

A 保育園の保護者を対象とした生活習慣病予防のための子どもの生活および保護者の認識調査

新潟医療福祉大学 看護学科・
松井由美子, 坪川麻樹子, 中村郷子
新潟医療福祉大学 健康スポーツ学科・山崎史恵

【背景】

子どもの肥満の増加は世界的な傾向であり, 小児メタボリックシンドロームの研究は急速に進められ, 食習慣や睡眠, 胎内環境との関係など成果も多く報告され関連因子も明らかにされてきている. 子どもの肥満に関しては保護者の行動が関与しており, 両親のみでなく祖父母やその他の家族を含めて生活習慣の改善に向けた取り組みが重要である. しかし, 保護者の危機感が薄いことや, 子どもの生活習慣が身に着く早期に取り組みが行われないと, なかなか改善が難しいことなどが課題として挙げられている. そこで保育園児を対象とした早期生活習慣予防に取り組むため, 本研究では保育園児を持つ保護者を対象とした自記式質問紙による生活調査と健康に対する認識調査を実施した.

【方法】

対象: 小児看護学実習施設 A 保育園の保護者

期間: 2011 年 12 月~2012 年 1 月

方法: 自記式質問紙による 1 週間の留置き法

アンケートの項目は食事, 睡眠, 運動を中心とした子どもの生活全般と保護者の関わりや気がかりなこと, 病気や健康に対する認識を問う項目とした.

健康認識は日本版健康統制感尺度 JHLC¹⁾ (Japan Health Locus of Control) 25 項目を用い 6 段階尺度 (6: 非常にそう思う-1: 全くそう思わない) とした.

分析方法: 記述統計と平均値による比較 (SPSS18J)

倫理的配慮: 保護者には研究の目的・方法を文書で説明し同意書の提出を得て研究に使用した. 研究は大学の倫理委員会の承認を得た.

【結果】

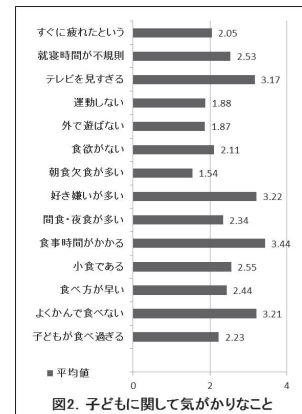
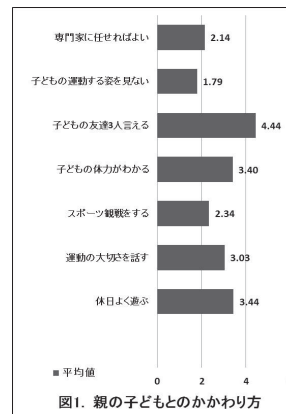
アンケートの配布は 150 部で回収は 101 部で回収率 67.3%, 有効回答 100% であった. 回答者は母親 99 名 (98%) 父親 2 名 (2%) であった. 平均年齢は 34.3 ± 5.5 (SD) 歳, 同居家族人数は 4 人 (24.2%), 5 人 (20.2%), 6 人 (17.2%) で 6 割を占め, 半数以上が祖父母のどちらかとの同居であった.

児の年齢は 1 歳から 12 歳までで平均 4.9 ± SD1.7 歳, 平均身長 108.2 ± SD11.5 cm, 平均体重 18.9 ± SD5.0 kg であった. BMI は平均 15.9 ± SD1.8 で最大値は 5 歳児の 22.5 であった.

児の就寝時間は中央値 9 時 30 分, 起床時間 7:00 で睡眠時間の平均は 562.2 分 (9 時間 37 分) ± SD50.2 分であった. 朝食は「毎日食べる」96 名 (95%) で「4~5 日/1 週間」が 4 名 (4%)

「ほとんどたべない」1 名 (1%) であった. 間食はほとんどが摂取し回数は 1~2 回/1 日が 7 割を占めた. 夕食を毎日摂取する児は 73 名 (74.5%) であった. 1 日の歩行時間が 15 分以内の児は 22 名 (23.4%), 外遊び 15 分以内の児は 16 名 (16.2%) であった. 手伝いは「ほとんどやらない」「まったくやらない」児が 36 名 (36.3%) を占めた. テレビゲームは「時々する」が 26 名 (25.7%) で一番多く, テレビ・ビデオの視聴時間は「毎日 0~2 時間」が 64 名 (64%) で多かった.

「親の子どもの関わり方」と「子どもに関して気がかりなことはそれぞれ図 1, 図 2 に示した.



JHLC の健康感は, 「自分自身」「家族」「医師」「偶然」「超自然」の下位項目ごとに平均値と SD を求めた結果「自分自身」4.4 ± SD0.9, 「家族」4.3 ± SD0.6, 「医師」3.4 ± SD1.0, 「偶然」2.6 ± SD0.5, 「超自然」2.4 ± SD 1.4 の順に高かった.

【考察】

朝食はきちんと食べ, また睡眠もしっかりと取る子どもが多かった. 母親の 74.2% が働いているが同居率の高さも影響していると考えられる. 歩行時間や外遊びの時間は少なく最近の傾向を示していた. 親の子どものかかわりでは運動の大切さなどを子どもに伝えるよう働きかけがありよい傾向が示された. テレビの視聴時間は全国調査に比較して平均的であったが親の気がかりでは「テレビを見すぎる」という項目は高く, その他は食事に関する項目が多く上がっていた. 子どもの食事に関心が高く, JHLC の結果からも親の健康認識度は「自分自身」や「家族」の協力が重要であることが示されていた.

【結論】

- 1) 朝食摂取や睡眠時間などは平均的であったが, 外遊びや歩行時間などは少ない傾向にあった.
- 2) 保護者から子どもの食事に対する関心が高く示された.
- 3) 保護者の健康認識度は高い傾向にあり, 生活習慣病予防に向けても自己統制力や家族の協力の大切さが示された.

【文献】

- 1) 堀毛祐子: 日本版 Health Locus of Control 尺度の作成, 健康心理学研究, Vol4, No1, 1-7, 1991.