

演題番号

高校生・大学生の食物摂取、食物嗜好、 社会心理的要因の相関構造に関する研究

事務局記入)

かさまきじゅんいち
笠巻純一（新潟大学人文社会・教育科学系）

【背景】近年、青少年の朝食欠食や偏った栄養摂取等の食行動に関する問題が深刻化している。心身の健康への影響が懸念されるなか、健康で良好な食生活の実現に向けた健康教育の充実等、青少年の健康行動を支援するための環境づくりの推進が望まれる。

【目的】本研究は、高校生と大学生の食物摂取、食物嗜好、社会心理的要因の相関構造を明らかにするとともに、朝食欠食や間食等の食行動に影響を与える諸要因を検討し、青少年に対する健康教育の一助とすることを目的とした。

【方法】高校 5 校の生徒 1,056 人と大学 10 校の学生 1,323 人を対象に、食行動、食物嗜好、心理社会的ストレス、食の外部化、食と健康に関する意識、健康についての情報源等、多項目選択回答形式による質問紙調査を行った。有効回答率は、90.8%であった。分析には、統計ソフト SPSS16.0J for Windows を用いた。下位尺度及び項目間の相関構造の検討には、因子分析（バリマックス回転）を用いた。信頼性分析を行い各尺度の内的整合性を確認した。また、各項目・尺度の得点について学校種別と性別の要因の主効果を確認するため、2 元配置分散分析を行った。

【結果】高校生と大学生の各男女別で因子分析を行った結果、「間食の嗜好」、「間食摂取」、「インスタント食品・コンビニ食・ファーストフード摂取理由」の項目間に関連性が認められた。菓子やスナック類の嗜好性が高い者ほど、間食の頻度が高い傾向が示された。また、既製品・外食利用に関する意図が、食物嗜好・間食行動に関連していることが示唆さ

れた。

女性は男性と異なり、学校種別に係わらず「食事による気分転換」の項目が、「間食摂取」、「間食の嗜好」、「揚げ物・炒め物・肉料理の嗜好」の項目と中位の相関を示した。食べることで気分転換をすることがある者ほど、菓子、スナック類、揚げ物、炒め物、肉料理を好み、間食を頻繁に行う傾向が見られた。

「対人関係・学業ストレス」の項目は、高校生の男、女の各群において、「欠食理由」及び「栄養摂取」の項目と弱い相関を示した。高校生は、「忙しい」、「起床時間が遅い」、「用意が面倒」、「食欲がない」などの理由で朝食を欠食することが多く、栄養摂取（栄養バランス、家庭料理の摂取、朝食摂取等）得点の低い者の方が、対人関係・学業に関するストレス意識の高い傾向にあることが示された。

【考察】食物摂取、食物嗜好、社会心理的要因の相関構造から、1)高校生、大学生の間食には、食物嗜好、既製品・外食利用に関する意図が影響している、2)女子高校生及び女子大学生の間食には、気分転換としての摂食行動が影響している、3)朝食の欠食、栄養バランスや家庭料理の欠如は、高校生の対人関係や学業面での心理的ストレスに関係していることが推察された。

（連絡先）笠巻純一

E-mail ; jkasamaki@ed.niigata-u.ac.jp