

子どもの食事で母親が用いる方策に関する質的研究

Qualitative Study of Maternal Feeding Strategies

會退友美・赤松利恵

We examined the strategies used by mothers to get their children to eat and to explore the eating behaviors of their children during meals. We conducted and recorded a group interview with six mothers who had preschool children. The verbatim record revealed the prominence of references to “Maternal strategies” and “Children’s eating behavior”, which then served as categories for subsequent coding. Maternal strategies were analyzed with a diagram developed using the KJ method. The results showed that mothers encouraged their children to eat using “Verbal approaches”, “Behavioral strategies”, and “Goal setting”. Eating behavior was divided into “Eating” and “Not-eating” categories. “Eating” was further divided into five sub-categories such as self-motivated eating. Mothers used multiple strategies to achieve their goal of increasing the dietary intake of their children.

Key words: preschool children, mother, feeding, strategy, qualitative study

抄録：

普段の食事場面における母親が用いる方策と子どもの様子について検討した。幼稚園児をもつ保護者6名に対し、グループインタビューを行い、逐語録を作成した。逐語録の内容から、「母親の方策」と「子どもの様子」を抽出し、カテゴリー化し、内容を検討した。「母親の方策」については、KJ法を用いて構成図を作成した。母親は、子どもが食べるようになるため、「口頭による方策」、「行動による方策」、「目標設定」などを用いて対処していた。子どもの様子では、「食べる様子」と「食べない様子」が抽出され、「食べる様子」は、さらに「進んで食べる」など5つのサブカテゴリーが得られた。母親は、子どもに食事を食べて欲しいと願い、さまざまな方策を用いて食事をさせようとしていた。

キーワード：幼児、母親、食事の与え方、方策、質的研究

I. はじめに

近年、子どもの食事に悩んでいる母親が増加傾向にある¹⁾。先行研究では、子どもの食行動には、親の食態度、食行動、食事の与え方が関連していると報告されている²⁾。このことから、子どもの食事に関する悩みを解決するためには、普段の食事場面における母親の行動と子どもの様子について調査を行う必要があると考える。

子どもの食行動に影響を与える親の食事の与え方として、モデリング、制限、圧力などがあげられる。まず、モデリングとは、観察者が親や仲間などを模倣して新しい反応を獲得することである³⁾。先行研究では、親が、野菜や果物を摂取するといった子どもの手本となるモデルを示すと、子どもの野菜、果物の

摂食量が増加するといわれている⁴⁾。このように、子どもは、親しい者が食べる様子を観て、それを模倣する⁵⁾。その他に、親が望ましくないと考える食べ物を厳しく制限すると、逆に子どもの摂食量は増加するといわれている⁶⁾。また、より多く食事をさせようと圧力をかけると、子どもの摂食量は減少したり⁷⁾、食事を楽しまなくなる⁸⁾など、子どものネガティブな行動や情動を引き起こすとの報告がある。このように、親の食事の与え方は、子どもの食行動に強い影響を与えと考えられる。

特に、制限や圧力という方法は、子どもの食行動に良い影響を与えないといわれてきた⁹⁾。そのため、これらの方法に代わる情報提供が必要である。しかし、これまでに制限や圧力に代わる具体的な方法を検討した研究はない。そこで、本研究では、母親がとる行動を探索的に検討するため、普段食事を与える機会の多い母親に対し、インタビューを行った。また、同世代の子どもをもつ母親同士のグループダイナミクスを活かし、相互作用の意見交換によって潜在的な意見や新しいアイデアを引き出すため、グループインタビューを採用した。

本研究では、グループインタビュー調査を用いて、特に子どもに食事を食べさせる言葉かけや行動といった方策（以下、方策とする）と、それら方策に関連する子どもの様子について調べることを目的とした。

Ⅱ. 方法

2008年10月、都内公立幼稚園（1園）に通う園児をもつ母親6名に対して、グループインタビューを行った¹⁰⁾。対象者は、事前に園長からの呼びかけに同意した者とした。

参加者には、インタビューを始める前に、研究の目的、方法、倫理的配慮について説明を行った。その後、同意書に署名した者に対して、半構造化のグループインタビューを行った。インタビューの内容は、①「お子さんが普段の食事を食べない、食べたがらないのは、どのようなときだと思いますか。」②「お子さんが普段の食事を食べないときや食べたがらないとき、お母さんはどのような言葉かけや、行動を取りますか。」③「お母さんがお子さんに食べるようにと何かしら対処した後、お子さんはどのような反応や行動を示しますか。」について質問した。インタビューの所要時間は、約60分であった。内容は、ICレコーダーに記録し、おおまかな流れを紙に記載した。また、記録、テープ起こしは、全て匿名で行った。

逐語録作成後、2名の研究者がそれぞれ、文章化した逐語録から「母親の方策」と「子どもの様子」に該当すると考えられる内容を抽出した。その後、2名が抽出した内容について照合を行った。抽出内容が異なる場合、第3者が入り、抽出内容について話し合い、抽出内容を決定し、項目とした。

その後、本研究では、得られた情報をKJ法により、「母親の方策」と「子どもの様子」の構造化を以下の方法で行った。まず 逐語録で得られた項目を1項目につき1枚の紙に記した。それらを模造紙の上に置き、類似したものの同士を集めるグループ編成を行った。この際、類似したものがない場合は、そのまま単独で残した。このように項目同士を集めてサブカテゴリーを作り、さらにサブカテゴリーをまとめカテゴリーを作成していった。「母親の方策」については、KJ法のA型図解法によって構成図を作成し¹¹⁾、サブカテゴリーやカテゴリーの関係を検討した。

なお、本研究は、お茶の水女子大学生物医学的研究の倫理特別委員会において、承認を得ている。

Ⅲ. 結果および考察

(1) 子どもの食事で母親が用いる方策

母親の方策については、42項目が抽出された。カテゴリーは、『母親の口頭による方策』、『母親の行動による方策』、『目標設定』、『チャレンジ』の4つが得られた（図1）。

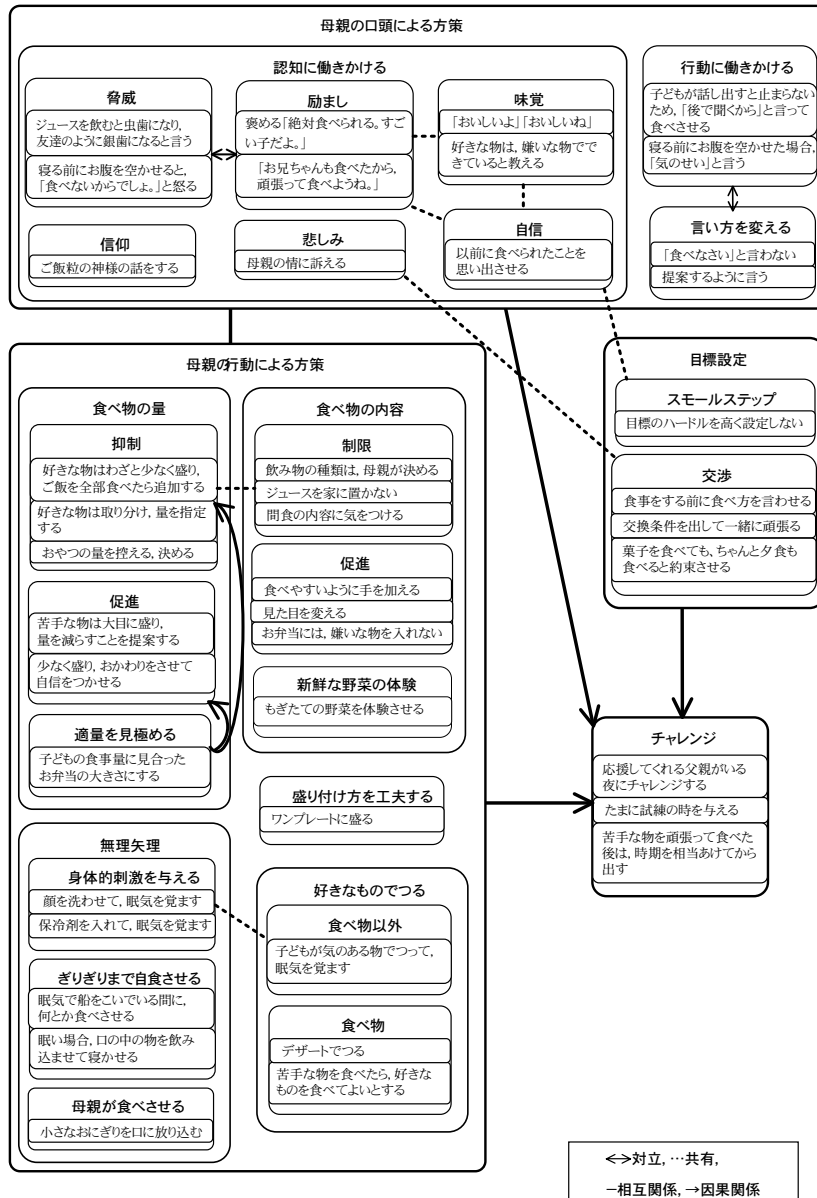


図1 母親の方策

また、これらのカテゴリーの関係を検討した結果、『母親の口頭による方策』、『母親の行動による方策』、『目標設定』は、子どもが食べるようになるための『チャレンジ』を働きかける行動であると考えられた。すなわち、母親は子どもにより食事を食べて欲しいという気持ちを持ち、『チャレンジ』に向けてさまざまな方策を単独または共有して用いていた。それぞれのカテゴリーの関係性は、図1中に示し、以下に示す結果および考察では、各カテゴリーの詳細について述べる。

『母親の口頭による方策』(13項目)は、「認知に働きかける」(例：子どもを褒めて励ましを行う)、「行動に働きかける」(例：子どもが話し出すと止まらないため、「後で聞くから」と言って食べさせる)、「言い方を変える」(例：提案するように言う)の3つのサブカテゴリーから構成された。

『母親の行動による方策』(22項目)は、「食べ物の量」(例：好きな物は取り分け、量を指定する)、「食べ物の内容」(例：間食の内容に気をつける)、「無理矢理」(例：小さなおにぎりを口に放り込む)、「好きなものでつる」(例：デザートでつる)、「盛り付け方を工夫する」(例：ワンプレートに盛る)5つのサブカテゴリーから成った。

『目標設定』(4項目)では、「交渉」(例：交換条件を出して一緒に頑張る)と「スモールステップ」(例：目標のハードルを高く設定しない)の2つのサブカテゴリーが得られた。

『チャレンジ』(3項目)には、サブカテゴリーはなく“たまに試練の時を与える”などの4項目から成った。

(2) 食事場面における子どもの様子

食事場面における子どもの様子として、大きく『食べない様子』と『食べる様子』を表す26項目が得られた(表1)。

『食べない様子』では、“食事を残す”など食事の量を示す項目と“食に関心がない”という食態度を示す項目の2種類が得られた。

『食べる様子』では、「進んで食べる」、「前向きに食べようとする」など21項目、5つのサブカテゴリーから成った。「進んで食べる」は、自らが率先して食事に向かう様子がまとまった。「前向きに食べようとする」は、食べないことを乗り越え、“素直”や“食べられる方法を探す”など自らがポジティブな感情のもと食事に向かっている様子であると考えられた。一方、「頑張って食べる」は、食べないことを乗り越えるが、“半泣きしながら”や“意地がある”などの言葉が示すように、ネガティブな感情とポジティブな感情が混合した状態で食事していると推察される。さらに「後ろ向きな気持ちで食べる」は、食べようとはするが、“反発”や“嫌なのをアピールする”など、ネガティブな感情が前提とした食事であると考えられた。「食べられるようになる」では、サブカテゴリー名が示すように、食べ物の克服や食事の促進といった様子が得られた。

表1 子どもの様子

カテゴリー	サブカテゴリー	項目
食べない様子	食行動	<ul style="list-style-type: none"> ・食事を残す ・夕食をあまり食べない ・むらがある ・食が細い
	食態度	<ul style="list-style-type: none"> ・食に関心がない
食べる様子	進んで食べる	<ul style="list-style-type: none"> ・やる気をもって食べる ・にこにこしながら食べる ・出したものは、わあっと食べる ・他の人の分をうらやましがる
	前向きに食べようとする	<ul style="list-style-type: none"> ・嫌いな物も食べられる方法を探してできるだけ食べようとする ・好きな物のおかわりのために食べる ・母親の提案をのみ、素直に食べる
	頑張っ食べる	<ul style="list-style-type: none"> ・嫌いな物も頑張っ食べる ・半泣きしながらも食べる ・褒められたい一心で食べる ・「食べる」と約束した後は、意地があるのかしっかり食べる ・必死になりながら食べる ・箸が上手に使えず、かんしゃくを起こしながら食べる
	後ろ向きな気持ちで食べる	<ul style="list-style-type: none"> ・反発しながら食べる ・嫌なのをアピールしながら食べる ・嫌いなものも食べているとアピールする ・「食べるのを止めてもよい」というが、「食べる」と言う
	食べられるようになる	<ul style="list-style-type: none"> ・食べきって自信がつき、おかわりをする ・もぎたての野菜を食べ、嫌いな物が食べられるようになった ・ランチプレートに盛ると食べる ・あまり好きでない物も時間をあけると食べられるようになる

(3) 母親の方策と子どもの様子の具体的事例

母親が用いる方策としてあげられた『母親の口頭による方策』（事例1、2、4）、『母親の行動による方策』（事例3、4、5）、『目標設定』（事例2）、『チャレンジ』（事例4）の4つのカテゴリーについて、具体的事例をあげて考察する。以下に示す各事例には、複数の方策が含まれている。また、『目標設定』と『チャレンジ』に関しては、抽出された項目数が少ないため、他のカテゴリーと併せて記載する。

事例1

母親の口頭による方策—子どもの認知に働きかける（励まし①③・味覚②）

A・・・トマトだけ残って「お腹いっぱい」とかって、ひゃ～って下は行っちゃうんで、①「お兄ちゃんも食べたから、頑張っ食べるようね。」って。②トマトケチャップはすごく好きなんです。「両方トマトなんだよ。」って。「これだっ食べられるんだから、トマトも頑張ったら食べられると思うよ」って言って。③「絶対食べられる。できるよ。すごい子だよ」とかって、もう褒めて褒めて。

これは、トマトが嫌いなきょうだいをもつ母親が特にその弟に対して普段行っている方策を語ったものである。一度の場面で、複数の方策を用いて、子どもの認知に働きかけていた。

はじめに兄がトマトを食べたことを弟に教え、励ましを行っている (①)。それでも食べようとしない子どもに対して母親は、好きなものと嫌いなものは、実は同じものだから食べられると味覚に関する説得に移っている (②)。最後には、①よりもさらに弟自身の可能性に特化した励ましを行い (③)、子どもに食べるよう働きかけていた。

事例 2

目標設定—交渉①

母親の口頭による方策—子どもの認知に働きかける (悲しみ②④・味覚⑤)

子どもの食べる様子—前向きに食べようとする③

B:・・・①すごい低い声で近づいて「この後、お母さんのご飯食べてくれるのかな？」って耳元でささやいてみたりとか。「お家でも食べてくれるのかな？」って、低い声で言うと、「食べれるよ～」って言って食べて、その後ちょっと様子をみながら、帰ってから意地があるのか食べますね。

②「ご飯をおいしく食べてくれないとお母さんは悲しい」って言うんですよ。「今日は、新しい料理にチャレンジしてみました」って出して、「全部食べてくれなくていいから、一口食べてくれるといいかなあ」って言って出すと、なんか③「そっかあ」って感じで。

④情に訴えるというか。悲しいとか・・・

(一同笑い)

司会：子どもなりに感じて・・・そのような言葉かけをなさっている方はいらっしゃいますか。

C:⑤「おいしいね」とか「おいしいよ」とか「すごくおいしいね」とか「すごくおいしかったよ」とか・・・

(一同同意)

まず①の場面は、親子で友人宅に行った際、夕食前に普段よりも多くおやつを食べる娘に対し、母親がとった方策である。子どもがおやつを多く食べることでその後の夕食が食べられなくなることを経験している母親は、子どもに対して夕食があることを思い出させている。さらに、子ども自身に夕食を食べると目標を宣言させていることにより、子どもは夕食でその目標を遂行するためにその場のおやつ量を加減するという行動をとったと考えられる。このことによって、子どもは宣言どおり夕食を食べることができたと考察される。

①の方策を用いた母親が子どもの認知に働きかけるものとして、母親の気持ち (悲しみ) を子どもに伝えるという方策が得られた (②④)。子どもが食べないという行動をとることによって、母親が悲しい気持ちになるから、母親を悲しませないためにも食べて欲しいと子どもに訴える。子どもは、食べなさいと強制されるわけではなく、母親の気持ちをくみ取り、自らが食べるという行動を選択していると考えられる (③)。

最後は、食べない子どもに対して、おいしいという味覚を伝え、食べる意欲を引き出す事例があげられた (⑤)。参加者が一様に同意を示したことから、多くの母親が普段用いていると考えられる。

事例3

母親の行動による方策—好きなものでつる（食べ物①～⑤）

D：・・・やっぱり時間はかかるので、じゃあ、好きな野菜、まあメインのおかずは食べられるんですよ。でもやっぱり好きな野菜は、①漬物が好きなんですけど、それは置いておいて、ちょっと離しておいて、これは、そっちを食べてからねって。

（一同同意）

C：違うもの、やっぱ②好きなものを置いておく。やっぱりこれを食べないとこれは食べられないみたいな。これ食べたら、アイス食べていいよとかって。そういうこと言ってるかも。

（一同同意）

E：③最後のデザートが、みかんの缶詰とか大好きなんです。それで、ほんのちょっとなんですけど、「デザートは最後よ」って。もうそれを食べたいがためっていうのが。

司会：みかんの缶詰って、目の前にありつつなんですか。

E：ありつつ、食べないと手をつけられない。

司会：みなさん、どういふのを・・・例えば、みかんの缶詰とか、アイスとか。

C：夏場はすいかとかなしとか、フルーツを。あとかき氷をやったので、自分でかけて食べるのが好きみたいです。この間も友達がきたら、やってました。買っていると、アイスもきりがないので、家で凍らせて、かいた方が安くなって思っ。そういうのもあ。④「食べたら、アイス食べていいよ」って。

（一同同意）

D：そういう風になっちゃう。うちは煮豆を。⑤ご飯を食べたら、煮豆をちょっと食べさせる。甘いから食べたがる。ただ時間がかかっても。煮豆がもう最終兵器です。

事例3の全ての方策が、子どもに食事をさせるために子どもの好きなものを報酬として提示する（①～④）、与える（⑤）という行動をとっているものである。母親はそれぞれ子どもの好きなもの、これなら食事を食べるという食べ物を持っており、それを用いながら食事をさせていた。食べ物の内容は、子どもが好きな甘いものや味の濃いものであった。事例3の特徴は、事例1、2とは異なり、子ども自身の選択に子どもの好きな食べ物という報酬が影響していることである。

事例4

母親の行動による方策—食べ物の内容（促進①）

母親の口頭による方策—子どもの認知に働きかける（自信②、励まし③）

チャレンジ④

A：・・・たま～に、①チャーハンとかに細かく入れてて、例えば②ピーマンとか嫌いなものを食べたのを思い出させて、「あの時、ピーマン食べたじゃん。この大きさのも絶対いけるよ」とか、③「絶対できるよ」って、褒めて褒めて。で、もう半泣きしながらでも頑張って食べたら、「じゃあ次にピーマンじゃないの食べな」って言って、お芋の煮たのとかをあげて、「おいしい味になるから」って。なんとかなるかな。でもそれも④たま～に週に1回、試練の時を与えて。・・・

この場面は、ピーマンが嫌いな子どもをもつ母親が、週に1回くらいのペースで子どもにピーマンを

チャレンジさせる様子である。この事例からわかるように、母親は子どもがチャレンジをするために(④)、母親の口頭による方策と行動による方策を併用していることがわかった。

用いられた方策を詳しくみると、まず食事をさせる前にピーマンを細かく切り、食べ物の形状を工夫していた(①)。そして、子どもが食べる際には、以前食べられたことを思い出させて自信を高める(②)、励ます(③)という方策を併用し、嫌いなピーマンを食べるというハードルを下げていると考えられた。

子どもの食事における方策以外に、日常生活の中で子どもが食べなくなることを未然に防ぐ方策が得られた。その具体的事例を以下に示す。

事例 5

母親の行動による方策—食べ物の内容(制限①②)

子どもの食べる様子—進んで食べる③

子どもの食べない様子④

E: ①お友達と遊んだときに、うちに来たときは、そんなにはお菓子とかジュースはあんまり出さないんですけど、例えばよそに行って、たっくん後から後からでてくる家ってたまにありますよね。ずっとジュースが、お菓子がって。②うちは基本的にはジュースは飲ませないので、③そういうときは、「やった〜」って感じで、もう飲みまくるんですね。④そうすると、食べる量は減るかなあと。

これは、母親が普段から子どもの食事量に影響を与えるお菓子やジュースを制限している方策である(①②)。母親は、子どもが外出先でジュースを飲むことによって、その後の食事量が減少すると認識しているために行っていると考えられる(④)。しかし、普段ジュースを制限されていることによって、子どもは、摂取できるときには、反動でより多く摂取してしまう可能性があることが示唆された(③)。

IV. 総合考察

本研究では、グループインタビューから食事場面における母親が用いる方策と子どもの様子について検討した。その結果、食べない、食べたがらない子どもに対処するため、母親は多様な方策を用いていることが示された。母親の方策を大別すると、母親の口頭による方策と行動による方策、チャレンジ、目標設定に分けられた。

まず母親の口頭による方策を詳しくみると、「子どもの認知に働きかける」、「子どもの行動に働きかける」、「言い方を変える」に分けられた。その中で、特に「子どもの認知に働きかける」の点を取り上げて考察する。例えば、食べ物のおいしさを伝えることにより、摂食を促す方策がみられた。食べ物のおいしさを伝えることは、先行研究においても効果があると報告されていることから¹²⁾、有効な手段であるといえる。また、「子どもの認知に働きかける」方策として、“ご飯をおいしく食べてくれないとお母さんは悲しい”と夕食を作る母親の気持ちを子どもに伝えることがあげられた。このような方策に対し、子どもは、自らその後の食事を食べると報告されたことから、母親の働きかけに応じて、子どもが自己管理を行ったと推察できる。また、この子どもが菓子を食べる場面において、母親は、その後の食事でも食べると約束をさせる交渉を行っていた。これは、「お母さんとの約束を守る」という目標を設定させたと考えられる。3・4歳児は、他者を傷つけないように自分の感情表現を調整でき、4・5歳児では、自分の感情を調整して、

困難な事態に立ち向かうことができるようになる¹³⁾。また、5歳児では、感情と行動を結びつけ、何かをやり遂げようとする意志をもつことができるといわれている¹³⁾。これらのことから、3～5歳児であっても、認知的な働きかけは可能であり、自己管理を育てる上で重要であると考えられる。Johnsonら¹⁴⁾は、子どもが自己管理能力を身に付けるためには、親が健康的な食べ物を与えつつも、子どもがどのくらい食べればよいのかを選択できる環境を整える必要があると主張している。

以下では、母親の方策の行動によるものの1つである、子どもの好きな食べ物を利用して食事をさせる方策に焦点を当てて考察する。このような一時的なコントロールは、その後、健康的な食べ物をより嫌うようになる可能性が強いとされ、これまで推奨されてこなかった³⁾。先行研究において、多くの母親がよくないと思いつつも、食べ物をほうびとして用い、食事をさせると報告されている^{15,16)}。しかし、本研究の対象者には、そのような行動をとってはいけないという態度はみられなかった。このことから、今後は、好きな食べ物を用いて食事をさせることが推奨できない理由と、それに代わる方策について情報を提供する必要があると考えられる。

本研究は、子どもが食べたがらないときに用いる方策をテーマにインタビューを行ったが、方策として食べさせたくないものを置かない、与えないなど家庭の食環境を整える方策が得られた。これは、子どもが菓子やジュースを多く摂取することによって、食事を食べなくなることが予測されるため、母親は、子どもに食事をさせるために子どもの食環境を整えていたと考えられる。この方策は、刺激-反応学習説の刺激統制法¹⁷⁾であり、親が菓子やジュースなどの刺激を置かないというコントロールをすることによって、子どもの菓子やジュースを摂取したいという反応を予防している。さらに、ジュースを家に置かない環境を設定し、親がジュースの代わりにお茶や水を飲むという行動を子どもに見せることによって、子どもがその行動を真似するというモデリング効果も得られると考える。

本研究の限界点として、全ての報告が母親からの視点によるものであり、母親の主観と記憶に頼る結果であることがあげられる。そのため、今後は、観察など客観的な調査が必要である。また、今回のインタビューは、特定の母親6名によるものであるためすぐには一般化できない。しかし、探索的な検討を行う場合には、一組のグループインタビューの実施で十分であるといわれており¹⁸⁾、本研究により、今までに報告されていない様々な方策が抽出された。

このようにいくつかの限界点はあげられるものの、本研究の結果から、食事場面における子どもの様子に対し、母親は、子どもに食事をしっかり食べて欲しいと願い、さまざまな方策を用いることが示された。今後は、先行研究や本研究をもとに量的な調査を行い、より多くの母親を対象にしたデータをもとに、母親が用いる方策について検討をする必要がある。

文献

- 1) 厚生労働省雇用均等児童家庭局 (2006) 乳幼児栄養調査平成17年度. 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課. 28.
- 2) Scaglioni S, Salvioni M, Galimberti C (2008). Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour. *British Journal of Nutrition*, 99, 22-25.
- 3) 今田純雄, 坂井信之, 長谷川智子, 志和資朗 (2005) 成長とともに変わる食卓. 今田純雄, 編. 食べることの心理学—食べる、食べない、好き、嫌い. 有斐閣. 117-120.
- 4) Vereecken CA, Van Damme W, Maes L (2005). Measuring attitudes, self-efficacy, and social

- and environmental influences on fruit and vegetable consumption of 11- and 12-year-old children. *Journal of the American Dietetic Association*, 105, 257-261.
- 5) Salvy SJ, Vartanian LR, Coelho JS, Jarrin D, Pliner PP. (2008). The role of familiarity on modeling of eating and food consumption in children. *Appetite*, 50, 514-518.
 - 6) Fisher JO, Birch LL. (1999). Restricting access to palatable foods affects children's behavioral response, food selection, and intake. *The American journal of clinical nutrition*, 69, 1264-1272.
 - 7) Galloway AT, Fiorito L, Lee Y, Birch LL. (2005). Parental pressure, dietary patterns, and weight status among girls who are "picky eaters". *Journal of the American Dietetic Association*, 105, 541-548.
 - 8) 福田佳織 (2003). 夕食場面における母親・父親の幼児への摂食促し行動と幼児の情動状態との関連：家族システム論的視点から。発達心理学研究, 14, 161-171.
 - 9) Birch LL, Davison KK. (2001). Family environmental factors influencing the developing behavioral controls of food intake and childhood overweight. *Pediatric Clinics of North America*, 48, 893-907.
 - 10) 安梅勅江 (2001) グループインタビューの方法. ヒューマン・サービスにおけるグループインタビュー法科学的根拠に基づく質的研究法の展開. 医歯薬出版. 13-32.
 - 11) 川喜田二郎 (1967) 発想をうながすKJ法. 発想法. 中央公論社. 66-94.
 - 12) Pelchat ML. (1995). "Try it. You'll like it." Effects of information on willingness to try novel foods. *Appetite*, 24, 153-166.
 - 13) 落合正行 (1996) 人間観の基礎. 子どもの人間観 子どもと教育. 岩波書店. 54-57.
 - 14) Johnson SL, Birch LL. (1994). Parents' and children's adiposity and eating style. *Pediatrics*, 653-661.
 - 15) Sherry B, McDivitt J, Birch LL, Cook FH, Sanders S, Prish JL, Francis LA. (2004). Attitudes, practices, and concerns about child feeding and child weight status among African-American mothers. *Journal of the American Dietetic Association*, 104, 215-221.
 - 16) Campbell KJ, Crawford DA, Hesketh KD. (2006). Australian parents' views on their 5-6-year-old children's food choices. *Health Promotion International*, 22, 11-18.
 - 17) 中島義明, 安藤清志, 子安増生, 坂野雄二, 繁榊算男, 立花政夫, 箱田裕司 (1999) 心理学辞典. 有斐閣. 473.
 - 18) S・ヴォーン, J・S・シューム, J・シナグブ. (1999) / 田部井潤, 柴原宜幸訳. グループ・インタビューの技法. フォーカス・グループの準備. 慶応義塾大学出版会株式会社. 65.