると言える。

現在の日本において0歳～3歳児の子育ての70～80%は母親が家庭で行っている^[8]。また、平成17年度乳幼児栄養調査(厚生労働省)では、62.5%の母親が離乳食で困ったこと^[9]があり、86.1%の母親が食事で困って^[10]いた。

1歳6ヵ月健康診査では、幼児の体格・食習慣・食行動の問題をはじめ、母親の子どもの食事で困っている事と、母親の飲料特性の理解と幼児の飲料摂取状況との関わりが影響していると考えられる。

0～3歳児を家庭で保育している母親を対象として①0(離乳期)～3歳児の母親の飲料特性の理解、②母親の飲料特性の理解が子どもの飲料摂取量へ与える影響、③飲料摂取に起因する母親の子どもの食に関する悩みについても明らかにするため、調査票を開発し、将来の生活習慣病の一次予防に向けた栄養教育の基礎資料を目的とした。

2. 調査方法

2.1. 調査施設および対象者数

1) 都内A保育園の0歳児クラス16人、1歳児クラス26人、2歳児クラス27人の59人。

2) 都内A保育園併設子育てサロン来所者40人

2.2. 調査期間および調査方法

1) 都内A保育園

平成24年10月25日(水)に調査票を対象クラスに配布し11月7日(水)までに回収した。

2) 都内A保育園併設子育てサロン

平成24年10月25日(水)から11月7日(水)までの来所者にその場で記入してもらった。身長体重のわからない子どもは、こちらで用意した身長計・体重計を用いて母親自身に測定してもらった。

2.3. 調査内容

子どもの年齢・出生順位・家族構成・身長・体

重・排便状況などに関する事、母親の年齢と飲料嗜好、子どもに飲料を与えるときの場面、母親の飲料特性の理解、母親の子どもの食に関する悩み等自記式の調査票とした。

3. 結果

3.1. 調査施設ごとの質問票回収率

1) 都内A保育園

0歳児クラス15人(回収率94%)、1歳児クラス13人(回収率50%)、2歳児クラス9人(回収率33%)で、有効回答者数は37人であった。(表1)。

2) 都内A保育園併設子育てサロン

有効回答者数は39人(回収率100%)であった(表1)。

表1. 調査施設と対象児

調査施設	対象児	(人) 配布人数	(人) 回答者数	(%) 回収率	有効回答者数(人)
①都内A保育園	0歳児クラス (1歳児含む)	16	15	94%	15
	1歳児クラス (2歳児含む)	26	13	50%	13
	2歳児クラス (3歳児含む)	27	9	33%	9
②都内A保育園併設子育てサロン	1歳未満	2	2	100%	2
	1歳児	4	4	100%	4
	2歳児	14	14	100%	14
	3歳児	12	12	100%	12
	4歳児	7	7	100%	7
	不明	1	1	100%	0

3.2. 対象児について

1) 出生順位

保育園では「第一子」が18人(48.6%)、「第二子」13人(35.1%)、「第三子」5人(13.5%)、「第四子」1人(2.7%)であった。子育てサロンでは、「第一子」が25人(64.1%)、「第二子」12人(30.8%)、「第三子」1人(2.6%)であった(図1)。保育園、子育てサロンともに、「第一子」が最も多かった。

2) カウプ指数^[11]

保育園では、「カウプ指数 14 以下」(やせ気味)は 12 人 (32.4%), 「カウプ指数 15~17」(ふつう)は 21 人 (56.8%), 「カウプ指数 18 以上」(太り気味)はいなかった (図 2). 子育てサロンでは, 「カウプ指数 14 以下」(やせ気味)は 11 人 (28.2%), 「カウプ指数 15~17」(ふつう)は 21 人 (53.8%), 「カウプ指数 18 以上」(太り気味)は 4 人 (10.3%)であった (図 2). カウプ指数の算出ができなかったは保育園で 4 人 (10.8%), 子育てサロンが 3 人 (7.7%)であった.

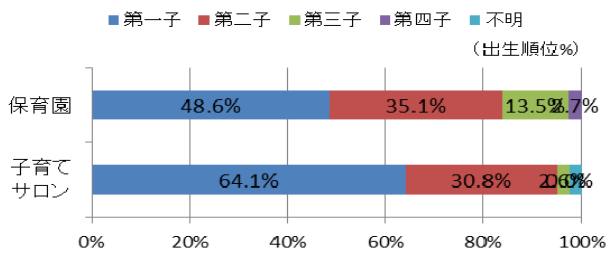


図 1. 出生順位

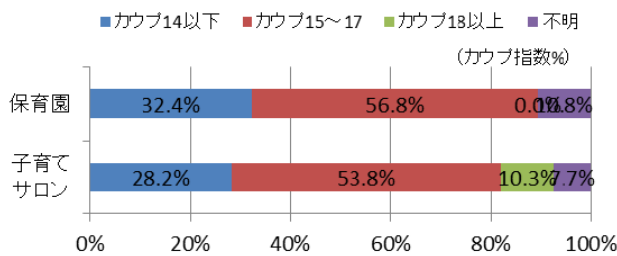


図 2. カウプ指数

3) 母親の年齢

保育園では, 「26~30 歳」が 6 人 (16.2%), 「31~35 歳」19 人 (51.4%), 「36~40 歳」10 人 (27.0%) 「41 歳以上」はいなかった (図 3). 子育てサロンでは, 「26~30 歳」が 3 人 (7.1%), 「31~35 歳」15 人 (38.5%), 「36~40 歳」14 人 (35.9%) 「41 歳以上」は 2 人 (5.1%)であった. 保育園, 子育てサロンともに, 「年齢不明者」は 2 名 (5%)であった (図 3).

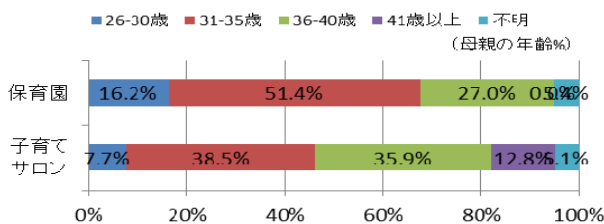


図 3. 母親の年齢

3.3. 摂取飲料の状況

1) 子どもの摂取飲料

(1) 食事のときの飲み物

保育園児, 子育てサロン児ともに最も多かったのは「水・お茶」であり, 前者 85 人 (51.8%), 後者 117 人 (72.7%)であった (図 4). そして両者とも次いで「牛乳」であり, 保育園児 38 人 (23.2%), 子育てサロン児 24 人 (14.9%)であった (図 4). 次は「その他」の飲み物で, 保育園児 35 人 (21.3%), 子育てサロン児 19 人 (11.8%)であった (図 4).

「牛乳」は保育園, 子育てサロンともに朝食時が最も多く, 保育園児は 38 人中 17 人, 子育てサロン児は 24 人中 19 人であった.

「その他」の飲み物の内訳は, 野菜+果汁 100% ジュース, 果汁 100%以外のジュースであった.

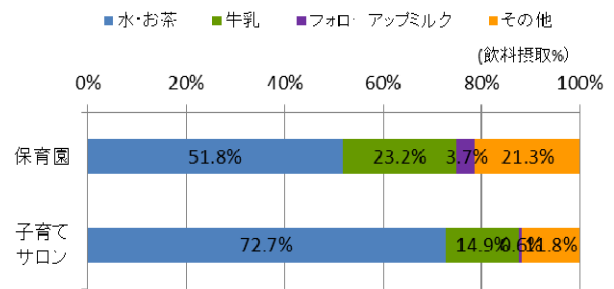


図 4. 食事のときの飲み物 (子ども)

(2) おやつときの飲み物

保育園児, 子育てサロン児ともに「水・お茶」が最も多く, 前者 44 人 (47.8%), 後者 29 人 (58.0%)であった (図 5). 続いて, 保育園児では「牛乳」31 人 (33.7%)であったが, 子育てサロン児は「その他」の飲みものが 14 人 (28.0%)であった (図 5). 次に, 保育園では「その他」の飲み物 12 人 (13%)であったが, 子育てサロン児は「牛乳」6 人 (12.0%)であった (図 5).

「その他」の飲料の内訳は, 果汁 100%以外のジュース, 野菜ジュース, 乳酸菌飲料等であった.

参考までに, 保育園児は「午前のおやつ」を 27 人 (73%)が与えられているが, 子育てサロン児で与えられているものは 7 人 (17.9%)であった (表 2). 午後のおやつについては, 保育園児, 子育てサロン児において差がみられなかった (【表 3】).

表 2. 午前のおやつ

午前のおやつ	保育園	子育て
与えている	27	7
与えていない・無回答	10	32
合計	37	39

表 2. 午後のおやつ

午後のおやつ	保育園	子育て
与えている	32	34
与えていない・無回答	5	5
合計	37	39

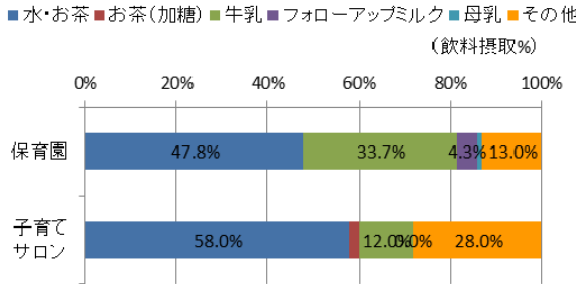


図 5. おやつときの飲み物 (子ども)

(3) 体調不良のときの飲み物

発熱・下痢・嘔吐時などの飲み物として最も多かったのは保育園児，子育てサロン児ともに「その他」の飲料であった。前者は 25 人 (54.3%) であり，内訳はイオン飲料が 21 人，他に野菜+果汁 100%ジュース，果汁 100%以外のジュース等であった。後者は 35 人 (60.3%) であり，内訳は，イオン飲料が 25 人，他に野菜+果汁 100%ジュース等であった (図 6)。次に両者ともに「水・お茶」で保育園児 13 人 (28.3%)，子育てサロン児 22 人 (37.9%) であった (図 6)。

保育園児，子育てサロン児ともに過半数が体調不良の時は「イオン飲料」を飲んでいて。

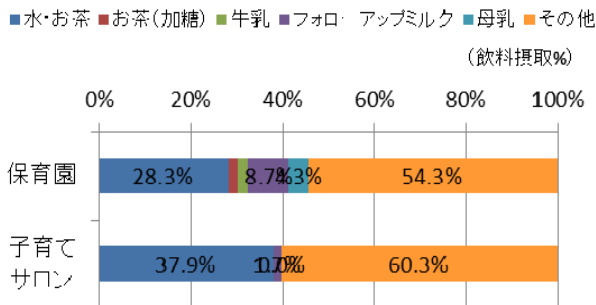


図 6. 体調不良のときの飲み物 (子ども)

(4) その他のときの飲み物

起床，外出・外遊び，昼寝後，入浴後，就寝前などといった場面では，保育園児，子育てサロン児ともに最も多かった飲み物は「水・お茶」で，

前者 124 人 (57.9%)，後 157 人 (78.5%) であった (図 7)。続いて「その他」の飲み物が多く，保育園児 38 人 (17.8%)，子育てサロン児 24 人 (12.0%) であった (図 7)。「その他」の飲料の内訳として，果汁 100%以外のジュース，乳酸菌飲料，野菜+果汁 100%等であった (図 7)。次いで多かった飲料も，保育園児，子育てサロン児ともに「牛乳」であった (図 7)。その次の「フォローアップミルク」を飲んでいる保育園児 22 人は子育てサロン児 3 人であった。「母乳」も保育園児が 7 人で，子育てサロン児は 2 名であった (図 7)。

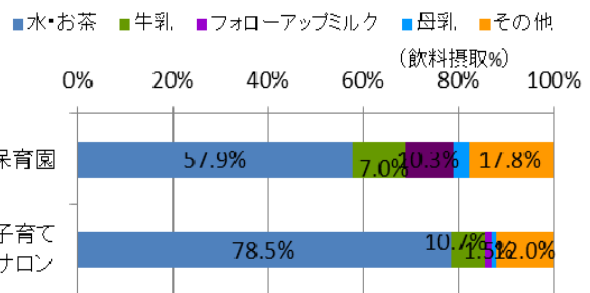


図 7. その他のときの飲み物 (子ども)

2) 母親の摂取飲料

(1) 食事のときの飲み物

保育園，子育てサロンの母親ともに「水・お茶」が最も多く，前者 38 人 (59.4%)，後 52 人 (69.3%) であった (図 8)。次に「その他」の飲み物であった (図 8)。内訳は，保育園，子育てサロンともに最も多かったものはアルコール飲料で，前者 3 人，後 9 人であった。次は「牛乳」で，保育園の母親 7 人 (10.9%)，子育てサロンの母親 10 人 (13.3%) であった (図 8)。

(2) 喉が渇いたときの飲み物

保育園・子育てサロンの母親とも「水・お茶」で，前者 44 人 (71.0%)，後 52 人 (81.3%) であった (図 8)。次は「その他」であり，保育園の母親 13 人 (21.0%)，子育てサロンの母親 9 人 (14.1%) であった (図 8)。「その他」飲み物の種類は，保育園の母親は炭酸飲料が一番多く，子育てサロンの母親は野菜+果汁 100%ジュースが最も多かった (図 8)。

(3) その他のとき

保育園の母親，子育てサロンともに最も多かつ

たのは「水・お茶」、続いて「その他」の飲料であった(図8)。子育てサロンの母親は、『食事のときの飲みもの』や『喉が渴いたときの飲みもの』とは摂取飲料の種類が違っており、「その他」の飲料と「水・お茶」がほぼ同じ割合であった。飲料の種類としては、乳飲料、野菜+果汁100%、野菜ジュース、炭酸飲料3などであった(図8)。

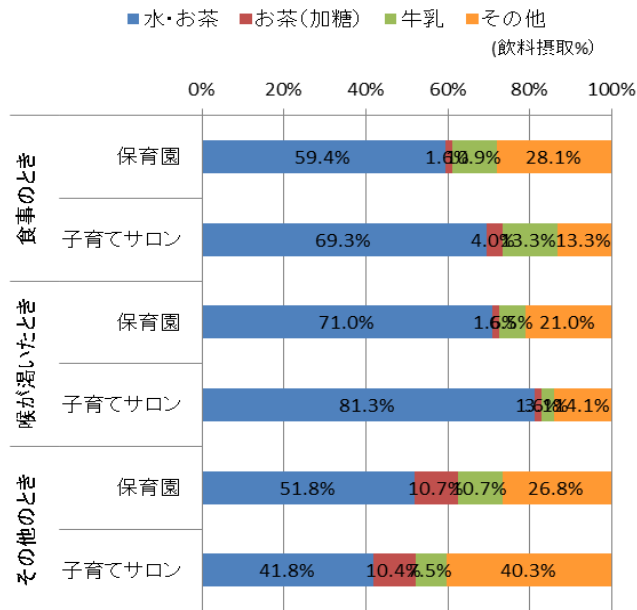


図8. 母親の摂取飲料

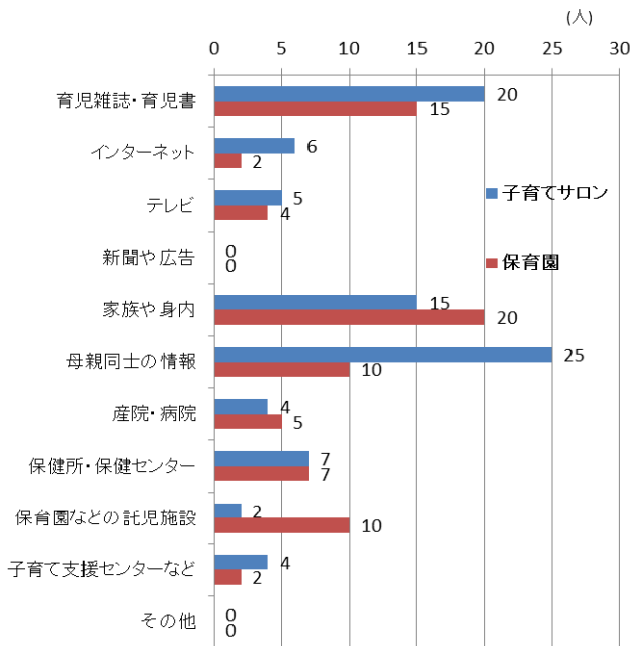


図9. 飲料についての情報源

3.4. 飲料についての情報源について

保育園の母親は「家族や身内」が20人(26.7%)と最も多く、続いて「育児雑誌・育児書」15人(20.0%)、次が「母親同士の会話」「保育園などの託児施設」がそれぞれ10人(13.3%)であった(図9)。子育て支援サロンの母親は「母親同士の会話」が最も多く25人(28.4%)、続いて「育児雑誌・育児書」20人(22.7%)、次が「家族や身内」15人(17.0%)であった(図9)。

4. まとめと今後の予定

一日に必要なエネルギー量は身体活動量・基礎代謝量・体格・年齢等により決まる。幼児のように、消化器官が未発達な乳幼児の場合、一度に摂取できる食事量が少ない。そのため、一日に必要なエネルギーを摂るためには一日3食と2回の補食(おやつ)が必要とされる。しかし、今回の調査では、子育てサロンの幼児は保育園児に比べ、「午前のおやつ」を与えられていない割合が3倍以上であった。

さらに、保育園児にはカウプ指数18以上の幼児はいなかったが、子育てサロンではカウプ指数18以上の幼児が10.3%いた。

また、子どもの食行動・食生活は、親の影響を受けるという多くの報告^{[1][2]}や、胎児期や乳児期の栄養が、年を経て成人期以降の肥満、II型糖尿病、高血圧や循環器疾患などと関係がある^{[4][5]}。子育てサロンの母親が『その他のときの飲み物』で「その他」の飲料で飲んでいる飲料は乳飲料、野菜+果汁100%ジュース、炭酸飲料等であった。

今後は、それらの飲料を飲む場面や理由等を明確にし、飲料特性の理解度を明らかにできる質問票へ改良を行う。また、飲料特性の理解と母親の子どもへの食の悩みについても調査する。

付記

本研究は大妻女子大学人間生活文化研究所「共同研究プロジェクト」(D014)の助成を受けたものである。

This work was supported by Otsuma Women's University, IHCS COLLABORATIVE RESEARCH PROJECTS Grant Number (D014).

引用文献

[1] 内閣府食育推進室. 食事に関する習慣と規範意

識に関する調査報告書

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/h21/netchosa/index.html>(参照 2013-1-15)

[2]厚生労働省. 食を通じた子どもの健全育成(一) いわゆる「食育」の視点から一)のあり方に関する検討会報告書

<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/02/s0219-3.html>
(参照 2013-1-15)

[3]厚生労働省. 平成17年度乳年度乳幼児栄養調査 <http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/83-1.htm>(参照 2013-1-15)

[4]塚田久恵ほか. 乳幼児期肥満と成人時肥満との関連-石川県における出生後20年間の縦断研究-. 日本公衆衛生雑誌. 2003, 50(12), p.1125-1134

[5]坂本元子. 子どもの栄養・食教育ガイド. 医歯薬出版株式会社. P14-16.

[6]アメリカ小児科学会. 2001年. 「子どもに果汁を与えるリスクと適切な摂取法についての勧告」
(参照 2013-3-15)

<http://www.jalc-net.jp/dl/Pediatrics.pdf>

[7]厚生労働省. 2007年. 「離乳・授乳支援ガイド」
<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/03/s0314-17.html>
(参照 2013-3-15)

[8]厚生労働省. 保育所関連状況取りまとめ
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001q77g.html>(参照 2013-1-15)

[9]開始の時期が早いと言われた, 開始の時期が遅いと言われた, 開始の時期がわからない, 食べる量が少ない, 食べる量が多い, 食べ物の種類が偏っている, 食べるのを嫌がる, 作り方がわからない, 作るのが苦痛・面倒, 食べさせるのが苦痛・面倒, 子どもがアレルギー体質, 相談する人がいない(場所がない).

[10]遊び食い, 偏食する, むら食い, 食べるのに時間がかかる, よく噛まない, 散らかし食い, 口から出す, 小食, 食べ過ぎる, 食欲がない, 早食い.

[11]厚生労働省『21世紀出生児縦断調査』に基づき対象児を分類

Abstract

In this investigation, a survey developed the questionnaire for investigating the trouble to food of the relation of an understanding of a mother's drink characteristic and an infantile ingestion drink kind and a mother's child. And, a survey was selected survey participants and research institutions by the present study.

(受付日: 2013年5月29日, 受理日: 2013年6月26日)

島本 和恵 (しまもと かずえ)

現職: 大妻女子大学大学院人間生活文化研究科人間生活科学専攻
健康・栄養科学専修 2年在学中

大妻女子大学家政学部児童学科卒業. 和洋女子大学短期大学部食物栄養学科卒業.

専門は栄養教育. 母親に対して, 子育て支援に役立てることができる栄養教育を実施するための手法を検討している. 「人間生活文化研究」への投稿論文および修士論文では, 特に母親の飲料特性の理解に焦点をあてた研究を行っている.