

青森県における延長保育時の食事の対応と幼児期の子どもの食習慣・生活習慣・健康状態との関連

石切麻希子¹⁾

1) 青森県立保健大学看護学科

Key Word ①延長保育 ②給食対応 ③生活習慣 ④健康状態

I. はじめに

青森県は、肥満傾向児の割合が高く、子どもの頃から適切な生活習慣を定着させることが課題となっているが、育児中の女性の就業率や保育所利用率の高さから、家庭と保育所が連携して子どもの望ましい生活習慣の形成に取り組む必要があると考える。しかし、就業形態の多様化に伴い、保育ニーズが多様化する中、延長保育に焦点をあてた研究は少なく、生活習慣や健康状態に及ぼす影響については十分な検証がされていない。

II. 目的

本研究は、延長保育時の食事の対応に着目した実態調査から、青森県における延長保育時の食事の対応と幼児期の子どもの食習慣・生活習慣・健康状態との関連を明らかにし、延長保育で提供される食事の在り方を検討するための基礎資料とする。

III. 研究方法

1. 調査対象

青森県内の延長保育実施施設 484 施設と延長保育実施施設において延長保育を利用する幼児期の子どもをもつ保護者 2420 名を対象に、無記名自記式質問紙調査を実施した。施設調査で 189 施設、保護者調査で 361 名の有効回答を得た。

2. 調査内容

施設調査では延長保育の実施状況、延長保育時の給食対応について、保護者調査では延長保育の利用状況、子どもの食習慣、生活習慣、健康状態、保護者の意識について調査し、子どもの健康状態は身長、体重による肥満度、排便状況、齲歯の有無で評価した。

3. 分析方法

すべての結果を記述統計し、さらに保護者調査では延長保育時の給食対応別にグループ分けし、設問ごとにクロス集計を行い χ^2 検定または Kruskal Wallis 検定を行った。解析は統計ソフト IBM SPSS Statistics 25 を用い、有意水準は 5% とした (両側検定)。

IV. 結果

1. 延長保育の実施状況について

延長保育実施施設の閉所時刻は「18 時台」が 8.5%、「19 時台」が 72.5%、「20 時台」が 10.6% であり、約 7 割の施設が延長保育時におやつや軽食などの給食対応を行っていた。

2. 延長保育を利用する子どもの生活実態について

延長保育を利用する世帯は「親と子世帯」が 75.3%、「三世帯世帯」が 24.7% であり、約半数の世帯が週に 4~5 日間の延長保育を利用していた。帰宅時刻は「18 時台」が 71.7%、「19 時台」が 23.0%、夕食時刻は「19 時台」が 72.0%、「20 時以降」が 11.4%、就寝時刻は「21 時台」が 56.5%、「22 時以降」が 34.6% であり、延長保育を利用しない日と比較して、夕食時刻で 52.6%、就寝時刻で 33.5% が「30 分~1 時間程度遅くなる」と回答した。延長保育から帰宅後の間食摂取状況は「毎回食べる」が 33.2%、夕食摂取状況は

「毎回食べる」が 83.4%であったが、夕食時の様子では「機嫌がよくないことがある」が 13.6%であった。また、延長保育利用翌日の朝食摂取状況は「毎回食べる」が 80.1%であったが、朝食時の食欲では「あまり食べない」「ほとんど食べない」が 16.6%であった。

3. 延長保育を利用する子どもの健康状態について

子どもの肥満度は「ふつう」が 78.9%に対し、「太りぎみ」「やや太りすぎ」「太りすぎ」が 10.0%であり、便秘の子どもが 6.3%、齲歯を有している子どもが 29.1%であった。

4. 延長保育時の給食対応との関連について

延長保育利用日の間食摂取状況と就寝時刻の項目で、延長保育時の給食対応別に分類したグループ間に有意差が認められた ($p < 0.01$)。

5. 延長保育時の給食対応の在り方について

約 9 割の保護者が延長保育時の給食対応について「現状のままでよい」と回答した。

V. 考察

約半数の世帯が延長保育を日常的に利用していたが、そのほとんどが 18~19 時台に帰宅し、延長保育を利用する世帯の中でも三世代世帯の割合が高く、祖父母等の育児支援を得やすい状況にあることが予測された。水野ら¹⁾は、延長保育時に給食対応を行っている施設は全体の 4 割に満たず、そのほとんどがおやつのみのお供与であったと報告しているが、本研究では約 7 割の施設がおやつや軽食などの給食対応を行っており、先行研究と比較して給食の供与率が高く、ほとんどの保護者が、おやつや軽食などの夕食に差し障りない程度の内容で十分であると感じていることが分かった。

延長保育時の給食対応別に有意差が認められた項目は、間食摂取状況と就寝時刻で、その他の項目で有意差は認められず、延長保育時の給食対応そのものが、子どもの食習慣、生活習慣、健康状態に及ぼす影響は少ないように見受けられた。しかし、延長保育時に給食対応があると回答したグループに、夕食時刻が 20 時以降に及んでいる子どもの割合が僅かに高く、夕食時刻の遅延が間食摂取状況や睡眠時刻に影響を及ぼし、不規則な生活習慣を招いている可能性が示唆された。また、就寝時刻が 22 時以降に及んでいる子どもでは、生活時間の夜型化や睡眠時間の不足が懸念された他、朝食を食べたがらず肥満傾向にある子どもや齲歯を有している子どもが少なからずいたことから、生活リズムの乱れが子どもの健康状態に問題を引き起こしている可能性が示唆された。

延長保育は、仕事と子育てを両立する上で欠かせない子育て支援施策の一つであり、青森県内の延長保育の実施状況と延長保育を利用する幼児期の子どもの生活実態を確認できたことは本研究の成果であると考えられる。延長保育で提供される食事の在り方については、家庭での食事を基本に考えている保護者が多い一方で、少数だが夕食の提供を望む声もあり、その背景に夕食時に機嫌が悪い、就寝時刻が 22 時以降に及んでいるなどの気にかかる子どもの存在が認められたことから、状況に応じた柔軟な対応が必要であることが示唆された。子どもの心身の健康づくりと適切な生活習慣の形成には、延長保育の望ましい在り方について、家庭と保育所が共に話し合い検討していくことが重要であり、延長保育を利用しながらも、子どもの生活リズムを守る方法について追究していくことが求められる。

VI. 文献

1) 水野清子, 斎藤幸子, 加藤忠明他, 保育所における長時間保育の給食の対応状況. 日本子ども家庭総合研究所紀要, 37, 131-143, 2000