

乳幼児期における子育てと食に関する研究 ～乳幼児期の食育支援のあり方の検討～

○赤井綾美¹⁾、井下英二²⁾

¹⁾NPO 法人関西ウェルビーイングクラブ、²⁾滋賀県健康福祉部健康推進課

要約：大阪市阿倍野区食育プロジェクトの推進にあたり、阿倍野区の子どもを持つ家庭での食生活に関する現状および食に関する意識と子育ての現状について調査を行い、それぞれの関連性について分析を行った。

子育てのつらさは、食事作りへのつらさ、食事時のイライラや不安との間に有意な関連が見られた。また、子育てのつらさは、市販の離乳食の利用、食生活の自己評価と有意な相関が見られ、外食または調理済み食材による食事およびおやつ回数との関連性はみられなかった。（索引用語：乳幼児期、子育て支援、食育）

口腔衛生会誌 60 (4), 2010

目的：

大阪市阿倍野区における地域の子育て支援ネットワークを構築する中で、乳幼児の保護者の食事を作ることへの抵抗感や苦手意識が子育てのつらさを助長しているのではないかということが推測された。

そこで、阿倍野区食育プロジェクトの推進にあたり、阿倍野区の子どもを持つ家庭での食生活に関する現状および食に関する意識と子育ての現状に関して調査し、若干の知見を得たので報告する。

方法：

大阪市阿倍野区に在住する1歳6か月児を持つ保護者を対象とし、大阪市阿倍野区保健センターにて毎月第3木曜日に実施される1歳6か月児健康診査の案内送付時に、自記式による調査票を同封の上、郵送し、健診当日に担当調査員が回収を行った（H 21.7.16～10.22）。

食生活の現状は、市販の離乳食の利用、外食または調理済み食材による食事、おやつ回数、食事時のイライラや不安について、食に関する意識は、食事作りへのつらさ、食生活の自己評価について、子育ての現状は、子育てのつらさについて、それぞれの関連性について分析した。

結果：

223名の保護者から有効回答を得た。記入者の属性は、母親が100%であった。子どもの属性は、第1子が47.5%、第2子が37.7%であった。

子育てがつらいと感じる人は52.9%おり、食事作りがつらいと感じる人は76.2%いた。作った食事を子どもが食べないとイライラしたり不安がある人は34.1%であった。

子育てのつらさと食事作りへのつらさの関連について χ^2 検定を行ったところ、有意な関連が認められた($p<0.05$)。また、

子育てのつらさと食事時のイライラや不安の関連についても有意な関連が認められた($p<0.01$)。

子育てのつらさは、市販の離乳食の利用($p<0.01$)、食生活の自己評価($p<0.01$)との間に有意な相関がみられたが、外食または調理済み食材による食事およびおやつ回数との間には相関はみられなかった。

また、食事作りへのつらさは、市販の離乳食の利用($p<0.01$)、食生活の自己評価($p<0.01$)、食事時のイライラ($p<0.01$)との間に有意な相関がみられた。

考察：

食事作りがつらいと感じる、市販の離乳食を利用する、作った食事を子どもが食べないとイライラしたり不安に思う、子どもの食生活全般の自己評価が低いといった保護者が、子育てのつらさを感じていることが示唆された。

歯科関連職種が乳幼児期の保護者に歯科保健指導を行う際に、う蝕の発症にかかわるおやつ回数を指導項目として重要視する。しかし、外食または調理済み食材による食事の頻度や、おやつ回数は、保護者本人の子育てや食生活全体の評価に影響しないことが示唆された。そのため、おやつ摂取方法が食生活全体に与える影響やう蝕とのかわりから、乳幼児期の健全な発育や発達においてのリスク要因となることへの認識を高めるような啓発が必要である。

また、乳幼児期の食育支援として、口腔機能の発達支援等の課題があるが、子育ての状況、食事作り、離乳食づくり、食事時の子どもとの対応、食生活の自己評価等から情報を得ながら、食生活全体の支援を行うことが重要であり、包括的な支援体制の中での歯科の役割を考えていくことが今後の課題であると考えられる。

本研究は、平成21年度文部科学省科学研究費補助金(課題番号：21530645)の助成を受けた。