

目的 幼児期における栄養摂取の適・不適は、現在の健康および発育のみならず将来にわたり影響する重要なものである。この時期にあたる幼稚園児の食事を調査し、食物摂取に影響すると考えられる要因の中から、体型・嗜好および性格をとりあげ、それらと食品並びに栄養摂取状況との関連を検討した。

方法 対象は本学附属幼稚園男児102名、女児106名。内容は食生活等に関するアンケートと食事調査である。食事調査は昭和60年2月下旬～3月上旬の2日間(平日)に家庭(朝食・夕食・間食)で摂取した食品を目分量で記入してもらい、重量に換算した。

結果 (1)平均栄養所要量に対する家庭での平均摂取栄養素量を性別に比較すると、脂質、Ca、VAが80%代と高く、蛋白質70%代、エネルギー、VB₁、VB₂、VCは60%代で鉄は50%代と低い。なおVAは女子の充足率が有意に高い。また男子の卵と女子の藻類は有意に多く摂取している。(2)体型(カウプ指数)は肥満児のCa、鉄、VA、VCの充足率が、やせ・正常児に比べかなり低い。肥満児と正常児の穀類、肥満児とやせ児の肉類は、肥満児が有意に多く摂取している。また果物、味噌は正常児が、有色野菜はやせ児が肥満児より有意に多い。(3)好嫌いのある幼児は70.2%、ない幼児が29.8%おり、好嫌いのない幼児の方がエネルギー、蛋白質、脂質、Ca、鉄、VB₂の充足率が有意に高い。また砂糖、魚類、淡色・有色野菜を有意に多く摂取している。(4)外向的な性格の幼児は63.0%、内向的が35%で、外向的な幼児の方が蛋白質、Ca、鉄、VB₁、VB₂の充足率が有意に高い。