

幼児の食品嗜好（その1）

——絵による分析の試み——

高 早 苗
Sanae Koh

1 はじめに

幼児期は発育が盛んである上に活動量も多く、栄養素の十分な供給が望まれる時期である。

また、偏食の好発年齢との指摘¹⁾もあるこの時期に、好き嫌いなく多種類の食品を摂取する習慣を身につけることは、十分な成長と将来の健康生活を確立する上で、必要不可欠な条件である。このため幼児期の食品嗜好の傾向を知り、これに基づく指導を行なうことは極めて重要な意味を持つ。

従来、幼児の嗜好調査は、保護者に対するアンケート調査が主であり、文字の読み書きができない、あるいは理解力不十分と考えられる幼児に対し直接調査した例は見られない。

筆者は、幼児の嗜好をより正確に把握する上で、幼児に直接調査することの必要性を痛感し、方法を模索してきたが、今回「大好きな食べ物」と「大嫌いな食べ物」を自由に画用紙に描かせる方法を試みた。同時に保護者に対し、幼児の好きな食べ物、嫌いな食べ物に関するアンケート調査も行ない、より信頼性の高いデータを得るとともに、保護者が幼児の食品嗜好をどのように捉えているかも明らかにしたいと考えた。その結果、いくつかの知見を得たので以下に報告する。

2 研究方法

1) 調査対象

岡山市内の国公私立幼稚園3園に通園する4歳児、5歳児計443名およびその保護者443名（内訳は表1のとおりである）。

2) 調査時期

昭和61年6月下旬～7月上旬

3) 調査方法

各園の各クラス担任に、共通の活動指示（表2参照）を示し、「大好きな食べ物」と「大嫌いな食べ物」を幼児に描かせるよう依頼した。配布した画用紙は、8つ切りに4分割線を入れ、描く順番を指定したものである（図1、2参照）。

保護者に対するアンケート調査は、幼児の調査終了後質問紙（調査項目は表3のとおり）を配布し回収した。回収率は表1のとおりである。

3 結果と考察

1) 出現食品数および食品群別分類

(1) 出現食品数 (注 調査によって得られた食べ物は、便宜上すべて食品と称す。)

出現食品数およびその内訳を表4に示す。

幼児の描いた好きな食品、嫌いな食品の延べ数は、それ

ぞれ1615品と1123品であり、保護者の回答数は、1458品と756品であった。このような食品数のばらつきは、調査時に食品数4を指示したにもかかわらず、幼児の場合は好きな食品はより多く、嫌いな食品はより少なく出現し、保護者の場合は、好き嫌いいずれも少なく出現したためである。特に保護者の嫌いに関しては、「なし」が7.9%とかなり多く出現したことによる。

一人当たり出現食品数は、幼児の描いた好きな食品が4.2品、嫌いな食品が2.9品であり、保護者の回答は3.7品と1.9品で、いずれも好きな食品数が嫌いな食品数を上回った。

また、性別、年齢別のいずれのグループにおいても、出現食品数は好きが嫌いを上回っており、これは保護者の回答においても同様であった。以上のように、好きな食品の出現数が嫌いな食品に較べて多い状況は、幼児の食品に対する好みの偏りが、「嫌い」よりも「好き」の方へ偏っていることを示唆する結果として評価できよう。

性別、年齢

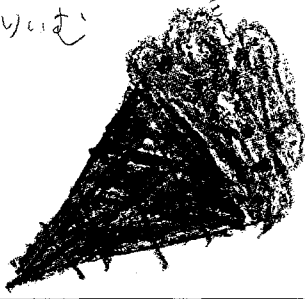
表1 調査対象の内訳および有効回収率

年齢	男女	調査人数	好きな食べ物		嫌いな食べ物		保護者アンケート	
			回収数	回収率%	回収数	回収率%	回収数	回収率%
4才児	男	113	100	88.5	98	86.7	105	92.9
	女	114	92	80.7	109	95.6	102	89.5
	小計	227	192	84.6	207	91.2	207	91.2
5才児	男	114	109	95.6	84	73.4	96	84.2
	女	102	85	83.3	75	73.5	91	89.2
	小計	216	194	89.8	159	73.6	187	86.6
男児合計		227	209	92.1	182	80.2	201	88.5
女児合計		216	177	81.9	184	85.2	193	89.4
合計		443	386	87.1	366	82.6	394	88.9

表2 好きな食べ物、嫌いな食べ物の描かせ方

<p>(1) 用意するもの 教師 8切画用紙(分割線を印刷したもの)2枚/1人、画板 園児 16色程度の、クレヨン又はパス</p> <p>(2) 調査上の留意事項</p> <ol style="list-style-type: none"> 「好きな食べ物」と「嫌いな食べ物」とは別の時間帯を使って描かせ、幼児の持続性の獲得に努める。「好き」を先に描かせる。「嫌い」は、2週間以内が望ましい。 作業中は、1人の幼児の発言に影響されないよう次の点に留意する。 ・描き始めたら私語をなるべく抑える。 ・極端な模倣を避けるため、前もって十分話し合っておく。 描き終わって、食べ物が何か分かりにくい場合は、文字で名称を書かせる(文字が書けない場合は、教師が)。 <p>(3) 展開(教師の言葉)</p> <ol style="list-style-type: none"> 話し合い ○「みんな、食べ物の中で、大好きなものにどんなものがありますか。今日は、それを絵にかいて教えて欲しいのですが——どうですか、すぐ思いつきますか」 できるだけ、幅広い食品や料理の中から選択させるために次のような言葉がけをしてやる。 ○「みんなの中には、なにが大好きかすくすには思い付かない人もいるかもしれないので、思いついた人に言ってもらいましょう」 画用紙配付準備 ・「みんな、たくさんのお好きな食べ物を言ってくれましたね。では、自分の大好きな食べ物を、配った画用紙に思い付く順に描いて下さい。最初1に、次に2に、たくさんある人はいくつ描いてもいいですよ。画用紙をもう1枚あげますから」 作業の進め方 ・「描き始めたら、おしゃべりすると、描いている人がどうしようかと迷ったり真似たりして、邪魔になるのでみんな黙って描きましょう」 絵を描く ・「クレヨン(パス)で線をかいて、そのあと、どんな色だったか思い出してクレヨンでぬって、色も教えて下さい」 「嫌いな食べ物」についても同様の進め方で行う。
--

あيسくりいむ



(1)

めるん



(2)

(3)



ぶごでう

(4)

たまごやう

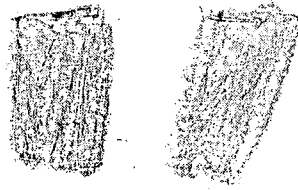
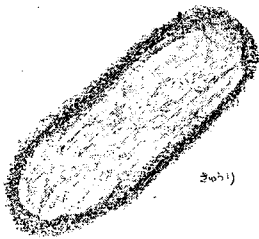


図1 だいすきなたべもの 5才女児



きゅうり



みそは



チョコレート



チョコレート

図2 だいきらいなたべもの 4才男児

別の出現数比較では、好き嫌いいずれも男児より女児が一人当たり約一品多く、4歳児より5歳児に好きな食品が同じく約一品多く出現していた。しかしこのような傾向は、保護者の結果には全く認められな

かった。従って出現数の差の原因は、嗜好の本質以外のところにあると思われ、食品に対する関心度、好嫌の感情表出度、イメージでできる食品の種類、描画力などの差によるものと考えられた。

(2) 食品群別分類

出現した食品を整理するため、四訂食品成分表の食品群別分類²⁾

表 3 調査項目 (保護者用)

お子様の食べ物の好き嫌いについてお訊ねします。なお、お子様にはお訊ねにならないようお願いいたします。			
お子様の組 ()		組	
お子様のお名前 ()			
お子様の大好きな食べ物は何ですか。思い付くままにお書きください (食品名でも料理名でも結構です)。			
())	())
())	())
お子様の大好きな食べ物は何ですか。思い付くままにお書き下さい (食品名でも料理名でも結構です)。			
())	())
())	())

に従って分類した結果を表 5, 6 に示す。表中の主な食品とは、食品群中出现頻度の高かった食品を順にあげたものであるが、幼児、保護者の両方に同一食品名が多数あがっていた (好きな食品のご飯、カレーなど、嫌いな食品の煮物、しいたけなど)。これは、出現数に差はあるものの、食品名に関しては幼児と保護者が同一傾向を示したということであり、調査の信頼性を高める結果と言えよう。

図 3 は、好きな食品と嫌いな食品の食品群別比較を対比グラフで表わしたものである。

幼児の描いた好きな食品は、72.8%という高率で果実類に集中し、他の食品群はすべて10%以下と少なく、極端な果実類への集中傾向が認められた。一方、保護者の回答に果実類は5.6%と少なく、穀類28.8%、獣鳥鯨肉類23.5%、魚介類11.5%、調理加工品8.5%などへの分散傾向が認められた。

嫌いな食品は、幼児の56.0%、保護者の51.6%が野菜類に集中し、野菜嫌い傾向で一致していた。野菜類以外の嫌いな食品は、幼児は果実類が27.3%と残りの大半を占め、他の食品群は極めて少ない。それに対し保護者は、調理加工品11.1%、魚介類7.6%、穀類6.1%などに分散し、この集中と分散の傾向は、好きな食品の場合と酷似している。このように好き嫌いにかかわらず、同一食品群の出現頻度が高いことは、幼児は果実類への関心が高く、保護者は穀類やたん白質性食品への関心が高いことを示していると言えよう。

性別、年齢別比較で差が認められたのは、嫌いな食品の野菜類が5歳児に有意に高く、果実類は4歳児に有意に高い点であった (表 5 参照)。1人当り食品数は、男児よりも女児に多かったが、食品群間の出現数に性差はほとんど認められなかった。

2) 幼児の好きな食品

表 7 に幼児の好きな食品の上位15品をあげた。幼児の好きな食品は、その9位までを果実類が占め、出現した果実類の種類

は、上位9品の他にパインアップル、キーウィなど20種のものばり、幼児の果実類に対する並々ならぬ関心の強さ

表 4 出現食品数および1人当り出現数

	幼 児 の 描 いた 絵				保 護 者 の 回 答			
	好きな食品		嫌いな食品		好きな食品		嫌いな食品	
	総 数	1人当り数	総 数	1人当り数	総 数	1人当り数	総 数	1人当り数
全 体	1615 ^品	4.2 ^品	1123 ^品	2.9 ^品	1458 ^品	3.7 ^品	756 ^品	1.9 ^品
男 児	791	3.8	515	2.5	710	3.7	340	1.8
女 児	824	4.7	608	3.4	748	3.7	416	2.1
4才児	744	3.7	586	2.9	763	3.7	363	1.8
5才児	871	4.7	537	2.9	695	3.7	393	2.1

幼児の食品嗜好（その1）

表5 好きな食品、嫌いな食品、食品群別出現数と割合 数字は実数、()内は合計数に対する割合(%)

食品群		女児	男児	4才児	5才児	幼児全体	保護者の回答
1. 穀類	好き	26 (3.2)	※42 (5.3)	25 (3.4)	42 (4.8)	67 (4.2)	418 (28.8)
	嫌い	6 (1.0)	13 (2.5)	10 (1.7)	9 (1.7)	19 (1.7)	46 (6.1)
2. いも類及びでん粉類	好き	7 (0.9)	9 (1.1)	9 (1.2)	7 (0.8)	15 (0.9)	71 (4.9)
	嫌い	6 (1.0)	11 (2.1)	12 (2.1)	5 (0.9)	17 (1.5)	13 (1.7)
3,4. 砂糖及び甘味類、菓子類	好き	31 (3.8)	40 (5.1)	30 (4.0)	41 (4.7)	71 (4.4)	45 (3.1)
	嫌い	9 (1.5)	13 (2.5)	20 (3.4)	※※ 2 (0.4)	22 (2.0)	15 (2.0)
5. 油脂類	好き	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
	嫌い	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
6. 種実類	好き	4 (0.5)	0 (0)	4 (0.5)	0 (0)	4 (0.3)	0 (0)
	嫌い	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (0.1)
7. 豆類	好き	5 (0.6)	4 (0.5)	6 (0.8)	3 (0.3)	9 (0.6)	36 (2.5)
	嫌い	9 (1.5)	15 (2.9)	11 (1.9)	13 (2.4)	24 (2.2)	29 (3.8)
8. 魚介類	好き	13 (1.6)	13 (1.6)	11 (1.5)	15 (1.7)	26 (1.6)	169 (11.5)
	嫌い	16 (2.7)	14 (2.7)	15 (2.6)	15 (2.8)	30 (2.7)	58 (7.6)
9. 獣鳥鯨肉類	好き	20 (2.4)	※※46 (5.8)	29 (3.9)	37 (4.3)	66 (4.1)	342 (23.5)
	嫌い	9 (1.5)	14 (2.7)	7 (1.2)	16 (3.0)	23 (2.1)	26 (3.4)
10. 卵類	好き	8 (1.0)	9 (1.1)	11 (1.5)	6 (0.7)	17 (1.1)	37 (2.5)
	嫌い	6 (1.0)	4 (0.8)	5 (0.9)	5 (0.9)	10 (0.9)	11 (1.4)
11. 乳類	好き	22 (2.7)	32 (4.0)	28 (3.8)	26 (3.0)	54 (3.3)	48 (3.3)
	嫌い	7 (1.2)	2 (0.4)	7 (1.2)	2 (0.4)	9 (0.8)	20 (2.6)
12. 野菜類	好き	53 (6.3)	50 (6.3)	60 (8.1)	※ 43 (4.9)	103 (6.3)	74 (5.1)
	嫌い	354 (58.0)	276 (53.7)	265 (45.1)	※※365 (68.0)	630 (56.0)	388 (51.6)
13. 果実類	好き	633 (76.8)	542 (68.6)	531 (71.3)	644 (74.0)	1175 (72.8)	81 (5.6)
	嫌い	180 (29.6)	127 (24.8)	225 (38.4)	※※ 82 (15.2)	307 (27.3)	32 (4.2)
14. きのこと類	好き	1 (0.1)	2 (0.2)	0 (0)	3 (0.3)	3 (0.2)	1 (0)
	嫌い	4 (0.7)	※※19 (3.7)	6 (1.0)	※ 17 (3.2)	23 (2.1)	26 (3.4)
15. 藻類	好き	0 (0)	1 (0.1)	0 (0)	1 (0.1)	1 (0)	12 (0.8)
	嫌い	0 (0)	1 (0.2)	0 (0)	1 (0.2)	1 (0)	3 (0.4)
16,17. し好飲料類 調味料及び香辛料	好き	0 (0)	1 (0.1)	0 (0)	1 (0.1)	1 (0)	0 (0)
	嫌い	0 (0)	2 (0.2)	2 (0.3)	0 (0)	2 (0.2)	4 (0.5)
18. (材料を特定できない) 調理加工食品	好き	1 (0.1)	2 (0.2)	0 (0)	3 (0.3)	3 (0.2)	124 (8.5)
	嫌い	2 (0.3)	4 (0.8)	1 (0.2)	5 (0.9)	6 (0.5)	84 (11.1)
合計	好き	824	791	744	871	1,615	1,458
	嫌い	608	515	586	537	1,123	756

注) ※ P<0.05
 ※※P<0.01 χ^2 検定(性別, 年齢別)

と、一般家庭への高い普及率が伺えた。9位以下にあがっている食品は、あめ、チョコレート、アイスクリームといった甘味の強い菓子類および魚肉類などである。

二木³⁾は、「一般に小児は『甘味、甘酸っぱい、旨味』を好み、“酸味”と“辛味”を著しくきらい傾向があるが、特にこのうちの“甘味”には本能的な欲求があるようである。エネルギー摂取の必要性からであろうが、単に味覚上だけでなく心理的な満足感が与えられるので、甘味嗜好は非常に強いものがある」と述べている。

幼児の描いた食品の上位15品のほとんどが、甘酸っぱい果実類であり、甘い菓子であり、旨味成分を持つ魚肉類であることは、幼児期の嗜好の特徴が顕著に表われた結果と言えよう。

一方、保護者の回答に頻度の高かった上位15品に果実類は入っておらず、ハンバーグなどの肉料理、カレー、ラーメンなどの穀類を主体とした一品料理が中心であった。これら上位15品のほとんどは、穀類、獣鳥肉類、魚介類、調理加工類に属す食品である。このような幼児の果実類への集中、保護者の分

表 6 食品群別主な出現食品名

食品群		幼児が描いた主な食品 (実数)	保護者が挙げた主な食品 (実数)
1. 穀類	好き	ご飯(おにぎり含む)(16), パン(13), カレー(11)	カレー(103), ラーメン(93), スパゲティ(35), ご飯(27)
	嫌い	パン(6), カレー(6)	カレー(18), すし(7)
2. いも及びでん粉類	好き	じゃがいも(9), さつまいも(3)	コロッケ(14), ポテトフライ(13), ジャがいも(8), ポテトサラダ(8)
	嫌い	いも(15)	いも(4), こんにゃく(4)
3.4 砂糖及び甘味類, 菓子類	好き	あめ(20), チョコレート(19), ケーキ(14), 団子(6)	菓子(10), ケーキ(8), プリン(6)
	嫌い	チョコレート(6), あめ(4)	あんこ(6)
7. 豆類	好き	豆(6)	納豆(13), 豆類(7)
	嫌い	豆(16), 納豆(5)	豆(11), 納豆(8), 豆腐(5)
8. 魚介類	好き	魚(19)	魚(84), さしみ(39), えびフライ(8), えび(6)
	嫌い	魚(26)	魚(25), たこ(6), うなぎ(5), いか(5)
9. 獣鳥鯨肉類	好き	ハンバーグ(30), 肉(19), ハム・ソーセージ(5)	ハンバーグ(129), 肉(59), 焼肉(28), 肉フライ(27)
	嫌い	肉(15), ハンバーグ(4)	肉(17), ハンバーグ(5)
10. 卵類	好き	卵焼き(6), 目玉焼(5)	卵(14), 卵焼き(14), オムレツ(5)
	嫌い	卵焼き(5), 目玉焼(5)	オムレツ(4)
11. 乳類	好き	アイスクリーム(51)	アイスクリーム(18), 牛乳(10), ヨーグルト(9), チーズ(9)
	嫌い	チーズ(5), アイスクリーム(4)	チーズ(12), 牛乳(8)
12. 野菜類	好き	にんじん(34), きゅうり(16), トマト(14), キャベツ(9)	野菜サラダ(18), トマト(8), にんじん(7), きゅうり(7)
	嫌い	ピーマン(153), なす(95), にんじん(95), トマト(73)	ピーマン(114), トマト(41), なす(39), にんじん(31)
13. 果実類	好き	りんご(180), ふどう(163), すいか(133), みかん(120)	メロン(17), すいか(14), いちご(11), りんご(8)
	嫌い	梅干(61), レモン(53), みかん(32), りんご(31), メロン(26)	メロン(7), 梅干(7), すいか(4)
14. きのこ類	好き	きのこ(3)	
	嫌い	しいたけ(17), きのこ(4)	しいたけ(23)
18. (材料を特定できない)調理加工食品	好き		煮物(24), グラタン(20), ギョーザ(14), シチュー(14)
	嫌い	煮物(4)	酢物(28), 煮物(25), グラタン(6), あえもの(4)

散傾向〔結果 1〕の (2) において既述〕という明らかな相違は、それぞれの食品に対する価値感の相違によるものと考えられる。すなわち、幼児には、上述のごとく極めて顕著な甘味嗜好が表出しており、食品の価値はもっぱら感覚的な心地良さ、満足感の充足にあると言えよう。ところが保護者の関心は、毎日作り与える食事、あるいは成長、健康に係わりの深い栄養面へ向けられており、これがエネルギー源の中心となる穀類、たん白源の中心となる魚介類、肉類などの出現頻度の高値に結びついたものと考えられた。

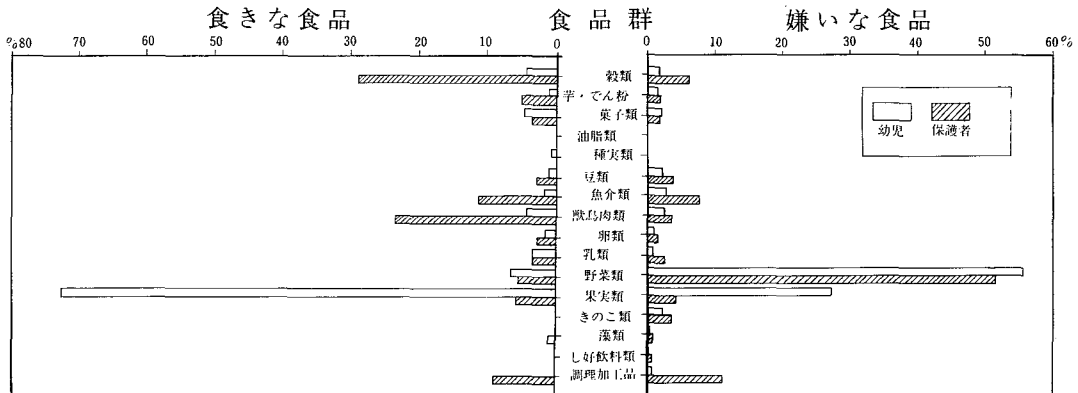


図 3 好きな食品, 嫌いな食品の食品群別出現割合

3) 幼児の嫌いな食品

幼児の嫌いな食品の上位15品は、表 7 のとおりである。幼児、保護者ともに野菜が半数以上を占め、

表7 好きな食品、嫌いな食品の上位15品

数字は対象者数に対する割合

順位	好きな食品				嫌いな食品			
	幼児		保護者		幼児		保護者	
	食品名	%	食品名	%	食品名	%	食品名	%
1	りんご	46.6	ハンバーグ類	37.6	ピーマン	41.8	ピーマン	28.9
2	ぶどう	42.2	カレー	26.1	なす	25.9	トマト	10.4
3	すいか	34.5	ラーメン	23.6	にんじん		なす	9.9
4	みかん	31.1	魚	21.3	トマト	19.9	にんじん	7.9
5	バナナ	30.6	肉	15.0	梅干し	16.7	酢のもの	7.1
6	いちご	29.3	肉のあげもの	13.5	レモン	14.5	魚	6.3
7	さくらんぼ				きゅうり	11.7		
8	メロン	26.2	焼肉、ステーキ	10.2	みかん	8.7	しいたけ	5.8
9	もも	15.3	さしみ	9.9	りんご	8.5	ねぎ	5.1
10	アイスクリーム	13.2	スパゲティ	8.9	たまねぎ	7.7	カレー	4.6
11	にんじん	8.8	うどん、そうめん	8.1	魚	7.1	肉	4.3
12	ハンバーグ類	8.5	コーンスープ	6.3	メロン		チーズ	3.0
13	あめ	5.2	ハムソーセージ		6.1	バナナ	豆	2.8
14	肉	4.9	煮物	5.1	キャベツ	つけもの	サラダ	
15	チョコレート					4.9		グラタン
			サラダ	4.6				
			アイスクリーム					

出現総数（図3）同様野菜嫌いの傾向が顕著に認められた。また、上位4品にはいずれもピーマン、なす、トマト、にんじんがあがっており、これらが特に幼児にとって苦手な食品であることが認められた。

この他、幼児のあげたトマト、梅干し、レモン、みかんおよび保護者のあげた酢のもの、トマト、サラダなどは酸味で共通しており、幼児の「酸味を著しく嫌う傾向」³⁾が伺えた。

幼児のあげた15品の内、にんじん、りんご、みかん、メロン、バナナ、魚は、好きな食品15にも入っており、保護者のあげた食品の中にも魚、肉、煮物、カレー、サラダなど両方に出現する食品が存在する。このような好き嫌い両方に出現する食品の存在は、幼児の味覚や嗜好の個人差を意味するものであろうが、幼児の場合は、嗜好の実態とは関係なく、頭に浮かんだ描きやすいものを取りあげた可能性も否定できない。本調査法以外の調査法の併用などによって、調査精度を高める必要性が考えられた。

図4、5は、それぞれ小学生と中学生の嫌悪食品の調査結果⁴⁾⁵⁾である。いずれも幼児同様野菜嫌いの傾向を示しているが、特にピーマン、なす、トマト、たまねぎ、ねぎ、しいたけは幼児も含めて嫌悪する者の多い食品であることが伺える。このことは、幼児期の嫌悪食品は、将来に渡って嫌悪されつづける可能性を示唆しており、好き嫌いの早期予防の重要性が認識される場所である。

表8は、幼児の嫌悪食品の性別、年齢別比較結果である。性別比較では、なすとメロンが女児に有意に高く、しいたけが男児に有意に高いなどわずかに差が認められたものの、保護者の回答に差は認められず、明らかな性差は認められなかった。

年齢別比較では、ピーマン、にんじん、トマト、なす、しいたけ、たまねぎが、

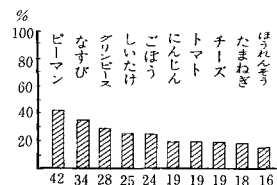


図4 小学生の嫌悪食品 (小学生 476人, S.60)⁴⁾

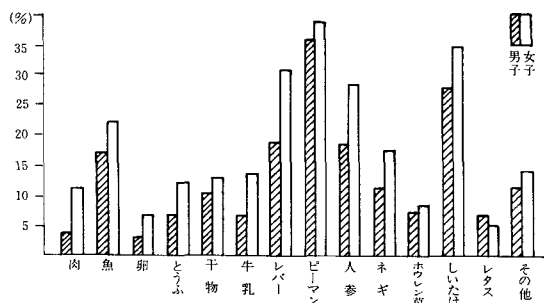


図5 中学生の嫌悪食品 (松山市中学生 3,532人, S.59)⁵⁾

5 歳児に有意に高かった(図 6 参照)。野菜類は、総出現数においても 4 歳児の 265品 (45.1%) に対し、365品 (68.0%) と有意差をもって 5 歳児に高く、(表 4 参照), 明らかな年齢差が認められた。年齢差を保護者の結果 (図 7 参照) について検討したところ、幼児の場合のような顕著な差は認められなかったが、同様の傾向を示していた。このような著しい年齢差は、幼児期に嗜好の変化あるいは固

表 8 嫌いな食べ物 性別, 年齢別比較

数字は対象に対する割合%

対象 食品名	幼 児				保 護 者			
	男 児	女 児	4才児	5才児	男 児	女 児	4才児	5才児
ピーマン	37.4	46.2	35.3	* 50.3	25.9	31.8	24.2	34.2
にんじん	24.7	27.2	19.8	** 34.0	6.2	9.5	6.3	9.6
トマト	21.4	18.5	13.0	** 28.9	12.4	8.5	8.2	12.8
なす	18.7	** 33.2	12.6	** 43.4	11.4	8.5	6.8	* 13.4
梅干し	14.3	19.0	21.7	** 10.1	1.0	2.6	2.4	1.1
レモン	13.7	15.2	12.6	17.0	0	0.5	0	0.5
りんご	9.9	7.1	10.6	5.7	0	0.5	0.5	0
きゅうり	9.3	14.1	12.1	11.3	1.0	3.0	1.9	1.8
しいたけ	7.7	** 1.6	1.9	** 8.2	5.2	6.5	4.3	7.5
みかん	7.1	10.3	14.0	** 1.9	0	0	0	0
メロン	2.7	** 11.4	8.7	5.0	0.5	3.0	3.0	0.5
たまねぎ	9.2	6.0	3.9	** 12.6	2.1	2.5	1.9	2.7
ねぎ	2.3	5.4	4.8	2.5	1.0	9.0	3.4	7.0
酢のもの	0	0	0	0	7.8	6.5	8.2	5.9
魚	6.6	7.6	6.8	7.5	5.2	7.5	4.8	8.0
煮物	1.1	1.1	0	2.5	7.8	5.0	6.3	6.4

* P < 0.05, ** P < 0.01 (χ²検定)

定化が起ることを示唆するものであろう。調査対象児よりもさらに幼い乳幼児期からの対策の重要性が痛感された。

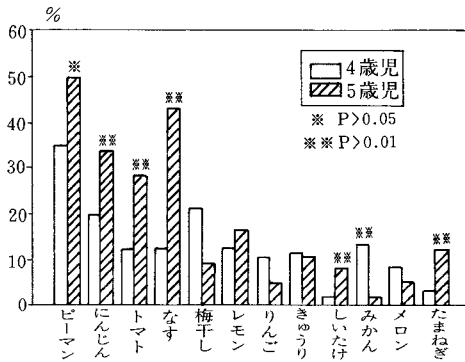


図 6 嫌いな食品の年齢別比較 (幼児の場合)

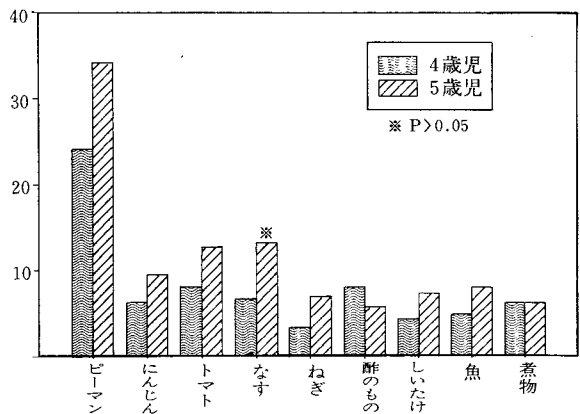


図 7 嫌いな食品の年齢別比較(保護者の回答)

4 まとめ

1) 調査結果を要約すると次のとおりである。

- ・ 幼児の食品嗜好は、「好き」への「好みの偏り」が認められた。

- ・好きな食品、嫌いな食品の一人当たり出現数は、男児3.8品、2.5品に対し、女児4.7品、3.4品と女児に多く、性差が認められた。
 - ・食品群別比較では、幼児、保護者の両方に共通した食品名が多数認められ、出現食品名においては幼児、保護者が同一傾向を示した。
 - ・好きな食品の食品群別割合は、幼児の場合73%を果実類が占め、また、出現頻度の高い食品の9位までを果実類が占めるなど極めて顕著な果実嗜好が認められた。一方、保護者は、食品群別割合、上位食品のどちらも穀類、魚介類、肉類、調理加工品類への分散傾向が認められた。このような明らかな相違の原因として、幼児の強い甘味嗜好と保護者の栄養、健康面へ強い関心が伺われた。
 - ・嫌いな食品の食品群別割合は、幼児、保護者ともに約50%を野菜類が占め、上位15品中半数以上をやはり野菜類が占めるなど、幼児の野菜嫌い傾向で一致していた。ピーマン、なす、トマト、にんじんは特に嫌われる野菜であった。
 - ・野菜嫌い傾向は、4歳児よりも5歳児に顕著に表われ、早期の予防対策の必要性が認められた。
- 2)以上の要約から、幼児期の指導のポイントとして次の3点があげられる。
- ・幼児と保護者の食品に対する価値感の相違を考慮した指導。
 - ・幼児と保護者に一致を見た、顕著な野菜嫌い傾向と年齢による変化に応じた指導。
 - ・性差、年齢差を考慮した指導。

3)今後の課題

今回の調査を通じて、幼児の食品嗜好の一端を知ることができた。引続き検討を重ね、これに基づく指導方法論へと展開させてゆきたいと考えている。

引用文献

- 1)今村栄一、山内愛：小児栄養、P 4 (1985)、同文書院。
- 2)香川綾：四訂食品成分表、もくじ (1987)、女子栄養大学出版部。
- 3)二木武、帆足英一、川井尚：小児の発達栄養行動—生理・心理・臨床—、P 15 (1984)、医歯薬出版。
- 4)山野勉：正しい食生活のあり方—食べ物の好ききらい調べから—、学校給食1、pp28—29 (1986)。
- 5)愛媛県予防医学協会：松山市中学生の健康と生活習慣、教育アンケート収録年鑑1986年版、4、pp186—187 (1986)、主婦の科学社。