

家族の食生活の世代間伝承と家族機能との関連

Relationship between Three-intergenerational Tradition and Family

Feature with regard to Eating Habits

針金佳代子¹⁾

Kayoko HARIGANE

白井英子²⁾

Eiko SHIRAI

三瀬敬治³⁾

Keiji MISE

鷺見紋子³⁾

Ayako SUMI

女子大生とその母親・祖母の三世代の食生活の伝承と家族機能との関連性を明らかにし、家族が健康的な食習慣を形成するための支援の示唆を得ることを目的に、自記式質問紙を用いて調査を行った。個人特性と食生活 15 項目について、祖母・母親には子育て時、学生には現在の生活について把握し、家族機能は凝集性・適応性から分析した。三世代間における家族機能の回答の違いは χ^2 検定、食生活の違いは Kruskal Wallis 検定、Wilcoxon の順位和検定、食べ物に関する設問から得られた第一主成分を「食べ物に気を遣う」指標とし平均値を一元配置分散分析、第一主成分を従属変数に、世代、凝集性、適応性を独立変数として重回帰分析を行った。家族機能による回答の違いは Kruskal Wallis 検定を行った。有効回答数は学生 138 人、母親 148 人、祖母 113 人で、「食べ物に気を遣う」ことは祖母と母親間には差がなく、子どもと母親、子どもと祖母間に差があった。祖母・母親世代が食生活に関して大切にしてきたことは子どもに伝承していなかった。また、「食べ物に気を遣う」ことは家族機能と相関していた。家族が健康的な食生活を形成するためには、家族機能を促す支援が有効であることが示唆された。

The purpose of the present study was to clarify the relationship between intergenerational tradition and familial eating habits among female college students, and their mothers and grandmothers. Based on the results obtained, we tried to derive a method of support for families with women of 3 generations in order to foster healthy eating habits.

We administered a questionnaire to female college students, and their mothers and grandmothers. The questionnaire contained questions on demographic-data and 15 items concerning eating habits. For college students, the questions were based on life priorities, and for mothers and grandmothers, they were based on priorities concerning child raising. "Family feature." index of the health of the family, is characterized in terms of the cohesion and adaptability and is used as a unit of measurement. We used the χ^2 , Kruskal-Wallis test, and Wilcoxon's rank sum tests for estimating the presence of significant differences among the answers of the 3 generations. To assess eating

1) 天使大学看護栄養学部 看護学科

(2013年1月8日受稿、2013年5月31日審査終了受理)

2) 元天使大学看護栄養学部 看護学科

3) 札幌医科大学医学部 衛生学講座

habits among the 3 generations, we conducted principal component analysis, one-way analysis of variance, and multiple regression analysis.

The female college students, mothers, and grandmothers, gave 138, 148 and 113 valid answers, respectively. Based on the results obtained, we suggest the following 2 points: (i) the students did not follow the eating habits of their mothers or grandmothers, and (ii) greater emphasis must be given to family support in order to form healthy eating habits in the family.

キーワード：三世代家族 (three intergenerational family)

家族の健康 (health of family)

食習慣 (eating habits)

世代間伝承 (intergenerational tradition)

家族機能 (family feature)

I 緒語

メタボリックシンドロームや生活習慣病などの健康課題が、社会的にクローズアップされている。既に生活習慣の中でも、食習慣が生活習慣病に影響を与えることが早坂らの研究においても明らかになっている¹⁾。

現代の食生活を取り巻く環境は、核家族化、就労形態の変化、外食産業の発達などの背景を受け、大きく変化している。

これまで、食習慣と健康との関連に関する研究が、多くの分野で取り組まれている。青年期にある大学生を対象とした山田²⁾、井出³⁾、鈴木⁴⁾などの研究では、ライフスタイルにおける自己管理スキルは、肥満や慢性の機能性便秘などの健康問題に関連していることを明らかにしている。

一方、森脇⁵⁾、平田ら⁶⁾の研究では、現在の健康的な生活習慣や食生活は、子ども時代の家族との食事の語り、食事の準備をした体験と関連していること、さらに大谷⁷⁾らの研究では、子どもときの家族との食生活体験は青年期の自己独立性と関連していることを報告している。これらの研究では、子ども時代の食生活は青年期の健康的な生活習慣・食生活に影響を及ぼし、さらに人格形成にも関連していることを家族形態から分析しているが、家族機能との関連性までは明らかにしていない。

また、三世代を対象とする健康行動の家庭内伝承に関する深澤⁸⁾の研究では、子育てをしてきた母親は食生活のしつけを重視してきたと報告している。母親が子どもに対して食生活のしつけを重視することは、青年期における健康的な生活習慣・食生活の形成に影響し、さらにその次の世代にも継承していく可能性がある。しかし、食生活に関する習慣が三世代に亘りどのように伝承され、さらに家族機能との関連性まで明らかにしている研究は、国内においては見当たらなかった。

日常生活は、母子のみならず他の家族構成員と相互に影響し合いながら営まれ、家族として機能

しながら維持されている。Friedman⁹⁾は、家族機能の中でもヘルスケア機能を健康的で機能的な家族に欠かせない中心的機能と位置付け、その機能の主要なものとして食習慣を挙げている。つまり、健康な家族として機能していくには、健康的な食習慣から形成されている食生活が重要な位置を占めている。食生活が母親を通して子どもへ、さらに次の世代に、どのように伝承していくのか、さらに、食生活の伝承は家族機能と関連しているかを明らかにすることは、健康で機能的な家族の発達を促す支援に関わる保健医療福祉職にとって有意義なことである。

そこで本研究では、子ども・母親・祖母という三世代にわたる食生活と家族機能との関連性を明らかにして、家族が健康的な食習慣を形成するための支援の基礎資料を得ることを目的とする。

II 研究方法

1. 調査対象: S市内の女子大学生(幼児教育科、食物栄養学科、看護学科の1、2年)とその母親と祖母を対象とした。

2. 用語の定義

1) 家族: 本研究では、絆を共有し、情緒的な親密さによって互いに結びつき、家族の構成員として互いに認め合っている2人以上の人々¹⁰⁾から構成されシステムとして機能するひとつの単位とする。

2) 家族機能: 個人である家族成員とより大きな社会の両方のニーズに応じること¹¹⁾。本研究では家族成員が互いにもつ情緒的なつながりである凝集性と家族の状況的危機や発達の危機があった場合、家族システムの勢力構造や役割関係などを変化させる能力である適応性の2面性からとらえた。

3) 世代間伝承: 祖母、母親、子ども間で伝え受け継ぐこと、また伝えられた事柄。

3. 調査期間: 2008年1月30日~2月13日である。

4. **調査方法**：無記名の自記式質問紙調査方法を用いた。学生には、調査依頼書と質問紙、返信用の切手を貼付した封筒を直接配布した。祖母・母親への調査用紙には学生と同じ番号を付け、学生に配布・郵送を依頼した。

5. **調査内容**：個人属性、国民生活調査等を参照に作成した食生活 15 項目（1：朝食を必ず取る 2：好き嫌いなく食べる 3：よく噛んで食べる 4：3食、食べる 5：ゆっくり食べる 6：食べ過ぎない 7：夜食は控える 8：決まった時間に食事をする 9：塩辛いものは控える 10：新鮮なものを食べる 11：インスタントの食品は控える 12：おやつは決まった時間に食べる 13：家族そろって食べる 14：テレビを見ながら食べない 15：外食は味が濃いので注意する）について祖母・母親には子育てをしている当時、学生には現在大切に生活していることについて質問し、5段階評定で把握した。

また、家族機能については日本語版家族機能測定尺度¹²⁾を活用した。この尺度は Olson が開発した円環モデルの測定用具である **FACESIII**を和訳して作成された。

なお、円環モデルは 1980 年代のアメリカで開発されたもので、第 1 次元：凝集性、第 2 次元：適応性、第 3 次元：コミュニケーションからなる。凝集性とは家族成員が互いにもつ情緒的つながりのことで、下位項目は情緒的な結びつき、家族成員間におけるお互いの関与の程度、時間、空間、意思決定、友人、趣味、余暇活動から構成され、低い方から遊離、分離、統合、膠着の 4 段階に分けられる。適応性とは家族の状況的危機や発達の危機があった場合、家族システムの勢力構造や役割関係などを変化させる能力のことで、下位項目はリーダーシップ、規律、話し合いのスタイル、役割関係、規則から構成され¹³⁾ 低い方から硬直、構造化、柔軟、無秩序の 4 段階に分けられる。また、コミュニケーションは凝集性と適応性の 2 つの次元がうまく機能するように促進的な働きをも

つ次元である。

6. **分析方法**：分析は以下のプロセスで行った。なお、家族機能に関する回答の一部が未記入のものは、系列平均値を欠損値として用いた。

①祖母世代、母世代、子ども世代の三世代間における家族機能（凝集性、適応性）の回答への差は、 χ^2 検定を行った。

②三世代間における食べ物に関する設問の回答への差は Kruskal Wallis 検定を行った。

③祖母世代と母世代、母世代と子ども世代、祖母世代と子ども世代間での食べ物に関する設問の回答への差は Wilcoxon の順位和検定を用いた。

④食べ物に関する設問と家族機能の回答への差は Kruskal Wallis 検定を行った。

⑤食べ物に関する設問に関してカテゴリカル主成分分析を行い、得られた第一主成分の三世代ごとの平均値の差を一元配置分散分析し、家族機能との相関をみた。

⑥第一主成分のスコアを従属変数に、世代、凝集性、適応性を独立変数として、重回帰分析を行った。統計処理には SPSS17.0J for Windows を使用した。

7. **倫理的配慮**：本研究は本学の倫理委員会の承認を得た。協力大学の学生に口頭と書面で、母親と祖母には書面を通して説明し、個人的な情報は特定されないこと、回答内容は統計的に処理すること、回答はあくまで自由意思であること、返送しないことによる不利益を生じることはないこと、研究以外に調査票は使用しないことを説明し、回収をもって研究協力の同意を得たものとした。

III 研究結果

1. 回答者の特性

回収数は 403 人（回答率 25.6%）であった。家族機能に関する回答がまったく未記入の 4 人を除外し、有効回答数 399 人（有効回答率 25.3%）を分析対象者とした。内訳は、学生 138 人（26.2%）、母親 148 人（28.2%）、祖母 113 人（21.6%）であ

った。学生の平均年齢は 19.6 歳 (SD±1.19)、専攻は栄養科 46 人 (33.3%)、保育科 39 人 (28.3%)、看護科 53 人 (38.4%)、健康状態がよい 108 人 (78.3%)、同居家族がいるのは 92 人 (66.7%) であった。母親の平均年齢は 48.0 歳 (SD±3.47)、職業は有職 92 人 (62.4%)、健康状態がよい 88 人 (59.1%)、

同居家族がいるのは 145 人 (98.0%) であった。祖母の平均年齢は 74.9 歳 (SD±4.50)、職業は主婦 88 人 (77.9%)、健康状態がよい 44 人 (38.9%)、同居家族がいるのは 90 人 (81.0%) であった。(表 1)

表 1 対象の属性 N=399 単位：人

項目 対象	学生	母親	祖母
平均年齢	19.6 歳 (SD±1.19)	48.0 歳 (SD±3.47)	74.9 歳 (SD±4.50)
学科職業	栄養科 46 名 (33.3%)	主婦 55 名 (36.9%)	主婦 88 名 (77.9%)
	保育科 39 名 (28.3%)	有職 92 名 (62.4%)	有職 17 名 (15.0%)
	看護科 53 名 (38.4%)	無回答 1 名 (0.7%)	無回答 8 名 (7.1%)
健康状態	よい 108 名 (78.3%)	よい 88 名 (59.5%)	よい 44 名 (38.9%)
	普通 17 名 (12.3%)	普通 47 名 (31.8%)	普通 28 名 (24.8%)
	よくない 13 名 (9.4%)	よくない 11 名 (7.4%)	よくない 40 名 (35.4%)
同居家族	いる 92 名 (66.7%)	いる 145 名 (98.0%)	いる 92 名 (81.4%)
	いない 46 名 (33.3%)	いない 3 名 (2.0%)	いない 21 名 (18.6%)

表 2-1：三世代における、凝集性（遊離、分離、統合、癒着）の分布 N=399 単位：人

	遊離	分離	統合	癒着	合計
祖母	9	9	32	63	113
母	5	16	45	82	148
子	21	24	37	56	138
合計	35	49	113	202	399

表 2-2：三世代における、適応性（硬直、構造化、柔軟、無秩序）の分布 N=399 単位：人

	硬直	構造化	柔軟	無秩序	合計
祖母	10	13	33	57	113
母	3	13	56	76	148
子	14	22	49	53	138
合計	27	48	138	186	399

3. 三世代間における食生活の分布

1) 祖母世代、母世代、子ども世代三世代間における食べ物に関する 15 の設問それぞれに関しては、「夜食は控える」に対する回答以外のすべての設問で有意差が見られた。(表 3-1)

2) 祖母と母、母と子ども、祖母と子どもの世代間において、祖母世代と母世代の世代間では、「食べ過ぎない」「インスタントの食品は控える」「家族そろって食べる」「テレビを見ながら食べない」「外食は味が濃いので注意する」の 5 つの設問で有意差が認められた。母世代と子ども世代の世代間では、「ゆっくり食べる」「夜食は控える」以外の 13 の設問で有意差が認められた。祖母世代と子ども世代の世代間では、「夜食は控える」以外の 14 の設問で有意差が認められた。(表 3-2)

表 3-1：祖母世代、母世代、子世代三世代間における食べ物に関する回答 N=399 人

設 問	自由度	χ^2 値
1：朝食を必ず摂る	2	38.579**
2：好き嫌いなく食べる	2	25.216**
3：よく噛んで食べる	2	28.729**
4：3食、食べる	2	41.189**
5：ゆっくり食べる	2	11.869*
6：食べ過ぎない	2	20.718**
7：夜食は控える	2	5.508
8：決まった時間に食事をする	2	92.021**
9：塩辛いものは控える	2	24.425**
10：新鮮なものを食べる	2	42.839**
11：インスタントの食品は控える	2	24.141**
12：おやつは決まった時間に食べる	2	107.724**
13：家族そろって食べる	2	73.802**
14：テレビを見ながら食べない	2	92.524**
15：外食は味が濃いので注意する	2	37.354**

* : $p < 0.01$ ** : $p < 0.001$

表 3-2 : 祖母世代と母世代、母世代と子世代、および祖母世代と子世代の世代間における食べ物に関する回答

N=399 人

設 問	検定方法	祖母世代と 母世代	母世代と 子世代	祖母世代と 子世代
1 : 朝食を必ず摂る	A	7970.0	7662.5	5531.5
	B	18996.0	17115.5**	14984.5**
2 : 好き嫌いなく食べる	A	8251.0	7286.0	5531.0
	B	14579.0	16877.0**	15122.0**
3 : よく噛んで食べる	A	7471.5	7312.5	5060.0
	B	18497.5	16903.5**	14651.0**
4 : 3食、食べる	A	7898.0	7188.5	5037.0
	B	18924.0	16779.5**	14628.0**
5 : ゆっくり食べる	A	7250.0	8760.0	5879.0
	B	18276.0	18351.0	15470.0*
6 : 食べ過ぎない	A	6837.0	8511.5	5224.0
	B	17863.0*	18102.5*	14815.0**
7 : 夜食は控える	A	7488.0	9141.5	6382.5
	B	18366.0	18594.5	15835.5
8 : 決まった時間に食事をする	A	7085.0	5133.5	2959.5
	B	18111.0	14724.5**	12550.5**
9 : 塩辛いものは控える	A	7915.0	7018.0	5667.0
	B	14131.0	16609.0**	15258.0**
10 : 新鮮なものを食べる	A	7124.5	7024.5	4445.5
	B	18150.5	16615.5**	14036.5**
11 : インスタントの食品は控える	A	6774.0	8039.50	5119.0
	B	17800.0*	17630.5**	14710.0**
12 : おやつは決まった時間に食べる	A	7673.5	3724.0	2926.5
	B	18404.5	13177.0**	12379.5**
13 : 家族そろって食べる	A	6080.5	6168.5	3384.0
	B	17106.5**	15621.5**	12837.0**
14 : テレビを見ながら食べない	A	5982.5	5594.5	2654.5
	B	17008.5**	15185.5**	12245.5**
15 : 外食は味が濃いので注意する	A	5798.5	8055.5	4354.5
	B	16824.5**	17646.5**	13945.5**

注 A : Mann-Whitney の U B : Wilcoxon の W * : $p < 0.01$ ** : $p < 0.001$

4. 三世代間の家族機能と食生活との関連

1) 食べ物に関する 15 の設問全てにおいて、凝集性・適応性ともに有意差が認められた(表 4-1)。なお、凝集性・適応性が強まるに従って、回答の平均ランクが増加する傾向があった。すなわち、凝集性・適応性が強まるに従って、「いつも大切にする」「大切にする」と回答した者が多い傾向があった。

2) 食べ物に関する 15 の設問全体を通して得られたカテゴリカル主成分分析の結果、第一主成分「食べ物に気を遣う」が認められた。なお、第一主成分はすべて正の値を取った(表 4-2)。

3) 家族機能における食べ物に関する第一主成分の検討

三世代間の第一主成分の平均値は、子どもから

母親、祖母世代にいくほど平均値が高く
なり、「食べ物に気を遣う」指標が上がっていた。
(表 5-1)

第一主成分は凝集性、適応性いずれとも有意に正の相関が認められた(表 5-2)。第一主成分は適応性よりも凝集性との相関係数がやや高かった。

4) 第一主成分と世代、凝集性、適応性に関する検討

三世代は子、および母にダミー変数を用い、重回帰分析を行った(表 5-3)。第一主成分を決定しているのは子であるか否かのダミー変数と凝集性ポイントである。祖母と母の間には、食べ物に対して大きな意識の差は認められなかった。凝集性よりも子の変数による影響が大きかった。

表 4-1：三世代間の食べ物に関する 15 の回答と

凝集性および適応性の回答の平均ランクとの関連 N=399 表 4-2：食べ物に関する 15 の設問から得られた二つの主成分

設問	カイ 2 乗	
	凝集性	適応性
1	30.391***	12.418**
2	17.067***	14.600**
3	29.164***	25.546***
4	40.627***	15.241**
5	32.993***	23.209***
6	20.181***	17.709**
7	19.192***	10.294*
8	40.372***	28.239***
9	16.238**	17.822***
10	56.463***	29.970***
11	15.134**	14.353**
12	26.126***	19.935***
13	85.664***	46.104***
14	30.273***	14.713**
15	18.044***	18.212***

設問	成分	
	1	2
1：朝食を必ず摂る	0.639	0.556
2：好き嫌いなく食べる	0.521	0.222
3：よく噛んで食べる	0.686	-0.070
4：3食、食べる	0.675	0.588
5：ゆっくり食べる	0.618	-0.256
6：食べ過ぎない	0.617	-0.364
7：夜食は控える	0.554	-0.167
8：決まった時間に食事をする	0.737	0.279
9：塩辛いものは控える	0.633	-0.334
10：新鮮なものを食べる	0.626	0.0077
11：インスタントの食品は控える	0.580	-0.144
12：おやつは決まった時間に食べる	0.646	-0.121
13：家族そろって食べる	0.657	0.305
14：テレビを見ながら食べない	0.600	-0.231
15：外食は味が濃いので注意する	0.639	-0.448

* : $p < 0.05$ ** : $p < 0.01$ *** : $p < 0.001$

表 5-1：三世代ごとの第一主成分の
平均値の検定（一元配置分散分析）

	度数	平均値	標準偏差
子	138	-0.6252	1.03256
母	148	0.2556	0.80093
祖母	113	0.4288	0.81418
合計	399	0.0000	1.00126

p<0.01

表 5-2:食べ物に関する 15 の設問から得られた第一主成分と、
凝集性ポイント、適応性ポイントの相関

		凝集性 ポイント	適応性 ポイント	第一 主成分
凝集性 ポイント	Pearson の相関係数	1	0.765**	0.378**
	有意確率（両側）		0.000	0.000
	N	399	399	399
適応性 ポイント	Pearson の相関係数	0.765**	1	0.325**
	有意確率（両側）	0.000		0.000
	N	399	399	399
第一 主成分	Pearson の相関係数	0.378**	0.325**	1
	有意確率（両側）	0.000	0.000	
	N	399	399	399

**．相関係数は 1% 水準で有意（両側）。

表 5-3 第一主成分と世代、凝集性、適応性の関連
係数

モデル	標準化されていない係数		標準偏 回帰係数	t 値	有意確率
	回帰係数	標準偏差誤差			
1 (定数)	-1.125	0.247		-4.554	0.000
凝集性	0.029	0.008	0.235	3.565	0.000
適応性	0.013	0.010	0.082	1.254	0.210
子	-0.926	0.108	-0.440	-8.537	0.000
母	-0.173	0.105	-0.084	-1.649	0.100

a. 従属変数 オブジェクト得点次元 1

IV 考察

I. 三世代間の家族機能

三世代間の家族機能の分布には差があった。凝集性に関しては、祖母・母親世代は「膠着」、つまり凝集性の高いレベルで子育てをしたと受け止めており、子ども世代では「遊離」「分離」、つまり凝集性の中間から低いレベルの家族で育ってきたと受け止めている傾向があった。

適応性に関しては、祖母・母親世代は「柔軟」、つまり中間レベルで子育てをしたと受け止めており、子ども世代は「柔軟」「無秩序」、つまり適応性の高いレベルで育てられてきたと受け止めている。つまり、凝集性・適応性に対する認識は、子どもを育てた経験をもつ世代と経験がない世代では異なることが明らかになった。

子育ては家族成員が協力し合いながら対応しなければならないことが多い。そのような過去の子育ての経験が家族の凝集性・適応性の認識に反映していることが推測される。子育ての経験のある30代から80代に亘る三世代の3家族を対象とした深澤¹⁴⁾の研究では、「三世代とも、わが子どもの健康と成長に第一の価値をおき、健康維持と食生活に関するしつづけを重視していた。」と報告している。このことから祖母・母親世代は様々な健康上の問題や発達課題に対して、必要時役割関係や勢力構造を調整しながら子育てをしてきたと考えられる。

一方、子どもの凝集性・適応性には強い相関があり ($r = 0.571, p < 0.01$)、子どもの発達期の特徴が影響していることが考えられる。つまり、子ども世代は、青年期になると学校を中心とする家庭外の生活時間が多くを占め、さらに精神的にも親から離れ自立へと向かく時期である。そのため、自分以外の家族成員との関与の程度、時間・空間の共有が減少し、家族の凝集性・適応性の認識に反映しているのではないかと考えられる。

2. 三世代間の食生活

学生の平均年齢は19.7歳(SD±1.19)、母親の

平均年齢は48.0歳(SD±3.47)、祖母の平均年齢は74.9歳(SD±4.50)であり、母親が子育てしたのは1990年代前後から現在まで、祖母は1980年代前後である。

祖母、母、子ども三世代間における食生活に関する15の設問のうち、差がなかったのは「夜食は控える」のみであった。つまり祖母は母親を、母親は子ども育てるときに、また子どもは現在「夜食は控える」ことを重視していることが明らかになった。しかし、それ以外の14項目は三世代間で差があった。祖母・母親が子どもを育ててきたときに大切にしていたことと子どもが現在大切にしている食生活に違いがみられた。祖母と母の世代間では、「食べ過ぎない」「インスタントの食品は控える」「家族そろって食べる」「テレビを見ながら食べない」「外食は味が濃いので注意する」で有意差が認められた。

先に述べたように祖母が母親世代の養育をした1960年代前後と、母親が子育てをした1990年代前後では食生活を取り巻く様々な社会環境の変化が背景にあったと考えられる。1955年頃からダイニングキッチン・テーブルが普及し始め、供卓形式が可能となった。家庭料理やその調理法も変化し、これを囲む家族関係も変わり、食事中に会話が行われるようになったと大久保ら¹⁵⁾は述べている。1960年代には、冷凍冷蔵庫・電子レンジの発売で家庭での食材の保存方法も変化し、調理を担当する役割をもつ母親の負担は軽減した。その後1970年代には冷凍水産品の激増、ファーストフード店やファミリーレストラン、持ち帰り弁当専門店の登場により外食の機会が増え、それまでの家庭中心の食生活に変化が起こった。さらに1980年以降はコンビニエンスストアでの加熱弁当の販売、多様なインスタント・レトルト食品の開発が進み、調理に手間を掛けずに食事ができる環境に変化していった。

祖母世代では食事を作り家庭の中で食事をしていたが、母親世代になると簡便な食事ができるよ

うになり、1980年代以降は子どもの通塾などにより個食化が進み、1990年代ではひとり食べの子どもの比率がその10年前より高まったと足立¹⁶⁾は述べている。このような食環境の変化が、祖母・母親世代間の差となって表れていると推察される。

一方、「朝食を必ず摂る」「好き嫌いなく食べる」「よく噛んで食べる」「3食、食べる」「ゆっくり食べる」「夜食は控える」「決まった時間に食事をする」「塩辛いものは控える」「新鮮なものを食べる」「おやつは決まった時間に食べる」の10項目は、祖母と母の世代間で差がなかった。つまり祖母・母親共に規則的に食事をして、健康と食品の関連などを考慮して、食生活を大切に子育てをしてきたといえる。しかし、母と子どもの世代間では、「ゆっくり食べる」「夜食は控える」以外の13の設問で差があった。また、祖母世代と子ども世代では、「夜食は控える」以外の14の設問で差があった。つまり、祖母・母親世代が子育てにおいて大切にしてきたことが子ども世代には伝承していなかった。この背景には、平成18年度厚生労働省国民健康・栄養調査報告¹⁷⁾で明らかになったように、子ども世代の10～23%が週4食以上欠食することや、山田¹⁸⁾、井出ら¹⁹⁾の研究で明らかになった子ども世代は食事にかかる時間が短いこと、食品の組み合わせなどをあまり考えないこと、女子学生の半数にダイエット志向があること、さらに鈴木ら²⁰⁾の報告にあるように11時間以上の学業やアルバイトをしているという実態があると推測される。また、決まった時間に食事をする意識について、親の大半は決まった時間に食事をするよう意識しているのに対して、女子大生は45%にとどまっているという島田ら²¹⁾の報告がある。本結果における母親と子ども世代の食生活に関する意識の差には、上記の女子学生と同様の実態が推測される。

大里ら²²⁾は、食習慣の伝承について、米・肉・魚・緑黄色野菜、牛乳など主な食品群別摂取量に学生・母親間に相関があることを明らかにし、堀

尾²³⁾は塩味嗜好に家族の類似性が高く、濃い味噌汁の家族ほど塩味嗜好が高いということ報告している。よって母親・子どもが健康によい食品摂取や保健行動をとることができる場合は、次の世代に望ましい食習慣を伝える可能性がある。健康的な食習慣を次世代に伝承していくには親の役割が重要となる。

3. 三世代間の家族機能と食生活との関連性

家族機能（凝集性・適応性）は食べ物に関する各設問と関連していること、特に凝集性と関連していることが明らかになった。

森脇ら²⁴⁾は、小学生の時の食事の楽しい語らいをよくしていたと回答した女子学生は、食文化伝承・健康という食意識が形成され、食の外部化が進まないなど、良好な生活習慣、食生活をしていることを明らかにした。また、平田ら²⁵⁾は、健康的な食習慣は、保健医療の知識の程度に関係しているのではなく、家庭での食事の準備経験や家族と食生活について話題にした経験、居住形態、健康への関心によって影響を受けると報告している。これらのことから、食文化の伝承や健康的な食習慣は、子どもの頃に家族とコミュニケーションとりながら食事をしたり、実際に調理したりすることを通して、家族成員間の凝集性・適応性を高め形成されていくことが示唆される。

さらに、大谷ら²⁶⁾は、最も自然な形でコミュニケーションが取れる食事時間に家族との楽しい心の交流を体験することは、子どもの確固たる足場（依存欲求を満たしてくれる場所）を保持し、青年期の自我同一性と独立意識の形成を促すと報告している。家族内の凝集性を高めることは、健康的な食生活の形成のみならず、青年期の人格形成に影響を及ぼす要因として重要である。

これから子育てをしていく世代に対する食生活を確立する支援は、子どもの成長、人格形成においても重要であり、健康的な食生活を次世代へ伝承していくために、家族機能の凝集性を促す視点からの支援の有効性が示唆された。

V 結語

子供・母親・祖母という三世代にわたる家族の健康の指標である家族機能と食生活との関連性を検討した結果、以下の結論を得た。

1. 三世代間の家族機能の分布には差があった。凝集性に関しては、祖母・母親世代は「膠着」つまり凝集性の高い状態で子育てをしたと受け止めているが、子ども世代は「遊離」「分離」という凝集性の低い家族で育ってきたと受け止めていた。子育て経験のある祖母・母親世代と、子育て経験のない子ども世代とでは、家族の凝集性に対する意識に差がみられた。子育ての経験は、家族の凝集性に影響していると考えられる。
2. 祖母・母親世代が食生活に関して大切にしてきたことは、子どもには伝承していなかった。この要因のひとつとして祖母・母親・子ども世代の食環境の差が考えられる。すなわち、1980年以降の外食産業の進展、多様なインスタント・レトルト食品の開発、家庭料理の簡便化などの社会的変化が影響していると考えられる。
3. 食べ物に関する15項目から第一主成分「食べ物に気を遣う」が認められ、家族機能の凝集性、適応性のいずれとも有意に正の相関が認められた。
4. 「食べ物に気を遣う」には、子ども世代の変数が大きく影響し、家族機能の凝集性・適応性が関連していることが明らかになった。

以上のことから、家族が健康的な食生活を形成するためには、子ども世代への食生活改善への支援、家族成員間の相互の情緒的つながりや相互作用の場を共有するなど、家族機能を促す支援が有効であることが示唆された。

本研究は、対象が看護学科、栄養学科、幼児教育科の少数の学生であり専攻に偏りがあるため、青年期を代表とするには課題がある。また、質問紙において祖母・母親へは子育てをしていたときのことを想起する方法を用いたため、記憶の正確性という面からバイアスが生じている可能性がある。青年期を対象に信頼性、妥当性ともに確認さ

れた測定尺度を活用したが、年齢層に適合した家族機能尺度の検討も今後の課題である。

文献

- 1) 早坂瑞希・井上和男：Breslow 健康指数と生活習慣病危険因子および食生活習慣との関連、厚生学の指標, 55(1), 1-8, 2008
- 2) 山田五月他 (et. al)：大学生における慢性機能性便秘発現に及ぼす性および生活習慣との関連－横断的研究－, 栄養学雑誌, 67(4), 157-167, 2009
- 3) 井出智子 (et. al)：女子大生のライフスタイルと食生活の関係, 東京家政大学紀要, 47(2), 1-6, 2007
- 4) 鈴木みちえ他 (et. al)：大学生と健康習慣と自己管理スキルおよび生活満足度との関連, 厚生学の指標, 55(3), 23-29, 2008
- 5) 森脇弘子他 (et. al)：女子学生の健康状況・生活習慣・食生活と小学生時の食事の楽しい会話との関係, 日本家政学会誌, 58(6), 327-336, 2007
- 6) 平田真紀・内田雅子：看護大学生の食習慣と知識、および健康への関心の関連, 大阪大学看護学雑誌, 13(1), 9-17, 2007
- 7) 大谷貴美子 (et. al)：家庭における食生活体験や親の関わり方が青年期後期の自己独立性に及ぼす影響, 日本食生活学会誌, 14(1), 14-27, 2003
- 8) 深澤圭子：健康行動に関わる家庭内文化の伝承－祖母・母・娘三世代への聞き取りから－, 札幌医科大学保健医療学部紀要 (8), 93-97, 2006
- 9) Marilyn M. Friedman：家族看護学 理論とアセスメント, 野嶋佐由美監訳, 74, へるす出版, 2002
- 10) 鈴木和子・渡辺裕子：家族看護学 理論と実践 第3版, 31, 日本看護協会出版会, 2006

- 11) 前掲書 9)74
- 12) 堀洋道監修, 吉田富二雄編: 心理測定尺度集
II 人間と社会のつながりをとらえる<対人
関係、価値観>, 143-148, サイエンス社,
2001
- 13) 立山慶一: 家族機能測定尺度 (FACESⅢ) 邦訳
版の信頼性・妥当性に関する一研究, 創価大
学文系大学院紀要, 285-306, 2006
- 14) 前掲書 8) 93-97
- 15) 大久保洋他 (et. al), 江原絢子. 石川尚子編:
食文化の伝承 その伝承と食の教育, 99, ア
イ・ケイ コーポレーション, 2009
- 16) 足立己幸: 知っていますか子どもたちの食卓
—食生活からからだと心がみえる, 8, 日本放
送出版協会, 2000
- 17) 国民健康・栄養情報研究会編: 国民健康・栄
養の現状—平成 18 年度厚生労働省国民健
康・栄養調査報告より—, 221, 厚生労働省,
2009
- 18) 前掲書 2) 157-167
- 19) 前掲書 3) 1-6
- 20) 前掲書 4) 23-29
- 21) 島田玲子他 (et. al): 食行動・食意識の伝承が
食生活に与える影響, 平成 17 年度～平成 19
年度科学研究費補助金 (基盤研究 (C)) 研究
成果報告書, 91
- 22) 大里進子他 (et. al): 女子学生と母親の食習
慣の類似性と食行動の相異、日本栄養・食糧
学会大会講演要旨集, 112, 1999
- 23) 堀尾強: 家族間の塩分嗜好比較, 日本味と旬
学会誌, 13 (3), 471-474, 2006
- 24) 前掲書 5) 327-336,
- 25) 前掲書 6) 9-17
- 26) 前掲書 7) 14-27