プロジェクト研究5

思春期における栄養・食生活・摂食異常の現状と対策に関する研究

(2) 前思春期女児の健康と食生活における母子関係

研究第4部　水野清子
共同研究者　根岸由紀子・兵藤理絵
山本初子・金沢治子
山内　愛・武藤静子

I 緒言

子は親の鏡と言われる。「三遷の教え」も人口に膾炙している。近年は研究法の進歩に伴い，母子関係を胎生期，乳児期にまで逆って客観的に究めようとする試みが注目を集めている。[1)~4)] しかし，思春期における健康や食生活態度に関する母子関係あるいは親子関係の文献には殆んど接しない。私達は前に報告した前思春期女児の調査と平行して，その母親についても児の健康や食生活についてどのように考え，かつ，対処しているのかの調査を実施した。そして，この結果を既報の子供を対象にした調査成績とつき合せ，子供のよりよい健康，その背景となるよりよい食生活の実現に対する母親の役割について検討を加えた。勿論，児の現在の表現形はその出生前後から現在までの内外環境の総和である筈であり，母と児の単なる同時調査は母子関係の片鱗を示すに過ぎないものであろう。しかし，いくつかの示唆に富む知見が得られたので，一応，ここに両者の関係を報告する。

II 研究方法

研究地域の選択，調査対象，調査表作成に関する詳細は紀要第22集[5)]に述べた。ここに報告するのは1985年12月～1986年2月に前思春期女児の調査をする際，その母親にも調査表を渡し記入を求めたその結果であり，従って母集団の数及び地域分布は前報の前思春期女児と全く同じである。即ち，総数562名（回収率49.0％）で，東北，関東，北陸，九州に分布している（表1）。

調査内容の主なものは家庭環境，当該児の健康及び食生活に対する母の認識や姿勢などである。この集計結果と子を対象にした集計結果とがどのような関係にあるかを多角的組合せにより検討した。

表1　調査地域

地　区	県	人　数
東北・関東	秋田・岩手・宮城・群馬	123人
関　東	東京・神奈川	357
北　陸	富山・石川	42
九　州	福岡	40
計		562

対象の性格を表2に示す。母親の年齢は30歳代　66.3％，40歳代　33.1％，50歳代は3名にすぎなかった。就業状況をみると，半数以上が専業主婦であり，一方，常勤，パートはそれぞれ，15.8％及び8.0％である。就業年限をみると1～4年の者が最も多いが（23.3％），対象児の出生前及び直後から就業している者が39％に及ぶ。家業及び農業従事者はそれぞれ17.0％，0.8％で，彼らは専業主婦と同様在宅時間が他より多いものと考えられる。

同胞数は2人が半数以上を占め，3人以上も30％を越え，1人子は12.3％にすぎなかった。

III 結果及び考察

1. 母親からみた児の摂食状況及び食生活とこれらに対する母親の態度

(1) 児の摂食状況

児の欠食については表4の通りで，大部分の母親が欠食しないと答え，欠食することがあるが12.4％程度であった。欠食した場合の対処の仕方としては⅔が食べさ

せようと努力し，⅓は放っておくという。残食する例は欠食する例よりかなり多く，31.0％にのぼる（表5）。児の残食に対し母親の約90％は何んとか食べさせようとする態度をとっている。欠食，残食何れの場合にも「放っておく」が13例ずつみられたが，この中，同一の母親による回答は1例にしかすぎない。

孤食は朝食に多く約43％，しかし，夕食でも約10％が孤食を訴えている（表6）。

表2　対象の性格

		実数	比率
年令	30～39歳	356人	66.3％
	40～49	178	33.1
	50～	3	0.6
就業状況	無職	297	56.6
	常勤	83	15.8
	パート	42	8.0
	内職	10	1.9
	家業	89	17.0
	農業	4	0.8
就業年限	1年未満	5	2.2
	1～4年	53	23.3
	5～9	43	18.9
	10～14	41	18.1
	15～19	29	12.8
	20～	19	8.4
	家業	37	16.3

表3　家族形態と同胞数

		実数	比率
家族形態	核家族	317人	56.4％
	複合家族	245	43.6
同胞数	1人	69	12.3
	2	305	54.4
	3～	187	33.3

表4　児の欠食とそれに対する親の対処

		実数	比率
欠食	しない	487人	87.6％
	することがある	69	12.4
欠食時の親の対処	食べさせるよう努力する	43	67.2
	放っておく	21	32.8
	注意してもきかない	6	28.6
	親も欠食するから	2	9.5
	本人にまかせてある	13	61.9

表5　児の残食に対する親の態度

		実数	比率
残食しない		385人	69.0％
	食欲があるから	140	36.4
	残さぬよう躾てある	129	33.5
残食する		173	31.0
	食べるようにすすめる	140	80.9
	無理にもすすめる	17	9.8
	放っておく	13	7.5

表6　児の孤食状況

		実数	比率
朝食	孤食しない	318人	57.5％
	孤食する	235	42.5
夕食	孤食しない	501	90.6
	孤食する	52	9.4

(2)　食生活に対する母親の態度

間食の与え方をみると（表7）¾の母親が自分で用意すると答えているが，その中，時間を決めて与えているのは約半数である。母親が用意しない場合は当然ながら児が自分で買い，或いは家にあるものを勝手に食べるが大部分を占めている。

食事に関する手伝（表8）は，約90％の母親が児にさせているが，この中，喜んで，または当然のこととして手伝うのは約半数である。手伝いの内容は食事の後仕末

が最も多く，次いで食事の仕度，買物，調理の順であった。これらは食生活に対する児の興味をひき出すのにどのように役立っているだろうか。この年令層であれば調理などを手伝いをさせれば，それを通してもっと食生活に興味をもつのではないだろうか。また，手伝いをさせていない約10%についてその理由をみると，予測したように「勉強が忙しい」が高い値を示したが，「手伝ってもらう程の仕事がない」も同程度に高く，「かえって手間がかかる」を合わせると30%余となり，児に手伝わせようという意欲が母親に欠けているように見られる。小数例ではあるが「頼んでもしてくれない」があったのは残念であった。

食事や栄養に関する話し合い（表9）には80.6%の母親が肯定の答をしており，何れもそれに興味を示している。話し合いをしないグループでは，母親乃至児がその問題に興味を持たないのが主な理由であった。

家族が食卓を共にするよう心がけている母親（表10）は83.2%で，その半数近くがそれを当然のこととして日常生活の中に自然に組入れているのは思想の健全さを示すものと言えよう。共食を心がけていない場合の理由の大部分は「共食することが時間的に無理」「それぞれの都合にあわせる」等，現代家庭のライフスタイル，個の尊重を代弁しているようにみえる。

表7　間食の与え方

	実数	比率
親が用意する	394 人	74.9 %
時間を決めて与える	194	49.2
欲しがった時に与える	135	34.3
時間は不定，回数決めて	40	10.2
親が用意しない	132	25.1
自分で買って食べる	56	42.4
家にあるものを勝手に食べる	73	55.3

表8　食事に関する手伝い

	実数	比率
手伝いをさせている	495 人	89.0 %
喜んでする	128	25.9
当然のこととして手伝う	91	18.4
頼めばする	247	49.9
内容 買物	217	43.8
内容 食事の仕度	264	53.3
内容 調理	103	20.8
内容 後仕末	304	61.4
手伝いをさせていない	61	11.0
勉強が忙しい	15	24.6
かえって手間がかかる	4	6.6
手伝ってもらう程の仕事がない	15	24.6
頼んでもしてくれない	7	11.5

表9　食事や栄養に関する話し合い

	実数	比率
話し合いをする	432 人	80.6 %
食事に興味があるから	94	21.8
関心を持たせたいから	270	62.5
話し合うことが楽しい	87	20.1
話し合いをしない	104	19.4
あまり関心がない	34	32.7
忙しいから	19	18.3
話しても子供が興味なし	13	12.5

表10　家族の共食

	実数	比率
共食を心がけている	460 人	83.2 %
家族のつながりを強める	164	35.7
子供の状態をみるのに必要	62	13.5
一緒に食べると楽しい	131	28.5
能率がよいから	13	2.8
当然と思う	210	45.7
共食を心がけていない	93	16.8
時間的に無理	85	93.4
それぞれの都合にあわせる	6	6.6

家族の食事作りに対する配慮をみると（表11）「健康や栄養を考える」が73.7％を占めているが「家族の好み」を第一とする者も25.0％にみられた。これは食事を楽しいものにするために重要な考慮であろう。「手間のかからぬもの」は7名に過ぎなかったが，この中，3名までを専業主婦が占めていたのは意外であった。

表11　家族の食事作りに対する配慮

	実数	比率
健康・栄養に役立つもの	397人	73.7%
家族の好みを考える	135	25.0
手間のかからぬもの	7	1.3

(3)　母親の職業からみた健康増進策，食生活に対する配慮

母親の職業を専業主婦，常勤，パート，内職，家業，農業の6種に分けて調査したが，児との関係をみると常勤とパートは外勤として，また，内職，家業，農業は内勤としてそれぞれ類似の傾向を示すので，職業を専業主婦，外勤，内勤の3群に再分類して検討した。

表12に示したように児に対し何らかの健康増進策をとらせている母親は専業主婦の場合最高で57.1％，次いで内勤の40.4％，外勤は更にその半分になる。興味深いことに児が自主的にやっている例はこの逆の順序になっている。しかし，受動態にしろ，能動態にしろ増進策をとっている児は専業主婦，内勤，外勤の順になった。させようとしてもしない，続かないが専業主婦の場合，他にくらべて多いのは過保護の反動であろうか。また，健康法としてとられていた方法は専業主婦の場合，食事が最高，次いで睡眠と規則的生活，外勤の場合はスポーツ，睡眠，食事，内勤の場合はスポーツ，食事，規則的生活の順で，職業によると思われる差異はあまり認められなかったが，外勤で食事の注意が他に比べてかなり低いのが気にかかる。

健康のための配慮としては三群とも70％近くが規則的な生活習慣を挙げており，食事や睡眠は10％を上下していたにすぎない。食事作りの配慮では（表13），これも

表12　母親の職業からみた健康増進策

		専業主婦		外勤		内勤	
		実数	比率	実数	比率	実数	比率
健康増進	させていない	82人	28.4%	61人	50.0%	40人	40.4%
	させている	165	57.1	27	22.1	40	40.4
	自主的にしている	27	9.3	30	24.6	15	15.2
	させようとしてもしない	5	1.7	−	−	3	3.0
	続かない	7	2.4	3	2.5	−	−
	その他	3	1.0	1	0.8	1	1.0
健康法	規則的な生活	100	48.3	13	21.3	24	38.7
	スポーツ	92	44.4	33	54.1	28	45.2
	食事に注意	131	63.3	18	29.5	25	40.3
	十分な睡眠	101	48.8	20	62.8	18	29.0
	クスリ	13	6.3	2	3.3	3	4.8
	その他	8	3.9	2	3.3	2	3.2
健康のための配慮	規則的な生活習慣	195	68.2	83	67.7	64	69.6
	食事に配慮	44	15.4	12	10.1	13	14.1
	十分な睡眠	35	12.2	9	7.6	7	7.6
	体力づくり	11	3.8	14	11.8	8	8.7
	その他	1	0.3	1	0.8	−	−

表13　母親の職業からみた食事作りの配慮

	専業主婦		外勤		内勤	
	実数	比率	実数	比率	実数	比率
健康・栄養に役立つもの	222 人	75.0 %	78 人	64.5 %	70 人	72.2 %
家族の好みを考える	69	23.3	39	32.2	24	24.7
手間がかからぬもの	3	1.0	3	2.5	0	0
その他	2	0.7	1	0.8	3	3.1

表14　欠食，孤食及び残食と母親の職業との関係

		専業主婦		外勤		内勤	
		実数	比率	実数	比率	実数	比率
欠食及び欠食時の親の対処	しない	267 人	90.2 %	98 人	79.7 %	91 人	89.2 %
	することがある	29	9.8	25	20.3	11	10.8
	食べさせるよう努力する	19	67.9	16	76.2	6	60.0
	放っておく	9	32.1	5	23.8	4	40.0
	注意してもきかない	4	44.4	1	20.0	0	0
	親も欠食するから	1	11.1	1	20.0	0	0
	本人にまかせてある	6	66.7	5	100.0	1	25.0
	その他	1	11.1	1	20.0	3	75.0
孤食	朝食時　孤食しない	135	45.6	96	80.0	59	60.8
	朝食時　孤食する	161	54.4	24	20.0	38	39.2
	夕食時　孤食しない	273	92.5	107	89.2	90	91.8
	夕食時　孤食する	22	7.5	13	10.8	8	8.2
残食及び残食時の親の対処	しない	216	73.0	80	65.0	67	65.0
	食欲があるから	88	40.7	28	35.0	21	31.3
	残さぬよう躾てある	79	36.6	21	26.3	23	34.3
	その他	8	3.7	2	2.5	1	1.5
	する	80	27.0	43	35.0	36	35.0
	食べるようすすめる	64	80.0	35	81.4	29	80.6
	無理にもすすめる	10	12.5	2	4.7	3	8.3
	放っておく	6	7.5	4	9.3	3	8.3
	その他	3	3.8	3	7.0	2	5.6

3群とも「健康・栄養に役立つもの」が70%前後で最高位にあげられているが，中では外勤群がやや低く，代りに家族の嗜好が他よりやや高くなっている。少数例ながら，手間のかからぬものが外勤にみられたのはうなずけるが，専業主婦の場合のはどう解釈すべきであろう。

さらに児の欠食，孤食，残食，間食，食事・栄養に関する話し合い，共食などと母親の職業との関係をみると（表14～18），欠食しない者は専業主婦と内勤が90%前後，外勤はややおちる。夕食の孤食率は三者間に差異は殆んどみられないが，朝食における孤食率は専業主婦，内勤及び外勤の順に高い。これは外勤の母親が共食を心がけていることによるのか，或いは規則的な生活リズムによるものなのかは明らかでない。残食のないのが専業主婦に高く，内勤と外勤がこれよりやや低い。「間食を用意する」と「食事・栄養に関する話し合いをする」は共に専業主婦，内勤，外勤の順に高く，「手伝いをさせている」は「共食を心がける」と共に三群，ほぼ近似の高い値を示した。

表15　間食の与え方と母親の職業との関係

	専業主婦		外勤		内勤	
	実数	比率	実数	比率	実数	比率
親が用意する	254 人	90.4 %	58 人	50.4 %	66 人	68.0 %
時間を決めて与える	153	60.2	13	22.4	22	33.3
欲しがった時に与える	70	27.6	30	51.7	32	48.5
時間は不定，回数決めて	21	8.3	7	12.1	8	12.1
親が用意しない	27	9.6	57	49.6	31	32.0
自分で買って食べる	13	48.1	21	36.8	17	54.8
家にあるものを勝手に食べる	16	59.3	32	56.1	16	51.6

表16　食事に関する手伝いと母親の職業との関係

	専業主婦		外勤		内勤	
	実数	比率	実数	比率	実数	比率
手伝いをさせている	261 人	88.2 %	107 人	86.3 %	95 人	94.1 %
喜んでする	69	26.4	21	19.6	27	28.4
当然のこととして手伝う	47	18.0	26	24.3	12	12.6
頼めばする	130	49.8	56	52.3	52	54.7
内容 買物	132	50.6	35	32.7	37	38.9
内容 食事の仕度	150	57.5	44	41.1	55	57.9
内容 調理	46	17.6	21	19.6	27	28.4
内容 後仕末	159	60.9	71	66.3	55	57.9
手伝いをさせていない	35	11.8	17	13.7	6	5.9
勉強が忙しい	10	28.6	4	23.5	1	16.7
かえって手間がかかる	2	5.7	2	11.8	0	0
手伝ってもらう程の仕事がない	6	17.1	6	35.3	2	33.3
頼んでもしてくれない	2	5.7	2	11.8	2	33.3
その他	11	31.4	3	17.6	2	33.3

表17　食事・栄養に関する話し合いと母親の職業との関係

	専業主婦		外勤		内勤	
	実数	比率	実数	比率	実数	比率
話し合いをする	263 人	89.3 %	79 人	66.9 %	70 人	74.5 %
食事に興味があるから	59	22.4	10	12.7	17	24.3
関心を持たせたいから	162	61.6	53	67.1	45	64.3
話し合うことが楽しい	57	21.7	14	17.7	13	18.6
話し合いをしない	30	10.2	39	33.1	24	25.5
あまり関心がない	14	46.7	12	30.8	8	33.3
忙しいから	1	3.3	11	28.0	7	29.2
話しても子供が興味なし	4	13.3	4	10.3	3	12.5

表18　共食に対する心がけと母親の職業との関係

	専業主婦		外勤		内勤	
	実数	比率	実数	比率	実数	比率
心がけている	245 人	83.3 %	102 人	83.6 %	81 人	80.2 %
家族のつながりを強める	89	36.3	34	33.3	28	34.6
子供の状態をみるのに必要	27	11.0	15	14.7	14	17.3
一緒に食べると楽しい	72	29.4	33	32.4	14	17.3
能率がよいから	7	2.9	3	2.9	3	3.7
当然と思う	107	43.7	55	53.9	35	43.2
心がけていない	49	16.7	20	16.4	20	19.8
時間的に無理	47	94.0	16	80.0	19	95.0
それぞれの都合にあわせる	3	6.0	2	10.0	1	5.0

これらのことから母親が専業主婦の場合は児の健康管理，食事に関する躾などの点で他の二群に比べやや好ましい傾向が伺えたが，児に対する過関心と思われる例，逆に無関心と思われる例もないではなかった。外勤の場合，児に対する手のかけ方が多少稀薄になるのは当然であろう。しかし，これは必ずしも demerit ばかりとは言えない。健康増進策などの例にみられるように，むしろ子の自主性を育てるのに役立っているように思われる。それに多分必要性から「児の規則的生活習慣」「児に手伝いをさせる」「児との共食」などは他群同様，高い比率を示した。内勤の場合には専業主婦と外勤との中間の値を示すものが多かった。母親の家にいる時間が長いからではないだろうか。

(4)　母親の年齢，同胞数からみた健康増進策，食生活に対する配慮

母親の年齢は30歳代と40歳代に集中しているので，この両年齢層の育児態度を比較した（表19～25）。

健康増進，健康法，健康のための配慮，残食及び残食しない理由，手伝い，共食などには両者間の差があまりみられなかったが，欠食，残食に対する対処の仕方，間食の用意やその与え方，食事・栄養に関する話し合い，食事作りの配慮などの点では，30歳代よりも40歳代に多少，育児意識の高いような傾向がみられた。一方，手伝いをさせてくれない理由として「勉強が忙しい」「頼んでもしてくれない」が40歳代に多く「手伝ってもらうほどの仕事がない」が30歳代に多かった。これらが，母親が育った時代の影響であるのか，或いは年齢と共に育児に対する意識が変化するのかは明らかでない。

表19　母親の年齢からみた健康増進策

		30歳代		40歳代	
		実数	比率	実数	比率
健康増進	させていない	130人	37.4%	60人	34.5%
	させている	153	44.0	84	48.3
	自主的にしている	51	14.7	21	12.1
	させようとしてもしない	5	1.4	3	1.7
	続かない	5	1.4	5	2.9
	その他	4	1.1	1	0.6
健康法	規則的な生活	93	42.1	50	42.7
	スポーツ	102	46.2	52	44.4
	食事に注意	114	51.6	65	55.6
	十分な睡眠	93	42.1	49	41.9
	クスリ	12	5.4	6	5.1
	その他	8	3.6	5	4.3
健康のための配慮	規則的な生活習慣	226	67.5	119	69.2
	食事に配慮	48	14.3	23	13.4
	十分な睡眠	33	9.9	19	11.0
	体力づくり	27	8.1	10	5.8
	その他	1	0.3	1	0.6

表21　間食の与え方と母親の年齢との関係

	30歳代		40歳代	
	実数	比率	実数	比率
親が用意する	247人	74.0%	136人	80.8%
時間を決めて与える	115	46.6	75	55.1
欲しがった時に与える	86	34.8	46	33.8
時間は不定・回数を決めて	28	11.3	11	8.1
親が用意しない	87	26.0	34	19.2
自分で買って食べる	37	42.5	15	44.1
家にあるものを勝手に食べる	48	55.2	19	55.9

表22　食事・栄養に関する話し合いと母親の年齢との関係

	30歳代		40歳代	
	実数	比率	実数	比率
話し合いをする	271人	78.8%	147人	85.0%
食事に興味があるから	54	19.9	35	23.8
関心を持たせたいから	178	65.7	85	57.8
話し合うことが楽しい	58	21.4	28	19.0
話し合いをしない	73	21.2	26	15.0
あまり関心がない	25	34.2	9	34.6
忙しいから	17	23.3	2	7.7
話しても子供が興味なし	12	16.4	1	2.8

表20　欠食，孤食及び残食と母親の年齢との関係

		30歳代		40歳代	
		実数	比率	実数	比率
欠食及び欠食時の親の対処	しない	305人	86.2%	164人	91.1%
	することがある	49	13.8	16	8.9
	食べさせるよう努力する	27	62.8	13	81.3
	放っておく	16	37.2	3	18.7
	注意してもきかない	4	25.0	1	33.3
	親も欠食するから	2	12.5	0	0
	本人にまかせてある	11	68.8	2	66.6
	その他	4	25.0	1	33.3
孤食	朝食時　孤食しない	206	59.2	142	63.4
	朝食時　孤食する	142	40.8	82	36.6
	夕食時　孤食しない	318	91.6	166	91.2
	夕食時　孤食する	29	8.4	16	8.8
残食及び残食時の親の対処	しない	244	68.9	128	70.7
	食欲があるから	90	36.9	46	35.9
	残さぬよう頑てある	88	36.1	38	29.7
	その他	6	2.5	6	4.7
	する	110	31.1	53	29.3
	食べるようにする	85	77.3	47	88.7
	無理にもすすめる	13	11.7	3	5.7
	放っておく	10	9.1	2	3.8
	その他	5	4.5	3	5.7

表23　食事に関する手伝いと母親の年齢との関係

		30歳代		40歳代	
		実数	比率	実数	比率
手伝いをさせている		307人	87.2%	166人	92.2%
	喜んでする	73	23.8	45	27.1
	当然のこととして手伝う	61	19.9	27	16.3
	頼めばする	157	51.1	83	50.0
内容	買物	129	42.0	82	49.4
	食事の仕度	166	54.1	90	54.2
	調理	67	21.8	30	18.1
	後仕末	188	61.2	102	61.4
手伝いをさせていない		45	12.8	14	7.8
	勉強が忙しい	9	20.0	5	35.7
	かえって手間がかかる	4	8.9	0	0
	手伝ってもらう程の仕事がない	13	28.9	2	14.3
	頼んでもしてくれない	4	8.9	3	21.4
	その他	13	28.9	5	35.7

表24　共食に対する心がけと母親の年齢との関係

	30 歳 代		40 歳 代	
	実 数	比 率	実 数	比 率
心がけている	293 人	83.2 %	152 人	83.1 %
家族のつながりを強める	57	19.4	23	15.1
子供の状態をみるのに必要	2	0.7	4	2.6
一緒に食べると楽しい	1	0.3	2	1.3
能率がよいから	2	0.7	0	0
当然と思う	290	99.0	152	100.0
心がけていない	59	16.8	31	16.9
時間的に無理	58	98.3	24	71.0
それぞれの都合にあわせる	2	3.4	4	12.9

表25　母親の年齢からみた食事作りの配慮

	30 歳 代		40 歳 代	
	実 数	比 率	実 数	比 率
健康・栄養に役立つもの	248 人	71.1 %	133 人	75.1 %
家族の好みを考える	91	26.1	40	23.1
手間がかからぬもの	5	1.4	1	0.6
その他	5	1.4	2	1.2

さらに同胞数が子の健康や食生活に対する母親の態度とどう係わるかについて，同胞数を1人子と2人以上とに分けて検討した（表26～32）。

健康増進のために子に何かをさせている母親は1人子の場合，半数を越えるが，2人以上の場合は半数を割っている。他方，児が「自主的にしている」は2人以上にやや多く，児の積極性が伺われる。また，「させようとしてもしない」「続かない」が1人子に殆どみられないのは，母の目がよく届くことを示すものであろうか。

とられている健康法で2人以上より1人子に高率なものは規則的生活，食事，睡眠，薬，逆に2人以上に多いのはスポーツで，2人以上の場合はより活動的なのであろうか。1人子と2人以上とでほぼ類似の傾向を示す項目は，欠食や残食の比率，これらに対する母親の対処の仕方，手伝いに対する児の反応など，また，食事・栄養についての話し合い，間食の用意や規則性，手伝いをさせないなどは僅かながら1人子に多かった。一方，欠食をした時に「注意してもきかない」は1人子に多く，「放任」は2人以上に多く，手伝わない理由として「かえって手がかかる」「手伝ってもらう程の仕事がない」は1人子に，「頼んでもしてくれない」「その他」は2人以上に多い傾向がみられたが，これらは何れにしても例数が極めて少ないので，必ずしも同胞数の違いによるとみる

表26　同胞数と健康増進策

		1 人		2 人 ～	
		実 数	比 率	実 数	比 率
健康増進	させていない	21 人	31.3 %	175 人	36.8 %
	させている	36	53.7	209	43.9
	自主的にしている	7	10.4	71	14.9
	させようとしてもしない	−	−	8	1.7
	続かない	1	1.5	9	1.9
	その他	2	3.0	4	0.8
健康法	規則的な生活	27	55.1	117	38.2
	スポーツ	19	38.8	142	46.4
	食事に注意	33	67.3	154	50.3
	十分な睡眠	27	55.1	121	39.5
	クスリ	5	10.2	14	4.6
	その他	1	2.0	12	3.9
健康のための配慮	規則的な生活習慣	49	73.1	307	66.7
	食事に配慮	11	16.4	65	14.1
	十分な睡眠	5	7.5	50	10.9
	体力づくり	1	1.5	37	8.0
	その他	1	1.5	1	0.2

表27　同胞数と欠食，孤食及び残食の関係

		1 人		2 人 ～	
		実 数	比 率	実 数	比 率
欠食及び欠食時の親の対処	しない	58 人	84.1 %	429 人	88.3 %
	することがある	11	15.9	57	11.7
	食べさせるよう努力する	7	63.6	36	67.9
	放っておく	4	36.4	17	32.1
	注意してもきかない	2	40.0	4	17.4
	親も欠食するから	1	20.0	1	4.3
	本人にまかせてある	1	20.0	12	52.2
	その他	1	20.0	6	26.1
孤食	朝食時 孤食しない	41	60.3	277	57.1
	朝食時 孤食する	27	39.7	208	42.9
	夕食時 孤食しない	63	92.6	438	90.5
	夕食時 孤食する	5	7.4	46	9.5
残食及び残食時の親の対処	しない	45	65.2	339	67.5
	食欲があるから	16	45.7	123	50.0
	残さぬよう躾てある	15	42.9	114	46.3
	その他	4	11.4	9	3.7
	する	24	34.8	149	30.5
	食べるようすすめる	17	70.8	123	79.9
	無理にすすめる	2	8.3	15	9.7
	放っておく	2	8.3	11	7.1
	その他	3	12.5	5	3.2

表28　間食の与え方と同胞数の関係

	1　人		2　人　～	
	実数	比率	実数	比率
親が用意する	54 人	81.8 %	340 人	74.1 %
時間を決めて与える	29	53.7	165	48.5
欲しがった時に与える	20	37.0	115	33.8
時間は不定・回数決めて	1	1.9	39	11.5
親が用意しない	12	18.2	119	25.9
自分で買って食べる	6	50.0	49	41.2
家にある物を勝手に食べる	10	83.3	63	52.9

表29　食事に関する手伝いと同胞数との関係

	1　人		2　人　～	
	実数	比率	実数	比率
手伝いをさせている	57 人	82.6 %	438 人	90.1 %
喜んでする	16	28.1	112	25.6
当然のこととして手伝う	11	19.3	80	18.3
頼めばする	28	49.1	219	50.0
内容 買物	27	47.4	190	43.4
内容 食事の仕度	33	57.9	261	52.7
内容 調理	8	14.0	95	21.7
内容 後仕末	29	50.9	275	62.8
手伝いをさせていない	12	17.4	48	9.9
勉強が忙しい	3	25.0	12	25.0
かえって手間がかかる	3	25.0	1	2.1
手伝ってもらう程の仕事がない	4	33.3	10	20.8
頼んでもしてくれない	−	−	7	14.6
その他	1	8.3	17	35.4

表30　食事・栄養に関する話し合いと同胞数の関係

	1　人		2　人　～	
	実数	比率	実数	比率
話し合いをする	56 人	81.2 %	276 人	75.4 %
食事に興味があるから	25	44.6	69	25.0
関心を持たせたいから	32	57.1	238	86.2
話し合うことが楽しい	14	25.0	73	26.4
話し合いをしない	13	18.8	90	24.6
あまり関心がない	3	23.1	31	34.4
忙しいから	2	15.4	16	17.8
話しても子供が興味なし	1	7.7	12	13.3

表31　共食に対する母親の心がけと同胞数との関係

	1　人		2　人　～	
	実数	比率	実数	比率
心がけている	51 人	75.0 %	409 人	84.5 %
家族のつながりを強める	17	33.3	147	35.9
子供の状態をみるのに必要	5	9.8	57	13.9
一緒に食べると楽しい	17	33.3	114	27.9
能率がよいから	−	−	13	3.2
当然と思う	26	51.0	180	44.0
心がけていない	17	25.0	75	15.5
時間的に無理	15	88.2	69	92.0
それぞれの都合にあわせる	2	11.8	4	5.3

表32　家族の食事作りに対する配慮と同胞数との関係

	1　人		2　人　～	
	実数	比率	実数	比率
健康・栄養に役立つもの	49 人	74.2 %	347 人	72.4 %
家族の好みを考える	17	25.8	118	24.6
手間がかからぬもの	−	−	7	1.5
その他	−	−	7	1.5

ことには疑義がもたれる。しかし，手伝いの内容として「調理」や「後仕末」が2人以上群に高率だったことは，家族数の多少が食生活の上で子の行動に何らかの好ましい規制を加えることを示唆するものではあるまいか。

2.　母親からみた児の健康・食生活と児の実態

(1)　児の健康状態，健康増進に対する配慮及び手段

児の健康状態，健康増進に対する配慮及び手段を母親及び児からの回答を対比させながら観察してみた(表33)。母親が児の健康状態を「丈夫」と評価している者は約¼で約⅔の者は「ふつう」であると言う。これに対し，子ども自身による評価をみると「丈夫」または「丈夫でない」と答えている者の割合は母親の回答よりも幾分高い。前報[5]で報告したように，今回調査対象となった女児の約87%の者が丈夫及びふつうであると答えているにも拘らず，全体の約¾の者は何らかの不定愁訴を持っており，全くない者は¼に過ぎず，平均1人当り3種類の不愁訴を持っていた。そこで不定愁訴数と母親の児に対する健康評価の結果を対比させてみた。不定愁訴無の者を「丈夫」，愁訴数1～4種有する者を「ふつう」，5種以上有する者を「丈夫でない」としてみると，不定愁訴無の者が24.8%，1～4種の者が61.3%，5種以上の者，13.9%となり，不定愁訴数の視点から観察してみると，母親の児に対する健康評価結果とかなり近似しており，今回

の調査対象となった母親は，児の健康状態をかなり客観的に把握していると言えよう。さらに健康増進に対する配慮及びその手段をみると，健康増進をさせていない（していない）者は母・児側共に40%で一致しており，また，健康増進に対する手段も両者ほぼ同傾向を示し，「食事に注意する」「スポーツを心がける」がほぼ等割合であった。以上は母親と児の単純集計の結果を比較したものであるが，さらに，児の健康状態，健康増進及び手段についてクロス集計を試みた。その結果を表34～36に示す。

母親が児の健康状態を「丈夫」乃至「ふつう」と評価した場合，児自身による健康評価と一致したのは約60%であるが，「丈夫でない」場合については両者間の一致は42%程度で，多少のずれがみられた。健康増進への配慮をみると，母親が健康増進をさせていて児もしていると答えた者が64.3%，母親の「させていない」に対し

表33　母親からみた児の健康状態・健康増進に対する配慮及び手段と子供の実態

		母親の回答		児の回答	
		実数	比率	実数	比率
健康状態	丈夫	136人	24.3%	195人	35.3%
	ふつう	285	68.9	287	52.0
	丈夫でない	38	6.8	70	12.7
健康増進の配慮	させていない(していない(1))	197	36.6 (40.0)(2)	217	40.0
	させている(している)	245	45.5	326	60.0
	本人が自主的にしている	78	14.5	－	－
	させようとしてもしない	8	1.5	－	－
	続かない	10	1.9	－	－
手段	規則的な生活	144	44.6	52	16.0
	スポーツ	161	49.8	160	49.1
	食事に注意	187	57.9	161	49.4
	十分な睡眠	148	45.8	－	－
	薬を使用	19	5.9	－	－

注 (1)（　）内は子供に対する設問
(2)"させようとしてもしない""続かない"を含む

表34　母親からみた児の健康状態と児の回答

		子供の回答					
		丈夫		ふつう		丈夫でない（もっと丈夫になりたい）	
		実数	比率	実数	比率	実数	比率
母親の回答	非常に健康	84人	63.2%	46人	34.6%	3人	1.2%
	ふつう	106	28.0	29	60.6	43	11.4
	時々病気をした／よく病気をした	4	16.6	10	41.7	10	41.7

表35　健康増進への配慮に対する母親と児の回答

		子供の回答			
		している		していない	
		実数	比率	実数	比率
母親の回答	させている	202人	64.3%	112人	35.7%
	させていない	114	55.3	92	44.7

表36　健康増進の手段に対する母親と児の回答

		子供の回答					
		規則的な生活		スポーツ		食事に注意	
		実数	比率	実数	比率	実数	比率
母親の回答	規則的な生活	18人	15.2%	49人	41.5%	51人	43.2%
	スポーツ	17	12.2	84	60.4	38	27.3
	食事に注意	23	15.2	58	38.4	70	46.3
	十分な睡眠	24	20.0	42	35.0	54	45.0
	薬を使用	1	7.6	6	46.2	6	46.2

本人の「している」は約半数。これは本人が自主的にしていると解すべきであろう。健康増進の手段として母親，児の一致率の最も高かったのはスポーツで，60.4%，次いで「食事に注意する」の46.3%であった。規則的な生活で一致率が著しく低かったのは，規則的生活に対する母と児の概念の差異が一部関係しているのではあるまいか。

(2)　児の欠食，孤食，間食の与え方，食事に関する手伝い，食教育及び共食

表37に母親と児側の回答を示す。

欠食状況をみると「欠食する」と答えた者は母親の回答で87.6%，児で86.9%と両者間に一致をみており，また，夕食における孤食率も母親，児とも同比率を示している。しかし，朝食では「孤食する」と回答した者は母親において42.5%，児側で23.4%と開きが観察された。夕食の孤食に比べ朝食における孤食はたとえ家族が共食していなくても，子どもにとっては孤食の感覚が多少うすらぐのであろうか。欠食，孤食についてのクロス集計の結果をみると，（表38）児が欠食しない場合にはその92.6%の母親も同じような考え方をしているが，「欠食する」場合についての母児回答の一致率は50.7%に止った。一方，朝食及び夕食における孤食をみると，母親，児共に両者「孤食しない」という者はそれぞれ82.5%，98.3%，「孤食する」場合，母親と児の一致率はそれぞれ30.9%及び48.9%で，「孤食しない」場合に比べ低率となる。また，単純集計結果の組合せと同様に，夕食時に比べ朝食時において「孤食する」「孤食しない」いずれ

の場合も母親と児の回答の一致率が低いのは，朝食時には夕食時よりも児に対する母親の注意がゆき届きにくいせいであろうか。

間食，特に間食を用意する人について母親と児の単純集計の回答をみると，母・父あるいは家族の者が用意すると答えた割合は児側の回答よりも母側に高く，逆に間食を子供自身が用意すると答えた割合は母側より児側に高い。母及び児のクロス集計の結果をみると，「母・父あるいは家族の者が用意する」という場合，母と児の回答の一致率は76.7%と高率であるが，「子供自身で用意する」についての両者の一致率は57.9%と低くなる。

さらに食事に関する手伝について，母側及び児側の回答をみると「手伝いをする（させる）」ではそれぞれ89.0%及び84.0%，「手伝いをしない（させない）」も11.0%16.0%で両者近値を示している。しかし，手伝いをしない理由をみると，「母親が全部する」「手伝いは嫌い」とする割合は児側に高く，また，「手伝よりも勉強を」とする割合は母側に高かった。母及び児のクロス集計結果をみると母親が児に対して手伝いをさせる姿勢を持ち，

表37　母親からみた児の欠食，孤食，間食，手伝い，食教育及び共食と児側からの回答

			母親の回答		児の回答	
			実数	比率	実数	比率
欠食	欠食しない		487人	87.6%	486人	86.9%
	欠食する		69	12.4	73	13.1
孤食	朝食	孤食しない	318	57.5	426	76.6
		孤食する	235	42.5	130	23.4
	夕食	孤食しない	501	90.6	503	90.6
		孤食する	52	9.4	52	9.4
間食用意の	母・父・家族の者		394	74.9	413	68.2
	自分で用意する		132	25.1	193	31.8
手伝い	手伝いをする		495	89.0	463	84.0
	手伝いをしない		61	11.0	88	16.0
	理由	母親が全部する	15	24.6	34	38.6
		時間がない	−	−	26	29.5
		手伝いより勉強を	15	24.6	15	17.0
		手伝いは嫌い	7	11.5	22	25.0
		手伝いをさせてくれない	4	6.6	2	2.3
食教育	話し合いをする		432	80.6	365	79.3
	話し合いをしない		104	19.4	93	20.7
共食	心がけている		460	83.2	426	76.6
	心がけていない		93	16.8	130	23.4

表38　欠食，孤食，間食，手伝い，食教育及び共食に対する母と児の回答

			子供の回答			
			肯定的態度		否定的態度	
			実数	比率	実数	比率
母親の回答	欠食	欠食しない	450人	92.6%	36人	7.4%
		欠食する	33	49.3	34	50.7
	孤食	朝食 孤食しない	260	82.5	55	17.5
		朝食 孤食する	161	69.1	72	30.9
		夕食 孤食しない	453	98.3	8	1.7
		夕食 孤食する	44	51.2	42	48.9
	間食	母・父・家族の者が用意	333	76.7	101	23.3
		子供自身で用意	56	42.1	77	57.9
	手伝い	手伝いをする	430	88.7	55	11.3
		手伝いをしない	28	46.7	32	53.3
	食教育	話し合いをする	284	80.9	67	19.1
		話し合いをしない	68	79.1	18	20.1
	共食	朝食 共食する	350	76.9	105	23.1
		朝食 共食しない	67	72.8	25	27.2
		夕食 共食する	416	91.4	39	8.6
		夕食 共食しない	78	85.7	13	14.3

児も手伝っていると思う者は88.7%，母親が手伝いをさせず，児もしていないと思う者は53.3%であった。

食教育については母親に対しては「日頃，子供と食事・栄養のことなどについて話し合うか」，また，児に対しては「外で買って食べたものを親に報告する」という視点から調査し，その結果を比較した。先ず，母側，児側の単純集計からみると，「話し合いをする」又は「しない」共に両者ほぼ一致を示している。一方，クロス集計の成績をみると，「話し合いをする」については母と児の高い一致率をみたが，「話し合いをしない」についての一致率は著しく低かった。「共食に対する心がけ」をみても，食教育に関する結果とほぼ同傾向を示している。

以上から母親が児に対して欠食や孤食をさせず，間食を自から用意し，食事に関する手伝いや話し合い，共食を心がけている場合，その76.9〜98.3%は児と一致した回答をしており，母と児の間にかなり共通した食生活認識が確立していることが伺える。しかし，これらの項目に否定的な答をしている母親の場合は，児の回答の一致は高くとも50%，低い場合は14%にまで落ちており，食生活における母と子の認識にかなりの落差のあることを伺わせる。このような否定的な態度を示す母親の背景を今後観察する必要があろう。

3. 食生活に対する母親の姿勢と児の食態度との関係

前報で既に述べたように，児の朝食時における欠食，夕食時における孤食や夜食の摂取は児の不定愁訴の発症と深く関っていた。そこで，本報においてはさらに母親の食生活に対する態度が児の欠食，孤食，間食の買い食い及び夜食の摂取とどのような関係にあるかを観察した。その結果を表39に示す。

既出の表7，8，9，10，11に示したように74～89%の母親は間食の与え方，食事に関する手伝い，食事・栄養に関する話し合い，供食及び家族の食事に対する配慮に対して積極的姿勢を示していた。

食事・栄養に関する話し合いを心がける母親の児では欠食や間食の買い食いをする，夜食を摂取する割合は心がけていない母親の児よりも低く，殊に欠食に関して有意差が認められた。（$p < 0.001$）

供食を心がける母親に比べ，心がけない母親の児では当然のことながら「欠食する」「孤食する」割合が高く，また，夜食を摂取する者の割合も高い。食事の手伝いに対する母親の姿勢と児の食態度との間に顕著な差はみられなかったが，間食を子ども自身が用意する場合は母親が用意する者に比べ，また，家族の食事調製に際し，家族の嗜好を重視する者は，健康や栄養を考える母親に比べ，前者では欠食，買い食い，夜食を摂る者の割合が高く，後者においても同様に欠食，買い食い，夜食を摂る者の割合が高かった。

さらにこれらの項目に対する母親の態度と買い食い時の金額及び夜食摂取時の食物の種類との関連ずけを試みた。その結果，特に食事・栄養に関する話し合いをしない者，家族の食事調整を家族の嗜好に重点をおく母親の児では，1回の買い食いに使う金額が100円未満の者が少く，200円以上の占める割合が高かった。さらに，夜食に摂取する食品についてみると，食事・栄養に関する話し合い，共食，手伝い，間食の用意及び家族の食事作りに対し，消極的姿勢をとる母親の児は積極的姿勢の場合よりも牛乳・果物の摂取割合が少なく，ジュース，菓子類の摂取の多い傾向が観察された。

4. 食生活における母親の姿勢と児の健康との関係

私達は前報[5]において児の健康度を「丈夫」「ふつう」「丈夫でない」「丈夫になりたい」の四段階に分け，不定愁訴数との関係を調べ，健康状態が低下するにつれ，不定愁訴数無の者が減少し，愁訴数5種以上の者の割合が有意に多くなることを観察した。そこで今回は児自身による児の健康度と母親の食生活に対する姿勢との関連ずけを試みた。

表40からも明らかなように，母親が「食事・栄養に関する話し合い」や「共食」を心がけ，「手伝い」をさせ，「間食を母親が用意する」積極的姿勢の母親では，その子供の健康状態は消極的姿勢の場合より「丈夫」な者の割合が高かった。この中，特に間食の与え方，話し合いに有意性が認められた。

5. 母親及び児双方の態度と児の健康状態との関係

母親の健康増進，間食，共食，食教育に対する姿勢と児の食態度（欠食，孤食，夜食の摂取）が児の健康とどのような関係にあるかを観察した。

先ず，表41，42，43，44に示すように，母親の姿勢を健康増進に対する配慮，間食の与え方，共食の心がけ，食教育の各々について積極的姿勢をもつ母親と消極的姿勢に分け，さらに児の朝食における欠食，朝食及び夕食時における孤食，夜食の摂取に対し，肯定的な態度を示す者と否定的な態度を示す者とに分け，母・児双方の態

表39　食生活に対する母親の姿勢と児の食態度との関係

		欠食しない		欠食する		朝食時に孤食しない		朝食時に孤食する		買い食いしない		買い食いする		夜食を摂取しない		夜食を摂取する	
		実数	比率	実数	比率	実数	比率	実数	比率	実数	比率	実数	比率	実数	比率	実数	比率
話し合い	する	387人	89.8%	44人	10.2%	324人	75.9%	103人	24.1%	313人	73.6%	112人	26.4%	169人	40.0%	253人	60.0%
	しない	80	77.7	23	22.3***	81	78.6	22	21.4	66	63.5	38	36.5	37	36.3	65	63.7
共食	心がける	404	88.2	54	11.8	350	76.9	105	23.1	321	70.7	133	29.3	179	40.4	264	59.6
	心がけない	75	81.5	17	18.5	67	72.8	25	27.2	68	73.9	24	26.1	32	34.8	60	65.2
手伝い	させている	432	87.8	60	12.2	373	76.3	116	23.7	344	70.3	145	29.7	187	38.9	294	61.1
	させていない	51	83.6	10	16.4	47	77.0	14	23.0	48	80.0	12	20.0	25	43.9	32	56.1
間食	用意する	349	89.0	43	11.0	287	73.4	104	26.6	294	75.6	95	24.4	163	42.8	218	57.2
	用意しない	107	81.6	24	18.4	110	84.6	20	15.4	82	63.1	48	36.9	41	32.3	86	67.7
家族の食事	健康・栄養を考える	353	89.4	42	10.6	298	75.6	96	24.4	285	72.9	106	27.1	160	40.9	226	57.8
	家族の嗜好	110	82.1	24	17.9	103	77.4	30	22.6	89	65.9	46	34.1	43	32.3	86	64.7
	手間のかからぬもの	5	71.4	2	28.6	6	85.7	1	14.3	7	100.0	0	0	3	42.9	4	57.1

表40　食生活に対する母親の態度と児の健康状態

		子供の評価による健康状態							
		丈夫		普通		丈夫でない		丈夫になりたい	
		実数	比率	実数	比率	実数	比率	実数	比率
話合い	する	162人	37.6%	214人	49.8%	15人	3.5%	39人	9.1%
	しない	27	26.4*	63	61.8	5	4.9	7	6.9
供食	心がける	166	40.5	227	55.4	17	4.1	41	10.0
	心がけない	28	33.3	53	63.1	3	3.6	8	9.5
手伝い	させている	178	36.4	246	50.5	18	3.7	46	9.4
	させていない	15	25.9	38	65.5	2	3.4	3	5.2
間食	用意する	156	39.9	186	47.6	16	4.1	33	8.4
	用意しない	28	22.0***	83	65.4	4	3.1	12	9.4
食事作り	健康・栄養を考える	140	35.7	2 3	51.8	12	3.1	37	9.4
	家族の嗜好	47	36.2	64	49.2	8	6.2	11	8.5
	手間のかからぬもの	2	28.6	5	71.4	0	0	0	0

* $p < 0.05$，*** $p < 0.001$

表41　母親の健康増進に対する配慮及び児の食態度と児の健康状態との関係

	母親の健康増進に対する態度	児の回答	健康状態			
			丈夫		丈夫でない 丈夫になりたい	
			実数	比率	実数	比率
朝食の欠食	させている	欠食しない	92人	82.1%	20人	17.9%
		欠食する	6	60.0	4	40.0
	させていない	欠食しない	49	67.1	24	32.9
		欠食する	6	46.2	7	53.8
朝食の孤食	させている	孤食しない	77	82.8	16	17.2
		孤食する	21	72.4	8	27.6
	させていない	孤食しない	41	63.1	24	26.9
		孤食する	14	66.7	7	33.3
夕食の孤食	させている	孤食しない	93	82.3	20	17.7
		孤食する	5	55.6	4	44.4
	させていない	孤食しない	49	63.6	28	36.4
		孤食する	6	66.7	3	33.3
夜食の摂取	させている	摂取しない	46	86.8	7	13.2
		摂取する	49	75.4	16	24.6
	させていない	摂取しない	20	74.1	7	25.9
		摂取する	36	61.0	23	39.0

表42　母親の間食に対する態度及び児の食態度と児の健康状態との関係

	母親の間食に対する態度	児の回答	健康状態			
			丈夫		丈夫でない 丈夫になりたい	
			実数	比率	実数	比率
朝食の欠食	母が用意する	欠食しない	143 人	77.3 %	42 人	22.7 %
		欠食する	13	68.4	6	31.6
	母が用意しない	欠食しない	26	74.3	9	25.7
		欠食する	1	12.5	7	87.5
朝食の孤食	母が用意する	孤食しない	116	78.4	32	21.6
		孤食する	38	70.4	16	29.6
	母が用意しない	孤食しない	24	63.2	14	36.8
		孤食する	4	66.7	2	33.3
夕食の孤食	母が用意する	孤食しない	143	77.7	41	22.3
		孤食する	11	61.1	7	38.9
	母が用意しない	孤食しない	25	62.5	15	37.5
		孤食する	3	75.0	1	25.0
夜食の摂取	母が用意する	摂取しない	70	84.3	13	15.7
		摂取する	82	71.9	32	28.1
	母が用意しない	摂取しない	9	60.0	6	40.0
		摂取する	19	65.5	10	34.5

表43　母親の共食に対する態度及び児の食態度と児の健康状態との関係

	母親の共食の心がけに対する態度	児の回答	健康状態			
			丈夫		丈夫でない 丈夫になりたい	
			実数	比率	実数	比率
朝食の欠食	心がける	欠食しない	150 人	76.1 %	47 人	23.9 %
		欠食する	15	60.0	10	40.0
	心がけていない	欠食しない	27	77.1	8	22.9
		欠食する	1	75.0	3	25.0
朝食の孤食	心がける	孤食しない	126	75.4	41	24.6
		孤食する	38	70.4	16	29.6
	心がけていない	孤食しない	22	71.0	9	29.0
		孤食する	6	75.0	2	25.0
夕食の孤食	心がける	孤食しない	151	75.1	50	24.9
		孤食する	14	66.7	7	33.3
	心がけていない	孤食しない	26	33.8	9	66.2
		孤食する	1	33.3	2	66.7
夜食の摂取	心がける	摂取しない	67	77.9	19	22.1
		摂取する	96	73.3	35	26.7
	心がけていない	摂取しない	12	85.7	2	14.3
		摂取する	15	62.5	9	37.5

表44　母親の食教育に対する態度及び児の食態度と児の健康状態との関係

	母親の食教育に対する態度	児の回答	健康状態			
			丈夫		丈夫でない 丈夫になりたい	
			実数	比率	実数	比率
朝食の欠食	話し合いする	欠食しない	149 人	76.4 %	46 人	23.6 %
		欠食する	13	65.0	7	35.0
	話し合いしない	欠食しない	25	78.1	7	21.9
		欠食する	2	28.6	5	71.4
朝食の孤食	話し合いする	孤食しない	123	75.9	39	24.1
		孤食する	37	72.5	14	27.5
	話し合いしない	孤食しない	22	73.3	8	26.7
		孤食する	5	55.6	4	44.4
夕食の孤食	話し合いする	孤食しない	148	76.7	45	23.3
		孤食する	12	60.0	8	40.0
	話し合いしない	孤食しない	24	27.0	11	73.0
		孤食する	3	75.0	1	25.0
夜食の摂取	話し合いする	摂取しない	68	81.0	16	19.0
		摂取する	90	72.6	34	27.4
	話し合いしない	摂取しない	8	66.7	4	33.3
		摂取する	19	70.4	8	29.6

度の組合せをつくり，各組における児の健康状態良否の分布を調べた。

母親がいずれの項目に対しても積極的姿勢を示し，また，児の食態度も肯定的な者は，母親の態度が消極的で，かつ，児も否定的な者に比べ，児の健康状態は「丈夫」な者の割合は高い。既ち，児の健康維持・増進に対しては，母児双方の態度が大きく影響していることが伺えた。

次に，児の食態度が肯定的又は否定的な場合，それに母親の働きかけが如何に関るかを観察した。

児の朝食時における欠食と母親の健康増進，間食，共食，食教育に対する姿勢との関りあいをみると，児が「欠食しない」または「欠食する」いずれの場合においても，母親が健康増進，間食，食教育に対して積極的な者の方が消極的な者に比べ，児が「丈夫」な者の割合が高い。また，朝及び夕食の孤食，夜食の摂取と母親の姿勢との関係をみると，児の態度が肯定的，または否定的いずれの場合においても，母親の健康，食生活に対する積極的姿勢が児の健康に好影響を及ぼしていることが伺えた。

さらに，児の健康に母親，または児のいずれの姿勢がより強く作用するかを検討してみた。即ち，児が欠食，孤食，夜食の摂取に対して肯定的な態度を示し，母親の食生活に対する態度が否定的な場合，また，逆に児の食態度が否定的で，母親の態度が肯定的な場合に分けて児の健康状態を観察してみた。その結果，母親が健康・食生活に消極的姿勢を示していても児が欠食しない場合に比べ，母親が積極的姿勢であっても児が欠食する場合に，児の健康状態は劣っていた。即ち，児の健康には母親の健康・食生活に対する姿勢よりも，児自身が「欠食をしない」という心構えが児の健康に好影響を及ぼしている。しかし，児の孤食，夜食の摂取及び母親の姿勢の良否と児の健康状態との間には何ら一定の傾向はみられず，母，児どちらの姿勢が児の健康により大きく作用するかは見い出すことはできなかった。しかし，前述のように小学5年女児において，その健康維持・増進を計るためには，児の食態度が肯定的，否定的のいずれにおいても母親の働きかけが影響を及ぼしていたことは見逃せ得ない。

今後，さらに，母親が消極的姿勢を示し，児の食態度が否定的な対象者の背景を検討する必要があろう。

Ⅳ　結　論

思春期女子の心身の健全対策樹立の一翼として，昭和61年度には前思春期女児（小学5年）562名を対象に児

の健康と食生態の現状を調査し把握した。この調査と同時にその児の母親を対象に児のよりよい健康・食生活の実現に対する母親の役割を検討し，さらに，母子関係の一端を観察した。

母親の年齢は30歳代が66.3%，40歳以上が33.7%，専業主婦は56.6%，常勤15.8%，パート8.0%，内職・家業及び農業は19.7%であった。

1）間食の与え方，食事に間する手伝い，食事や栄養に関する話し合い，共食に対し，75～89%の母親は積極的な姿勢をとっていた。

2）家族の食事作りに対し，「健康や栄養を考える」者が73.7%，「家族の好み」を第一にする者，25.0%，外勤者に後者の占める割合が高かった。また，「手間のかからぬもの」7名にみられ，この中，3名は専業主婦であった。

3）児に対して健康増進策をとっている母親は専業主婦，内勤，外勤の順に多く，児が自主的にやっている例はこの逆の順であった。健康増進法として専業主婦では食事を重んじており，外勤及び内勤の場合にはスポーツが主位であった。

4）母親の職業と児の欠食，孤食，残食，間食，食事・栄養に関する話し合い，共食との関係をみると，母親が専業主婦の場合には，これら食事に関する鍵の点で外勤・内勤に比べやや好ましい傾向が観察されたが，児に対する過関心や逆に無関心と思われる例もみられた。

5）母親の年齢によって健康増進策，残食率及び残食理由，手伝い，共食に対する心がけなどに差異はみられなかったが，欠食，残食に対する対処法，間食の用意やその与え方，食教育，食事作りに対する配慮などの点では30歳代よりも40歳代に多少，育児意識が高かった。

6）欠食及び孤食率，これに対する母親の対処の仕方，手伝いに対する児の反応と同胞数との間に何ら差異はみられなかったが，食教育，間食の用意や規則性，手伝いをさせないなどは，僅かながら1人子に多かった。

7）母親からみた児の健康と児の実態をみると，母親が児の健康状態を「丈夫」乃至「普通」と評価した場合，児自身による健康評価と一致したのは約60%，「丈夫でない」場合については両者間の一致は42%程度であった。

8）児の食生活及び食態度に対して積極的な姿勢をもつ母親では，その77～98%は児と一致した回答をしており，母児間にかなり共通した食生活認識が確立していたが，これらに対し否定的な答をしている母親の場合にはその一致率は低く，食生活における母と子の認識にかなりの落差が観察された。

9）食教育，共食，食事に関する手伝い及び家族の食事作りに対する母親の姿勢は，児の食態度にかなり大きな影響を及ぼしていた。

10）母親が児の健康増進を心がけ，間食の与え方，食事の手伝い，食教育や共食を心がける積極的姿勢の母親では，その児の健康状態は消極的姿勢の場合よりも良好であった。

11）母親及び児双方の態度と児の健康状態との関係をみると，母親が児の食生活に積極的姿勢を示し，また，児の食態度も肯定的な者は，母親の態度が消極的で，かつ，児も否定的な者に比べ，児の健康状態は良好な者が有意に多かった。また，児の食態度が肯定・否定のいずれの場合においても，母親の児の食生活に対する態度が児の健康に影響を及ぼしていた。しかし，児の健康に母または児のいずれの態度がより強く影響を及ぼしているかは明らかではなかった。

文　献

1）加藤忠明：出生前からの母子相互作用：ペリネイタルケア，5(9)，9～14，1986

2）内藤和美他：出生直後の母子接触に関する調査報告，小児保健研究，46(1)，89～94，1987

3）小林美智子：母子相互作用と母乳哺育，周産期医学，13，2162～2167，1983

4）川井　尚他：乳児期の母子関係と心の健康，厚生省「母子相互作用研究班」，昭和60年度報告

5）水野清子他：前思春期女児の健康と食生活，日本総合愛育研究所紀要，第22集　75～90，1986

Survey on the status of nutrition, dietary life, and poor eating behavior in adolescents and investigation of the measures taken for them.

(2) Health condition of preadolescent girls and the mother child corelation in dietary life

Kiyoko MIZUNO, Yukiko NEGISHI,
Rie HYODO, Hatsuko YAMAMOTO,
Haruko KANAZAWA, Ai YAMAUCHI,
Shizuko MUTO.

As a preliminary step to establish the guide lines on optimal mental and physical health and development of adolescent girls a survey on health and dietary life of 562 preadolescent girls was performed in 1985 and the results were already reported elsewhere. This paper deals with a survey carried out on their mothers at the same time in order to learn the mother's role for attainment of better health and dietary life of her child. We also tried to examine here breafly the mother-child corelation in this point.

The subject mothers were classified temporarily into two age groups of the 30s (66.3 %) and the alove 40 (33.7%) in year and also into three occupation groups of the house wife (HW. 56.6 %), the outside job (OS. 23.8%) consisted of the full time (15.8%) and the part time (8.0%), and the inside job (IS. 19.7%) consisted of side work, family business, and farming.

The following results were obtained.

1) Of mothers roughly 75% to 90% had a positive attitude toward their children in between meal handling, meal preparation helping, and nutrition education and that toward their families in dining together and home cooknig.
2) While the mothers intending to take health promoting measures (HPM) for their children were larger in number in the HW group than in the other groups, the children voluntarily practicing HPM were larger in the OS and IS groups.
3) In items relating to meal discipline such as meal skipping, dining alone, meal leaving over, between meal handling, nutrition education, and dining together where were some more desirable tendencies in the HW group than in the two other groups, but there were also some undesirable instances like over concern with or indifference toward child eating behavior observed in the same group, though sparsely.
4) There was no age difference observed in the mother's attitude for health promoting measures, meal leaving over, meal preparation helping, and dining together. The mothers over 40 years, however, showed pretty considerably higher concern on the measures for meal skipping and meal leaving over, between meal handling, nutrition education, and home cooking than the mothers of 30s did.
5) The rate of the mother and child common agreement of evaluation on child health condition was 60% in the case evaluating as "good", but 42% in the case evaluating as "not good".
6) Mothers and children established the common recognition of importance of dietary life when the mother's attitude was positive toward dietary life and eating behavior of the child. On the other hand there was a crnsiderable gap in recognition observed mothers and children when the mother's attitude toward them was negative. These may mean that the mother's attitude for nutrition education, dining together, meal preparation helping and home cooking

excerts significant effects upon the child attitude for eating behavior.

7) The child health condition was far better when the mother keeps positive attitude for child health promotion, between meal handling, meal preparation-helping, nutrition education, and dining together compared with the child health condition when the mother's attitude was negative.

8) When both mother and child have a positive attitude for dietary life the child health condition better compared with that when their attitude was negative. Regardless whether the child attitude was either positive or negative for dietary life, the mother's attitude toward child dietary life showed a decisive effect on the child health condition. The impoitance of further

The importance of further exprolation of the back ground of cases where the mother's attitude was negative and the child dietary manner denying was suggested.