

子供の偏食に対する社会的アプローチの比較調査

5年 ●●

指導教員：●●

①テーマの背景

- 1, 食に関して、幼少のころから好き嫌いが激しく、成長後も克服できていない子供の存在。
- 2, 近年、幼児の食をめぐっては、発育・発達の重要な時期にありながら、栄養素摂取の偏り、小児期における肥満の増加など、問題は多様化、深刻化し、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。

②探究の目的

幼児期の偏食が、生涯にわたる健康へ悪影響を与えないように偏食を改善する方法を考える。

④研究方法

先行研究を調査して比較検討を行い、課題解決の方向性を模索する。

⑤調査結果

【1】 幼児期を迎えると、精神発達に伴って自己主張ができるようになり、好き嫌いを明確に表現するようになる。(※2)
→偏食は一般的に幼児期の時から多く認められる

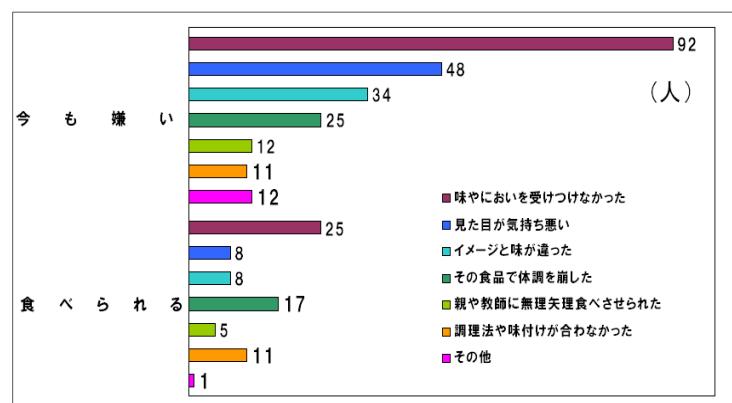
【2】 長時間嫌いな食品を食べなかったり、好きな食品ばかりを食べるような偏りを続いていると、体の発達に影響を与える可能性(※2)
→幼児期の偏った食生活はその後の生活習慣病リスクファクターと関連することが認められている。

【3】 偏食の多い食品と原因

嫌いな食品の傾向は幼児期から大学生期に至るまで大きく変化しない。



(※2) 嫌いな食品(上位5項目)の変化



(※6) 偏食の成立原因

<考察>

偏食の克服を妨げる要因として「食感」が示唆されている。「味、におい、食感」に特徴があるもの(キノコ類、ナス、トマト)は克服しにくい可能性が高い

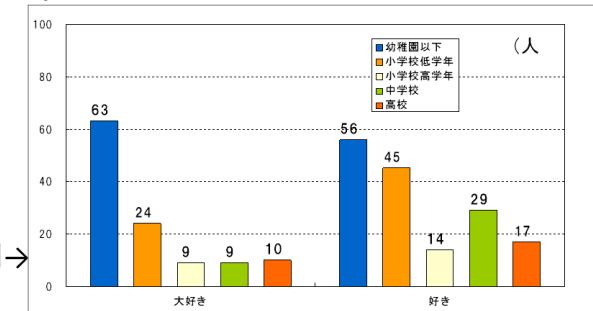
【4】 幼児期からの偏食の変化

- ・幼児期に嫌いだった食品を「全て食べられるようになった」と回答した大学生が全体の7割を占めた。
- ・幼児期に好きでない食品も、成長するにつれて好きになる可能性がある。
→幼児期に嫌いな食品を大学生期まで継続して嫌いと感じる人もいるが、大半が大学生期に至るまでに食べられるようになっている。

	全て克服	一部克服	食べられないまま
回答数(%)	167(49.2)	70(20.6)	102(30.0)
	237(69.9)		102(30.0)

↑(※2) 嫌いな食品の克服状況(幼児期→大学生期)

(※6) 魚介類を好きになった時期→



<考察>

至るまでに偏食を克服するスキルを習得したことが考えられる。

⑥結論

以上の調査より、仮説と異なり、幼児期の嫌いな食品の多くは偏食に繋がるが、成長の過程で偏食を克服するスキルを獲得することが出来れば、偏食が克服され、生活習慣病の減少に繋がることが期待できる。そのためには、

より効果的な栄養教育プログラムが必要であるという仮説が新たに生成された。

EX)・幼児自身で野菜を育てる

- 野菜の成長過程を観察し、野菜を育てることへの達成感、大変さを知ることができる
- ・食事を作る手伝いをさせる
- 自分自身で食事を作ることで、親が毎日食事を作ってくれるありがたさが実感できる
- ・給食の献立を自分たちで考える
- どのような食材がどのような栄養素を持っているのか考える機会になる

⑦今後の課題

- ・自分で考察して生成した仮説の検証
→偏食を改善できたきっかけ、時期に関する先行研究の調査や質問紙調査、インタビューなど

参考文献

- (※1) 幼稚園児の野菜摂取状況と母親の食育態度。—大阪市内私立幼稚園児の調査から— 田中順子 平成24年5月2日
<http://www.osaka-shinai.ac.jp/library/kiyo/46/tanaka.pdf>
- (※2) 幼児期における嫌いな食品の変化と偏食との関連 緒方智宏 直井美津子 平成27年2月25日
<https://www.nisikyu-u.ac.jp/nagahara/uploads/ck/adminmini/files>
- (※3) 社会的認知理論を活用した幼児の偏食に関するプログラムの実践 -保護者の関わり方について- 赤松利恵 曽退友美 平成24年
https://www.istage.ist.go.jp/article/eiyogakuzashi/70/6/70_337/.pdf
- (※5) 幼稚園児の偏食と家庭・幼稚園における食育に関する研究 木田春代 平成26年
[file:///C:/Users/ryo19/Downloads/DA07483_abstract%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/ryo19/Downloads/DA07483_abstract%20(2).pdf)
- (※6) 子どもの好き嫌い 大阪教育大学 平成13年11月
<http://www.osaka-kyoiku.ac.jp/~ioku/foodsitem/sukikirai.htm>

謝辞 本研究は、奈良女子大学生活環境学部の●●先生にご助言をいただきました。深く感謝申し上げます