

# 乳幼児の食事行動について

跡見 一子・宮崎 照子

Eating Behavior of the Baby and Infant

Kazuko ATOMI, Teruko MIYAZAKI

The sucking reflex is universally present in the normal newborn and is called out as soon as the baby grasps the nipple.

Infant begin to assist at holding their bottles at 6 to 7 months, From 8 to 10 months they assist at holding the cup. By 18 months most children can do a fair job of feeding themselves with the spoon.

This compare eating behavior of infants with public nursery, private nursery and home.

## はじめに

人間が食べるという行為をはじめるのは胎生期からで、胎生後期より吸飲行動が行われているともいわれている。この世に生をうけた瞬間から、生きてゆくためのいろいろな行動をしめすが、これは本能的な行動ともいえる。それらの行動の一つに栄養を摂取するための吸飲運動があるが、新生児は生れると同時に吸飲運動をはじめ。また、口唇や口の近くに乳首がふれたり、人の指で口の近くや頬部にふれても乳首をさがすように首をまわす。いわゆる口唇探索反射を示す。

このような食事行動の基礎としての種々の運動や反射行動を考えながら、私どもが東京家政大学ナースリー・ルームにおいて乳幼児を保育する中で、乳児にはミルク、離乳食を与え、幼児には幼児食、おやつを与えつつ、常に乳幼児の食事行動を観察してきたが、この食事行動をどのようにとらえて、それを子どもの成長・発達のためにどのように生かしてゆくか、子どもの実態、そのおかれている環境を把握して、どのように保育の中で育て、のばしてゆくかという課題に関心をもった。

また、食事の自立ということは、ミルクを飲むこと、離乳食をよろこんで食べること、哺乳びんをやめてコップや茶碗から飲めるようになること、ひとりでこぼさずにさっさと食べることなどであるとすれば、乳幼児のそれぞれの発達段階を正確にとらえて、何か月になればどれだけのことが出来るかを知り、その目標より少し前から、しつけ、働きかけをすることが必要であろう。何でもひとりで出来るようにするためには、自分でする場面を作ってやり、自分の思うように出来る範囲を守ってやることであり、それをたえず働きかけることが自立できる保育の第一歩であると考え

## I. 目 的

乳幼児の成長発育には、食事の質や量が影響することは早くから研究され、食品群や献立・調理

方法も改善され、発表されているが、それらの食事の与え方、受入れる側の乳幼児の食事行動に関しては、あまり研究が行われていない。そこで具体的に

- (1) 乳幼児の成長・発達に準じて、その環境や個人差に適した食事の与え方、保育者ののぞましい介助の方法などを明らかにする。
- (2) 乳幼児の食事時における自発的行動の実態を把握する。  
などを検討・解明することが研究目的である。

## II. 調査の期間と対象

調査は、昭和47年6月～昭和48年5月にわたって行い、対象は調査に協力を得た東京都内の「0才児指定保育所」86園の乳幼児と家庭で保育されている乳幼児—これには特に本学児童科の卒業生在学生関係の縁故者の協力を得た—で、その日常保育にあたる保母及び母親に調査表を配布し記述を依頼した。

## III. 調査の方法

ナースリー・ルームの日日の保育の中で、乳幼児の食事時の行動を特に細かく観察し、保育者の意見の交換や写真撮影もふくめて、その中から乳幼児の側からおこる自発活動を取りあげ、授乳期から離乳完了期頃までの動作を選び出して、昭和47年1月～4月にわたって、わがナースリー・ルーム、日本女子大学さくらナースリー、愛育研究所ナースリー・ルームに予備調査を行って、問題を検討し、又、0才児保育研究会との協議により、調査用紙を作成し、調査日時現在で「出来る」行動にチェックしてもらい、これを月令別に整理した。

調査表は、子どもの生年月日、記入月日、性別、兄弟の数、出生順位、出生時体重別、在胎期間、離乳食のすすみ具合、食事回数別なども加えた。

又、食事を与える側として、特に注意していること、しつけや働きかけに関することなどについて自由記述を求め参考とした。調査問題の内容は哺乳壺による動作、コップ・スプーンにともなる動作、手指、その他の操作運動により変化のある動作、個人差によるもの、発達段階のちがいによるもの、しつけや働きかけによるもの、その他など70問でこれを記入しやすくように配列した。

なお、食事行動の変化を日常保育中に写真及び観察により追求している。

1. 授乳のとき目を閉じたまま飲んでいる。
2. あげる人の顔をじっとみつめる。
3. あげる人の指をにぎってのむ。
4. あげる人のシャツをにぎる（衣類など）。
5. 哺乳びんをみつめている。
6. 哺乳びんをみると口をあける。
7. 哺乳びんをみるとほしがる動作をする（手をのばす、体をのりだすなど）。
8. 哺乳びんに片手をふれながら飲む。
9. 哺乳びんに両手をそえる。
10. 哺乳びんを自分で持って飲むがすぐ離してしまう。
11. 哺乳びんを自分で傾けて飲む。
12. 哺乳びんでひとりで終りまで飲む。
13. 大きな物音やいろいろな環境条件に左右されずに飲む。

14. ゴクゴク一生懸命にのむ（飲みはじめたらいっきにのむ）。
15. 少し飲んではおそび，また飲む（おそびながらのむ）しかし，とりあげるとひどく泣く。
16. 哺乳びんをはなすと口を開ける。(3)
17. 空腹になると泣く。(3)
18. 空腹になると食事を与えるまで泣きやまない。
19. 与えられた液体は何でもうけ入れる（湯ざまし，番茶，果汁，ミルクの濃度の変化も容易）(3)
20. しばしば食欲がへりして，むらになることが多い。(3)
21. 離乳食のとき食器（コップ，皿）をみると声を出したり，手をふったりしてほしがる。
22. 固形物を口に入れると舌や唇で外に押し出す反応をする。(4)
23. スプーンが出されると下唇を出すようにして，うまくそれを受けとめるようになる。
24. 「アーン」といって口を開けることをくりかえすと口を「アーン」とする。
25. 果物やビスケット類を手でつかむ。
26. 果物やビスケット類を手でつかんで口に入れられる。
27. いちどに口に入れてしまう。(ほうばってしまう)
28. 離乳食の時コップをつかむことができる。
29. コップを傾けて口にはこぶが，こぼしてしまう。
30. コップのにぎりをにぎって持つ。
31. コップのにぎりをもって口にはこぶ。
32. コップからこぼさないでのむようになる。(7)
33. 食事の最中や終わったあとで，スプーンをコップの中に入れてたり出したり興味をしめす。(1)
34. コップや皿をつかんで持ちあげたり，食卓にあけてしまう（こぼしてしまう）
35. こぼれると手でこすってみたり，汁などいじってみる。
36. こぼれるとひろいあげ，口に入れる（手でおさえたり，指でつまんだりして食べる）(9)
37. 離乳食の時手で食べものをかきまわしてしまう。
38. 手にふれたものを口にはこぶ。
39. 食べもの以外は口に入れない。
40. おちたものはひろわない（こぼしても平気である）
41. スプーンをにぎるが口までうまくもってゆけない。(10)
42. スプーンで食卓をたたく。
43. スプーンを口に入れる。
44. スプーンを食べものの中につっこむがすくうことはできない。
45. スプーンを片手にもち，他の手をつかって食べものをその上にのせる。
46. スプーンをにぎって自分の口に食べものをおしこむ。
47. スプーンで汁ものを入れて口にはこぶ。
48. スプーンで汁ものを入れてこぼさずにのめる。
49. 咀嚼がリズムカルになる。(6) 口をもぐもぐできる。

50. 食べものをわざと外に投げる (わざと落したりする)
51. こぼすと拭こうとする。
52. 自分でたべようとするが、うまくゆかず食べものがごちゃごちゃになって手づかみで食べることが多い。
53. 「イタダキマス」とあいさつをする。
54. 「イタダキマス」と言えないが声を出したり、頭をさげたり、あいさつのような動作をする。
55. 食事になるときめられた (テーブル) 食卓によってくる。
56. 食べ物が目に入るとすぐ与えないとうるさい。(8)
57. 食事のおわるまで椅子にかけていられる。
58. 食欲にむらが出てきて、まわりの物事や物音に左右されやすく、食卓のまわりをまわったり、あそびだしたりして落ちついて、じっとすわってられない。(11)
59. 食器をきめられたところに置いたり、片づけたりしようとする。(片づけを喜んでする)
60. 一度に口にほうばってしまう。
61. 口の中に食べものがあるときは話さない。
62. 自分の食事や食器と他の人のものと区別ができる。
63. 完全にひとりで食べることができず、とちゅうで援助をもとめる。
64. こぼさずに食べる。
65. 菓子類の包み紙を自分でむいて食べる。(15)
66.         "         自分でやぶって食べる。
67.         "         自分でとれずに訴える。
68.         "         とらないで口に入れてしまう。
69. 箸, スプーンを落とすと自分で洗いに行く。
70. 好き嫌いがはっきりしている。

#### IV. 調査の結果

対象児の総数は488名で、月令は2か月～36か月にわたり、これを施設別にみると  
 公立保育園児190名、社会福祉法人・その他の団体の設立園児113名、私立保育所・個人設立の

表1. 兄弟数

区分 兄弟数	公立		私立		家庭	計	
	人	%	人	人		人	%
0人	61	39.1	49	37	44	191	39.1
1人	74	37.1	43	21	43	181	37.1
2人	17	8.6	5	4	16	42	8.6
3人	5	2.0	2	0	3	10	2.0
4人	3	1.3	0	2	1	6	1.3
無回答	30	11.9	14	5	9	58	11.9
計	190	100.0	113	69	116	488	100.0

表2. 出生順位

区分 順位	公立		私立		家庭	計	
	人	%	人	人		人	%
1番目	68	42.6	53	37	50	208	42.6
2	66	33.4	39	21	37	163	33.4
3	17	8.6	5	4	16	42	8.6
4	5	2.3	2	0	4	11	2.3
5	2	0.8	0	2	0	4	0.8
無回答	32	12.3	14	5	9	60	12.3
計	190	100.0	113	69	116	488	100.0

表 3. 出生時体重

区分 体重	公立		私立		家庭	計	
	人	%	人	%		人	%
2500g以下	7	4.9	5	4.9	4	8	24
2501~2800	19	9.2	10	9.2	3	13	45
2801~3200	63	33.8	48	33.8	17	37	165
3201~3500	48	24.8	29	24.8	10	34	121
3501~4000	37	16.4	16	16.4	8	19	80
4001g以上	6	3.7	4	3.7	4	4	18
無回答	10	7.2	1	7.2	23	1	35

表 4. 在胎期間

区分 在胎期間	公立		私立		家庭	計	
	人	%	人	%		人	%
予定日より 早	51	29.7	27	29.7	14	53	145
予定日	15	7.6	5	7.6	4	13	37
〃 遅い	63	28.1	19	28.1	16	39	137
無回答	61	34.6	62	34.6	35	11	167

表 5. 離乳食のすすみ具合

区分 離乳食	公立		私立		家庭	計	
	人	%	人	%		人	%
離乳 初期	6	5.9	4	5.9	3	16	29
離乳 中期	14	12.5	20	12.5	8	19	61
離乳 後期	24	15.4	19	15.4	16	16	75
離乳 完了期	65	31.8	33	31.8	19	38	155
無回答	81	34.4	37	34.4	23	27	168

表 6. 食事回数

区分 回数	公立		私立		家庭	計	
	人	%	人	%		人	%
1回食	1	1.8	2	1.8	2	4	9
2回食	5	7.8	11	7.8	6	16	38
3回食	106	51.8	54	51.8	23	70	253
4回食	4	3.7	6	3.7	8	0	18
無回答	74	34.8	40	34.8	30	26	170

No

問

題

6か月 12か月 18か月 24か月

7. 哺乳びんをみるとほしがる動作をする(手をのぼす、体をのりだすなど)。
11. 哺乳びんを自分で傾けて飲む。
12. 哺乳びんでひとりまで飲み終る。
23. スプーンが出されると下唇を出すようにして、うまくそれを受けとめるようになる。
24. 「アーン」といって口を開けることをくりかえすと口を「アーン」とする。
25. 果物やビスケット類を手でつかむ。
26. 果物やビスケット類を手でつかんで口に入れられる。
28. 離乳食の時コップをつかむことができる。
31. コップのにぎりをもって口にはこぶ。
33. 食事の最中や終わったあとで、スプーンをコップの中に入れてたり出したり興味をしめす。(11)
35. こぼれると手でこすってみたり、汁などいじってみる。
36. こぼれるとひろいあげ、口に入れる(手でおさえたり、指でつまんだりして食べる)(9)
42. スプーンで食卓をたたく。
43. スプーンを口に入れる。
46. スプーンをにぎって自分の口に食べものをおしこむ。
52. 自分でたべようとするが、うまくゆかず食べものがごちゃごちゃになって手づかみで食べることが多い。
54. 「イタダキマス」と言えないが声を出したり、頭をさげたり、あいさつのような動作をする。
55. 食事になるときめられた(テーブル)食卓によってくる。
56. 食べ物が目に入るとすぐ与えないというさい。(8)



図 1. 食事行動のあらわれる月令

園児69名，家庭児 116名である。

性別は，男児 241名，女児 234名，無回答13名である。兄弟数，出生順位別，出生時体重別の施設別内訳は，それぞれ表の通りである。

月令別分布の状況としてみると，6ヶ月～21ヶ月児に多く，この範囲についての項目別検討を考慮してみた。

(1) 食事行動のあらわれる月令

各項目中比較的顕著な行動で，70%以上あらわれる月令をあげると第1図の通りである。

これは，大体何か月になれば，どんな食事行動をするようになるか，それが何か月頃から出来るようになり，何か月頃にはしなくなるかという「めやす」になってくる。従来，ベビーテストや，発達検査などで示されている動作と比較すると，多少早くから出来る傾向がある。

(2) 保育施設別の食事行動の傾向

公立保育園児，私立保育園児，家庭で保育されている乳幼児の別に分けて，その傾向を比較してみると，表の通りである。一例にすぎないがほとんどの子のあらわす動作をあげてみた。

また比較的差のあるものを図にすると，図2に示す通りである。

11. 哺乳壺をひとりて傾けてのめる。

公立 48.9% > 私立 40.1% > 家庭児 34.4%

31. 離乳食のとき，コップのにぎりをもって口にはこぶ。

58.9% > 42.3% > 38.8%

32. 離乳食のとき，コップからこぼさないでのむようになる。(7)

45.2% > 26.9% > 18.1%

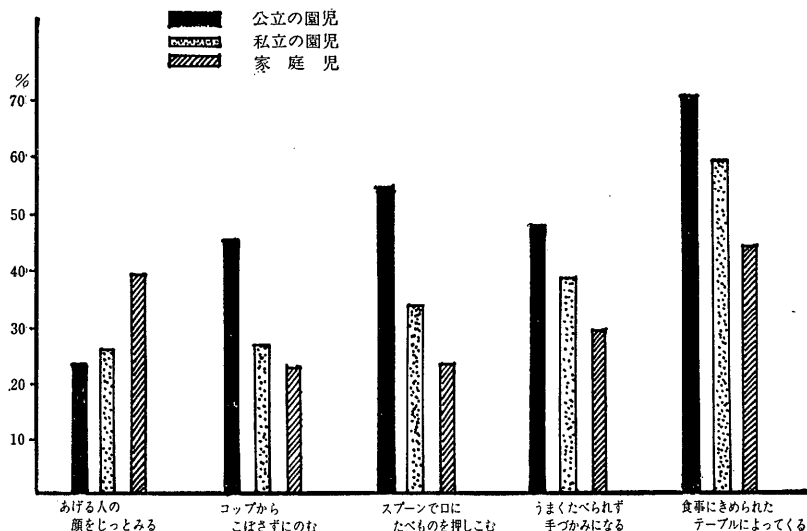


図 2. 保育施設別の食事行動の傾向

跡見・宮崎：乳幼児の食事行動について

表7 問題別の傾向

問題No.12 哺乳びんでひとりで終りまでのめる

区分 月令	公立園児			私立園児			家庭児			計		
	総数	頻数	%	総数	頻数	%	総数	頻数	%	総数	頻数	%
1ヶ月												
2				1			2	1	50.0	3	1	33.3
3				1			1			2		
4				4			1			5		
5	2			1			7			10		
6	3			6	1	16.6	8	1	12.5	17	2	11.8
7	2			7	2	28.5	8			17	2	11.8
8	2	1	50.0	10	1	10.0	7	1	14.3	19	3	33.3
9	6	3	50.0	11	5	45.4	16	5	31.3	33	13	39.4
10	7	6	85.7	11	7	63.6	6	3	50.0	24	16	66.6
11	7	4	57.1	16	9	56.2	8	7	87.5	31	20	64.5
12	11	8	72.7	14	10	71.4	4	3	75.0	29	21	72.4
13(1:1)	11	9	81.8	11	8	72.7	8	6	75.0	30	23	76.7
14(1:2)	17	10	58.8	11	7	63.6	5	4	80.0	33	21	63.6
15(1:3)	21	14	66.6	11	6	54.5	4			36	20	55.6
16(1:4)	14	8	57.1	15	6	40.0	4	3	75.0	33	17	15.2
17(1:5)	22	12	54.5	8	3	37.5	1	1		31	15	48.4
18(1:6)	12	4	33.3	10	2	20.0	4	1	25.0	26	7	26.9
19(1:7)	5	3	69.0	7	2	28.5	2	2	100.0	14	7	50.0
20(1:8)	6	1	16.6	6	3	50.0	2	1	50.0	14	5	35.7
21(1:9)	6	1	16.6	5	2	40.0	3	3	100.0	14	6	42.9
22(1:10)	6	3	50.0	2						8	3	37.5
23(1:11)	4			5	1	20.0	3	1	33.3	12	2	16.6
24(2:0)	3	2	66.6				1			4	2	50.0
25(2:1)	3	1	33.3							3	1	33.3
26(2:2)	3	1	33.3	1						4	1	25.0
27(2:3)				1			1			2		
28(2:4)	1	1	100.0	1						2	1	50.0
29(2:5)	4			1						5		
30(2:6)	4	1	25.0				1			5	1	20.0
31(2:7)	1						1			2		
32(2:8)	1			2			3	2	66.6	6	2	33.3
33(2:9)										0		
34(2:10)				1			2	1	50.0	3	1	33.3
35(2:11)	1			2	1	50.0	1	1	100.0	4	2	50.0
36(3:0)	2						1	1	100.0	3	1	33.3
N. A.	3	1	33.3				1			4	1	25.0
計	190	94	49.4	182	76	41.7	116	47	40.5	488	217	44.5

表 8. 保育施設別の傾向

問題33. 食事の最中や終わったあとで、スプーンをコップの中に入れてたりだしたり、興味をしめす。(1)

月令	区分	公 立	私 立	家 庭	計
9か月		33.3%	27.2%	22.2%	25.9%
10		28.5	27.2	100.0	35.0
11		85.7	68.7	50.0	72.0
12		54.7	71.4	100.0	85.3
13	(1:1)	90.9	63.6	75.0	76.9
14	(1:2)	88.2	63.6	100.0	80.0
15	(1:3)	76.1	81.8	66.6	77.1
16	(1:4)	64.2	66.6	100.0	66.6
17	(1:5)	81.8	50.0		70.9
18	(1:6)	66.6	50.0	100.0	62.5
19	(1:7)	100.0	28.5	100.0	61.5
20	(1:8)	66.6	33.3	100.0	53.8
21	(1:9)	33.3	20.0	66.6	35.7
計		61.0	41.7	44.0	50.5

46. 離乳食のとき、スプーンをにぎって、自分の口に食べものをおしこむ。

公立 54.2% > 私立 32.4% > 家庭児 19.8%

52. 自分でたべようとするが、うまくゆかず食べものがごちゃごちゃになって手ずかみでたべることが多い。

47.3% > 38.5% > 26.7%

54. 「イタダキマス」と言えないが、声を出したり、頭をさげたり、あいさつのような動作をする。

52.1% > 41.2% > 19.8%

55. 食事になるときめた(テーブル)食事によってくる。

70.0% > 58.7% > 37.9%

公立保育児の方が独立して自分でする動作や食事を摂るということについて積極的であり、私立保育園児は次の如く。

56. 食べ物が目に入るとすぐ与えないとうるさい。(8)

44.2% < 51.0% > 42.2%

7. 授乳のとき、哺乳壺をみるとほしがる動作をする(手をのぼす。体をのりだすなど)

46.3% < 50.0% < 57.8%

17. 空腹になると泣く。(3)

37.8% < 46.1% < 51.7%

21. 離乳食のとき食器(コップ, 皿)をみると声を出したり、手をふったりしてほしがる。



45.7% < 50.5% < 60.3%

食欲を訴えて要求することが多く、公立園児が個別的にはよく食事についての行動はするのに対し、与えられたものに無関心であるが、私立園児は食事の獲得のための要求について積極的である。

家庭児は

2. 授乳のときあげる人の顔をじっとみている。

公立 22.1%≡私立 25.2%<家庭児 48.3%

19. 与えられた液体は何でもうけ入れる。(3) (湯ざまし、番茶、果汁、ミルクの濃度の変化も容易である。

45.7% ≡ 44.5% < 58.6%

その他、授乳のときあげる人の指をにぎって飲む。シャツ類をにぎって飲む。哺乳びんをみると口をあける。哺乳壺を自分でむかすぐはなしてしまう。などに家庭児が多いのは、依存的であり自分から動くより働きかけを待っている態度があらわれている。

## ま と め

本調査の結果をゲゼル・イリングワースの食事行動と比較してみると、ゲゼンは「スプーンを握って皿につきたてる」<sup>1)</sup>を15か月としているのに対して、ここでは公立保育園児が13か月、私立保育園児は12か月、家庭児では10か月で約70%通過している。

又、イリングワースが「コップをとりあげて大してこぼさずに下におく」<sup>2)</sup>を15か月としているがこの調査では平均13か月で76%が通過しており、大体早く出来ているようである。

これらの調査を通して、乳児の食事行動は、その発達に伴ってあらわれる行動が基本となり、それらの段階での自発活動の受容は食事に対する興味をうながし、従来、授乳から離乳食にうつるあたりで問題にされている偏食、食欲不振、情緒障害などについても関連があり、日日の保育の中での食事態度のかかわりで、清潔、衛生と共に正しい食習慣や自立をすすめてゆく上にも重要であることをあらためて認識した。

今後この調査結果を参考にして、実践保育の場において、乳児のひとりで食べようとする時期や行動の発達を厳密に個人別にとらえてゆくように努め、正しい食事態度を養ってゆきたいと思う。

## 引 用 文 献

- 1) A. ゲゼル：乳幼児の心理学，395，家政教育社（1967）
- 2) R. S. イリングワース：乳幼児の知能・身体の発達，199-200，岩崎学術出版社（1969）