

幼児の食生活と思いやりとの関わり

○平井順子 猪野郁子*

(*島根大)

目的 現在、成長の途上にある子どもの食の問題は深刻となり、心身の健全な発達に影響を及ぼしている。心の問題の一つである思いやりの欠如に注目し、食習慣の基礎が形成される幼児期の食事環境や食行動を含む食生活が思いやりの育成とどのように関連しているか実態をとらえ、思いやりを育むための食生活の在り方を検討することを目的とした。

方法 島根県内の幼稚園に通園する4歳～6歳の幼児の母親944名を対象とし調査を行った。調査内容は幼児の食生活12項目と子どもの思いやりについてである。思いやりの測定には森下の尺度を用いた。

結果 幼児の食生活において、食欲、食べ物に対する関心などの意欲、食事の時に会話がある、食事の時楽しそう、食事を楽しみにしている、そして問題とされることが多い食行動がみられない場合は、思いやりが高かったことから、思いやりを育むためには、幼児期からの望ましい食生活の必要性が示唆された。特に、食事が楽しいという意識が高い幼児は、思いやりが高く、全体的に良い食生活を示しており、思いやりを育むための食生活にとって重要な条件となるであろう。幼児期から正しい食生活を身に付けさせることは、思いやりを育むことをはじめとする心の問題への取り組みになると考えられる。