

氏 名	あか まつ り え 赤 松 利 恵
学位(専攻分野)	博士 (社会健康医学)
学 位 記 番 号	社 医 博 第 3 号
学位授与の日付	平成 16 年 11 月 24 日
学位授与の要件	学 位 規 則 第 4 条 第 1 項 該 当
研究科・専攻	医 学 研 究 科 社 会 健 康 医 学 系 専 攻
学位論文題目	Interpretations and attitudes toward healthy eating among Japanese workers (日本人労働者における健康的な食生活に対する解釈と態度)
論文調査委員	(主 査) 教 授 佐 藤 俊 哉 教 授 中 原 俊 隆 教 授 福 原 俊 一

論 文 内 容 の 要 旨

【目的】今日まで日本人の健康的な食生活観に関する知見が得られていない。そこで、本研究では、わが国の成人男女を対象に、「健康的な食生活」に関する解釈および態度を検討した。

研究 1 【方法と結果】(「健康的な食生活」の解釈についての検討)

34人の成人男女(平均年齢 44 ± 14.4 歳)を対象に面接調査を行い、「健康的な食生活」という用語から連想する具体的な食生活内容を調査した。逐語録を基に、複数の管理栄養士(7名)が、連想する具体的な食行動を抽出した。その結果、「栄養バランスのとれた食事をとること」「野菜をたくさん食べること」など、「健康的な食生活」に関する20項目の食行動が抽出された。

研究 2 【方法と結果】(「健康的な食生活」に対する態度の検討)

京都府宇治市役所 of 全職員($n=1,470$)を対象に、自己記入式質問票を用いて調査を行った。質問内容は、1) 個人属性(5項目)、2) 健康、食生活に関する項目(5項目)、3) 「研究1」の結果に基づいて作成した「健康的な食生活」に対する態度(20項目)であった。解析は、まず、因子分析を用いて、対象者の「健康的な食生活」に関する態度(因子)を特定した。次に、各因子の合計得点を求め、 t 検定およびANOVAを用い、属性別の得点比較を行った。最後に、ロジスティック回帰分析を用い、各因子に関連する要因を特定した。

分析対象者人数は1,155人(男性69.4%, 女性30.6%), 平均年齢は 43.8 ± 10.7 歳であった。因子分析の結果、「健康的な食生活」に関する第1因子として「食生活と食習慣」(9項目)、第2因子として「食物と栄養」(8項目)が抽出された。対象者の属性別に因子得点を比較した結果、どちらの因子得点も、男性よりも女性が高く、50歳以下の群よりも50歳以上の群が高かった。「食事療法中か否か」、「栄養指導を受けたことがあるか否か」の項目では、因子によって異なる傾向が見られた。食事療法中、あるいは、過去に栄養指導を受けた者は、そうでない者と比べ、「食物と栄養」得点が高かったが、「食生活と食習慣」得点に関しては、両群間で得点に差は見られなかった。ロジスティック回帰分析の結果、「食物と栄養」に関連する要因として、「性別」「年齢」「健康への関心」「食事療法中」「過去の栄養指導の経験」の5項目が特定された。また、「食生活と食習慣」については、「性」「年齢」「健康への関心」の3項目に関連していた。

【考察】

本研究から以下の3点が明らかになった。1) 対象者(成人男女)は、健康的な食生活にとって「栄養バランスのとれた食事をとること」と「野菜をたくさんとること」が最も重要であると考えていた。2) 「健康的な食生活」と考えられる食行動は、「食生活と食習慣」および「食物と栄養」の2因子で構成されていた。3) これら因子に関連する対象者の特徴は、因子ごとに異なり、「食物と栄養」に関する因子のみ、食事療法および過去の栄養指導経験が関連していた。

本研究は、同種の職業に従事する19歳から61歳までの成人を対象としており、本知見の外的妥当性は限られる。しかし、本知見は欧米で報告されている「健康的な食生活」に対する解釈や態度と異なっており、日本人の食生活(習慣)に関する

特性が反映されていることが考えられた。また、対象者の属性による「健康的な食生活」に対する態度の違いには、栄養教育が関連していることが示唆された。「健康的な食生活」に対する解釈や態度に関連する要因は、他にも考えられ、縦断的な研究も含め、さらなる研究が必要である。

論文審査の結果の要旨

我国は先進諸国の中でも生命予後などにおいて最良のアウトカムを達成し、その要因の一つとして食生活は、世界からも注目されている。個人の食生活を規定する要因として食に関する認知的要因が関連していることが欧米の先行研究で報告されているが、わが国では食餌摂取内容とアウトカムの関連のみをみる栄養疫学研究にとどまってきた。

そこで本研究では食生活を規定しうる認知特性の一つである食生活観を明らかにすることを目的とした。

まず、34人を対象とした半構造化面接によって「健康的食生活」を規定する認知的要因を抽出し、質的研究手法によって20項目に整理した。次にU市職員（1155人）を対象に自記式質問紙調査を行い、探索的因子分析の結果、20項目から「食生活と食習慣」と「食物と栄養」の2構成概念が抽出された。さらに、多重ロジスティック回帰分析を行い、「食事療法および過去の栄養指導経験」が「食餌摂取内容」因子のみに関連していることが示された。

本研究で抽出された「食生活と食習慣」という認知特性の存在は、これまでの欧米の研究結果では報告されていない新しい知見であり、食餌摂取内容のみに焦点をあてた従来の栄養疫学的研究の限界と新たな研究手法の可能性を示唆するものである。また過去の栄養指導経験が食餌摂取内容因子にのみ関連しているという結果は、我国における栄養指導の改善の必要性を示し、予防医療の実践面においても貢献するものである。

したがって、本論文は博士（社会健康医学）の学位論文として価値のあるものと認める。

なお、本学位授与申請者は、平成16年10月6日実施の論文内容とそれに関連した諮問を受け、合格と認められたものである。