

## 食行動質問紙 (Mealtime Behavior Questionnaire)

□名前：                      □性別：男・女    □年齢：    歳        ヶ月    □学年：

お子さんの食に関する行動についておたずねします。質問項目に書かれている行動の頻度について、お子さんにもっとも当てはまると思われる所に○をつけてください。項目に書かれている行動についてどれも当てはまらない場合は、その項目番号に×をしてください。

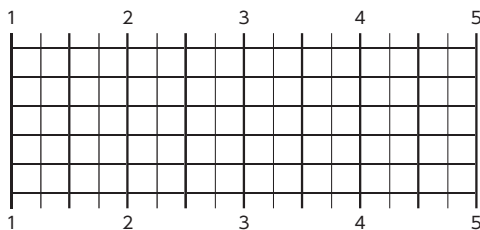
1. ない       ： お子さんは項目に書かれている行動がない（ほぼ0%）
2. まれに     ： お子さんは項目に書かれている行動をまれにする（ほぼ25%）
3. ときどき   ： お子さんは項目に書かれている行動をときどきする（ほぼ50%）
4. しばしば   ： お子さんは項目に書かれている行動をしばしばする（ほぼ75%）
5. いつも     ： お子さんは項目に書かれている行動をいつもする（ほぼ100%）

No.	質問項目	ない	まれに	ときどき	しばしば	いつも
		0 %	25 %	50 %	75 %	100 %
<b>【偏食に関する質問】</b>						
1	食べられるものが数種類しかない	1	2	3	4	5
2	外見で食べないものがある	1	2	3	4	5
3	食べ物の色によっては食べないものがある	1	2	3	4	5
4	初めてのものは食べない	1	2	3	4	5
5	偏食がある	1	2	3	4	5
6	特定の食品・食材・メーカーしか食べない	1	2	3	4	5
7	食べ物の形が変わると食べない	1	2	3	4	5
8	給食はあまり食べない	1	2	3	4	5
9	外食先が限定・制限される	1	2	3	4	5
10	味が混ざるのを嫌がる	1	2	3	4	5
11	においの強いものは食べない	1	2	3	4	5
		<b>【偏食】</b>	<b>合計点</b>		<b>/平均値</b>	
<b>【不器用・マナーに関する質問】</b>						
12	手づかみ食べをする	1	2	3	4	5
13	箸の操作が難しい	1	2	3	4	5
14	盛り付けや配膳ができない	1	2	3	4	5
15	食べ物や食具で遊ぶ	1	2	3	4	5
16	食べこぼしが多い	1	2	3	4	5
17	出されたらすぐに食べ始めてしまい待てない	1	2	3	4	5
18	食事中、器を持たない	1	2	3	4	5
19	下膳(食後に食器などを片付けること)ができない	1	2	3	4	5
20	食事時間まで待てない	1	2	3	4	5
21	スプーン・フォーク操作が難しい	1	2	3	4	5
22	細かな動作が難しい(食べ物の入った袋や包み紙、ペットボトルのふたを開けるなど)	1	2	3	4	5
23	食事中に立ち歩く	1	2	3	4	5
		<b>【不器用・マナー】</b>	<b>合計点</b>		<b>/平均値</b>	

No.	質問項目	ない	まれに	ときどき	しばしば	いつも
		0%	25%	50%	75%	100%
<b>【食への関心・集中に関する質問】</b>						
24	食欲がないように見える	1	2	3	4	5
25	食事に集中できない	1	2	3	4	5
26	空腹を感じてないように見える	1	2	3	4	5
27	会話や音楽を聴くなど何かをしながらだと食事ができない	1	2	3	4	5
28	前の活動から切り替えられず、食事を始められない	1	2	3	4	5
29	食事に時間がかかる	1	2	3	4	5
30	食事中に姿勢が崩れる	1	2	3	4	5
31	食事中、一方的に話し続ける	1	2	3	4	5
32	食事中、机やいすをガタガタさせる	1	2	3	4	5
		<b>【食への関心・集中】</b>		合計点	/平均値	
<b>【口腔機能に関する質問】</b>						
33	食べ物をかき込む	1	2	3	4	5
34	食べ物をよく噛まない	1	2	3	4	5
35	早食いをする	1	2	3	4	5
36	口いっぱい詰めて噛む	1	2	3	4	5
37	食べ物を丸飲みする	1	2	3	4	5
		<b>【口腔機能】</b>		合計点	/平均値	
<b>【過食に関する質問】</b>						
38	食べる量の調整ができないように見える	1	2	3	4	5
39	満腹感を感じていないように見える	1	2	3	4	5
40	目の前にあるものを全部食べてしまう	1	2	3	4	5
41	同年代の子どもに比べて食べ物をたくさん食べる	1	2	3	4	5
42	3度の食事以外にもたくさん食べる	1	2	3	4	5
		<b>【過食】</b>		合計点	/平均値	
		<b>【総点】</b>		合計点	/平均値	

その他、お子さんの食事のことで気になることがあればご記入ください

	得点 (平均値)
偏食	
不器用・マナー	
食への関心・集中	
口腔機能	
過食	
総点	



本シートは法律で保護されています。本シートの内容の一部あるいは全部を著作権者の許諾なしに、改変、複製、転載等することを禁止します。(C) 2021 中岡和代 (初出: 中岡和代, 他: 自閉スペクトラム症児の食行動質問紙, (Autism Spectrum Disorder-Mealtime Behavior Questionnaire; ASD-MBQ) の紹介, 大阪作業療法ジャーナル 35: 48-50, 2021 より改変引用). <https://nakaoka-lab.jp/document.html> よりダウンロード可

## 付表 2 食事の状況チェック表

お子様の名前 \_\_\_\_\_ 年齢： \_\_\_\_\_ 歳 \_\_\_\_\_ カ月 性別：男・女

1. 乳幼児期についておたずねします。

1) 母乳・ミルクはよく飲みましたか。

- ①とてもよく飲んだ ②よく飲んだ ③あまり飲まなかった ④全く飲んでくれなかった

2) 離乳食への移行はスムーズでしたか。

- ①(おおむね) スムーズだった ②あまりスムーズでなかった ④スムーズではなかった

2. 現在についておたずねします。

1) お子様の食事に関する(1)～(3)について、最も当てはまる番号を○で囲んでください。

(1) お子様の食事について最も気にかかることは、どのようなことですか？

- ①偏食(食事内容の偏りや極端な好き嫌い) ②食事の量(少なすぎたり、多すぎたりする)  
③食事の姿勢 ④食事のマナー  
⑤箸・スプーンなどの食具の操作 ⑥食事に対する意欲・集中力  
⑦食事の離席 ⑧その他( )

(2) お子様を食べる食事の量は適切ですか？

- ①非常に少ない ②やや少ない ③やや多い ④非常に多い ⑤適量である

(3) 現在、好き嫌いがあり、食べるものが偏りがちですか？

- ①非常に偏っている ②偏っている ③少し偏っている ④全く偏っていない

★(3)で①, ②, ③と答えた方へ

食事の偏りはいつ頃からですか。

⇒( ) 歳頃から

食事の偏りによって困っていますか。 ①とても困っている ②少し困っている ③困っていない

(4) 食事動作に手伝いは必要ですか。

- ①全て手伝う ②ある程度手伝う ③少し手伝う  
④見守りを要する・こぼす ⑤自立(ほぼこぼさない)

(5) 主な食事の道具・方法は何ですか。

- ①手づかみ ②スプーン・フォーク ③箸

2) 自宅以外での食事(外食)について

- ①たいいてい場所で可能 ②限られた場所で可能 ③外食できない ④したことがない

3) 身長と体重 身長 約( ) cm 体重 約( ) kg

4) 排便の頻度 ①毎日 ②2～3日に1回 ③4日以上に1回

5) 食事において、重要視していること(大事にしていること・気をつけていること)を教えてください。

**付表3** 好き嫌いの上位3品目とその理由

好き嫌いと理由

1. 好き嫌いの上位3品目と、その理由3個以内を下の表から選び、記入して下さい。

好きな食べ物(上位3品目)と、考えられる理由(3個まで)						
順位	好きな食べ物	理由①	理由②	理由③	理由不明(○)	その他の理由や特記事項
例	たこ焼き	2	43			丸くて白いものが好き.
1位						
2位						
3位						

嫌いな食べ物(上位3品目)と、考えられる理由(3個まで)						
順位	嫌いな食べ物	理由①	理由②	理由③	理由不明(○)	その他の理由や特記事項
例	パン	27			○	パンの皮や耳は食べられる.
1位						
2位						
3位						

(※食べられるようになってほしいものから記入してください)

〈好き嫌いの理由一覧表〉(57項目)

要因分類				
口腔面		1)小さくて食べやすいから 4)大きくて食べにくいから	2)柔らかくて食べやすいから 5)硬くて噛みにくいから	3)飲み込みやすいから 6)飲み込みにくいから
感覚面	味	7)味が濃いから 10)すっぱいから 13)苦い・渋いから	8)甘いから 11)味が薄いから 14)味が口の中で混じるから	9)しょっぱい・塩辛いから 12)からいから
	におい	15)においが強いから	16)においが薄いから	
	食感	17)硬いから 20)さくさく食感 23)柔らかいから 26)もちもち食感 29)のど越し	18)こりこり食感 21)ねばねば食感 24)ぱりぱり食感 27)むしむし食感 30)その他の食感	19)がりがり食感 22)ぱさぱさ食感 25)しゃきしゃき食感 28)もさもさ食感 31)弾力性があるから
	温度	32)熱いから 35)冷たいから	33)温かいから	34)ぬるいから
	音	36)こりこり音 39)しゃきしゃき音	37)ぱりぱり音 40)さくさく音	38)がりがり音 その他の音
	外観・見た目	41)きれいだから 44)外食風だから 47)嫌いな色・形だから 50)特定食品メーカー(包装・容器)だから	42)色とりどり、カラフルだから 45)きれいじゃないから 48)家庭料理風だから	43)好きな色・形だから 46)単色だから 49)合体ものだから
認知面		51)慣れてるから 54)こだわりがあるから 57)好き以外は嫌いだから	52)見通しが持てるから 55)いつも同じメーカーだから	53)毎日食べるものだから 56)見通しが持てないから

©宮嶋愛弓(宮嶋愛弓, 他: 自閉症スペクトラム障がい児の食嗜好の要因と偏食への対応に関する探索的研究, 作業療法 33: 124-136, 2014より改変. 初出: 立山清美, 宮嶋愛弓, 他: 自閉症児の食嗜好の実態と偏食への対応に関する調査研究, 浦上食品・食文化振興財団研究助成報告書 20: 117-132, 2013)

**付表 4 (食事の幅を広げるための)偏食への対応(50項目)**

効果のあったものに○, うまうまがなかったものに△, 試したことのないものに×をつけて下さい

好き嫌いの理由	理由への対応	項目	具体的な偏食への対応	記入欄
口腔面	硬さ・大きさ・形	口腔機能の発達に合わせて食べ物を工夫する	1 調理方法を変えて柔らかくする(ことごと煮込む)	
			2 大きさ, 形を小さく一口サイズに統一する	
			3 水分と固形物を分ける	
感覚面	感覚が混ざること	感覚を混ぜない	4 一品ずつ料理を食べる(分ける・別々の食器に盛り付ける)	
			5 一口ずつ終わらせ, 味を混ぜない(食べ始め・終わりを明確にする)	
	味	嫌いな感覚を変える好きな感覚を利用する	6 【味】 嫌いな味を変える(味付けを変える)	
			7 【味】 嫌いなものを好きな味に変える(好きな調味料を加える)	
			8 【味】 味をしみ込ませる(圧力鍋で煮込む・一度冷まして再加熱する)	
			9 【味】 嫌いなものに好きな味を混ぜ, 混ぜる割合を徐々に減らす	
			10 【におい】 嫌いなにおいを減らす	
			11 【食感】 嫌いな食感を変える(ことごと煮込む・火を通す)	
	におい		12 【食感】 嫌いな食感を変える(切る・擦る・繊維質をなくす)	
			13 【食感】 好きな食感に変える(煮・炊き・焼き・ゆで加減を変える)	
	食感		14 【食感】 嫌いなものに好きな食感を徐々に混ぜる	
			15 【温度】 好みの温度・状態で食べる(レンジで温める・出来立てを食べる)	
	温度		16 【音】 好きな音を利用する	
	音		17 【外観】 好きな見た目を利用する(見栄えよく・盛り付け方の工夫)	
認知面	慣れ こだわり 見通し	初めての経験をさせ食材を知ってもらう	18 食べないものも食卓に出す	
			19 (はじめて・嫌いな食材でも)まずは口の中に入れる	
			20 残すこともできるようにする(食べられないものを入れる皿を用意する等)	
			21 似ている料理に挑戦する	
			22 スプーンに少量とって提示する	
			23 レンゲですくってあげる	
			24 量が見えるおわんに入れる	
			25 少しずつ食べる量を増やす	
			26 一緒に買い物へ行く	
			27 一緒に調理して経過を示す	
			量やサイズの見通しを持たせる	
	29 大人と同じメニューしか与えない			
	30 「終わり, 次」を明確にする			
	31 食べなくてもすぐに片づける			
	32 必ず同じものを食卓にだし, 最後に食べる			
	33 容器を変更する・入れなおす			
	嫌い・苦手なものに気づかせない		34 好きなものにわからないように混ぜる	
35 少しずつ量を増やし気づかせないようにする				
36 パニックには冷静に対応する(焦らない)				
37 本人の食べ方を優先させる(同じ食べ方をさせる・認める等)				
環境面	外部環境 (人的環境)	介助方法に一貫性を持たせる	38 本人の好きな人がいつも介助する	
			39 ほめる・頑張りを認める	
			40 それとなく誘導し, 強制・固執しない	
			41 家族が楽しく食べているのを見せる	
			42 食事前は間食させず, お腹を空かせておく	
			43 本人が楽しく食べて過ごすことを意識する	
			44 好きなメーカーを利用する(A社のB味など)	
	外部環境 (物的環境)	こだわりを利用し新しい環境に慣れさせる	45 自宅に近い食事環境にする(同じ食器にする・仕切りを作る)	
			46 食事内容・場所・時間を一定にする	
			47 子どもが好きなものに着目し利用する(遊びやキャラクターなど)	
経験を通して新しい環境に慣れさせる		48 好きな料理で外食する(楽しむことを優先する)		
		49 さまざまな場所で食べる経験を積む(屋外や友人宅で食べる)		
		50 園・学校で給食の経験を積む		

**付表 5** SAPS(偏食がある子どもの保護者の自己効力感尺度)

◆ 子どもの食事について、お尋ねします。

あてはまると思う数字に、丸を付けてください。

例) あなたは、子どもが好きな食べ物について、好きな理由を思いつきますか？	そう思わない		どちらともいえない		そう思う
	1	2	3	4	5

1) あなたは、子どもとの食事の時間が楽しみですか？	そう思わない		どちらともいえない		そう思う
	1	2	3	4	5
2) あなたは、気持ちにゆとりを持って子どもに接していると思いますか？	1	2	3	4	5
3) あなたは、子どもの生活に合わせて規則正しく食事を提供できていますか？	1	2	3	4	5
4) あなたは、子どもが好きな食べ物があるか知っていますか？	1	2	3	4	5
5) あなたは、子どもが好きな食べ物について、好きな理由を思いつきますか？	1	2	3	4	5
6) あなたは、子どもが嫌いな食べ物があるか知っていますか？	1	2	3	4	5
7) あなたは、子どもが嫌いな食べ物について、嫌いな理由を思いつきますか？	1	2	3	4	5
8) あなたは、食卓に出した食べ物を子どもが食べるかどうか予測できますか？	1	2	3	4	5
9) あなたは、子どもの食事を作る際に、栄養バランスに配慮ができていますか？	1	2	3	4	5
10) あなたは、子どもの食事を作る際に、子どもに応じた工夫ができていますか？	1	2	3	4	5
11) あなたは、子どもの食事に関わる際に、子どもに応じた工夫ができていますか？	1	2	3	4	5
12) あなたは、長期的な視点で子どもの食事の幅を広げる支援ができていますか？	1	2	3	4	5

項目 1～3：食事における基本的態度、項目 4～7：好き嫌いの理由、項目 8～12：偏食への対応

## 付表6 好き嫌いチェック表(83項目バージョン)

好き嫌いについて該当するものに○をしてください。特記事項があればご記入ください。

食材・食品名	現在			工夫や特記事項
	好き・ふつう	工夫すれば食べる	工夫しても食べない・未経験	
例 牛乳		○		レンジでならー可
例 白ごはん		○		熱いのが好き
<米・パン・麺類・水分>				
1 白ごはん				
2 混ぜご飯				
3 パン				
4 うどん/ラーメン				
5 スパゲティ				
6 水				
7 お茶				
8 ジュース				
9 牛乳				
<魚・肉・野菜類>				
10 煮魚				
11 焼き魚				
12 刺し身				
13 切り身の魚				
14 骨付きの魚				
15 えび・かに				
16 いか・たこ				
17 貝類				
18 塊り肉				
19 ミンチ肉				
20 薄切り肉				
21 ウインナー				
22 ハム				
23 かまぼこ				
24 ちくわ				
25 生野菜				
26 煮野菜				
27 人参				
28 ネギ				
29 玉ねぎ				
30 きゅうり				
31 トマト				
32 ブロッコリー				
33 ピーマン				
34 青菜(小松菜等)				
35 根菜				
36 キャベツ				
37 なす				
38 グリーンピース				
39 大根				
40 かぼちゃ				

(立山清美, 宮嶋愛弓, 他: 自閉症児の食嗜好の実態と偏食への対応に関する調査研究. 浦上食品・食文化振興財団研究助成報告書 20: 117-132, 2013 をもとに作成)

注) 篠崎, 他: 自閉症スペクトラム児の幼児期における摂食・嚥下の問題 第2報 食材(品)の偏りについて. 日摂食嚥下リハ会誌 11: 52-59, 2007 を参考に食材・食品選択

食材・食品名	現在			工夫や特記事項
	好き・ふつう	工夫すれば食べる	工夫しても食べない・未経験	
<大豆製品・卵・海藻・きのこ・芋類>				
41	豆腐			
42	納豆			
43	卵			
44	海藻(わかめ等)			
45	きのこ(しいたけ)			
46	じゃがいも			
47	さつまいも			
<乳製品・果物>				
48	チーズ			
49	ヨーグルト			
50	バナナ			
51	りんご			
52	みかん			
53	すいか			
54	いちご			
55	メロン			
56	レモン			
<その他・菓子類・調味料>				
57	揚物(唐揚げ・トンカツ等)			
58	てんぷら			
59	フライドポテト			
60	ハンバーグ			
61	サンドイッチ			
62	味噌汁			
63	コンソメスープ			
64	丼ぶり			
65	カレーライス			
66	餃子			
67	卵焼き			
68	チャーハン			
69	酢の物			
70	らっきょう			
71	梅干し			
72	飴・グミ			
73	チョコレート			
74	スナック菓子			
75	プリン			
76	ゼリー			
77	ケーキ			
78	マヨネーズ			
79	ケチャップ			
80	ソース			
81	醤油			
82	ドレッシング			
83	わさび・からし			



**付表7** 好き嫌いチェック表(47項目バージョン)

好き嫌いについて該当するものに○をしてください。特記事項があればご記入ください。

	食材・食品名	現在			工夫や特記事項
		好き・ふつう	工夫すれば食べる	工夫しても食べない・未経験	
例	牛乳		○		レンゲでなら一口可
例	白ごはん		○		熱いのが好き
<米・パン・麺類・水分>					
1	白ごはん				
2	混ぜご飯				
3	パン				
4	うどん/ラーメン				
5	スパゲティ				
6	水				
7	お茶				
8	ジュース				
9	牛乳				
<魚・肉・野菜類>					
10	煮魚				
11	焼き魚				
12	刺し身				
13	切り身の魚				
14	骨付きの魚				
15	えび・かに				
16	いか・たこ				
17	貝類				
18	塊り肉				
19	ミンチ肉				
20	薄切り肉				
21	ウインナー				
22	ハム				
23	かまぼこ				
24	ちくわ				
25	生野菜				
26	煮野菜				
27	人参				
28	ネギ				
29	玉ねぎ				
30	きゅうり				
31	トマト				
32	ブロッコリー				
33	ピーマン				
34	青菜(小松菜等)				
35	根菜				
36	キャベツ				
37	なす				
38	グリーンピース				
39	大根				
40	かぼちゃ				
<大豆製品・卵・海藻・きのこ・芋類>					
41	豆腐				
42	納豆				
43	卵				
44	海藻(わかめ等)				
45	きのこ(しいたけ)				
46	じゃがいも				
47	さつまいも				