

高校生の偏食状況及び発育 発達との関係についての一考察

佐 伯 重 幸

目 的

人間の発育発達に関係の深い要素として、遺伝的素因と後天的環境を上げることが出来るが、後天的環境のうちで最も重要なものは、栄養と生体に加えられる適度の刺激であろう。個人の持つ遺伝的素因を最大限に発現させるためには、食餌栄養のバランスが合理的に保たれ、適度の外的刺激が加えられる必要がある。

社会に広く滲透している偏食は好ましくないとする考え方として、発育が悪く体力・抵抗力が劣るので、有能な身体の育成が出来ないとか、運動能力が劣るとか、病気に罹り易い等をあげることが出来る。確かに幼時期に於ける偏食が好ましい発育を阻害する一要因となることは、種々の研究によって明らかにされているのであるが、その傾向が青年期まで及ぶものであるかどうかについての研究は少ないようである。

本研究ではこの観点から、青年前期にある高校生について、その偏食状況及び発育発達との関係が、いかなる実態を示すものであるかを把握しようとするものである。

方 法

1. 調査の対象

長崎県立大村高等学校生徒男子450名、女子577名

2. 調査の内容

(1) 偏食状況

市販の家庭食品より植物性食品50種、動物性食品50種を選び、好き嫌いに就いて質問紙法により調査した。

(長崎大学川津哲郎教授の食品分類による。)

(2) 発育発達調査

身長、体重、肺活量、垂直跳、50米走、ソフトボール投、立幅跳に就いて測定した。

3. 調査期間

発育発達調査は昭和35年5月～6月、偏食状況調査は昭和35年6月末に行った。

結果の整理と考察

I 偏食状況

個々の食品に就いての偏食状況は、第1表及び第2表の通りである。嫌食率の多い食品の順位は男女共ほゞ同じ傾向を示し、性別による差異は無いことがわかる。食品群別に見ると次の通りである。

第 1 表

植物性食品嫌食者率

食品群別	食品名	嫌食者率 %		食品群別	食品名	嫌食者率 %	
		男子	女子			男子	女子
穀類	粥	40.9 ^⑧	29.9		トマト	4.2	5.2
	麦飯	28.0	21.2		平均	25.1	24.0
	パン	5.3	6.0	葉菜類	春菊	59.6 ^②	65.2 ^②
	うどん	8.7	16.6		葱	32.7	37.7
	とうもろこし	17.6	14.9		玉葱	21.3	17.6
	平均	20.1	17.7		かつを菜	30.2	33.9
豆類	さや豆	17.8	13.0		ふだん草	42.7 ^⑦	44.7 ^⑦
				ほうれん草	8.9	15.2	
大豆及 同製品	煮豆	33.6	37.3	もやし	14.7	14.2	
	味噌汁	8.2	20.4	白菜	10.4	11.9	
	納豆	51.1 ^④	62.3 ^③	たけのこ	16.2	13.1	
	豆腐	8.0	13.6	らっきょう	29.8	31.4	
	揚げ	8.7	8.6	ふき	35.6	32.6	
	平均	21.9	28.5	平均	27.5	28.9	
芋類	甘藷	14.7	9.7	菌藻類	しいたけ	8.8	12.9
	馬鈴薯	12.7	12.1		昆布	18.9	11.6
	里芋	32.7	29.9		わかめ	15.6	15.6
	山芋	17.6	29.2		平均	14.4	13.4
	平均	19.4	20.2	加工食品 その他	こんにゃく	25.3	20.5
根菜類	牛蒡	14.2	12.3		漬菜	20.7	19.0
	人参	37.9 ^⑨	45.3 ^⑥		梅干	18.0	10.1
	大根(煮)	60.1 ^①	66.5 ^①		大根おろし	12.0	19.0
	かぶ	44.7 ^⑥	33.7		たくあん	9.6	6.2
	生姜	13.7	9.5		せんぎょう大根	33.6	30.3
	平均	34.2	33.5		焼茄子	27.1	20.8
果菜類	南瓜	23.8	19.0		漬茄子	32.4	29.0
	茄子(煮)	37.3 ^⑩	34.3 ^⑩		漬きゃべつ	55.1 ^③	53.2 ^③
	きゃべつ(生)	29.1	28.9		きゃべつ油	12.9	9.8
	きゅうり	7.6	2.9	いため	24.7	21.8	
	ピーマン	48.4 ^⑤	53.5 ^④	平均			

〔註〕○番号は嫌食率の多い食品順位を示す

第 2 表

動物性食品嫌食者率

食品群別	食品名	嫌食者率 %		食品群別	食品名	嫌食者率 %		
		男子	女子			男子	女子	
牛乳及 同製品	生牛乳	4.9	18.3	貝類	あさり	12.1	17.9	
	牛乳煮	46.2 ^③	41.8 ^⑨		かき	20.9	35.2	
	チーズ	31.6	41.5		あわび	40.2 ^⑦	50.4 ^⑧	
	平均	27.7	33.9		しじみ	35.3	36.5	
卵及 同製品	生卵	26.6	36.5	甲殻類	平均	27.1	35.0	
	目玉焼	4.5	6.9		かに	9.3	16.2	
	オムレツ	7.8	3.1		えび	10.7	9.3	
	平均	12.9	15.5		うに	46.2 ^③	58.5 ^②	
鳥獣肉類	鳥肉	12.3	22.6	加工食品	平均	22.1	28.0	
	豚肉	6.4	17.2		その他	いかの てんぷら	35.6 ^⑩	26.3
	牛肉	3.1	12.8			いかの照焼	30.9	21.8
	臓物	55.8 ^①	69.4 ^①			するめ	6.0	5.0
	平均	19.4	30.5			酢さば	39.6 ^⑧	44.2 ^⑧
軟体類	たこ	9.4	12.4	いわしの目ざし		20.7	21.7	
	いか	17.8	15.4	湯かけくじら		28.7	39.7	
	平均	13.6	13.9	ふかの湯びき		43.8 ^⑥	49.2 ^④	
海産魚類	くじら	26.7	22.8	カステラ		0.4	0.8	
	さば	26.5	33.6	かずのこ		22.7	26.4	
	なまこ	26.4	30.7	すじこ		44.9 ^⑤	45.1 ^⑦	
	あじ	16.9	19.3	ベーコン	30.2	36.4		
	いわし	15.4	25.0	ソーセージ	5.3	8.8		
	たい	9.2	8.3	ハム	5.3	9.7		
	ぶり	13.3	19.3	あげかまぼこ	10.6	13.2		
	ほうぼう	47.6 ^②	48.7 ^⑤	板かまぼこ	8.0	7.6		
	平均	22.5	26.0	ちくわ	12.5	13.1		
生食品	くじらの刺身	27.6	37.3	小魚佃煮	26.2	30.4		
	いかの刺身	16.7	24.4	でんぶ	30.7	35.8		
	さばの刺身	21.8	33.8	あみなしつけ	38.9 ^⑨	46.8 ^⑥		
	平均	22.0	31.8	塩干	35.6 ^⑩	41.6 ^⑩		
				平均	23.8	26.2		

〔註〕○番号は嫌食率の多い食品順位を示す

第 3 表 植物性食品嫌食数

嫌食数	男 子		女 子	
	類 数	%	類 数	%
0	12	2.7	7	1.2
1 ~ 5	94	20.9	103	17.9
6 ~ 10	105	23.3	154	26.7
11 ~ 15	92	20.4	138	23.9
16 ~ 20	67	14.9	96	16.6
21 ~ 25	51	11.3	48	8.3
26 ~ 30	22	4.9	25	4.3
31 ~ 35	4	0.9	3	0.5
36 ~ 40	3	0.7	2	0.3
41 ~ 45	1	0.2	0	0
平 均	12.3		12.0	

第 4 表 動物性食品嫌食数

嫌食数	男 子		女 子	
	類 数	%	類 数	%
0	13	2.9	7	1.2
1 ~ 5	88	19.6	76	13.2
6 ~ 10	145	32.2	146	25.3
11 ~ 15	89	19.3	129	22.4
16 ~ 20	62	13.8	103	17.9
21 ~ 25	38	8.4	70	12.1
26 ~ 30	11	2.4	30	5.2
31 ~ 35	3	0.7	9	1.6
36 ~ 40	3	0.7	4	0.7
41 ~ 45	0	0	1	0.2
平 均	11.2		13.6	

第 5 表

全食品嫌食数

嫌食数	男 子		女 子	
	類 数	%	類 数	%
0	5	1.1	4	0.7
1 ~ 5	31	6.9	24	4.2
6 ~ 10	54	12.0	57	9.9
11 ~ 15	61	13.6	59	10.2
16 ~ 20	66	14.7	68	11.8
21 ~ 25	55	12.2	98	17.0
26 ~ 30	50	11.1	78	13.5
31 ~ 35	35	7.8	57	9.9
36 ~ 40	34	7.6	51	8.8
41 ~ 45	23	5.1	30	5.2
46 ~ 50	16	3.6	25	4.3
51 ~ 55	14	3.1	13	2.3
56 ~ 60	1	0.2	7	1.2
61 ~ 65	3	0.7	5	0.9
66 ~ 70	1	0.2	1	0.2
71 ~ 75	1	0.2	0	0
平均	23.4		25.6	

§ 1. 植物性食品

- 穀類 主食である米飯は嫌う者が無いものとして、その代りに粥を取り上げたのであるが、粥は食餌療法の場合に供膳されるのが普通で常食化されていないため、男子に40.9%の嫌食率を見たものと思われる。パンとうどんの嫌食率が低いことは、これらが相当普及し、又、嗜好に合っているようである。
- 大豆及び同製品 大豆は鳥の肉と言われるほど良質の蛋白質に富んでいるが、煮豆が30%以上、納豆が50%以上の嫌食率であることは、一考の余地が有るのではなからうか。
- 芋類 里芋及び山芋の嫌食率は少々高いが、単独食の甘藷、及び豊富に出廻る馬鈴薯の嫌食率は低い。
- 根菜類 食品群別では最も嫌食率が高くなっている。特に大根の煮物は全食品中最高の嫌食率を示しているが、加工食品群の大根おろし、たくあんが余り嫌食されない事実に鑑み調理の工夫が必要であることを示している。又人参が嫌われるのは、臭気及び味に対して慣れないためであろう。
- 果菜類 トマトは既に果物化した食品なので嫌食率は低いが、ピーマンは約半数の者が

嫌っており臭気，口触りが嗜好の妨げになっていると思われる。茄子は煮物より加工食品群の焼茄子が好かれているのであるが，大根の場合と同様，食品そのものが嫌いという外に，調理された食品の味覚，嗅覚，触覚等が食品嫌悪の理由になることがわかる。

6. 葉菜類 春菊，ふだん草は特に嫌食率が高いが，かつを菜，葱，ふき等も嫌われている。栄養的に価値のある緑黄葉なのでつとめて食したいものである。
7. 菌藻類 菌藻類は味の出る食品なので，他の食品群にくらべて割合好かれている。
8. 加工食品その他 漬キャベツが高い嫌食率を示しているが，これはキャベツは他の調理法によって供膳されることが多く，漬物としては，たくあんや漬菜等が常食されているためであろう。茄子において煮るよりも焼く方が，生キャベツよりも油いための方が，大根は煮るよりもおろした方が好かれていることは，食品そのものよりも調理の仕方が嫌食に重大な影響があることを示すものとして注目される。

§ 2. 動物性食品

1. 乳製品 牛乳自体の嫌食率は低いが，牛乳煮，チーズの嫌食率が高いのはむしろ意外だと言わねばならない。これらが未だ常食化されるに至っていないことを示していると思われる。
2. 卵類 卵は生よりも目玉焼又はオムレツ等に調理されると嫌食率が低くなっており，大体嗜好に合った食品と考へられる。
3. 鳥獣肉類 臓物を除けば男子7.3%，女子17.5%の嫌食率となり，男子よりも女子が10%多い嫌食率を示し，全食品群中最も多い性別差異となっていることは注目すべきことである。臓物は男子が半数以上，女子が3分の2以上嫌っているが，安価で栄養価値の高い食品であるから，もっと利用されるべきものとして強調されねばならない。
4. 軟体類 僅かにいかがたこより嫌われているが問題点を見出し得ない。
5. 海産魚類 ほうほうは供食が低いので嫌食率が高くなっているが，他は供食の程度に依じている。安価な動物性蛋白質の供給源である海産魚類において，肉類に見られたと同じように，女子が男子より約10%多い嫌食率を示していることは，肉類の場合と同様に注目すべきことである。
6. 生食品（刺身） 海産魚類と類似した嗜好を示している。
7. 貝類 あわびの嫌食率が高いのは食されることが少ないためであり，かきは女性より男性の嗜好に合った食品だと言える。
8. 甲殻類 ういの嫌食率が高いのは臭気と高価で常食化されていないためであろう。
9. 加工食品その他 カステラ，ソーセージ，ハム，かまぼこ，するめ等嗜好に合うように加工されたものの嫌食率は低いが，酢物，塩分の強いものは嫌食率が高くなっている。食品別に見られる偏食傾向から，味覚，嗅覚，触覚，視覚に訴える調理の工夫が必要であると同時に，栄養学的価値判断に基づく積極的な矯正が必要であると言える。

次に個人の偏食傾向を第3・4・5表で見ると，嫌食率の性別差異は，植物性食品においては男子が0.3%，動物性食品は女子が3.4%，全食品については女子が2.2%それぞれ高くな

っている。

偏食傾向の萌芽は先天的・遺伝的因子と環境の両面から促されることが明らかにされているのであるが、家庭の栄養管理の中心になるべき女子の嫌食率が高いことから、母親の嗜好又は家庭の食習慣からのみ食物を与えるべきでないということと、母親が自己の偏食矯正に努力せねばならないということが察知される。

嫌食品の無い者は、動物性食品及び植物性食品では男子2.7~2.9%，女子1.2%であり、全食品では僅かに男子1.0%，女子0.7%に過ぎない。又、3分の2以上の嫌食を示す者を全食品について見れば、男子0.4%，女子0.2%の僅かで、幼時期に比べて相当の減少である。

しかし、食習慣の固定初期にある青年前期では、少なくとも嫌食率50%以下に矯正されていることが望ましく、嫌食率50%以上の男子4.4%，女子4.6%には指導の必要性が有ると言い得る。

II 発育発達との関係

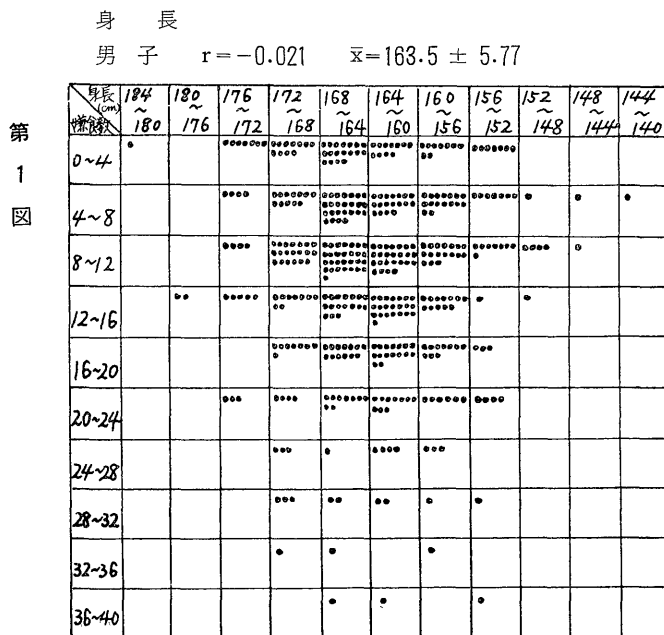
幼時期においては植物性食品よりも動物性食品が発育等との関係が深いと言われるので、本研究でも動物性食品との相関のみを見ることにした。

体格として身長と体重、機能として肺活量、運動能力として垂直跳、50米走、ソフトボール投、立幅跳を取り上げ、偏食傾向との相関図を作り、相関係数を算出した。

第1図から第14図までの各相関図は、各階級の度数を点で示し、階級は、嫌食数は4個、身長及び垂直跳は4纏、体重は4疋、肺活量は400cc、50米走は0.4秒、ソフトボール投は4米、立幅跳は8纏とした。

動物性食品嫌食数の平均は第4表に示したが、男子11.2，女子13.6である。

動物性食品嫌食数との相関図



身長

女子 $r = -0.038$ $\bar{x} = 152.6 \pm 4.65$

第 2 図

身長 (cm)	168 164	164 160	160 156	156 152	152 148	148 144	144 140	140 136
0~4		o	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
4~8			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
8~12			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	o
12~16			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	o
16~20			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
20~24			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
24~28			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
28~32			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
32~36				oooo	oooo	oooo	oooo	
36~40				oooo	oooo	oooo	oooo	
40~44				oooo	oooo	oooo	oooo	

体重

男子 $r = -0.042$ $\bar{x} = 53.6 \pm 5.34$

第 3 図

体重 (kg)	74 70	70 66	66 62	62 58	58 54	54 50	50 46	46 42	42 38	38 34
0~4		o	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
4~8			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
8~12			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	o
12~16			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
16~20			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
20~24			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
24~28			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
28~32			oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
32~36				oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	
36~40				oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	oooo	

体 重

女 子 $r = -0.028$ $\bar{x} = 48.1 \pm 5.46$

第 4 图

体重 (kg) 検査数	66 ~ 62	62 ~ 58	58 ~ 54	54 ~ 50	50 ~ 46	46 ~ 42	42 ~ 38	38 ~ 34	34 ~ 30
0~4		
4~8
8~12	o	o	
12~16	o		
16~20	o		
20~24		o	
24~28			
28~32			o	
32~36			o	o	o	o	o		
36~40				o			o		
40~44					o				

第 5 图

肺 活 量

男 子 $r = -0.076$ $\bar{x} = 3419 \pm 577$

肺活量 (cc) 検査数	5600 ~ 5200	5200 ~ 4800	4800 ~ 4400	4400 ~ 4000	4000 ~ 3600	3600 ~ 3200	3200 ~ 2800	2800 ~ 2400	2400 ~ 2000
0~4		o	
4~8	o	o	o
8~12	o	o	
12~16	o	o	
16~20	o	o	
20~24	o	o	
24~28			o	
28~32			o	
32~36			o	o	o	o	o		
36~40			o	o	o	o	o		

第 6 图

肺 活 量

女 子 $r = -0.149$ $\bar{x} = 2480 \pm 398$

肺活量 (cc) 検査数	3800 ~ 3400	3400 ~ 3000	3000 ~ 2600	2600 ~ 2200	2200 ~ 1800	1800 ~ 1400	1400 ~ 1000
0~4	
4~8	o	o
8~12	o	o
12~16	o	o
16~20	o	o
20~24	o	o
24~28	o	o
28~32	o	o
32~36		o	o
36~40			o	o
40~44			o	o

垂直跳

男子 $r=0.015$ $\bar{x}=49.4 \pm 6.68$

第 7 图

垂直跳 成绩	76 ~ 72	72 ~ 68	68 ~ 64	64 ~ 60	60 ~ 56	56 ~ 52	52 ~ 48	48 ~ 44	44 ~ 40	40 ~ 36	36 ~ 32
0~4		••	•	•••••	•••••	••••••••	••••••••	••••••••	••	•	•
4~8			•	•	••••	••••••••	••••••••	••••••••	••••••	•	••
8~12	•		•	•••	•••••	••••••••	••••••••	••••••••	••••••••	•••••	•
12~16				••••	••••••	••••••••	••••••	••••••	••••	••	•
16~20		••	•	•••	••••	••••••	••••••	••••••	••		•
20~24			•			•••••	••••	••	••••		••
24~28			•	•	•••	•	•				
28~32					•	••	•••	•			
32~36					•				•		
36~40				•		•					

垂直跳

女子 $r=-0.128$ $\bar{x}=31.8 \pm 5.15$

第 8 图

垂直跳 成绩	54 ~ 50	50 ~ 46	46 ~ 42	42 ~ 38	38 ~ 34	34 ~ 30	30 ~ 26	26 ~ 22	22 ~ 18	18 ~ 14
0~4			•••	•••	••••••••	••••••••	••••••	••		
4~8			••••	••••••	••••••••	••••••••	••••••	••	••	
8~12		•	•••	•••••	••••••••	••••••••	••••••	••••••	•••••	•
12~16	•		••	•••••	••••••••	••••••••	••••••	••••••	•••••	
16~20			••	••	•••••	••••••	••••••	••••••	••	•
20~24		•	•	••	•••••	••••••	••••••	••••••	•	
24~28		•		••••	•••••	••	••	••		
28~32				•	••••	••	•••••	••		
32~36				•	•	•	••••			
36~40					•		••			
40~44					•					

50 米 走

男子 $r=0.014$ $\bar{x}=7.3 \pm 0.43$

第 9 図

50米走 記録	6.0 ~ 6.4	6.4 ~ 6.8	6.8 ~ 7.2	7.2 ~ 7.6	7.6 ~ 8.0	8.0 ~ 8.4	8.4 ~ 8.8	8.8 ~ 9.2	9.2 ~ 9.6
0~4		***	***** ***** ***** *****	***** ***** ***** *****	*****	***	•		
4~8	•	*****	***** ***** ***** *****	***** ***** ***** *****	*****	•		•	
8~12	•	***	***** ***** ***** *****	***** ***** ***** *****	*****	*****	•		
12~16		***	***** ***** ***** *****	***** ***** ***** *****	*****	*****			
16~20		•	***** ***** ***** *****	***** ***** ***** *****	*****	*****			
20~24		•	***** ***** ***** *****	***** ***** ***** *****	*****	•			
24~28	•	•	***	**	*****	•			
28~32			**	****	**	•			
32~36				***	•				
36~40			•	**					

50 米 走

女子 $r=0.152$ $\bar{x}=9.1 \pm 0.67$

第 10 図

50米走 記録	6.6 ~ 7.0	7.0 ~ 7.4	7.4 ~ 7.8	7.8 ~ 8.2	8.2 ~ 8.6	8.6 ~ 9.0	9.0 ~ 9.4	9.4 ~ 9.8	9.8 ~ 10.2	10.2 ~ 10.6	10.6 ~ 11.0	11.0 ~ 11.4
0~4	•		•	*****	*****	*****	*****	***	*****			
4~8		•	**	***	*****	*****	*****	*****	*****	•	•	
8~12				*****	*****	*****	*****	*****	*****	*****	•	•
12~16			•	**	*****	*****	*****	*****	*****	*****	•	
16~20			•	•	*****	*****	*****	*****	*****	*****	•	**
20~24			•	•	*****	*****	*****	*****	*****	•	•	•
24~28	•	•	•	•	***	***	*****	•	•	•	•	
28~32					***	***	•	•	•	•		
32~36					**	•	•					
36~40						•						
40~44					•							

ソフトボール投

男子 $r = -0.023$ $\bar{x} = 55.9 \pm 8.23$

第 11 図

年齢 (歳)	90 86	86 82	82 78	78 74	74 70	70 66	66 62	62 58	58 54	54 50	50 46	46 42	42 38	38 34	34 30
0~4				•••••	••	••••••••	•••••	••••••••	••••••••	•••••	••	••	••	•	
4~8				•••••	•••••	•••••	••••••••	••••••••	••••••••	•••••	•••••	•••••	••	•	
8~12				•••••	•••••	•••••	••••••••	••••••••	••••••••	•••••	•••••	•••••	••	•	
12~16	•			••	••	•••••	•••••	••••••••	•••••	••	•••••	•••••	••	•	
16~20				•	•	•••••	•••••	••••••••	•••••	•••••	•••••	•••••			
20~24				•	••	•••••	•••••	••••••••	•••••	•••••	•••••	•••••			
24~28				•	•			•••••	••						
28~32					•		•		•	••	•				
32~36								••			•				
36~40					•	•		•							

ソフトボール投

女子 $r = -0.003$ $\bar{x} = 23.7 \pm 5.56$

第 12 図

年齢 (歳)	50 46	46 42	42 38	38 34	34 30	30 26	26 22	22 18	18 14	14 10
0~4	•			••	•••••	•••••	••••••••	••••••••	••	•
4~8			•	•••	•••••	•••••	••••••••	••••••••	•••••	•••
8~12				•••••	•••••	•••••	••••••••	••••••••	•••••	•
12~16				••	•••	•••••	••••••••	••••••••	•••••	••
16~20			•	•	••	•••••	••••••~	••••••~	••	••
20~24			•		•••••	•••••	••••••~	••••••~	••	•
24~28				••	•	•••••	•••••	•••••		•
28~32				•	•••	••	•••••	••		
32~36							•	•••		
36~40				•			•			
40~44					•					

立幅跳

男子 $r = -0.029$ $\bar{x} = 231.3 \pm 16.00$

第 13 図

年齢階級 (歳)	278 ~ 270	270 ~ 262	262 ~ 254	254 ~ 246	246 ~ 238	238 ~ 230	230 ~ 222	222 ~ 214	214 ~ 206	206 ~ 198	198 ~ 190
0~4			●●●●●	●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●			●
4~8	●	●●	●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●●	●●●●●●●●	●●●●●●●●	●●●●●●●●	●●	●●	●●
8~12	●●	●●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●	●●●●●	
12~16		●	●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●	●	●
16~20		●	●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●	●●	●
20~24	●●		●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●	●●	
24~28			●	●●	●●	●	●	●●●●		●	
28~32			●	●	●●		●●●	●			
32~36				●		●					
36~40					●●					●	

立幅跳

女子 $r = -0.114$ $\bar{x} = 174.4 \pm 13.36$

第 14 図

年齢階級 (歳)	218 ~ 210	210 ~ 202	202 ~ 194	194 ~ 186	186 ~ 178	178 ~ 170	170 ~ 162	162 ~ 154	154 ~ 146	146 ~ 138	138 ~ 130
0~4		●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●	●	●	●	
4~8	●●	●●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●			●	
8~12	●	●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●	●●●●●	●●		
12~16		●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●	●●●●●	●●	●●	
16~20		●	●●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●●●●●	●●		●
20~24	●	●●	●●●●●	●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●	●●●●●	●		
24~28		●	●●●	●●	●●●	●●●●●	●●	●●●	●		
28~32		●	●	●●	●●●●●	●●			●		
32~36					●●	●●●				●	
36~40				●			●				
40~44				●							

1. 身長 相関係数男子 -0.021 , 女子 -0.038 は、偏食と長育が統計学的には有意でないことを示している。しかし、第1, 2図から低位の発育と偏食の程度とは全く無関係であるが、優れた長育を期待するためには甚だしい偏食傾向は好ましくないようである。
2. 体重 相関係数男子 -0.042 , 女子 -0.028 は偏食の有無が量育に対しては何等の意義も無いことを示している。しかし、身長の場合と同様、甚だしい偏食が優れた量育を阻むことが察知される。
3. 肺活量 相関係数男子 -0.076 , 女子 -0.149 は有意ではないが、特に男子において、嫌食数50%以上の者が上位値を示し得ないことは、偏食が機能的発達を阻害する一要因になり得ることが推察される。
4. 垂直跳 相関係数男子 0.015 , 女子 -0.128 は有意ではない。男子において甚だしい偏食が優れた能力を阻む傾向が出ている。
5. 50米走 相関係数男子 0.014 , 女子 0.152 は有意ではない。上位、低位とも偏食とは全く無関係である。
6. ソフトボール投 相関係数男子 -0.023 , 女子 -0.003 は有意ではない。
7. 立幅跳 相関係数男子 -0.029 , 女子 -0.114 は有意ではないが、女子において甚だしい偏食は好ましくないようである。

偏食傾向と形態発育及び機能発達との相関係数は、 0.152 から -0.149 の間であって、統計学的には有意でないことを示している。一般的傾向として、低位の発育発達と偏食の程度とは全く無関係であるが、優れた発育発達を期待するためには、甚だしい偏食傾向は好ましくないと言える。

要 約

偏食傾向と形態発育の間には、統計学的考察によれば有意性を見出し得ず、一般的に両者の関連は無いと断定出来る。又、低位の発育においては偏食傾向と全く無関係である。しかし、体位の優位性を期待するためには、甚だしい偏食傾向は不利な条件であると認めることが出来る。

偏食傾向と機能発達の間にも形態発育の場合と同様、統計学的に相関がないことを認め得る。しかしながら甚だしい偏食傾向にあるグループは優れた記録を示す者が少く、このことは生命力・生活力との関係において、好ましくない影響を与えることが推察される。

これらの事柄は偏食は矯正される必要があることを示している。

偏食傾向の成因は複雑な因子がからみあい、遺伝又は環境のいずれを重視するかは今尚判然とされてはいないが、先天的、遺伝的因子が成因となる以上、幼時期に偏食傾向が発現するのは必然である。

しかし、偏食傾向の消退が、生活環境の変化に動機づけられ、環境的因子に左右されることが多いことが明らかにされているのであるから、適正な指導を得れば或る程度の矯正が可能である。

しかも偏食は我まゝな性質に基づく未稍的現象であるとまで言われ、又、子供達が持っている偏食は悪いという意識は、栄養についての合理的な把握よりも、家庭の一方的な躰という条件づけから、倫理的次元でとらえられている傾向が強いことが推察されるので、嗜好の発育段階に応じて、栄養学的価値判断の立場に立った学習形態を以って、十分な教育がなされる必要があると言える。

本稿を終るに当って、本研究のために適切な指導助言を頂いた川津哲郎教授に深甚な感謝の意を表します。

参 考 文 献

- | | |
|-----------|------------|
| 健康教育の強調運動 | 荷見秋次郎・下田巧著 |
| 健康教室 | 第94集 |
| 健康教室 | 第107集 |
| 健康教室 | 第112集 |
| 学校保健研究 | 昭和35年10月号 |

— (36.1.30 受付) —