

【目的】 幼児の生活にとって食生活は身体的にも精神的にも重要な部分を占めている。また、大人の食生活に移行する時期でもあり、そのことがややもすれば、幼児の食生活を無計画にするのではないかと考えられる。とくに、最近では偏食、虫歯、肥満など食生活上の問題が指摘されている。そこで、岡山市の幼児の食生活の実態を調べ、今後の資料をうることを目的に本調査を行った。【方法】 (1)調査対象：岡山市の幼稚園、下幼稚園の4歳、5歳、6歳の園児225名。(2)調査時期：昭和55年6月。(3)調査項目：食生活状況に関するアンケートおよび3日間の食事調査。(4)調査方法：事前に説明会を設け、所定の用紙を配布し、留置記入とした。【結果】 (1)生活状況：対象幼児の両親の平均年齢は父35歳、母32歳である。家族数は平均4.3人、核家族77%、二世帯家族23%である。(2)身体状況・健康状態：①幼児の各年齢、性別の平均身長・体重は全国平均と比較して、やや下廻っている。②幼児の虫歯罹患率は68%、平均本数は4.6本である。(3)食生活状況：①食事の内容について、各食品を13の群別に分類し、3日間の进食数に対する使用回数を調べた。その結果、卵類の平均使用回数は3.8回、緑黄色野菜類2.9回、肉類4.9回である。また、食品数、料理についても検討した。②幼児の好きな食品は肉類(牛肉・火腿)魚類、野菜類(キャリ、トマト)果実類の順であり、嫌いな食品はピーマン、にんじん、わかずなどであり、野菜の嫌いな幼児が多い。③間食について、与え方は時間を決めて与えている62%、子供の欲しがらむ時24%である。内容はアイスクリーム、クッキー、せんべい、ポテトチップスなどである。④食事に対する注意は栄養が60%、好きが28%、あるもので適当が10%である。