

【令和2年度若手・大学院生奨励研究】

(1) 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

看護学科 石切麻希子

研究の目的

- 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である。
- 本研究は、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。

研究方法

- 青森県内の延長保育実施施設484施設、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、施設調査で189施設、保護者調査で361名の有効回答を得た。施設調査では延長保育の実施状況、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た。
- すべての結果を記述統計し、保護者調査では延長保育時の給食対応別に χ^2 乗検定を行った。

結果・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、保育所で長時間過ごしている子どもは少なかった。
- 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。
延長保育で提供される食事の在り方では、現在の対応で十分であると感じ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、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。
- 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く、**夕食時刻の遅延**が**不規則な生活習慣を招いている**可能性が示唆された。
- 子どもの健康状態では、約1割が肥満傾向にあり、約3割が齲歯を有していた。
また、就寝時刻が22時を超えている子どもや、朝食を食べたがらない子どもの存在が認められ、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。



今後の展望

- 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、保育所と家庭が共に話し合い、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。