

健康状態および食生活における親と子の関連性

The Relationship of Health Conditions and Dietary Habit between Children and Their Parents

1K04A075-6

鬼頭 貴之

指導教員

主査 荒尾孝先生

副査 岡浩一朗先生

目的

現代のわが国においては、生活習慣病を予防し健康を維持増進することが極めて重要となっており、そのための対策としては食生活、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣を望ましいものに改善することが重要であるとされている。本来、子供を対象とした望ましい生活習慣づくりがこの問題に対する基本対策といえる。親の食習慣や食に対する意識・態度といった要因の影響が大きいものと推察される。親と子の間において食生活状況や健康状態などの関連性について検討されているが、これまでの研究報告数は必ずしも多くない。また、健康状態を含め、親子間の食生活に関する意識、態度、行動といった食生活全般にわたる要因について包括的に検討した研究は極めて少ない。そこで、本研究ではこれからの子供の健康づくり対策として重要な「望ましい食生活習慣づくり」を推進する上で必要な情報を得るために、健康状態および食生活について子供とその親との間の関連性について検討することを目的とした。

対象と方法

山梨県都留市の小学校4年生から中学校3年生までの児童・生徒(子供)を調査研究の対象とし、最終的には427名の児童・生徒とその保護者を分析の対象者(合計854名)とした。測定・調査に関しては児童・生徒を対象に、子供の肥満度を評価するために身長と体重を測定し、学校保健編で用いられている肥満度判定指標を算出、親の肥満度は調査で自己申告により得られた身長と体重からBMIを算出した。親と子に対して、食生活に関する行動・態度等に関する調査票を作成し、自記式による調査を行った。統計処理としては、子供と親との間の関係について、連続変数(肥満度)の場合はPearsonの積率相関係数とその有意性検定を、その他のカテゴリー変数の場合は χ^2 乗検定を行った。

結果

「肥満度」について、親のBMIは児童および生徒の肥満指標との間には有意な関係(小学生では $r=0.224$, $P<0.001$ 、中学生では $r=0.154$, $P<0.05$)が認められた。「疲労感」について、児童とその親との間において、有意な関係($P<0.05$)が認められたが、生徒とその親の間では有意な関係は認められな

かった。「楽しい食事をしているか」について、児童とその親との間において有意な関係($P<0.01$)が認められたが、生徒とその親の間では有意な関係は認められなかった。「朝食を毎日食べるか」について、児童および生徒ともに親と有意な関係($P<0.001$, $P<0.001$)が認められた。「健康的な食事を家族が期待しているか」について、児童とその親との関係において、有意な関係($P<0.05$)が認められたが、生徒とその親の間では有意な関係は認められなかった。

考察

「体型」については、肥満度の高い親の子どもは肥満度が高い傾向にあることを認めた。そして、この関係は中学生よりも小学生のほうがより強い傾向にあることが伺われる。このことは子供が小さいときほど、肥満に関係する親の生活習慣が子供に影響していることを示しているものと推察される。「疲労感」について、対象者の児童は約半数のものが日頃の生活で疲労を感じている状況にあり、疲労感を有する者の割合は学年が高くなるに伴い増加する。そして、日頃から疲労を感じている親の子においては、親と同様に疲労を感じている子供が多い傾向にある。「朝食を毎日食べているか」については、児童および生徒とも親との有意な関係が認められ、子供の食行動は親に影響される可能性を示唆しているものと思われる。「楽しく食事をしているか」と「健康的な食事を家族が期待しているか」については、共に同じような結果が認められた。すなわち、すべての対象者において「している」と回答した者が非常に高い割合であった。親と子の関係においては小学生では有意であったが中学生ではその関係は認められなかった。したがって、中学生においては、たとえ親と食事を一緒にしなくても楽しく食事ができるという自己評価につながり、また、中学生が思春期にあることによる親との関係についてこの時期独特の心理的特徴が反映された可能性があると考えられる。

このような結果から、親と子供との関係については、小学生と中学生いずれも親の影響を受けているが、特に小学生のほうがより大きな影響を受けることがわかった。したがって、子供の望ましい食生活習慣を形成するためには、中学生よりも小学生を対象として、親の食生活習慣の実態を踏まえた対策を実践することが大切である。