

《研究報告》

# 1～3 歳児の食事場面での問題行動と母親の精神健康： 日中比較調査

孫 怡\*

## Problematic Eating Behavior of 1～3 Year-Old Children and Maternal Mental Health: A Comparative Study between Japan and China

Yi SUN

The child-rearing environment has changed drastically due to the nuclear family and the declining birth rate. Mental burdens and coping difficulties due to feeding/eating problems are often reported by parents with young children under three years old. However, there is less empirical research on the relationship between the children's problematic behaviors during meals and the mental health of their caregivers. This paper summarizes our ongoing study about children's eating problems and maternal mental health: a comparative study between Japan and China. The purposes of this study are 1) to investigate the current condition of parenting environments and children's behavior problems during mealtimes; 2) to develop an objective behavior indicator – Mealtime Interaction Rating Scale (MIRS) to assess the quality of interaction between caregivers and children during mealtimes; 3) to examine the relationships among parent-child interactions, children's behavior problems, and maternal mental health; 4) to compare the cultural differences between Japan and China. The research method and progress are also introduced in this report.

キーワード：食事問題、親子の関わり、養育環境、精神健康、文化比較

Keywords: behavior problem during mealtime, parent-child interaction, parenting environment, mental health, cultural comparison

---

\* 立命館大学立命館アジア・日本研究機構准教授  
sun-yi@fc.ritsumei.ac.jp

## I. 問題と目的

近年、核家族化や少子化の影響によって育児環境が大きく変化し、養育者、特に母親の育児不安や負担感、育児ストレスが懸念されている（山崎ほか, 2018）。中でも、乳幼児の食事問題に関するストレスや悩み、不安などの報告が多い（梶忍, 2008）。厚生労働省による乳幼児栄養調査（2015）では、2～4割の養育者が、幼児期の遊び食いや偏食などの食事場面に関する困りごとをかかえていると報告された。このような親の食育における悩み相談や事例報告は多いものの、心理学の視点から幼児の食事問題および親の精神負担の関連要因について検討した研究はまだ少ない。

幼児期の食事問題または問題行動は、幼児期の発達特徴が主な原因であると考えられており（白川, 2003）、養育者側の原因についてはまだ十分に検討されていない。河原・根ヶ山（2014）らの報告によれば、保育園より家庭の方が受動的摂食や拒否行動が多かった。日本では、行動観察による実証研究はまだ少ないが、養育者のどのような行動が幼児の食事場面での問題行動を誘発するかについては、行動観察によって客観的に分析・検討する必要がある。そして、親の行動は一方的なものではなく、子どもの言動と反応にも影響される親子の相互作用の結果であるため、親子二者の関わり方を同時に観察する必要がある。食事場面における親子の相互作用やコミュニケーションは乳幼児の発達および親子関係に大きな影響を与えることが指摘されているものの（戸畑・小野, 2011）、日本では食事場面における親子の相互作用を測定する行動指標がほとんど見当たらない。従って、幼児期の食事場面に適用できる親子の関わりに関する行動指標を開発し、親と子の両方の行動特性を定量評価する必要がある。それによって食事場面での親子の相互作用と食事に関する問題行動および親の精神健康との関連を検証できる。

また、幼児が食事をしている最中に問題行動が見られても、ストレスを感じない親もいれば、その発達段階ではよく見られる言動であっても問題視し精神的な負担を感じる親もいるだろう。それは親の個人要因（e.g. 食事に対する認知、問題行動への対処法）や社会要因（e.g. ソーシャルサポート）とも関連すると考えられる。育児ストレスは母親の認知と行動との相互作用の結果であると指摘されている（足達ほか, 2000）。従って、認知・行動・感情の3側面の相互影響の視点から、食事問題と親の精神状態との関連を検討する必要がある。

最後に、近年、中国でも同様に幼児の食事問題で困っている家庭が増えている。しかし、その問題行動と影響要因は日本と同じだろうか。例えば、中国では祖父母が幼児の日常的な世話（特に食事）を担当する家庭が多く、祖父母が子どもに食べさせる行為がよく見られる（矢藤・吉・孫, 2023）。そこで、食事における子どもの自主性への影響が懸念されている。従って、日本で見られた親子の行動特徴や因果関連は中国でも共通するものか、文化要因を考慮したうえで日中比較調査を行う必要がある。食事文化が異なる日本と中国で、食事場面における養育者の行動および親子の社会適応に文化的価値観がどのように反映されているか、文化心理学の視点から検討する意義も大きいだろう。本稿では、現在進行中の日中比較調査の概要を報告する。

## II. 研究方法

### 1. 調査対象者

質問紙調査：都市部に在住している1～3歳児をもつ母親（日中各国300名の予定）。

行動観察：上記の質問紙調査の回答者から募集し、日中各国 60 組の実施を予定。

## 2. 調査手続き

日本では、以下の2つのルートで協力者を募集した。2023年10月から関西エリア（大阪、京都、滋賀）にある保育園（4園）と子ども園（1園）に依頼し、在園児の保護者に募集チラシを配布してもらった。2024年3月から大阪府茨木市の子育て支援課に依頼し、1歳8か月児健康診査と3歳6か月児健康診査で茨木市立こども支援センターに来所した母親を対象に、「幼児食事行動に関する研究」の協力者募集チラシを配布してもらった。本研究に参加意思のある方はチラシに掲載した URL からアクセスし、参加登録をする。その後、研究事務局から参加登録者へ本研究の説明書がメールにて送付され、参加同意の場合、同メールに添付した WEB アンケートの URL から回答する。

中国では、2023年12月から上海にある早期教育機構（5か所）と幼稚園（11園、1～2歳児を対象とする託児部がある園）に依頼し、在園児の母親に募集をかけた。研究内容を説明し、同意を得られた方に WEB アンケートを回答してもらった。

上記 WEB アンケート調査の最後に、行動観察への協力可否について伺い、「協力可」と回答した方に行動観察の研究説明書をメールにて送付し、同意を得られた方に行動観察への参加を依頼している。協力者の負担軽減と感染症予防の視点から、以下の3つの参加形式を提供している。協力者は参加可能な形式を選び参加する。形式1：実験室での参加。親子が弁当を持参して立命館大学の生活行動実験室に来室し食事する。研究員2名により食事場面の行動観察が行われビデオカメラで記録する。形式2：家庭訪問での参加。研究員2名が協力者の家庭を訪問し、食事場面を撮影・記録する。形式3：自宅撮影での参加。協力者自身により、自宅で親子の食事場面を撮影し、録画した動画を研究者に提供する。

## 3. 調査内容

質問紙調査：家庭基本情報（家族構成、家庭年収、婚姻状態、年齢、学歴）、養育環境、母親の健康状況・養育態度・食育ストレス・生活満足度・食事関連認知、幼児の食事の様子や社会情緒発達等について測定した。

行動観察：食事場面における親子のかかわりの様子を観察する。その後、本研究のため作成された食事場面用の親子関わり指標を用いて分析する。

## Ⅲ. 現在の進捗

2024年4月末時点で、日本では関西エリア在住の母親128名が本研究への参加登録をしている。そのうち、91名が WEB アンケートに回答し、親子27組が行動観察に参加した。中国では、上海市在住の母親694名が WEB アンケートに回答し、35組の親子が行動観察に参加した。2021～2022年の間に、予備調査として収集した食事動画データ（日中各国30組）と合わせて行動評価指標を開発中である。

#### IV. 今後に向けて

本報告は、調査目的、調査内容と実施方法について論じてきた。現在、質問紙調査と行動観察ともに継続してデータを収集しており、全体として円滑に進行している。食事場面における親子関わり評価指標「MIRS」（日本語版と中国語版）の初期開発が終わり、指標の構成項目が完成した。これからデルファイ法を用いて、専門家の意見を聞き取り、指標の修正および妥当性と信頼性を検証していく。質問紙調査により得られたデータを分析し、多変量解析法を用いて、変数間の関係性を分析する予定である。同時に、本研究で独自に作成した「食事関連認知」尺度の妥当性と信頼性を検証したうえで、母親の「食事関連認知」と実際の食事場面における関わり方との関連や親子の精神状態への影響を解明していく。

付記：本研究は、日本学術振興会・科学研究費助成事業（若手研究）の助成を受けて実施した（研究課題名「親子の関わり方が幼児の食事問題行動および母親の精神健康に与える影響一日中比較」、課題番号 20K14201）。

#### 参考文献

- 足達淑子・温泉美雪・曳野晃子・武田和子・山上敏子（2000）「1歳6か月児の母親の養育行動：質問票調査からみた具体的行動、育児ストレス、認知の関係について」『行動療法研究』26巻2号，69-82頁。
- 梶忍（2008）「乳幼児健康診査時の栄養・食生活相談実践事例報告」『日本栄養士学会誌』51巻4号，24-28頁。
- 河原紀子・根ヶ山光一（2014）「食事場面における1、2歳児と養育者の対立的相互作用：家庭と保育園の比較から」『小児保健研究』73巻4号，584-590頁。
- 戸畑祐子・小野寺敦子（2011）「遊びと食事場面でのアタッチメント尺度作成の試み：母親自身の幼少期における振り返りに焦点を当てて」『目白大学心理学研究』7号，29-43頁。
- 矢藤優子・吉沅洪・孫怡編（2023）『現代中国の子育てと教育：発達心理学から見た課題と未来展望』ナカニシヤ出版。
- 山崎さやか・篠原亮次・秋山有佳・市川香織・尾島俊之・玉腰浩司・松浦賢長・山崎嘉久・山縣然太郎（2018）「乳幼児を持つ母親の育児不安と日常の育児相談相手との関連：健やか親子21最終評価の全国調査より」『日本公衆衛生雑誌』65巻7号，334-346頁。