



Title	自閉的傾向をもつ児童の食生活に関する研究
Author(s)	笹原, 洋子
Citation	情緒障害教育研究紀要, 2: 41-44
Issue Date	1983-03
URL	http://s-ir.sap.hokkyodai.ac.jp/dspace/handle/123456789/8948
Rights	本文ファイルはNIIから提供されたものである。

自閉的傾向をもつ児童の食生活に関する研究

笹原 洋子*

はじめに

現在、小中学校の情緒障害学級には、自閉的傾向をもっている児童、生徒が多く在籍している。「情緒障害」ということばは、登校拒否、緘黙、あるいは神経症などもふくんでつかわれているが、自閉症は原因論的にみても、症状論的にみても、これらの情緒障害とは区別して考えたほうが適切であると思われる。

実際、自閉症以外の情緒障害のばあいは、ほとんどが普通学級のなかで指導されており、原因となっている要素を除去したり環境を変えたりすることによって治癒することが多い。しかしながら、自閉症に関する研究は、徐々にすすんできているとはいえ、原因や指導法については解決されていない部分も多く残されており、情緒障害児学級での指導に困難やとまどいをもたらしている。

多くのばあい、自閉児の生活や行動のしかたには、独特のリズムやパターンがみられるが、そうした児童にたいして、正しい認識と深い理解をもつことが求められている。そこで、ここでは自閉的傾向をもっている児童（以下「自閉児」とする）への理解を深めるために、食生活の実態をあきらかにし、障害とのかかわりについて探ってみたい。

1. 自閉児の食生活

自閉児が、食事に関して奇妙とも思われる行動を示すことはよく知られている。それは、偏食、異食、食品や食べかたにたいする固執、場面による反応の変化、あるいは目、口、手、指などの、身体各器官の協応のまずさなど、いろいろなかたちであらわれる。

なかでも偏食については、児童によくみられる現象であるが、自閉児では味覚を中心とする感覚受容器や、中枢神経系の働きの弱さ、発達のバランスの悪さなどにより、強いあらわれかたをしたり、改善が困難であったりする。

このような、外界からの刺激にたいする反応の不充分さは、乳幼児期における食習慣形成のさいにさまたげとなるばかりではなく、心身の発達にあたる影響も大きい。そのため、本研究では食生活の実態を調査するなかから、食物摂取の特徴や健康におよぼす影響などについてあきらかにし、家庭や学校での食事指導に役立たせたいと考えている。

2. 調査の対象と方法

対象となる児童・生徒は、石狩管内の情緒障害学級に在籍している小学生90名、中学生5名の計95名で、その家族（一部、施設職員をふくむ）にたいするアンケート調査を行なった。なお、健常児との比較検討を行なうため、江別市内の普通学級に在籍している小学生（1年～6年）240名にたいしても、同様にアンケート調査を行なった。

調査時期は昭和57年10月下旬で、学級担任に調査用紙の配布・回収を依頼した。

3. 調査の結果と考察

調査用紙の回収率は、自閉児群で85.3%(81名)、健常児群で82.0%(197名)であり、その男女別の内訳は表1のとおりである。

表1 回収状況 人(%)

群	性別	男	子	女	子	不	明	合	計
自閉児		63	(77.8)	18	(22.2)	0	(0)	81	(100)
健常児		89	(45.2)	100	(50.8)	8	(4.0)	197	(100)

なお、自閉児群で男女の割合に大きな開きがあるのは、自閉症の出現率（男4：女1）のちがいによるものと考えられる。

(1) 食品の好みと摂取の状態

日常的にもちいられている食品を11に分類し、好みと摂取の状態について図1にしめた。

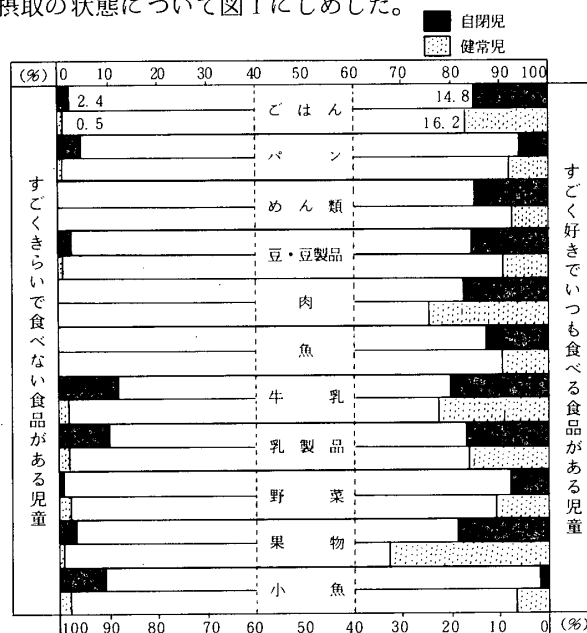


図1 食品の好みと摂取の状態

* 北海道教育大学旭川分校情緒障害教育教員養成課程

註 図のみかた

たとえば、「ごはん」の項についてみると、すぐくきらいで食べない児童の割合は、上部のめもりを左からよみ(自閉児2.4%, 健康児0.5%), すぐく好きでいつも食べる児童の割合は、下部のめもりを右からよむ(自閉児14.8%, 健康児16.2%)。中央の白い部分はどちらかといえば好きで食べる, どちらかといえばあまり好きではないか時には食べる, どちらともいえないなどの, 中程度の好みをあらわしている。

自閉児のばあい, 牛乳と乳製品についてみると, すぐく好きだというものと, きらいで食べないという2つの極端な傾向がみられる。さらに, 小魚についてもきらいで食べない児童が多いので, カルシウムや無機質の摂取不足が必配される。

つぎに, 日常よく食べられている食品について, きらいで食べないものが1つ以上ある, つまり偏食があると考えられる児童の人数は, 表2のとおりである。

表2 偏食の有無 人(%)

群	分類	偏食がある	偏食がない	合計
自閉児		26 (32.1)	55 (67.9)	81 (100)
健康児		18 (9.1)	179 (90.9)	197 (100)

df = 1 $\chi^2 = 22.716$ $P < .01$

偏食は自閉児に多くみられ, 1%水準で有意な差があった。

また, とくに好きな食べものを記述してもらったところ, 表3のようになった。これによるとごはん類全体ではあまり差がないが, 自閉児ではふりかけや納豆をかけたごはんを好んでいるものが多く, のどの通りがよいめん類も健康児より多い。これにたいして健康児では, かみごたえのある肉料理が好まれている。

表3 とくに好きな食品 人(は記入者中に占める割合%)

食群	品目	自閉児		健康児	
		品目別	食品群別	品目別	食品群別
ごはん	白飯	1	7 (17.5)	2	12 (18.5)
	カレーライス	3		6	
	まぜごはん・チャーハン	2		4	
	おにぎり, おすし	1		2	
	ふりかけごはん 納豆ごはん	6		5	
めん類	ラーメン	9	14 (35.0)	6	9 (13.8)
	うどん	2		0	
	そば	1		0	
	スパゲティ	1		2	
肉類	肉料理全般	4	10 (25.0)	20	27 (41.5)
	ザンギ	2		3	
	カツ	0		1	
	ハンバーグ	4		4	

(2) 離乳食

食べものにたいする好みは, 離乳期ごろからあらわれはじめ, 幼児期には好ききらいがはっきりしてくる。

離乳期における食べものの好みについて調査したとこ

ろ, 表4のような結果になった。これによると, 両群と

表4 離乳期にきらった食品の有無と内容 人(%)

群	有無	ある	内容	ない	無答
自閉児		39 (48.1)	野菜・乳製品・レバー	28 (34.6)	14 (17.3)
健康児		75 (38.1)	野菜・レバー・牛乳	90 (45.7)	32 (16.2)

も野菜をきらったものが多くあった。

食品をきらいで食べない理由については, 表5のようなものがあげられており, 味やにおい, 舌ざわりなど, 感覚器管のはたらきが関係していることがわかる。

表5 きらって食べなかった理由

理由	群	
	自閉児	健康児
味がいやだ	7	9
においかいやだ	5	10
味とにおいかいやだ	3	8
口あたり, 舌ざわり, 歯ごたえが悪い	6	7
調理法や見た目が悪い	4	1
わがままにして好きなものばかり与えた	2	0
母親のきらいなものを食べさせなかった	0	3
母乳を長期間あたえすぎた	0	2
かむ力, 飲む力が弱かった	1	2
味覚が発達していなかった	0	1
体質的に受け入れなかった	1	2
食べすぎらかった	4	4
むせたり, 吐かぬよう, やわらかいものばかりあたえてきた	0	1
記入者数	31	55

(重複回答あり)

では, きらいな離乳食について, どんな方法で食べさせようとしたのであろうか。その方法と結果についてまとめたのが図2である。

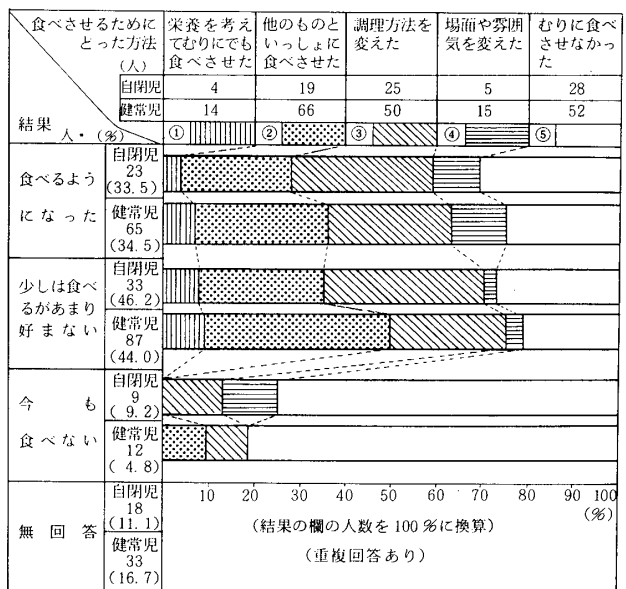


図2 食べさせるためにとられた方法と結果

これによると, 他の好きなものと一緒に食べさせたり, 味や形など調理法を工夫する方法がよくもちいられていることがわかる。また, 結果との関連でみると, むりに食べさせなかったばあいには, 今も食べないと答えている割合が多くなっており, きらいな食品をつくら

ないためには、離乳時における食物のあたえかたや調理の工夫がたいせつであるといえよう。

偏食は、おとなになるにしたがって、徐々に改善されることが多い。自閉児のばあいは好ましい食習慣を形成するためにも、積極的な指導や援助があったほうがよいと思われる。このことについて、「以前はきれいだったが、食べられるようになったものがある」と答えた自閉児41名、健常児68名について、そのきっかけや理由を記入してもらったところ、表6のようになった。

表6 食べられるようになった理由

理由	群	
	自閉児	健常児
学校給食や幼稚園で	14 (34.1)	10 (5.1)
肥満や皮膚病になって	2	1
家族がおいしいとすすめて	4	1
食べすぎらいに、ちがう調理法にして	5	8
よその家で食べたり、空腹だった	0	3
調理に参加させた	1	1
栄養がある、じょうぶになると話して	1	2
記入者数	41名中25名	68名中25名

重複回答あり

以上のように、自閉児にとっては学校給食が大きな意味をもっていることがわかる。自閉児の給食指導について、とくに効果をあげていることをうかがわせる学校が2校あり、A校では記入者4名全員、B校では記入者5名中4名までが給食を理由にあげているのがめだった。

(3) 食生活と健康

栄養と健康は密接な関係にあるが、ここではとくに肥満をとりあげて考察をすすめたい。

肥満は、摂取エネルギーが消費エネルギーを上まわっている状態がつついたばあいに、過剰な糖質が皮下に脂肪としてたくわえられることによっておこる。そのような肥満の度合を、ローレル指数によって分類した。

表7は、肥満児の出現状況をしめたものであるが、この結果、自閉児群に肥満児の出現が多いことがわかり、1%水準で有意な差がみられた。

表7 肥満のあらわれかた (人)

群	分類	肥満			計
		肥満	肥満でない	無回答	
自閉児		15	57	12	69
健常児		5	157	35	162

df = 2 $\chi^2 = 15.091$ $P < .01$

ローレル指数により5段階に分類した結果を、図3に示した。太りすぎ(指数160以上)は自閉児が健常児の約6倍の出現率になっており、太っている(指数145以上)と合わせると、自閉児の4人に1人は、肥満傾向のあることがわかる。

また、指数160以上の肥満児のうち、体質的な特徴のなかに肥満をあげていたのは、健常児で60%であったの

にたいし、自閉児では33.3%となっており、肥満にたいする認識のしかたに差がみられた。

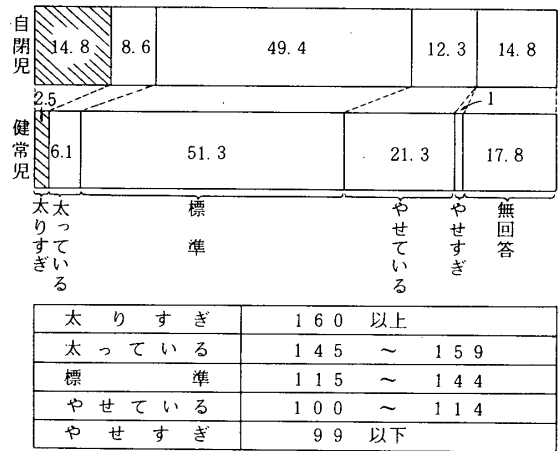


図3 ローレル指数による分類(%)

また、エネルギーの過剰は食べすぎと運動不足の両面から考えられるが、これをおやつのとりにかたと運動のしかたでみると、表8・表9のような結果になった。

表8 おやつのとりにかた

とりにかた	群	
	自閉児	健常児
いつも食べる	35 (43.2)	75 (38.1)
ときどき食べる	30 (37.0)	89 (45.2)
ほとんど食べない	7 (8.6)	15 (7.6)
無回答	9 (9.0)	18 (9.1)

おやつの内容	順位	種類	
		自閉児	健常児
おやつの内容	1	おかし類 41	おかし類 104
	2	くだもの 22	くだもの 54
	3	アイス・ヨーグルト 12	パン・ホットケーキ 16
	4	牛乳 7	アイス・ヨーグルト 15
	5	パン・ケーキ類 5	牛乳 13

重複記入あり

表9 運動時間と内容

内容	群		
	自閉児	健常児	
1日平均運動時間	96分	86分	
主な運動の内容	1	自転車のり 22	野球・キャッチボール 38
	2	散歩・通学 17	自転車 34
	3	ブランコなどの遊具 14	ドッチボール 21
	4	そうじ・食器あらいなど家事 9	なわとび 17
	5	マラソン・ランニング 8	水泳 11
	6	ボールあそび 7	マラソン・ランニング 10
	7	水泳 5	柔道・剣道・空手 9
記入者数	54	135	

重複記入あり

おやつのとりにかたや内容については、両群で大きなちがいはみられない。しかし、糖質を多く含む食品が中心となっており、市販のおやつには多種多様な食品添加物をふくんでいるものもあるので、量と種類に注意が必要である。

つぎに、運動についてみると、時間では両群とも約1時間半で、自閉児のほうがやや多い。ところが、健常児は野球やドッチボールなど集団で行なうものや、水泳、

なわとびなど消費エネルギーの大きい種目をあげているのにたいし、自閉児ではほとんど個人とする運動をあげている。内容的にも、散歩や通学、公園での遊具をつかった遊び、家事手伝いなど、健常児にくらべて消費エネルギーの小さいものが多い。また、運動をまったくしないと答えたものが、自閉児で4%あった。

肥満は運動不足との悪循環におちいりやすく、内臓に負担をかけ、疾病の誘因ともなりやすいので、自閉児にたいする意識的なはたらきかけや、配慮が必要であろう。

(4) 食生活についての悩みや意見

この主題については、「お子さんの食事に関することで、お気づきの点、お困りの点がありましたら、何んでもお書き下さい。」という質問に、自由記述形式で答えてもらった。

記入者は、自閉児群で33名、健常児群で48名あり、内容を集約すると表10のようになった。

表10 児童の食生活についての悩みや意見 人・%

内容	群		自閉児	健常児
きらって食べないものがある	5	}	12	8
学校では食べるが家では食べない	4		0	0
特定のものを好んで食べる	3	}	6	2
食べすぎるので心配である	2		5	5
少食で困る	1	}	4	1
食欲にむらがある	3		1	5
時間がかかりすぎる	4	}	0	5
早く食べすぎる	0		2	2
食事のときの態度が悪い	1	}	5	0
こぼしたり汚したりする	2		2	2
姿勢やはしの持ちかたが悪い	0	}	3	0
交互に食べず一品づつ食べきる	2		0	3
食べかたが良くなってきた	2	}	3	3
好ききらいが無くて良い	1		3	3
その他	3		10	10

健常児では、食欲にむらがあったり、行儀が悪いこと

についての心配が多かったが、自閉児は食事の場所や食品の種類にこだわりがあることや、食べるときに汚したり、時間がかかりすぎることについての悩みが多く、家庭での食事指導のさいに、苦勞の多いことがうかがわれる。

ここにあげられているものは、これからの食事指導の方向を探るうえで、参考にしたい内容といえよう。

4. 調査結果のまとめ

以上が、児童の食生活に関する実態調査の結果である。そのおもなものをまとめると、①自閉児には偏食が多く好みと摂取の状態では、無機質供給源となる食品の摂取に不足がみられる。②離乳時の食生活のあり方が、食べものにたいする好ききらいを決める要因となっており、自閉児の偏食改善には、給食指導のような具体的なはたらきかけが効果的である。③自閉児には肥満が多く、運動の種類や強度との関係が考えられる。④自閉児の食生活は、自閉性の障害との関連がみられるので、指導するうえで配慮が必要であるなどであった。

本調査を実施するにあたり、こころよく協力いただいた石狩管内情緒障害児学級設置小中学校の、教師と父母のみなさんに、心からお礼を申し上げます。

文 献

- 1) 佐藤昌康：味の発達・生理・教育と医学，第26巻10号；984-990，1978.
- 2) 田中英彦：心とからだからみた偏食・幼年時代；1-5，1978.
- 3) M. パルズニー：自閉児の医学と教育，岩崎学術出版，1981.
- 4) 宮崎叶：幼児の偏食・幼年時代；1-5，1978.
- 5) 村松功雄：栄養の心理，三共出版，1976.