諏訪地方園児の体位と栄養
摂取傾向の調査報告

長野県保育専門学院　茅　野　和

〔目的及び方法〕

諏訪地方の六才園児の体位の状態と、どの様な栄養を摂っているかその傾向を把握するために、調査を行った。

方法としては、体位測定は同一日時にしかも測定方法にも一貫性のあることを期して、学院生徒を保育園に手伝いに行かせ、三月一日午前十時に測定した。

食事傾向の調査としては、次図の様な調査表を対象園児の家庭に持ち帰えらせて、母親が与え又弁当に持たせた食品を、各食品群の欄に○印で記入して貰い、これを一週間にわたって行った。

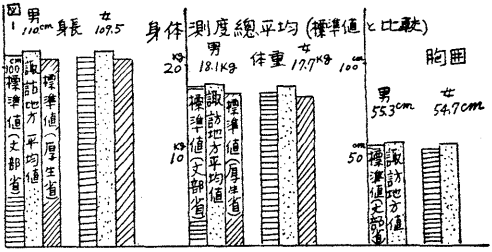
	3月1日			3月2日		
めし						
味噌汁						
野菜						
海菜						
漬物						
佃煮						
豆						
豆ふ、あげ						
魚						
諏訪魚						
肉						
卵						
油(ラード)						
パン						
うどん						
牛乳一合						
牛乳2合						

〔整理方法〕

体位は各保育園毎の算術平均値、二市一群各の算術平均値、二市一群即諏訪地方全区の総算術平均値を夫々求めた。総平均値を厚生省一九五二年発表の標準値と比較、同時に文部省発表値とも比較した。〔図一参照〕

又二市一群夫夫について標準値と比較した児童の体位の分布を求めた。(表二、表三参照)

食品摂取傾向の調査表は、保育園毎に整理し、各食品群が一週間に平均何回摂取されるかを、算術平均で求め、この数値と体位との一覧として求めた。(表四、表五、表六)(略)



〔結　果〕

(1) 体位は二市一群の総平均値は全国標準値一九五二年厚生省発表の値より上位を示し、身長では五cm、体重では七～八%つまり一kg余、胸囲では二～五%つまり一・五～二cm以上廻るという値を示した。標準値と比較しての分布状態は表の様で、体重に於て十%以上不足する所謂栄養不良児は、市部に於て三・五～五%、郡部に於て八・八%である。身長に於ても二市は大体分布状態を同じくしており、こんな処に市部郡部の差の見られるのを面白く思った。

表二　身長（標準身長との比較）

		諏訪市	諏訪郡	岡谷市
平均値	男	110.4	109.5	110.1
	女	109.7	107.5	109.7
+10cm以上	例数	51	38	45
	(%)	(11)	(9.2)	(12.7)
+5～10cm	例数	171	109	129
	(%)	(37.3)	(26.5)	(36.5)
+2～5cm	例数	123	111	89
	(%)	(26.8)	(27.0)	(25.2)
±2cm	例数	77	119	75
	(%)	(16.8)	(28.9)	(21.2)
−2～5cm	例数	27	31	14
	(%)	(5.9)	(7.5)	(3.9)
−5～10cm	例数	8	4	1
	(%)	(1.7)	(0.9)	(0.3)

表三　体重（標準体重との比較）

		諏訪市	諏訪郡	岡谷市
平均値	男	18.3	17.8	18.0
	女	17.9	17.3	17.8
+20%以上	例数	69	43	56
	(%)	(14.5)	(10.1)	(13.7)
+10～20%	例数	141	92	95
	(%)	(25.8)	(21.4)	(22.5)
0～+10%	例数	165	148	126
	(%)	(36.4)	(34.3)	(29.7)
−10%以向	例数	94	107	122
	(%)	(20.2)	(25.1)	(29.2)
−10%以下	例数	16	38	21
	(%)	(3.4)	(8.8)	(4.9)

(2)　食品摂取傾向を整理してわかったことは、各保育園とも摂取傾向に大差のないことである。只一つ諏訪地方として特有の諏訪湖で漁れる〝わかさぎ〟〝ふな〟の様な骨ごと食べる小魚の摂取は漁業を営む家庭の多い保育園にのみ際立って多いことを認めた。

(3)　二市一郡及び総平均の摂取回数を図示すると図二、三(略)図四五（略）の様になる。図を見て解ることは、園児は蛋白質の面では相当に保護されていることを知る。

(4)　最も目立つことは乳及び乳製品が家庭で殆ど与えられないということで、これは保育園の給食によってのみ確保されるものである。日本人の食習慣の一面を表はしたものといへよう。

(5)　又油の摂取回数も少いことが解る。家庭に於て二・八回与えられるに過ぎない。

(6)　野菜の摂取も意外に少く、郡部に於ても八・五回に過ぎず、幼児への調理の面倒であることを物語るものと言へよう。

(6)　凡ゆる食品について言へることは、いづれも保育所の給食によって大部補はれ、栄養が強化されていることである。

〔考　察〕

次に保育園毎に体位と食品摂取回数を比較して、考察を行って見る。

(1)　諏訪地方特有の小魚の摂取の多い地方が先づ注目される。諏訪市の渋崎、豊田、中洲、北部各保育園、岡谷市の観音、桃園両保育園で、いづれも体重は一・三～一・四kg増を示し、身長も五～七cm増を示し、誠に優れた体位を有している。成長を促す因子は多々ある中に、小魚の優秀蛋白とカルシウムの力の大であることを考え得る。しかしこの小魚は量的に少い関係上特殊地域に限られて、二市一郡全体が、この小魚によってうるおえないことを残念に思う次第である。

(2)　次にカルシウム源として大切なのは脱脂粉乳であるが、これを全然摂っていない地区を取り上げて見たい。泉野は保育園のない地区で、従って乳製品は殆ど与えられていない。

こゝの食習慣を見ると、山の奥にもかゝはらず、自家産の兎雞肉及び卵等によって、又黄粉、納豆によって、動物性蛋白質も植物性蛋白質も相当に与えられている。今これと同程度の蛋白質を摂っている地区を選び、その体重及び摂取回数を比べて見る。(図六、図七)（略）

体重に於ては三次及び観音は泉野より一～一・四kg上値を示している。食品摂取回数を見るに、大体の食品に於ては同程度か泉野の方が遙かに上廻っている。只一つ脱脂粉乳に於ては、格段の差を示している。脱脂粉乳による蛋白質とカルシウムの力を、体重の差を生ずる多くの原因の一つに数えることを許されると考える。故に保

育園給食の脱脂粉乳は、現在或はそれ以上に活用されることを切望する次第である。

(3) 次に保育所の給食によって園児の栄養は強化されているが、他の面からこれを見たい。

オ八ツのミルクのみ給食される日の子供のお弁当の内容と、お野菜入りのお味噌汁という簡単なお昼の給食とオ八ツのミルクと両者給食される日の子供のお弁当を比べて見た。(図八)(略)

前者に於てはパンだけを持参する子供は八・四%、それに対して後者に於ては三〇%にも上り、後者に於ては三〇%もの園児がパンと味噌汁だけという誠に貧弱なお昼を食べることになる。これから考えて、保育所の給食は行うならば、味噌汁だけという簡単な栄養的にも中途半端なものでなくて動物性蛋白質も灰分もビタミンも凡てを含む完全なものを給食したいものと考える。中途半端な給食は却て親に生中の安心を覚えて子供の栄養を低下させることになる。

又お茶の内容を見ると完全と思われるもの即、蛋白源、灰分源、ビタミン源を凡て含むものは一八%これに準ずるものは二三%で大部分の園児は不完全なお弁当によって、一日の三分の一の大切な栄養を貧弱に摂っていることを知る。この事から考えて保育所の給食は、是非行いたいし、行うなら完全に行いたいものと考える。

(4) もう一面から考える。体位の優れない特別な地区を例に取って、その体重及び摂取回数の度数分布を比較して見る。両者は似通った分布状態を示す。(例略)

体位の優れている地区では、凡れも平均値の周囲に集っているのに反し、劣る地区では撒分度が高い。つまり栄養的環境が非常にまちまちであることを知る。この不平均な栄養的環境を少しでも平均にすることは保育所給食によってのみ期待されることである。この意味からも保育所の給食は是非力を入れて行ってほしいと熱望する次第である。

〔総括〕

以上、与えられた園児はそれに報いて優秀な体位を示している。故に如何なる苦労に面しても保育所給食はより完全な方向に持って行くべく努力したいものである。凡ての園で夫々努力しておられるのには敬意を表したが、中でも諏訪第一保育園城南保育園は優れた献立を作製しておられて感服した。

二市一郡の全保育園の保母先生が全面的に御協力下さったことを心から感謝して筆をおく。

保母と結婚

伊那保育園
河原洋子
酒井亨子
中山郷子

幼児の保育にあたって、その中核をなす私達保育者の問題について、いろいろ考えてみなくてはならないと思う。私達はその中で、自分達がたどらなくてはならない問題として結婚という事をクローズアップしてみたいと思った。

優秀な先輩又は後輩が、結婚という人生の転換機にあたり、大部分の方達がやめられてしまう現実により、大変いろいろ考えさせら