

調査報告

保育園児の食生活に関する検討

安田直美・坂本 恵・石澤 恵美子・川畑 亜矢子・島本 梓

Examination Concerning Day Nursery Child's Eating Habits

YASUDA Naomi, SAKAMOTO Megumi, ISHIZAWA Emiko,

KAWAHATA Ayako and SHIMAMOTO Azusa

I. 緒言

現在、日本の出生率は1.32（2006年）であり¹⁾少子化が進んでいるが、女性の社会進出により保育所に子どもを預ける世帯は多く、2007年の保育所利用児童数は201万5,382人で、前年より1万1,772人（0.6%）増加している²⁾。一方、保育所の待機児童については、前年と比較して減少しているとはいえ2007年4月時点で1万7,926人であり、まだまだ保育施設状況が整備されているとは言い難い。

食育基本法が2005年に制定され、幼児期からの生活習慣の確立が叫ばれているが^{3), 4), 5), 6), 7)}、保護者の就労形態の変容などによる保育所保育の長時間化に伴い、保育園児と保護者との家庭生活時間が減少し、子どもの生活や心理面に様々な影響を与えていると考えられる^{8), 9), 10)}。

そこで、保護者の就業時間が子どもの生活に及ぼす影響を食生活を中心に調査し、実態を把

握することを目的とした。

II. 方法

1. 調査対象者

北海道H保育園の1歳以上の園児92名とその保護者80名を対象とした。

2. 調査方法

(1) 調査内容

保育園児を中心とした食生活に関する質問を選択肢と自由記述によりアンケート用紙にて実施した。調査項目は園児の生活の状況、調理担当者の調理・買い物の状況、調理済食品の利用状況、外食の状況、など23項目および園児の年齢、保護者の年代、勤務状況など対象者の属性である（資料1）。

(2) 調査の時期

平成19年10月25日から26日に調査用紙（資

料1)を配布,自記式で実施後回収した。配布は園児1名につき1部としたため,配布数は92部だった。その内,有効回収数は56部であり,有効回収率は60.9%であった。

(3) 統計処理

調査データは集計後,エクセル統計用アドインソフト「Statcel2」¹¹⁾を用いて検定を行った。検定は通常の保育時間である午後6時までに園児を迎えに行く「通常群」と午後6時以降の延長保育時間に迎えに行く「延長群」に区分して行った。方法はマン・ホイットニ検定, X^2 独立性の検定を用い,有意水準を $p < 0.05$ とした。

Ⅲ. 結果および考察

1. 対象者の概要

調査対象者の概要は表1に示すとおりである。

父親,母親共に「30歳代」が最も多かった。

保護者の勤務状況は,全体では父親は「フルタイム」,母親は「パートタイム」が最も多く,父母ともに「午前,午後とも」仕事をしているという回答が最も多かった。降園時刻での区分では「通常群」は全体と同じであったが,「延長群」については母親が「フルタイム」が最も多かった。平均的な帰宅時間は,全体では父母ともに「午後6時」が最も多く,「通常群」についても同様の結果となったが,「延長群」では父親が「午後9時」,母親が「午後7時」が最も多かった。

家族状況については,同居している家族は,全体では「父母と子」が58.9%,「父母(またはどちらか)と祖父母・おじ・おば(またはその内の何人か)と子」が28.6%,「母と子」が8.9%,「不明」が3.6%であった。「通常群」と「延長群」についてもほぼ同様の傾向がみられた。子どもの人数は,全体では「1人」,「2人」が41.1%,「3人」が8.8%,「4人」が5.4%,「5人」

が3.6%であった。「通常群」と「延長群」についても「1人」,「2人」が上位を占めた。

調査対象の園児の年齢は,全体では「5歳」が最も多く25.0%,次いで「4歳」が23.2%,「2歳」が16.1%,「1歳」,「3歳」,「6歳」が10.7%であった。「通常群」については全体とほぼ同じ結果であったが,「延長群」では「6歳」が66.6%,「3歳」,「5歳」が16.7%で,年長児が多かった。

2. 園児の生活状況

園児の夕食時刻と就寝時刻を図1,2に示した。全体では夕食時刻は「午後6時台」,就寝時刻は「午後9時台」が最も多く,就寝時刻については平成12年度幼児健康度調査報告¹²⁾とほぼ同じ結果となった。降園時刻で比較すると夕食時刻に有意差がみられ,「延長群」の方が遅い結果となった。就寝時刻については有意差が認められなかったが,「延長群」の方が遅い傾向があるように見受けられる。

起床時刻,朝食時刻,登園時刻を図3,4,5に示した。全体では起床時刻と朝食時刻は「午前7時台」,登園時刻は「午前8時00~29分」が最も多く,起床時刻については就寝時刻と同様平成12年度幼児健康度調査報告¹²⁾とほぼ同じ結果となった。降園時刻の比較では起床時刻,朝食時刻,登園時刻共に有意差はなかったが,「通常群」の起床時刻は「午前7時台」より「午前6時台」がわずかに上回る結果となり,「午

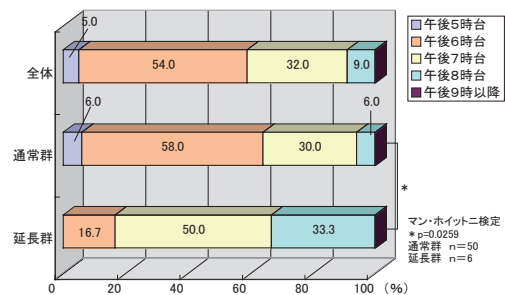


図1 夕食の時刻

表1 調査対象者の概要

調査項目	カテゴリー	全体		通常群		延長群		調査項目	カテゴリー	全体		通常群		延長群					
		N	%	N	%	N	%			N	%	N	%	N	%				
年齢	お父さん	20歳代	9	19.1	9	21.4	0	0.0	帰宅時間	お父さん	午後3時	1	2.3	1	2.4	0	0.0		
		30歳代	28	59.6	24	57.1	4	80.0			午後5時	2	4.5	1	2.4	1	20.0		
		40歳代	8	17.0	8	19.0	0	0.0			午後6時	16	36.4	16	39.0	0	0.0		
		無回答	2	4.3	1	2.5	1	20.0			午後7時	8	18.2	8	19.6	0	0.0		
	お母さん	20歳代	16	29.1	14	28.6	2	33.3			午後8時	4	9.1	4	9.8	0	0.0		
		30歳代	30	54.5	28	57.1	2	33.3			午後9時	6	13.6	4	9.8	2	40.0		
		40歳代	8	14.5	6	12.2	2	33.3			午後10時以降	7	15.9	6	14.6	1	20.0		
		無回答	1	1.9	1	2.1	0	0.0			無回答	0	0.0	1	2.4	1	20.0		
	就労形態	お父さん	パートタイム	1	2.1	1	2.3	0			0.0	お母さん	午後2時	4	7.4	3	6.3	1	16.7
			フルタイム	38	80.9	34	81.0	4			80.0		午後3時	2	3.7	2	4.2	0	0.0
			自営業	7	14.9	7	16.7	0			0.0		午後4時	8	14.8	8	16.7	0	0.0
			在宅ワーク	0	0.0	0	0.0	0			0.0		午後5時	13	24.1	13	27.1	0	0.0
その他			1	2.1	0	0.0	1	20.0	午後6時	20	37.0		18	37.3	2	33.3			
お母さん		パートタイム	28	50.9	26	53.1	2	33.0	午後7時	3	5.6		0	0.0	3	50.0			
		フルタイム	21	38.3	18	36.7	3	50.0	午後8時	2	3.7		2	4.2	0	0.0			
		自営業	2	3.6	2	4.2	0	0.0	無回答	2	3.7		2	4.2	0	0.0			
		在宅ワーク	1	1.8	1	2.0	0	0.0	同居している家族	母と子	5		8.9	4	8.0	1	16.7		
		その他	2	3.6	1	2.0	1	17.0		父母・祖父母・おじ・おばと子※	33		58.9	29	58.0	4	66.6		
仕事を している 時間帯		お父さん	午前のみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	子どもの 人数	不明		2	3.6	2	4.0	0	0.0	
			午後のみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0		1人		23	41.1	20	40.0	3	50.0	
	午前、午後とも		39	83.0	35	83.3	4	80.0	2人		23	41.1	21	42.0	2	33.3			
	交代制で夜間もあり		8	17.0	7	16.7	1	20.0	3人		5	8.8	5	10.0	0	0.0			
	その他	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4人	3		5.4	2	4.0	1	16.7				
	お母さん	午前のみ	3	5.5	3	6.1	0	0.0	5人	2	3.6	2	4.0	0	0.0				
		午後のみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	調査 対象児の 年齢	1歳	6	10.7	6	12.0	0	0.0			
		午前、午後とも	48	87.3	42	85.7	6	100.0		2歳	9	16.1	9	18.0	0	0.0			
		交代制で夜間もあり	2	3.6	2	4.2	0	0.0		3歳	6	10.7	5	10.0	1	16.7			
		その他	1	1.8	1	2.0	0	0.0		4歳	13	23.2	13	26.0	0	0.0			
	無回答	1	1.8	1	2.0	0	0.0	5歳		14	25.0	13	26.0	1	16.7				
	※「父母(またはどちらか)と祖父母・おじ・おば(またはその内の何人か)と子」								6歳	6	10.7	2	4.0	4	66.6				
								無回答	2	3.6	2	4.0	0	0.0					

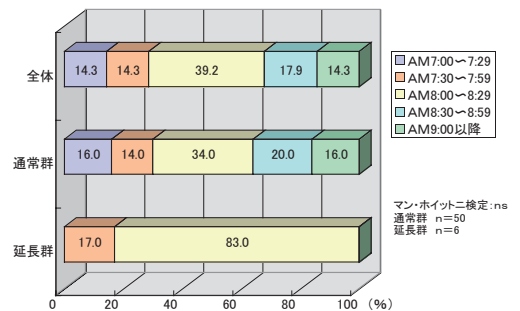
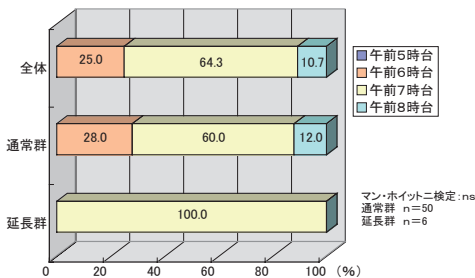
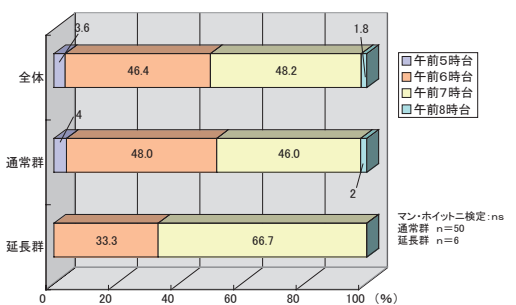
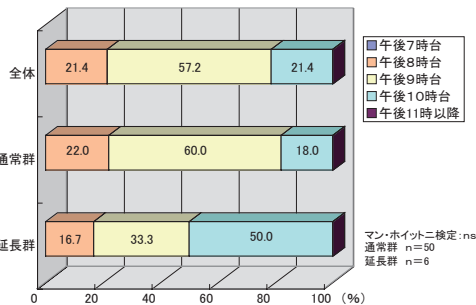


図4 朝食の時刻

図5 登園時刻

前5時台」に起床するという園児も若干いた。

朝食の摂取状況を図6に示した。全体では「必ず食べる」との回答が87.5%であり、これについても平成12年度幼児健康度調査報告¹²⁾とほぼ同じ結果となった。「通常群」に朝食を「食べない」という回答が6.0%あったが、年齢は4～6歳の幼児期後期にあたる園児であり、就寝時刻が遅い傾向がみられた。幼児期からの夜型化が指摘されている⁶⁾が、規則正しい生活を構築するためには幼少時からの就寝時間を見直すことが必要であるとする。

3. 調理担当者

(1) 調理について

主な調理担当者は図7, 8のとおりである。全体では朝食, 夕食ともに「母親」が最も多く、朝食は85.7%, 夕食は80.4%を占めた。父母とも園児と同居しているケースでは、「母親」が調理担当者であるパーセンテージは90.0%に上り、「父親」, 「父親と母親半々」はそれぞれ2.5%, 「祖母」は5.0%であった。「通常群」と「延長群」の比較では朝食, 夕食ともに有意差が認められた。いずれも「母親」が最も多い結果にはなったが、「延長群」は「その他」の回答である「父親と母親半々」も含むと100.0%「母親」が調理に携わっているのに対し、「通常群」は「父親」や「祖母」が主な調理担当になっているパーセンテージが朝食14.0%, 夕食20.0%となった。

1食にかかる調理時間を図9, 10に示した。

全体では朝食は「10分程度」, 夕食は「1時間程度」が最も多かった。「通常群」と「延長群」についてもほぼ同様の結果となり、両者に有意差はみられなかった。「延長群」についても、多少夕食時間が遅くなったとしても手抜きをせず努力している親の姿勢がうかがわれる。

料理の内容を誰の好みに合わせて考えることが多いかについては図11のとおりである。全体では「子どもの好みに合わせて考える」, 「特に考えていない」がほぼ同数で多かった。「通常群」と「延長群」についてもこの2つの回答が上位を占め、有意差はみられなかった。「子どもの好みに合わせる」のは当然予想される回答であったが、「特に考えていない」との回答は、働きながら家事をこなさなければならない余裕のない状況であるためだけでなく、子どもの食嗜好形成の上で特定の好みに偏ることなく献立を立てたいとする考えもあるのではないかと推察される。よく作る料理は「カレーライス」が

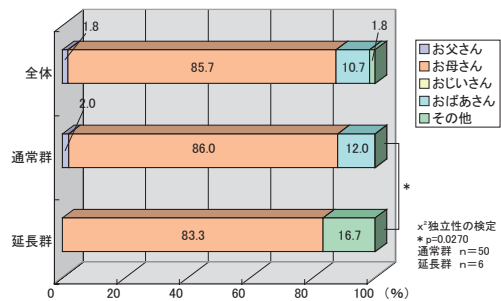


図7 朝食の調理担当者

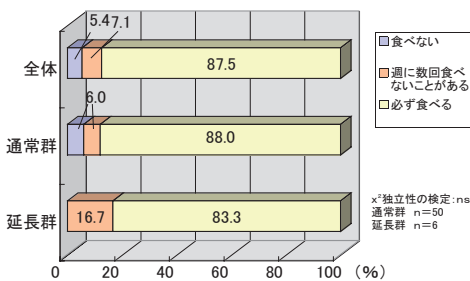


図6 朝食の摂取状況

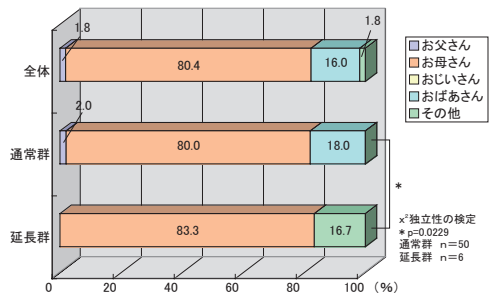


図8 夕食の調理担当者

トップで(図12),上位10位では半数以上が「ハンバーグ」,「シチュー」「オムライス」など子どもが喜びそうなメニューであった。

られなかったが,「延長群」では1/3が「朝のうちに夕食の用意をしている」と回答していた。

食生活で工夫していることを図13に示した。全体では食生活で工夫していることがあると回答した調理担当者が約半数の55.4%であった。「通常群」と「延長群」の比較では有意差はみ

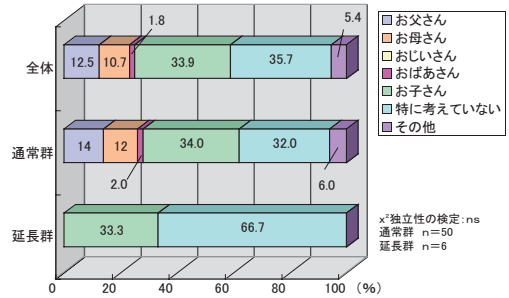
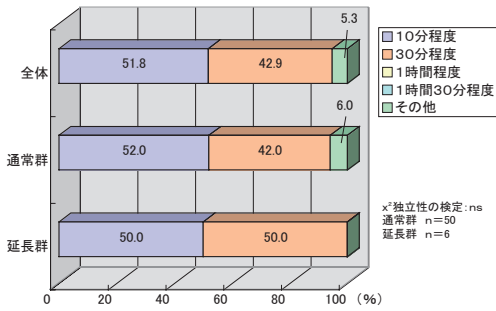


図11 献立の対象者

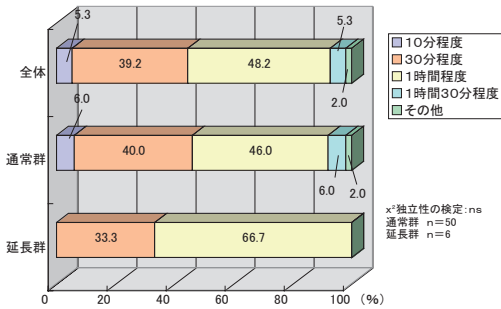


図10 夕食の調理時間

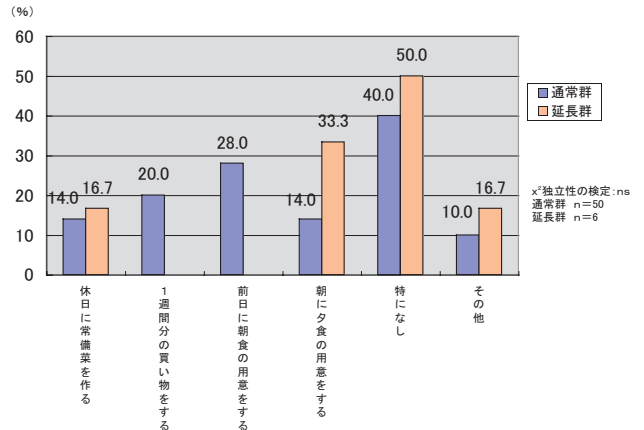


図13 食生活での工夫

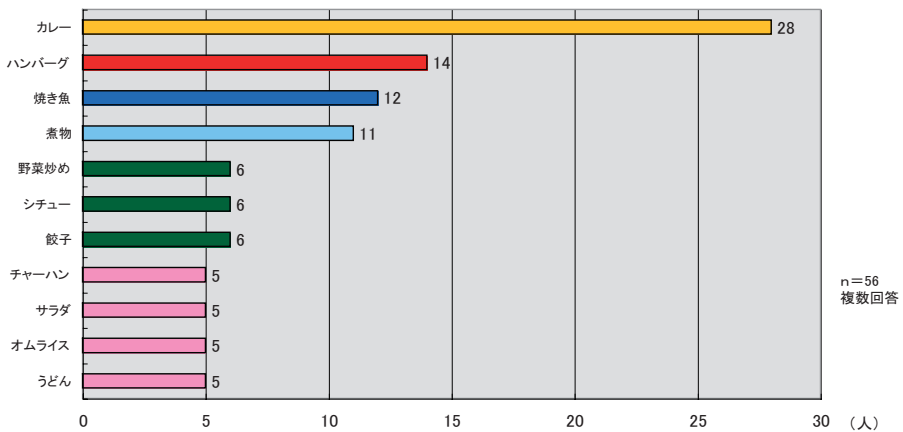


図12 よく作る料理

(2) 買い物について

買い物の回数を図14に示した。全体では「週1~2回」が最も多かった。降園時刻による比較では有意差が認められ、「延長群」の方が買い物の回数が少ない結果となった。「延長群」では「週1回未満」,「週1~2回」を合わせると83.3%となり、なかなか買い物に行く時間がない現状が浮き彫りになった。また、食生活で工夫していることとして「通常群」では20.0%が「1週間の献立を決めて買い物をしている」と回答したが(図13),「延長群」では回答者はいなかった。勤務時間が長く家庭での生活時間が短いため、1週間分の献立を考えている時間的余裕がないと推測される。

(3) 調理済食品の利用状況

調理済食品の利用頻度を図15, 16に示した。全体では朝食は「利用しない」,「月1~3回」,夕食は「月1~3回」が最も多かった。「週3~4回」以上の利用頻度の高い回答は朝食が10.7%, 夕食が5.4%であった。仕事と育児,

家事作業をこなすためには調理済食品の利用も有効なであろう。「通常群」と「延長群」との比較では有意差はみられなかったが,「延長群」では朝食は「利用しない」,「月1~3回」,夕食は「利用しない」,「月1~3回」,「週1~2回」の回答のみで,頻繁に利用するという回答はなかった。

遠足のお弁当への中食の利用頻度を図17に示した。全体では8.9%が「利用することがある」と回答した。朝のあわただしい時間にお弁当も作らなければならない状況となったときに本意ではないとしても中食を利用することもありえるのであろう。「通常群」と「延長群」との比較では調理済食品の利用頻度と同様に有意差はなかったものの,「延長群」では「利用しない」との回答が100.0%であった。

以上の「延長群」の結果は,帰宅が遅いため夕食時間も遅くなりがちな分,せめて食事はできるだけ手作りのものにしたいという調理担当者の気持ちの表れではないかと考える。

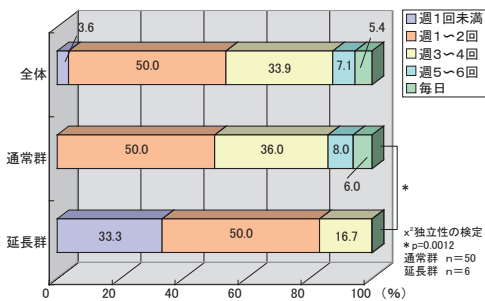


図14 買い物の回数

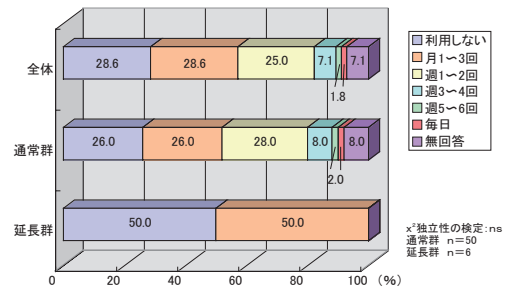


図15 朝食の調理済みの食品利用

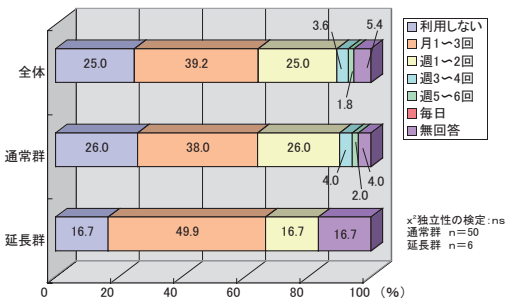


図16 夕食の調理済みの食品利用

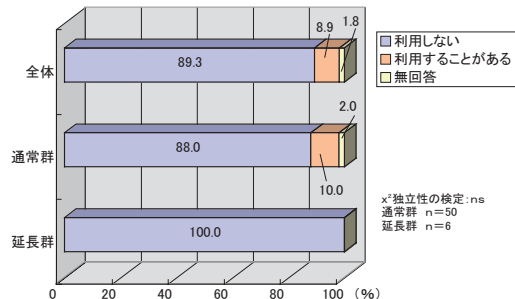


図17 遠足時の惣菜利用

(4) 食事作りで困っていること

食事作りで一番困っていることを表2に示した。85.7%が回答しており、12.5%が「特にない」と回答した。大きく分類すると、「野菜をどう食べさせるか」ということを含め、栄養バランスのとれた食事をいかに作るか「料理のレパートリーが少ない」「短時間で作らなければならない」ことが挙げられた。これらを総合すると調理担当者は栄養バランスのとれた、短時間でできる料理のレシピを必要としていると思われる。

4. 外食の状況

外食の利用状況をみると (図18)、全体、「通

常群」、[延長群]のいずれも「月1~3回」が最も多く、「通常群」と「延長群」では特に有意差がみられなかった。

お祝いの際の食事をする場所は図19に示すとおりである。「全体」では「自宅」が91.0%、「外食」は5.4%であり、「通常群」もほぼ同じ結果となった。「通常群」、[延長群]の比較では有意差はみられなかったが、「延長群」については「自宅」でお祝いしているという回答が100.0%であった。「延長群」は普段帰宅が遅く子どもとのコミュニケーションが少なくなりがちであるので、それを少しでも補う意味からもお祝いの際は自宅でゆっくりと行いたいという保護者の意識がうかがえる。

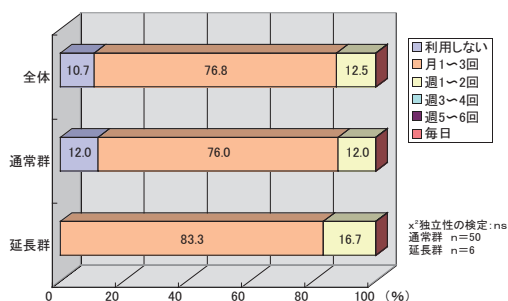


図18 外食の利用

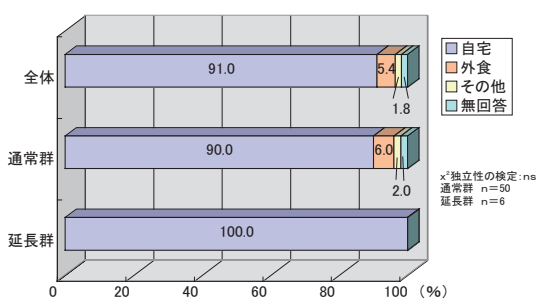


図19 お祝い時の食事場所

表2 食事作りで困っていること

内容	人
①栄養のバランス	6
②料理のレパートリーが少ない	5
③子どもの好みに合わせ料理を作ると同じメニューが多くなる	3
④子ども、大人が感じる料理の好みの違い	2
⑤朝時間がなく、簡単なものしか作れない	2
⑥子どもの食わず嫌い	1
⑦朝ワンパターンなメニューで、子どもが食べてくれない	1
⑧子どもと大人のメニューは同じでよいのか迷う	1
⑨手づかみで食べるので、つゆがなるべく垂れないものにする	1
⑩食べる時間がばらばら	1
⑪野菜を多く使う料理を考えるのが困っている	1
⑫短時間で作らなければならないこと	1
⑬嫌いな野菜をどう食べさせるか	1
⑭保育園の給食とたまに料理がかぶる	1
⑮毎食、野菜をいやいや食べる	1

5. 食生活で困っていること

子どもの食生活などで困っていることを表3に示した。66.1%が回答しており、10.7%が「特にない」と回答した。内容は「ムラ食い」などの嗜好に関すること、「落ち着きがない」などの食事マナーに関すること、「同じメニューが多くなる」などの調理に関することが挙げられていた。

保護者自身の食生活で困っていること(表4)については、44.6%が回答しており、21.4%が「特にない」と回答した。自分自身のことより子どもへの関心が高く、内容は子どもの場合と同様「ムラ食い」などの嗜好に関することや「ゆっくり調理する時間が少ない」などの調理に関すること、「時間が不規則」などの食事時間に関することが挙げられていた。

表3 子どもの食生活で困っていること

内容	人
①ムラ食い	4
②落ち着きがない	4
③緑野菜を食べてくれない	3
④少食	3
⑤食わず嫌い	3
⑥食べるのが遅い	2
⑦同じメニューが多くなる	1
⑧味の好みが違う、魚は喜ばない	1
⑨はしやお茶碗の持ち方をどのように教えるとよいのか困る	1
⑩口にもものを入れた後、もぐもぐしないこと	1
⑪お菓子をおねだりする	1
⑫食べすぎ	1
⑬猫舌なので冷めないで食べない	1
⑭手をかけた料理が作れない	1

表4 保護者自身の食生活で困っていること

内容	人
①ムラ食い	2
②時間が不規則	2
③どうすれば毎日3食を食べることができるのか	1
④魚介が苦手で、魚を使用した料理が少ない	1
⑤手作りのものをあまり食べさせられない	1
⑥インスタントなどですませてしまう	1
⑦惣菜の味の方が好きなこと	1
⑧ゆっくり調理する時間が少ない。すぐ眠くなる	1
⑨家族と味付けがあわない	1
⑩40代過ぎると体重が減らない	1
⑪朝食を食べない	1

IV. まとめ

北海道H保育園の園児とその保護者を対象に食生活に関するアンケートを実施し、現状を把握した。特に園児の降園時間に着目し、通常の保育時間である午後6時までに園児を迎えに行く「通常群」と午後6時以降の延長保育時間迎えに行く「延長群」に分けて比較し以下の結果を得た。

1. 園児の生活状況では、夕食時刻に有意差がみられ、「延長群」の方が遅い結果となった。就寝時刻、起床時刻、朝食時刻、登園時刻、朝食摂取状況は降園時刻の比較では有意差がみられなかったものの、「延長群」の方が就寝時刻が遅い園児が多かった。

2. 調理担当者は朝食、夕食ともに有意差が認められ、「延長群」は「その他」の回答である「父親と母親半々」も含むと100.0%「母親」が調理に携わっているのに対し、「通常群」は「父親」や「祖母」が調理担当者になっているパーセンテージが朝食14.0%、夕食20.0%であった。

3. 1食にかける調理時間では朝食は「10分程度」、夕食は「1時間程度」が最も多い結果となった。また献立内容については「子どもの好みに合わせて考える」、「特に考えていない」がほぼ同数で上位を占めた。よく作る料理は「カレーライス」が群を抜いて多く、「ハンバーグ」、「焼き魚」と続いた。

4. 買い物の回数は有意差が認められ、「延長群」の方が買い物回数が少なかった。

5. 調理済食品の利用頻度は「延長群」では朝食は「利用しない」、「月1～3回利用する」との回答のみであった。「通常群」については朝食、夕食ともにほぼ毎日利用しているという回答があった。遠足のお弁当への中食の利用頻度は「通常群」において「利用することがある」という回答があった。

6. 食事作りで一番困っていることは、栄養バランスのとれた、短時間でできる料理に関する知識が不足しているということであった。

7. 外食の利用状況は「月1～3回利用する」が最も多かった。お祝い時の食事場所は「通常群」、「延長群」の比較では有意差はみられなかったが、「延長群」については「自宅」でお祝いしているという回答が100.0%であった。

8. 子ども、保護者自身の食生活で困っていることは「ムラ食い」などの嗜好に関するものが多く挙げられていたが、子どもに関しては食事マナーについての回答も多かった。

以上のことから、降園時間の差異による園児の家庭生活への影響は避けることができず夕食時刻の遅延が生じ、就寝時刻が遅くなる園児が多かった。保護者が働きながら育児と家事作業を両立させることは厳しい状況であり、限られた時間の中で食事をつくらなければならなかったり、食事内容を考える時間的余裕がなかったりと課題は少なくない。食事作りについては、短時間で栄養バランスのとれた料理が提供できるようなメニューを選ぶ、休日に常備菜を作っておく、事前にある程度の食事の用意をしておくことなどにより食生活の改善の余地があると思われ、食に関する情報を提供していく必要性があると考えられる。

謝辞

本調査をまとめるにあたり、アンケート調査にご協力いただいた保護者の皆様と、保育園の園長並びに保育士の皆様に深謝いたします。

参考文献

- 1) 厚生労働省大臣官房統計情報部, 平成18年人口動態統計(確定数)の概況,
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei06/index.html>, 2007 (2008年1月24日受稿)
- 2) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局, 保育所の状況(平成19年4月1日)等について,
<http://www.mhlw.go.jp/topics/2007/09/tp0907-1.html>, 2007
- 3) 岡本裕子・藤井まさ子, 保育園児の食生活実態調査, 研究紀要, 第9巻, 1988
- 4) 大森玲子, 山崎久子, 飯田有美, 岩原祐子, 永山ケエ子, 保育園児の食生活等に関する実態調査, 宇都宮大学教育学部教育実践起要, 第30号, 2007
- 4) 杉田仲, 保育園児の食生活調査, 宮崎女子短期大学紀要, 第13巻, 1987
- 6) 石崎由美子, 乳幼児の食生活に関する母親の意識・行動の変化, 鹿児島純心女子短期大学, 第31巻, 2001
- 7) 廣畑一代, 山下浩子, 眞谷智美, 高松幸子, 長尾孝彦, 井上慶子, 柴田彰, 保育園児(3~5歳)の生活リズム食生活の実態, 久留米信愛女学院短期大学研究紀要, 第28巻, 2005
- 8) 村井都・中村京子・成清ヨシエ, 保育園児の家庭における食生活の実態, 永原学園西九州大学・佐賀短期大学紀要, 第22巻, 1992
- 9) 諏訪きぬ, 保育の長時間化と保育の課題, 発達, 第28巻, 第111号, 2007
- 10) 清水民子, 保育の長時間化と乳幼児の生活構造の変化, 平安女学院大学研究年報, 第5号, 2005
- 11) 柳井久江, 4Stepsエクセル統計【第2版】, 2004, オーエムエス出版
- 12) 社団法人日本小児保健協会, 平成12年度幼児健康度調査報告,

http://www.jschild.or.jp/book/report_2000.html,
2001

食生活についてのアンケート

☆ご記入にあたってのお願い

①アンケートには、お子さんの保護者の方がご記入ください。

②回答は、当てはまる番号を に数字で記入してください。「その他」を選んだ場合は、その内容を () 内に記入してください。

問1 年齢をお聞かせください。

(1) お父さん (2) お母さん (3) その他の方 ()

①10歳代 ②20歳代 ③30歳代 ④40歳代 ⑤50歳代以上

問2 就労形態は次のうちどれですか。1つだけ選んでお答えください。

(1) お父さん その他 ()
 (2) お母さん その他 ()

①パートタイム ②フルタイム ③自営業 ④在宅ワーク ⑤その他

問3 仕事をしている時間帯(平均)は次のうちどれですか。1つだけ選んでください。

(1) お父さん その他 ()
 (2) お母さん その他 ()

①午前のみ ②午後のみ ③午前、午後とも ④交代制で夜間もあり ⑤その他

問4 平均的な帰宅時間は何時頃ですか。

(1) お父さん (2) お母さん

①午後1時 ②午後2時 ③午後3時 ④午後4時 ⑤午後5時 ⑥午後6時

⑦午後7時 ⑧午後8時 ⑨午後9時 ⑩午後10時 ⑪午後11時 ⑫午前0時以降

問5 同居している家族をお答えください。(いくつでも)

その他 ()

①お父さん ②お母さん ③おじいさん ④おばあさん ⑤お子さん ⑥その他

問6 お子さんの人数と年齢をお聞かせください。

(1) 1歳未満 (2) 1～2歳
 (3) 3～5歳(保育園児) (4) 小学生
 (5) 中学生 (6) 高校生以上

①1人 ②2人 ③3人 ④4人 ⑤5人以上

問7 問6のうち、記入対象のお子さんの年齢をお答えください。

①1歳 ②2歳 ③3歳 ④4歳 ⑤5歳 ⑥6歳

問8 お子さんの起床時刻は何時頃ですか。

①午前5時台 ②午前6時台 ③午前7時台 ④午前8時台

問9 お子さんの就寝時刻は何時頃ですか。 その他 () 時台

①午後7時台 ②午後8時台 ③午後9時台 ④午後10時台 ⑤午後11時以降

⑥その他

問10 お子さんを何時頃登園させていますか。

①AM7:00～7:29 ②AM7:30～7:59 ③AM 8:00～8:29 ④AM 8:30～8:59

⑤AM9:00以降

問11 お子さんを何時頃保育園に迎えにいきますか。

- ①PM5:00前 ②PM 5:00 ~ 5:29 ③PM 5:30 ~ 5:59 ④PM 6:00 ~ 6:29
- ⑤PM 6:30 ~ 7:00

問12 朝食の摂取状況についてお聞きます。登園日についてお答えください。

- ①食べない ②週に数回食べないことがある ③必ず食べる

問13 朝食は何時頃ですか。

- ①午前5時台 ②午前6時台 ③午前7時台 ④午前8時台

問14 夕食は何時頃ですか。

- ①午後5時台 ②午後6時台 ③午後7時台 ④午後8時台 ⑤午後9時以降

問15 主にどなたが食事を作りますか。1つだけ選んでお答えください。

- (1) 朝食 ⑤の場合はどなたか記入してください ()
- (2) 夕食 ⑤の場合はどなたか記入してください ()
- ①お父さん ②お母さん ③おじいさん ④おばあさん ⑤その他

問16 1食にかける料理の時間はどれくらいですか。

- (1) 朝食 ⑤の場合は時間を記入してください ()
- (2) 夕食 ⑤の場合は時間を記入してください ()
- ①10分程度 ②30分程度 ③1時間程度 ④1時間半以上 ⑤その他

問17 料理の内容はどなたの好みに合わせて考えることが多いですか。

- ⑦の場合はどなたか記入して下さい ()
- ①お父さん ②お母さん ③おじいさん ④おばあさん ⑤お子さん
- ⑥特に考えていない ⑦その他

問18 よく作る料理を教えてください。(いくつでも)

(_____)

問19 食事作りや買い物などの食生活で工夫していることはありますか。(いくつでも)

⑥の場合は内容を記入して下さい

{ _____ }

- ①休日にハンバーグや餃子などを多めに作って冷凍したり、常備菜を作ったりしている
- ②1週間の献立を決めて買い物をしている ③前日に翌日の朝食の用意をしている
- ④朝のうちに夕食の用意をしている ⑤特にない ⑥その他

問20 1週間に何回位食材料の買い物をしますか。(宅配を含みます)

- ①週1回未満 ②週1~2回 ③週3~4回 ④週5~6回 ⑤毎日

問21 調理済食品はどのくらい利用していますか。

- (1) 朝食 (2) 夕食
- (例…おにぎり、菓子パン、弁当、惣菜、レトルト食品、など。)

- ①利用しない ②月1~3回 ③週1~2回 ④週3~4回 ⑤週5~6回 ⑥毎日

問22 外食はどのくらい利用していますか。

- ①利用しない ②月1~3回 ③週1~2回 ④週3~4回 ⑤週5~6回 ⑥毎日

問23 遠足のお弁当にスーパーなどのおにぎり・惣菜・弁当を利用することがありますか。

- ①利用しない ②利用することがある ③よく利用する

問24 お祝い(誕生日など)の時の食事はどちらでしますか。

③の場合はどちらか記入してください()

①自宅 ②外食 ③その他

問25 問24で「②外食」と答えた方は、よく行くお店を教えてください。

()

食事作りで一番困っていることは何ですか。

お子さんと接していて食生活などで困っていることがありましたらお書きください。

ご自身の食生活で困っていることがありましたらお書きください。

簡単にできる朝食・夕食のレシピ集があったら利用したいですか。

①はい ②いいえ

簡単にできる料理講習会があったら参加したいですか。

①はい ②いいえ



ご協力ありがとうございました。

Abstract

At present, the birthrate in Japan is rapidly decreasing, however, the women are advancing in the society. The households that leave the children in the day care center are increasing because the working hours of the parents is also increasing. As a result, the time a child spends with parents is decreasing.

The effect on the child during the working hours of the parents was investigated. Our investigation focused on the eating habit of the children. Those who come home late from the nursery, have late supper and go to bed late. It is difficult to fully take care of the child during the parents' working hours because they have too many household affairs. Especially, it becomes difficult for the parents to prepare meals for the children.