

看護系大学生の食生活管理に対する自己効力感の実態

○合田友美¹⁾，小澤麻美²⁾

1) 香川県立保健医療大学保健医療学部看護学科，2) 東京女子医科大学看護学部

【背景】

看護学生の食生活の乱れが報告されて久しい。適切な食生活習慣の獲得には、一時的な行動修正でなく個人が食生活をセルフケアできるという信念を持てることが重要である。そこで、教育的支援方法選択の基礎資料とするために、看護系大学生の食生活管理に対する自己効力感の実態を明らかにする。

【方法】

A大学看護学科1～4年次生264人のうち同意が得られた239人を対象に平成24年2月、無記名の自記式質問紙調査を実施。質問の主な内容は①属性（学年，性別，生活形態）②現在の食生活に対する満足度③食育への関心度④食生活の自己管理に対する自己効力感（以下，食管理自己効力感と略す）。食管理自己効力感の測定には，吉本ら（2003）が開発した20項目6因子からなる食生活の自己管理に対する自己効力感尺度を使用。分析はSPSS19.0を用いて基本的統計量を算出し，Kruskal-Wallis検定で食生活満足度，食育関心度の違いによる尺度得点の比較をした（有意水準5%）。尺度利用は作成者の許諾を得た。本研究はA大学研究倫理審査委員会の承認を得ている。

【結果と考察】

欠損値のあるものを除く223人（有効回答率93.3%）を分析対象とした。内訳は「女性」91.5%「男性」8.5%，「1年生」28.7%「2年生」28.3%「3年生」26.5%「4年生」16

.6%。生活形態別では「親と同居」43.5%「一人暮らし」54.3%「その他」2.2%であった。尺度の信頼性係数 $\alpha = 0.86$ と高値を示し内的一貫性が認められた。尺度得点の平均値は 50.9 ± 11.79 （中央値51.0）で2つの先行研究に比して低値であり，本対象の自己効力感の低さが窺えた。また，因子で最も平均値が高いのは『塩分・エネルギー摂取のモニタリングと適正量の実践』 2.9 ± 1.00 で，瘦身願望の強い青年期女性の特徴が反映されているものと考えられた。一方，最も平均値が低いのは『食品群に関する知識』 1.9 ± 0.91 で，看護系大学生は栄養学などの学習機会を得ているが，食品群に関する知識への自信獲得には至っていないことが明らかとなった。さらに，「現在の食生活に不満足（ $n=59$ ）」や「食育に関心がない（ $n=36$ ）」群の尺度得点が有意に低く（ $p = .00$ ），教育的支援の必要性が示唆された。

【結論】

看護系大学生の食生活自己効力感の低さが窺え，特に食品群に関する知識への自信は既存のカリキュラムだけでは育まれにくいことが示唆された。食生活に対する満足度や食育への関心度が低い学生に焦点を当てた，食管理自己効力感を高めるための意図的な働きかけが今後の課題であるといえる。

（連絡先）

合田友美：香川県立保健医療大学看護学科

gouda_t@chs.pref.kagawa.jp