

幼児の食生活に関する一考察

——間食の与え方と嗜好状況——

市川民慈子

I 緒言

食物は人間の生命を維持し、健康を増進させるために欠くことのできないものである。しかも心身の成長、発達を遂げて成人という目標に到達する途上にある乳幼児にとっては、ことさらに配慮が必要である。幼児期の身体発育は乳児期に比してやや劣るが、小児の将来の社会性や道徳性の基礎形成の重要な時期にあたり、とくに心身の構成に必要な物質を食物として質量共に過不足のないように与えねばならない。また、この時期の栄養方法はその後の成長、発育に多大の影響を及ぼすことも周知の如くである。⁽¹⁾

わが国戦後の生活環境は、諸方面にわたってめざましい変化をとげ、経済高度成長に伴なって諸外国の生活習慣を導入し合理的な衣食住の改革を試み、同時に国民の意識向上とあいまって、ことに食生活の改造は小児の身体発育に加速度的成長をもたらした。現在の食事ことに間食については乳製品や砂糖などを主材料とした飴類、生菓子類、また茶、コーヒー、チョコレート、アルコール類を含む興奮性食品、あるいは辛子、胡椒、カレー等の香辛性の強い食品等々、多種多様に氾濫し、これらを幼児に与えることの良否も問われているが、実際問題として彼等の食生活からすべてを取り去ることは不可能に近い。しかしこれらのものが幼児の身体発育、食品衛生や保健上にどのようにかかわっているかを検討し、正しい理解の許に適切な食事の栄養指導こそ急務であろう。⁽²⁾今回は幼児をもつ家庭で上記の食品がどのようにとりあつかわれているか、間食の与え方と幼児の嗜好状態等の実態調査を試み、その興味ある結果を報告し、次の機会には家庭環境、それらの食品の身体発育に及ぼす影響などを分析し、

またむし歯との関係等についても追求する予定である。

Ⅱ 調査方法

1. 調査対象

神戸市内にある小羊幼稚園の園児 53 名を対象とした。場所は国鉄灘駅の北方、県立美術館や王子公園に隣接する商店街や住宅地に住む平均中流位の家庭環境と推定される全員 60 余名の個人的指導の行届いた幼稚園である。

2. 方法

昭和 49 年 7 月 17 日。講演の依頼を受たさい出席の養育者 53 名の協力をえてアンケート用紙に詳細な説明を加えながら、幼児の出生当時から現在に至る生活環境状況、身体発育ならびに保健状況特に食生活の諸事項に関して記入を乞い、測定値等は身体検診票を参考とした。

Ⅲ 調査成績及び考察

乳児期について発育の旺盛な幼児期には成人と比較して身体の割合に多くの栄養を必要とし、しかもまだ消化器は未熟であり一方運動量は増すので、三度の食事だけでは栄養の質量共に不足をきたし間食が要求される。この場合の間食は成人とは異なり主食を補う栄養源であると同時にその食生活に楽しみと喜を与えることも望まれる。その与え方はあくまで次の食事の支障を来さぬ程度でおよそ 1 日の熱量の 10～20%が適当とされるが勿論、年齢、運動量、食事間隔また食欲の程度等によっても異なる。間食の回数は午前、午後の各 1 回が適当とされ日本では昔から午前 10 時と午後 3 時頃を理想とするが、朝目覚めた直後、食事前、就寝前等に不規則に与えることは衛生上好ましくない。

1. 間食の与え方の実態

間食の与え方の実態は第 1 表の如く、下記の 5 項目に分類した。

- ①ほしがれば、そのつど本人の望むものを与える。
- ②ある程度時間をきめて、親の選んだものを与える。
- ③お金を与えて、好きなものを買わせる。

④殆ど与えない。

⑤その他（①と②の併用3名。④と②の併用2名を分類の都合上含む。）

第1表 間食の与え方の実態

与え方 人員		①	②	③	④	⑤	合 計
		男 児 (名)	7	18	2	2	
女 児 (名)	1	15	2	1	0	19	
計 (名)	8	33	4	3	5	53	
%	15.1	62.3	7.5	5.7	9.4	100	

以上の項目中、最も多いのは②の33名（62.3%）、ついで①の8名（15.1%）、⑤の5名（9.4%）、③の4名（7.5%）、④の3名（5.7%）の順であり、全員の約 $\frac{2}{3}$ は間食に関する主導権を親が持っていることを知った。

現在の幼児の間食傾向に興味を持っていた著者は、生田美智子氏の卒論⁽³⁾として徳島県下の調査を指導し、今回とはほぼ同傾向を確認した。次に与え方や食品を特に注意深く選択した者は34名（58.5%）、無関心者は22名（41.5%）であり、前者の内容は果物や牛乳を多くし、甘いものを避け、消化良く主食に差支ぬ品をえらび、またできるだけ手造の物を努力して心がけている等々がみられた。間食として好ましいものは季節の果物や野菜、牛乳やヨーグルト、卵や牛乳を材料とするプディングやゼリー等栄養的で衛生的にも優れた愛情のこもった手造の品を理想とするが、現在店頭に氾濫する市販の多種多様の品々は幼児にとって魅力もあり、栄養のバランスを考えながら市販品を適当に利用することは好ましいが、買求めた間食を親子で食べ歩きながら所かまわずその容器等を投げ捨てる姿に、モラルの低下を慨嘆し、食生活の作法の基本的習慣の再指導を要望せねばならない。

2. 菓子、香辛料、嗜好飲料の実態

幼児の食生活中、指導上問題のある砂糖を主材料とする生菓子類、飴類、ジュース類、次いで茶、コーヒー、チョコレート等の興奮性食品、カレー、辛子等の香辛性食品やアルコール入り食品等がどのように扱われ、どのような嗜好

状況を示すかの実態は次の如くである。なお上記食品の撰択は武藤氏⁽⁴⁾を基準とした。

(A) 飴・菓子・ジュース類

幼児の日常生活で問題となる多数の食品中広く用いられていると推定される次の9種をとりあげた。これらの食品は甘過ぎるもの、着色料の過剰、食品が頑具をかね、また与えすぎは主食に障害をもたらす等の欠点をもち好ましくない物も多い。

(i) キャラメル・ドロップ類

与え方では、よく与えると答えたものは37名(69.8%)、殆ど与えないは13名(24.5%)、与えたことなしは3名(5.7%)であった。嗜好状況は、大好きは8名(15.1%)、普通は41名(77.3%)、与えたことなくわからないが3名(5.7%)、大嫌いは1.9%にかかわらず24.5%のものが殆ど与えられていないということは、与え方にある程度の制限が感じられる。生田氏は、よく与えられる者の身体発育はやや劣り、またむし歯の平均数も多いと報告している。

第2表・キャラメル・ドロップ類

項目	種	額	男	女	計	%
与え方	与えたことなし		3	0	3	5.7
	殆ど与えない		9	4	13	24.5
	時々与える		0	0	0	0
	よく与える		22	15	37	69.8
	合計		34	19	53	100
嗜好状況	大好き		4	4	8	15.1
	普通		27	14	41	77.3
	大嫌い		0	1	1	1.9
	与えたことなく・わからない		3	0	3	5.7
	合計		34	19	53	100

(ii) 洋菓子(クリーム付)

あたえ方の分布の多いのは、時々与えるの38名(71.7%)、ついで殆ど与えないの15.1%、よく与える11.3%、与えたことなし1.9%の順である。よく

与えると答えた者はキャラメル・ドロップ類の $\frac{1}{6}$ にすぎない。これは経済との関係もうかがえる。嗜好状況は普通と答えた者56.6%，大好き37.7%，大嫌い3.8%であった。

第3表 洋菓子（クリームつき）

項目	種 類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	1	0	1	1.9
	殆ど与えない	5	3	8	15.1
	時々与える	26	12	38	71.7
	よく与える	2	4	6	11.3
	合 計	34	19	53	100
嗜好状況	大 好 き	11	9	20	37.7
	普 通	21	9	30	56.6
	大 嫌 い	1	1	2	3.8
	与えたことなく・わからない	1	0	1	1.9
	合 計	34	19	53	100

(四) 和菓子（あんもの）

与え方は殆ど与えない51.0%，与えたことなし11.3%，時々与える34.0%，

第4表 和菓子（あんもの）

項目	種 類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	4	2	6	11.3
	殆ど与えない	16	11	27	51.0
	時々与える	13	5	18	34.0
	よく与える	1	1	2	3.7
	合 計	34	19	53	100
嗜好状況	大 好 き	5	2	7	13.2
	普 通	16	12	28	52.8
	大 嫌 い	9	3	12	22.7
	与えたことなく・わからない	4	2	6	11.3
	合 計	34	19	53	100

よく与えるは3.7%にすぎず時代の相異を感じる。「あんもの」についてはむし歯等の関係もあり、与え方に制限の考慮も多分に感受される。嗜好状況は大好きは13.2%で洋菓子の約 $\frac{1}{3}$ であり、普通は52.8%で殆ど同じ、大嫌いは22.7%で約6倍の高値をしめした。

(iv) クッキー・ビスケット類

与え方は与えたことなしは皆無、全員が与えられているが、よく与えるは34.0%時々与えるは58.5%で前出の3種類よりも与える頻度と量は多いと察せられる。嗜好状況は、大嫌いは3.8%にすぎず、大好きは28.3%、普通は67.9%で96.2%はまづ喜んで食していることを認めるが乳歯発生直後からこれを与えることは乳児を「甘党」にしつける害を生じやすく反省すべき点もあろう。⁽⁵⁾

第5表 クッキー・ビスケット類

項目	種 類	男	女	計	%
与 こ 方	与えたことなし	0	0	0	0
	殆ど与えない	1	3	4	7.5
	時々与える	23	8	31	58.5
	よく与える	10	8	18	34.0
	合 計	34	19	53	100
嗜 好 状 況	大 好 き	12	3	15	28.3
	普 通	22	14	36	67.9
	大 嫌 い	0	2	2	3.8
	与えたことなく・わからない	0	0	0	0
	合 計	34	19	53	100

(v) おかき類

おかき類における与え方はクッキー・ビスケット類と同様に全員が与えられており、時々与えるは52.83%、よく与えるは37.74%、殆ど与えないは9.43%である。嗜好状況については大嫌いは皆無、大好きも前者より多く34.0%、普通は66.0%で、米を主材料としたこの食品は日本人の嗜好に適すると察せられる。岡田氏は最近の発表で年平均観察によれば、⁽⁶⁾「せんべい」は間食の撰

取頻度第1位と述べている。

第6表 おかき類

項目	種 類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	0	0	0	0
	殆ど与えない	1	4	5	9.43
	時々与える	22	6	28	52.83
	よく与える	11	9	20	37.74
	合 計	34	19	53	100
嗜好状況	大 好 き	8	10	18	34.0
	普 通	26	9	35	66.0
	大 嫌 い	0	0	0	0
	与えたことなく・わからない	0	0	0	0
	合 計	34	19	53	100

(iv) ガ ム

与え方は時々与えるは43.4%，よく与えるは20.7%で徳島市の⁽³⁾ $\frac{1}{2}$ をしめし、殆ど与えないは32.1%，与えたことなしは3.8%である。嗜好状況は徳島市の場合に大好きは50%以上をみたが、今回は37.7%，普通は56.6%，大嫌いは

第7表 ガ ム

項目	種 類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	1	1	2	3.8
	殆ど与えない	10	7	17	32.1
	時々与える	16	7	23	43.4
	よく与える	7	4	11	20.7
	合 計	34	19	53	100
嗜好状況	大 好 き	13	7	20	37.7
	普 通	20	10	30	56.6
	大 嫌 い	0	1	1	1.9
	与えたことなく・わからない	1	1	2	3.8
	合 計	34	19	53	100

1.9%にすぎない。最近は授業中にガムをたしなむ大学生もみかけるが、小児の購買心をそそるような絵やおまけ付き福引や、宣伝市販方法も、今回96%以上の小児がガムを与えられている現状と無関係とは否定できない。

(四) アイスクリーム

与え方は時々与えるが56.6%，よく与えるは39.6%，合計96.2%は親も好んで与えていることとなる。与えたことなしと殆ど与えないは各々1.9%である。嗜好状況は大嫌いはいずれも皆無，与えたことなしの1名を除いて，大好きは71.7%と普通の26.4%の合計98.1%の意味はアイスクリームが幼児に対して後述のジュースについて魅力と満足を与える間食であると断定できよう。

第8表 アイスクリーム

項目	種 類	男	女	計	%
与 え 方	与えたことなし	1	0	1	1.9
	殆ど与えない	1	0	1	1.9
	時々与える	17	13	30	56.6
	よく与える	15	6	21	39.6
	合 計	34	19	53	100
嗜 好 状 況	大 好 き	25	13	38	71.7
	普 通	8	6	14	26.4
	大 嫌 い	0	0	0	0
	与えたことなし・よくわからない	1	0	1	1.9
	合 計	34	19	53	100

(四) ジュース

与え方は与えたことなしは皆無，殆ど与えないは15.1%，時々与えるは49.1%，よく与えるは35.8%をしめし，全員が何等かの形で与えた経験のある間食といえる。嗜好状況は大嫌いとは皆無であり，大好きは62.3%，普通は37.7%で幼児の全員が無条件で一応は満足しうる品といえよう。

ただしジュース類には種々の品が市販されており，栄養的に優れた天然果汁45%以上を含むものから，粉末ジュース等のように色素と甘味料のみからつ

くられたものもあるから、養育者は与え方に選択の考慮を必要とする。

第9表 ジュース

項目	種類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	0	0	0	0
	殆ど与えない	5	3	8	15.1
	時々与える	16	10	26	49.1
	よく与える	13	6	19	35.8
	合計	34	19	53	100
嗜好状況	大好き	21	12	33	62.3
	普通	13	7	20	37.7
	大嫌い	0	0	0	0
	与えたことなく・わからない	0	0	0	0
	合計	34	19	53	100

(ix) コカコーラ・ファンタ類

与え方は与えたことなしは26.4%、殆ど与えないは34.0%、時々与えるは26.4%、よく与えるは13.2%である。嗜好状況は大好きは34.0%、普通は37.7%、大嫌い1.9%がみられ、与え方に制限が認められる。また与え始めの

第10表 コカコーラ・ファンタ類

項目	種類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	8	6	14	26.4
	殆ど与えない	12	6	18	34.0
	時々与える	9	5	14	26.4
	よく与える	5	2	7	13.2
	合計	34	19	53	100
嗜好状況	大好き	14	4	18	34.0
	普通	12	8	20	37.7
	大嫌い	0	1	1	1.9
	与えたことなく・わからない	8	6	14	26.4
	合計	34	19	53	100

第11表 各種間食の与え始めの時期の実態

品名	性 別	与え始めの 時期			1年未満			1年以後			おぼえていない			与えたことなし			性別 計	合 計	
		人員	計	%	人員	計	%	人員	計	%	人員	計	%	人員	計	%		人員	%
キャラメル ドロップ数	男	6			21			4			3			34			53	100	
	女	2	8	15.1	12	33	62.3	5	9	17.0	0	3	5.6	19					
洋菓子 (クリーム付)	男	11			20			2			1			34			53	100	
	女	3	14	26.4	10	30	56.6	6	8	15.1	0	1	1.9	19					
和菓子 (あんもの)	男	3			22			5			4			34			53	100	
	女	0	3	5.7	8	30	56.6	9	14	26.4	2	6	11.3	19					
クッキ ビスケット類	男	20			12			2			0			34			53	100	
	女	11	31	58.5	4	16	30.2	4	6	11.3	0	0	0	19					
おかき類	男	8			21			5			0			34			53	100	
	女	8	16	30.2	7	28	52.8	4	9	17.0	0	0	0	19					
ガム	男	0			24			9			1			34			53	100	
	女	3	3	5.6	9	33	62.3	6	15	28.3	1	2	3.8	19					
アイスクリーム類	男	13			16			4			1			34			53	100	
	女	9	22	41.5	10	26	49.1	0	4	7.5	0	1	1.9	19					
ジュース類	男	17			11			6			0			34			53	100	
	女	14	31	58.5	5	16	30.2	0	6	11.3	0	0	0	19					
ココ ファンタ類	男	1			20			5			8			34			53	100	
	女	5	6	11.3	6	26	49.1	2	7	13.2	6	14	26.4	19					

時期もおそいようである。

つぎに以上の9種類の食品に関する与え始めの時期は上表の如くである。

(イ)1年未満から与えた第1の品はクッキー・ビスケット類とジュース類の58.5%で、半数以上は早期から与えている。ついでアイスクリームの41.5%、おかき類の30.2%、洋菓子の26.4%等々の順であり、最も少ないのは和菓子5.7%とガム5.6%である。

(ロ)満1年以後幼児期に与え始めた第1のものはキャラメル・ドロップ類とガムの62.3%、ついで洋菓子と和菓子の56.6%、おかき類の52.8%、アイスクリーム・コココーラ類の49.1%、ジュースとクッキー・ビスケット類の30.2%等々の順である。

(ハ)現在に至るまで1度も与えられぬものは、コココーラ類26.4%、和菓子11.3%、キャラメル類5.6%、ガム3.8%、洋菓子とアイスクリーム1.9%である。

第12表 日本茶(煎茶・玉露)

項目	種 類	男	女	計	%
与 え 方	与えたことなし	6	6	12	22.6
	殆ど与えない	16	8	24	45.3
	時々与える	12	4	16	30.2
	よく与える	0	1	1	1.9
	合 計	24	19	53	100
嗜好 状 況	大 好 き	0	1	1	1.9
	普 通	24	6	30	56.6
	大 嫌 い	4	6	10	18.9
	与えたことなく・わからない	6	6	12	22.6
	合 計	34	19	53	100
与 え 始 め の 時 期	1 年 未 満	3	6	9	17.0
	1 年 以 後	20	3	23	43.4
	おぼえていない	5	4	9	17.0
	与えたことなし	6	6	12	22.6
	合 計	34	19	53	100

(㊦)与え始めの時期を「覚えていない」と答えたものは、どの項目にもみられた。

(B) 興奮性食品

日常問題となる多数の興奮性食品のなかから、日本茶（煎茶・玉露）、ミルクコーヒー、紅茶、コーヒー、ココア、チョコレート等を取りあげてその与え方と嗜好状況について調べた。

(i) 日本茶（煎茶・玉露）

日本の家庭では番茶は習慣的に湯ざまし同様に用いていることが多いので特に煎茶や玉露を対象とした。与え方は殆ど与えないが45.3%，時々与えるは30.2%，与えたことなしは22.6%，よく与えるは1.9%であった。茶の湯の稽古を幼児期から始める家庭もあるが、嗜好状況は大好きは1.9%にすぎず、大嫌いは18.9%，普通は56.6%，であり、若い日本人家庭は食生活が戦後変わったことも頷かれる。与え始めの等期は1年未満は17.0%，1年以後は43.4%，おぼえていないは22.6%みられた。

第13表 コーヒー牛乳

項目	種 類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	2	1	3	5.6
	殆ど与えない	7	4	11	20.8
	時々与える	13	9	22	41.5
	よく与える	12	5	17	32.1
	合 計	34	19	53	100
嗜好状況	大 好 き	18	5	23	43.4
	普 通	14	13	27	51.0
	大 嫌 い	0	0	0	0
	与えたことなく・わからない	2	1	3	5.6
	合 計	34	19	53	100
与え始めの時期	1 年 未 満	4	4	8	15.1
	1 年 以 後	21	14	35	66.1
	おぼえていない	7	0	7	13.2
	与えたことなく・わからない	2	1	3	5.6
	合 計	34	19	53	100

(ii) コーヒー牛乳

与え方についてみると、与えたことなしは5.6%、殆ど与えないは20.8%、時々与えるは41.5%、よく与えるは32.1%である。嗜好状況は大嫌いはいずれも皆無、大好きは43.4%、普通は51.0%で幼児の好みにあった品といえよう。与え始めは1年未満は15.1%、1年以後は66.1%、覚えていないは13.2%みられた。

(iii) 紅茶, (iv) コーヒー, (v) ココア

与え方ではよく与えると答えたのは紅茶22.6%、コーヒーは皆無、ココアは1.9%にすぎない。時々与えるは紅茶56.6%、コーヒー18.8%、ココア18.9%。殆ど与えないは紅茶17.0%、コーヒー47.2%、ココア52.8%。与えたことなしは紅茶3.8%、コーヒー34.0%、ココア26.4%で現代の食生活では紅茶が日本茶に変わってきたことが推定される。嗜好状況は大嫌いはいずれも紅茶3.77%、ココア5.7%、コーヒー20.8%。大好きは紅茶17.0%、コーヒー9.4%、ココア13.2%で紅茶が一番多く与えられかつ好まれていることが明確となった。またコーヒーは与え方の制限も一番強い傾向をしめした。与え始めの時期は1年未満は紅茶20.8%のみであり、1年以後には紅茶64.1%、コーヒーは51.0%、ココア49.1%である。戦後はココアが広く用いられまた喜ばれた傾向があったが現代はコーヒー牛乳におきかえられた感が深い。

(vi) チョコレート

与え方では現在に至るまで1度も与えない者は1名にすぎないが、よく与えるも7.5%と以外に少なく、時々与えるは60.4%、殆ど与えないは30.2%である。嗜好状況では大嫌いはいずれも皆無、大好きは67.9%とアイスクリーム(71.7%)について好まれ、与えられた全員が好ましく感じていることが覗えるが与え方にはかなりの制限の配慮を認める。即ち成分表によればこれは熱量が多く、味は刺激的で、口あたりもよく少量にとどめることがむつかしく、ひいては食欲不振を招き偏食の原因につながりやすい間食の1つである。

(C) 香辛料

対象としては胡椒・唐辛子・生姜・カレーを特にとりあげてみた。

(i) 胡椒

第14表 紅茶・コーヒー・ココア

項目	種類	紅茶				コーヒ				ココア			
		男	女	計	%	男	女	計	%	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	2	0	2	3.8	13	5	18	34.0	7	7	14	26.4
	殆ど与えない	5	4	9	17.0	14	11	25	47.2	18	10	28	52.8
	時々与える	23	7	30	56.6	7	3	10	18.8	8	2	10	18.9
	よく与える	4	8	12	22.6	0	0	0	0	1	0	1	1.9
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100
嗜好状況	大好き	5	4	9	17.0	2	3	5	9.4	5	2	7	13.2
	普通	27	13	40	75.5	14	5	19	35.8	21	8	29	54.7
	大嫌い	0	2	2	3.77	5	6	11	20.8	1	2	3	5.7
	与えたことなし	2	0	2	3.77	13	5	18	34.0	7	7	14	26.4
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100
与え始め時期	1年未満	3	8	11	20.8	0	0	0	0	0	0	0	0
	1年以上	25	9	34	64.1	15	12	27	51.0	22	4	26	49.1
	おぼえていない	4	2	6	11.3	6	2	8	15.0	5	8	13	24.5
	与えたことなし	2	0	2	3.8	13	5	18	34.0	7	7	14	26.4
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100

第15表 チョコレート

項目	種 類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	1	0	1	1.9
	殆ど与えない	12	4	16	30.2
	時々与える	19	13	32	60.4
	よく与える	2	2	4	7.5
	合 計	34	19	53	100
嗜好状況	大 好 き	26	10	36	67.9
	普 通	7	9	16	30.2
	大 嫌 い	0	0	0	0
	与えたことなく・わからない	1	0	1	1.9
	合 計	34	19	53	100
与え始めの時期	1 年 未 満	1	0	1	1.9
	1 年 以 後	27	19	46	86.8
	おぼえていない	5	0	5	9.4
	与えたことなし	1	0	1	1.9
	合 計	34	19	53	100

与えたことなしと殆ど与えないは各39.6%，時々与えるは18.9%，よく与えるは1.9%にすぎない。嗜好状況では大好きは皆無，普通は37.74%，大嫌いはいは22.64%である。1年未満に与え始めた者はなく，1年以後は35.84%，おぼえていない者は24.54%である。若い世帯の食生活では胡椒は調味料として欠かせないから，幼児に対してかなり注意深く制限していると察せられる。

(ii) 唐辛子

与えたことなしは73.6%におよび，殆ど与えないは26.4%，其他の項目は皆無である。嗜好状況では大好きは皆無，普通は11.3%と少なく，大嫌いはいは15.1%である。1年未満に与えた者はなく，1年以後も15.1%にすぎない。

(iii) 生 姜

与えたことなしは唐辛子に次いで多く52.8%，殆ど与えないは26.4%，時々与えるは17.0%，よく与えるは3.8%である。大好きは1.9%，普通は34.0%，大嫌いはいは11.3%である。与え始めも1年未満は皆無，1年以後は

第16表 胡椒・唐辛子・生姜

項目	種類	胡椒				唐辛子				生姜			
		男	女	計	%	男	女	計	%	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	16	5	21	39.6	27	12	39	73.6	20	8	28	52.8
	殆ど与えない	13	8	21	39.6	7	7	14	26.4	8	6	14	26.4
	時々与える	5	5	10	18.9	0	0	0	0	4	5	9	17.0
	よく与える	0	1	1	1.9	0	0	0	0	2	0	2	3.8
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100
嗜好状況	大好き	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1.9
	普通	13	7	20	37.74	4	2	6	11.3	9	9	18	34.0
	大嫌い	5	7	12	22.64	3	5	8	15.1	4	2	6	11.3
	与えたことなし	16	5	21	39.62	27	12	39	73.6	20	8	28	52.8
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100
与え始めの時期	1年未満	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	1年以後	12	7	19	35.84	5	3	8	15.1	12	3	15	28.3
	おぼえていない	6	7	13	24.54	2	4	6	11.3	2	8	10	18.9
	与えたことなし	16	5	21	39.62	27	12	39	73.6	20	8	28	52.8
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100

28.3%である。

(iv) カレー

与えたことなしは1.9%にすぎないから其他は与えられた経験をもち、殆ど与えないは7.5%、時々与えるは67.9%、よく与えるは22.7%である。大好きと普通は同量で94.4%は幼児の好みにかなうことをしめしている。5.6%は1年未満に与え始め、1年以後は62.3%、与え始めの時期を記憶しない者は30.2%であるが、前述の香辛料とは逆にカレーは幼児にとって絶対的な魅力をもつ品であることを確認した。

第17表 カレー

項目	種 類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	1	0	1	1.9
	殆ど与えない	2	2	4	7.5
	時々与える	22	14	36	67.9
	よく与える	9	3	12	22.7
	合 計	34	19	53	100
嗜好状況	大 好 喜	19	6	25	47.2
	普 通	12	13	25	47.2
	大 嫌 い	2	0	2	3.7
	与えたことなし	1	0	1	1.9
	合 計	34	19	53	100
与え始めの時期	1年未満	1	2	3	5.6
	1年以後	22	11	33	62.3
	おぼえていない	10	6	16	30.2
	与えたことなし	1	0	1	1.9
	合 計	34	19	53	100

(D) 香辛料入り食品

日常、問題になっている多数の香辛料入り食品の中からソーセージ・トマトケチャップ・ウスターソースをとりあげた。

(i) ソーセージ

第18表 ソーセージ・トマトケチャップ・ウスタソース

事項	種類	ソーセージ				トマトケチャップ				ウスタソース			
		男	女	計	%	男	女	計	%	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	0	0	0	0	0	1	1	1.9	5	3	8	15.1
	殆ど与えない	1	1	2	3.8	1	3	4	7.5	5	1	6	11.3
	時々与える	11	9	20	37.7	19	8	27	51.0	19	12	31	58.5
	よく与える	22	9	31	58.5	14	7	21	39.6	5	3	8	15.1
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100
嗜好状況	大好き	22	10	32	60.4	16	6	22	41.5	2	1	3	5.6
	普通	11	9	20	37.7	18	12	30	56.6	25	15	40	75.5
	大嫌い	1	0	1	1.9	0	0	0	0	2	0	2	3.8
	与えたことなく・わからない	0	0	0	0	0	1	1	1.9	5	3	8	15.1
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100
与え始めの時期	1年未満	3	3	6	11.3	4	5	9	17.0	0	1	1	1.9
	1年以後	28	10	38	71.7	26	5	31	58.5	24	9	33	62.3
	おぼえていない	3	6	9	17.0	4	8	12	22.6	5	6	11	20.7
	与えたことなく・よくわからない	0	0	0	0	0	1	1	1.9	5	3	8	15.1
	合計	34	19	53	100	34	19	53	100	34	19	53	100

与えたことなしは皆無，殆ど与えないは3.8%，時々与えるは37.7%，よく与えるは58.5%である。大好きは60.4%，普通は37.7%，大嫌いは1.9%である。与え始めの時期では1年未満は11.3%，1年以後は71.7%，おぼえていないは17.0%である。なお，時々与えるとよく与えるの和は96.2%を示してアイスクリームと同率であり，大好きはジュースの62.3%について第4位を示した。

(ii) トマトケチャップ

与えたことなしは1.9%，殆ど与えないは7.5%，時々与えるは51.0%，よく与えるは39.6%である。大好きは41.5%，普通は56.6%，大嫌いは皆無である。与え始めの時期では1年未満は17.0%，1年以後は58.5%，おぼえていないは22.6%であり，戦後の調理法の変動が覗がえる。

(iii) ウスターソース

与えたことなしは15.1%，殆ど与えないは11.3%，時々与えるは58.5%，よく与えるは15.1%である。大好きは5.6%でトマトケチャップの約 $\frac{1}{7}$ にすぎない。普通は75.5%，大嫌いは3.8%である。与え始めの時期は1年未満は1.9%にすぎず，1年以後は62.3%，おぼえていないは20.7%を示した。

香辛料入り食品は香辛料とは趣をことにして，かなりよく与えられた幼児の好む傾向もかなり強いので，これらの食品が家族との関連においてどのような食べかたがみられるのかを知るために次の4項目に分類して観察すると次表の如くである。

家族が食べないので幼児も食べないというのはソーセージは皆無，トマトケチャップは1.9%，ウスターソースは15.1%と少ない。家族と同じものを幼児も食べるというのが一番多くてソーセージは39.6%，トマトケチャップは54.7%，ウスターソースは47.2%である。次いで家族と同じものを量を少くして与えるというのはソーセージは28.3%，トマトケチャップは35.9%，ウスターソースは37.7%である。家族より多くまたは幼児のみに与えると答えた者はソーセージ32.1%と比較的多くみられた。

なお武藤氏のとりあげているマヨネーズについては口答で質問したところ殆

第19表 香辛料入り食品の食べかたの実態

食べかた	ソーセージ			トマトケチャップ			ウスターソース		
	性別	計	%	性別	計	%	性別	計	%
(イ) 家族が食べないので幼児も食べない	男 0 女 0	0	0	男 0 女 1	1	1.9	男 5 女 3	8	15.1
(ロ) 家族と同じものを幼児も食べる	男 14 女 7	21	39.6	男 22 女 7	29	54.7	男 17 女 8	25	47.2
(ハ) 家族と同じものを量を少くして与える	男 9 女 6	15	28.3	男 10 女 9	19	35.9	男 12 女 8	20	37.7
(ニ) 家族より多くまたは幼児のみに与える	男 11 女 6	17	32.1	男 2 女 2	4	7.5	男 0 女 0	0	0
合計		53	100		53	100		53	100

どがよく与える、好きの傾向が強かったことを附記する。

(E) アルコール入り食品

間食とはいいがたいが、アルコール入り食品の奈良漬に関する与え方は第20表の如くである。与えたことなしという者は60.4%、殆ど与えないは34.0%、時々与えるは5.6%で大変少なく、よく与えるは皆無である。嗜好状況は与え

表20表 アルコール入り食品、奈良漬

項目	種類	男	女	計	%
与え方	与えたことなし	18	14	32	60.4
	殆ど与えない	15	3	18	34.0
	時々与える	1	2	3	5.6
	よく与える	0	0	0	0
	合計	34	19	53	100
嗜好状況	大好き	1	1	2	3.8
	普通	11	3	14	26.4
	大嫌い	4	1	5	9.4
	与えたことなく・わからない	18	14	32	60.4
	合計	34	19	53	100

たことなくわからぬ者が60.4%，大好きは3.8%にすぎず，大嫌いは9.4%，普通は26.4%である。与えられ始めの時期は何れも1年以後であった。特にアルコール入り食品の場合は家族の嗜好との関連が深いと考えられる。

IV 結 論

小羊幼稚園の幼児に対する養育者のとくに間食の与え方とその嗜好状況の調査結果は次の如くである。

1. 間食の与え方

一番多いのは、ある程度時間をきめて、親の選んだものを与えるという62.3%，次でほしいがれば、そのつど本人の望むものを与えるという15.1%，其他の9.4%，お金を与えて、好きなものを買わせるの7.5%，殆ど与えない者は5.7%である。

2. 飴・菓子・ジュース類の与え方と嗜好状況の実態

(i) キャラメル・ドロップ類

よく与える者は69.8%，殆ど与えないは24.5%，与えたことなしは5.7%である。

与え始めの時期は、1年以後は62.3%，1年未満は15.1%，おぼえていない者は17.0%である。嗜好状況は、大好き15.1%，普通77.3%，大嫌い1.9%である。

(ii) 洋菓子（クリーム付）

時々与えるが最も多くて71.7%，殆ど与えないは15.1%，よく与えるは11.3%，与えたことなしは1.9%である。与え始めの時期では、1年以後は56.6%，1年未満は26.4%，其他は17.0%である。嗜好状況では、大好きは37.7%，普通は56.6%，大嫌い3.8%である。

(iii) 和菓子（あんもの）

与えたことなしは11.3%，殆ど与えないは51.0%，時々与えるは34.0%，よく与えるは3.7%である。与え始めの時期は、1年未満は5.7%，1年以後は56.6%，其他37.7%である。嗜好状況は、大好きは13.2%，普通は52.8%，

大嫌いとは22.7%である。

(iv) クッキー・ビスケット類

与えたことなしは皆無、殆ど与えないは7.5%、時々与えるは58.5%、よく与えるは34.0%である。与え始めの時期は、1年未満は58.5%、1年以後は30.2%である。嗜好状況は、大好きは28.3%、普通は67.9%、大嫌いとは3.8%である。

(v) おかき類

殆ど与えないは9.43%、時々与えるは52.83%、よく与えるは37.74%である。与え始めの時期は、1年未満は30.2%、1年以後は52.8%、おぼえていないは17.0%である。嗜好状況は、大好きは34.0%、普通は66.0%、大嫌いとは皆無である。

(vi) ガム

与えたことなしは3.8%、殆ど与えないは32.1%、時々与えるは43.4%、よく与えるは20.7%である。与え始めの時期は、1年未満は5.6%、1年以後は62.3%、其他は32.1%である。嗜好状況は、大好きは37.7%、普通は56.6%、大嫌いとは1.9%にすぎず、幼児は決して嫌いではないことが判明した。

(vii) アイスクリーム

時々与えるは56.6%、よく与えるは39.6%、殆ど与えないと与えたことなしは各1.9%である。与え始めの時期は、1年未満は41.5%、1年以後は49.1%、其他は9.4%である。嗜好状況は、大好きは71.7%で間食中の第1位を占め、普通は26.4%、大嫌いとは皆無である。

(viii) ジュース

与えたことなしは皆無、殆ど与えないは15.1%、時々与えるは49.1%、よく与えるは35.8%である。与え始めの時期は、1年未満は58.5%、1年以後は30.2%、其他は11.3%である。嗜好状況は、大好きは62.3%、普通は37.7%で100%魅力のあるものといえよう。

(ix) コカコーラ・ファンタ類

与えたことなしは26.4%で前述の食品に比して一番多く、殆ど与えないは

34.0%，時々与えるは26.4%，よく与えるは13.2%である。与え始めの時期は，1年未満は11.3%，1年以後は49.1%，其他は39.6%である。嗜好状況は，大好きは34.0%，普通は37.7%，大嫌いは1.9%である。

3. 興奮性食品

(i) 日本茶（煎茶・玉露）

与えたことなしは22.6%，殆ど与えないは45.3%で一番多く，時々与えるは30.2%，よく与えるは1.9%である。与え始めの時期は1年未満は17.0%，1年以後は43.4%，其他である。嗜好状況は，大好きは1.9%にすぎず，普通は56.6%，大嫌い18.9%，其他である。

(ii) コーヒー牛乳

時々与えるは41.5%，よく与えるは32.1%，殆ど与えないは20.8%，与えたことなしは5.6%であり，与え始めの時期は，1年未満は15.1%，1年以後は66.1%，其他である。嗜好状況は，大好きは43.4%，普通は51.0%，大嫌い皆無，其他であり，後述の紅茶と共に幼児の好みにあっていることを確認した。

(iii) 紅茶

与えたことなしは3.8%，殆ど与えないは17.0%，時々与えるは56.6%，よく与えるは22.6%であり，与え始めの時期は，1年未満は20.8%，1年以後は64.1%，其他である。嗜好状況は，大好きは17.0%，普通は75.5%，大嫌い3.8%等々である。

(iv) コーヒー

与えたことなしは34.0%で本項目中最高，殆ど与えないは47.2%，時々与えるは18.8%にすぎない。与え始めの時期は，1年以後が51.0%，1年未満は皆無である。嗜好状況は，大好きは9.4%，普通は35.8%，大嫌い20.8%，其他である。

(v) ココア

与えたことなしは26.4%，殆ど与えないは52.8%，時々与えるは18.9%，よく与えるは1.9%，与え始めの時期は，1年未満は皆無，1年以後は49.1%，

等々である。嗜好状況は、大好きは13.2%、普通は54.7%、大嫌いは5.7%、其他である。

(vi) チョコレート

与えたことなしは1.9%にすぎず、殆ど与えないは30.2%、時々与えるは60.4%、よく与えるは7.5%である。与え始めの時期は、1年未満は1.9%、1年以後は86.8%がみられ、嗜好状況は、大好きは67.9%、普通は30.2%、大嫌いは皆無で、与え方の制限配慮にかかわらずアイスクリームに次いで好まれる食品といえよう。

4. 香辛料

(i) 胡椒

時々与えるは18.9%、よく与えるは1.9%、他は与えたことなしと殆ど与えないが各39.6%であり、与え始めの時期は1年以後が35.8%である。大好きは皆無、大嫌いは22.6%、普通は37.7%である。

(ii) 唐辛子

与えたことなしは73.6%、殆ど与えないは26.4%、与え始めの時期は1年以後は15.1%、嗜好状況は、普通は11.3%、大嫌いは15.1%である。

(iii) 生姜

与えたことなしは52.8%、殆ど与えないは26.4%、時々与えるは17.0%、よく与えるは3.8%で、与え始めの時期は1年以後は28.3%がみられる。嗜好状況は、大好きは1.9%、普通は34.0%、大嫌いは11.3%である。

(iv) カレー

与えたことなしは1.9%にすぎず、殆ど与えないは7.5%、時々与えるは67.9%、よく与えるは22.7%である。与え始めの時期は、1年未満は5.6%、1年以後は62.3%、おぼえていないは30.2%みられた。嗜好状況は、大好きは47.2%、普通は47.2%、大嫌いは3.7%である。

5. 香辛料入り食品

(i) ソーセージ

よく与えるは58.5%、時々与えるは37.7%、殆ど与えないは3.8%であり、

1年以後に与え始めたが71.7%，1年未満は11.3%，其他である。嗜好状況は、大好きは60.4%，普通は37.7%，大嫌い1.9%にすぎず、全員が与えられまた好んでいる食品といえる。家族との関連においては、家族も好み、同じものを食し(39.6%)，少し量を少く与える(28.3%)，むしろ多く与える(32.1%)との実態が判明した。

(ii) トマトケチャップ

時々与えるは51.0%，よく与えるは39.6%，其他であり，1年以後に与え始めたは58.5%，1年未満は17%みられた。嗜好状況は大好きが41.5%，普通は56.6%，大嫌いは皆無で，家族との関連においては，家族が食べぬので幼児もたべないは1.9%にすぎず，同じものを食べるが54.7%みられ，量を少くは35.9%，多くは7.5%であった。

(iii) ウスターソース

時々与えるは58.5%，よく与えるは15.1%，其他であり，1年以後に与え始めたは62.3%，1年未満には1.9%にすぎない。嗜好状況は，大好きは5.6%，普通は75.5%，大嫌いは3.8%。家族との関連においては，家族も幼児も食べないは15.1%，同じものを食べるは47.2%，量を少くは37.7%，量を多くは皆無であり，前者ほどは用いられていないことを認めた。

6. アルコール入り食品

(i) 奈良漬

与えたことなしは60.4%，殆ど与えないは34.0%，時々与えるは5.6%にすぎない。与え始めも1年以後であり，大好きは3.8%，普通は26.4%，大嫌い9.4%，其他である。

文 献

- (1) 近藤正二：若い時の食物が決める日本の長寿村，短命村，頁37～48，サンロード出版1972
- (2) 菅原重道：小児保健研究，VOL.34，No.4 頁166 1975
- (3) 生田美智子：幼児の身体発育と食生活における一考察，神戸女学院大学卒業論文 1975

- (4) 武藤静子他：小児保健研究，VOL.23，No.2 頁86 1975
- (5) 大阪府歯科医師会：よい子を守る移動展，朝日新聞，11月30日 頁12 1975
- (6) 岡田玲子：県立新潟女子短期大学研究紀要 第12集頁23 1975
- (7) 科学技術庁資源調査会編：日本食品成分表 頁88 医歯薬出版 1974

本調査に御協力を賜わった，小羊幼稚園の嶺重知園長先生をはじめ諸先生，P.T.Aの皆様に深謝の意を表します。

Summary

A Study of Food Life for Infants

Tamiji Ichikawa

Food is so indispensable to sustain life and promote health that we need to pay special attention to the food life of infants in process of growth and development. The postwar reform of food life in our country has brought about an increasingly better rate of growth to our infants.

In view of our present-day diet, particularly of refreshments between meals, there is a flood of various articles of food, such as candies, sweets and juices, made chiefly of sugar or dairy products, of such stimulative food as tea, coffee, chocolate, alcoholics, or of such spicy food as mustard, pepper or curry.

Although there are pros and cons as to whether it is right or not to give such food to infants, it would be next to impossible to do away with them. Consequently, it is urgent, under these circumstances, to examine these kinds of food and advise how to lead an appropriate food life with a proper understanding of each.

The present writer has made an investigation into the actual condition of how these sorts of food are dealt with by families with infants as their members. A special emphasis has been given to how their infants are fed between meals and how they like these items of food. Here is presented an interesting outcome resulting from this investigation.