

現代の子どもたちが抱える 食育上の課題

～痩せ願望と食生活との関連について～

福岡県立3大学連携県民公開講座
(2013年11月29日)

福岡県立大学
人間社会学部長
教授 小松 啓子

本日の講座の流れ

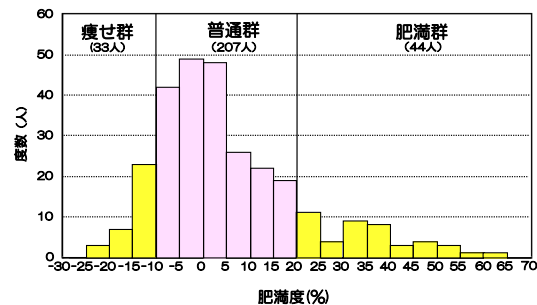
1. 小学高学年女子の体格に対する誤認識の実態
○体格に対する誤認識と痩せ願望
○痩せ願望と不必要なダイエット
2. 中学生の体格に対する誤認識の実態
○不必要なダイエットと不定愁訴（体調不良）
○女子では学年とともに不定愁訴の訴えが高頻度
3. 体格に対する誤認識に起因する食生活の偏りが不定愁訴（体調不良）に繋がっているのでは？
4. 改善に向けた取組み

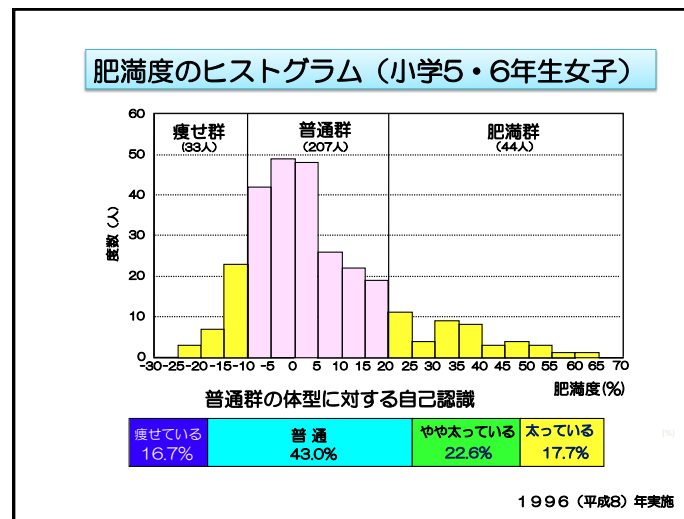
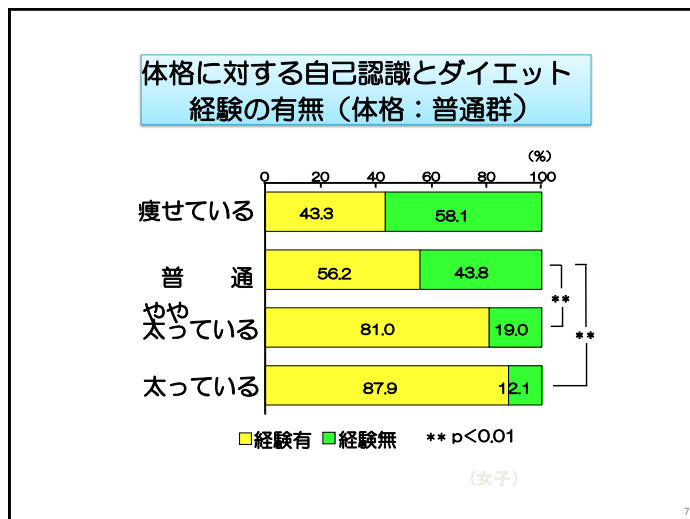
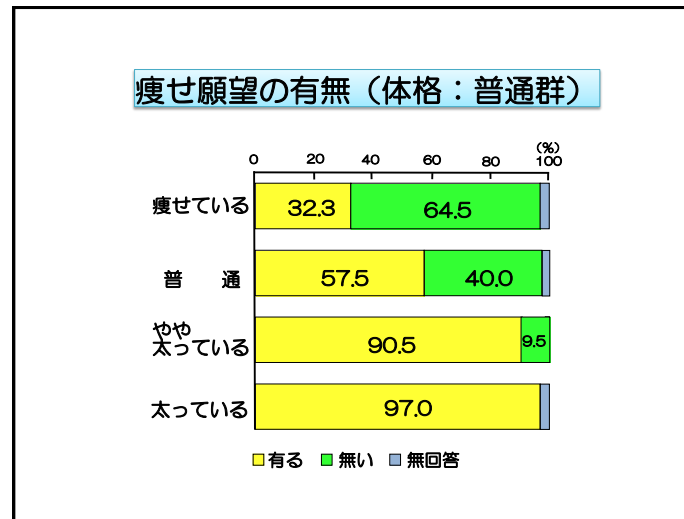
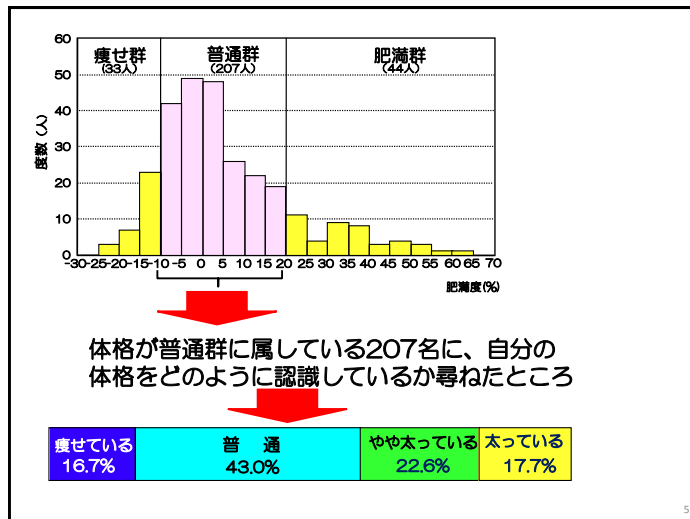
1. 小学高学年女子の体格に対する誤認識の実態

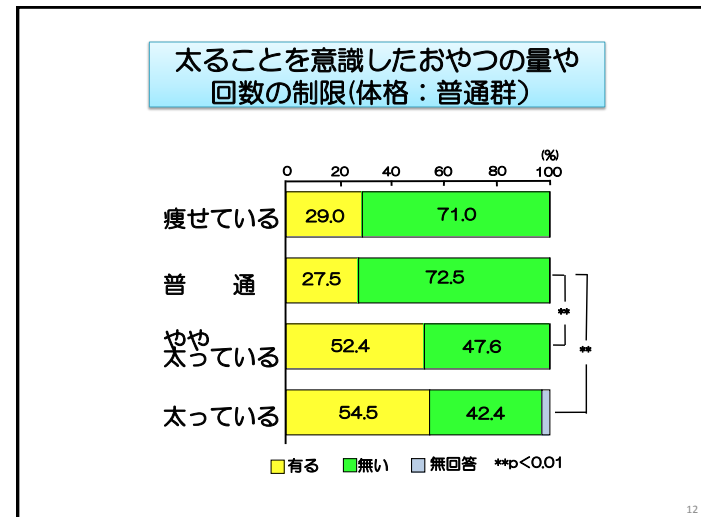
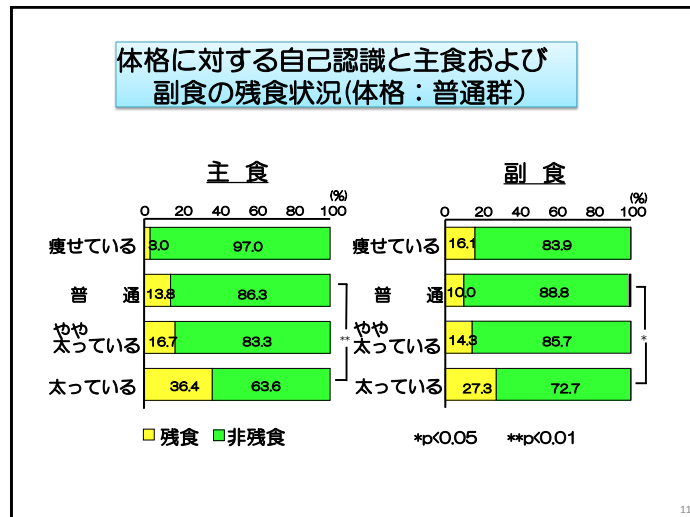
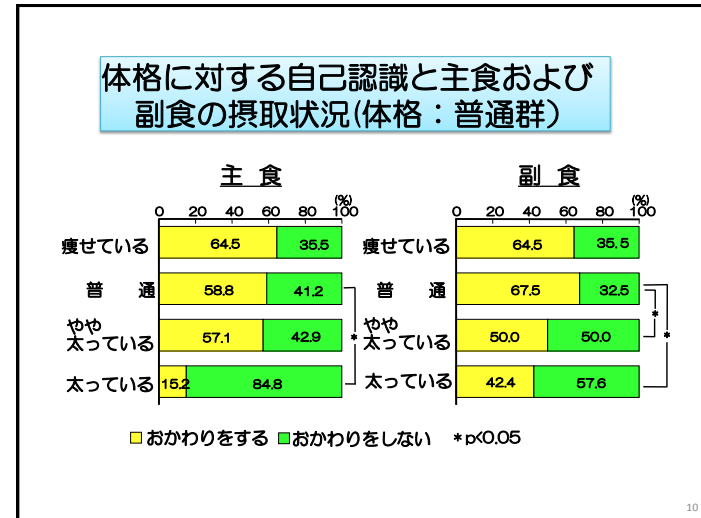
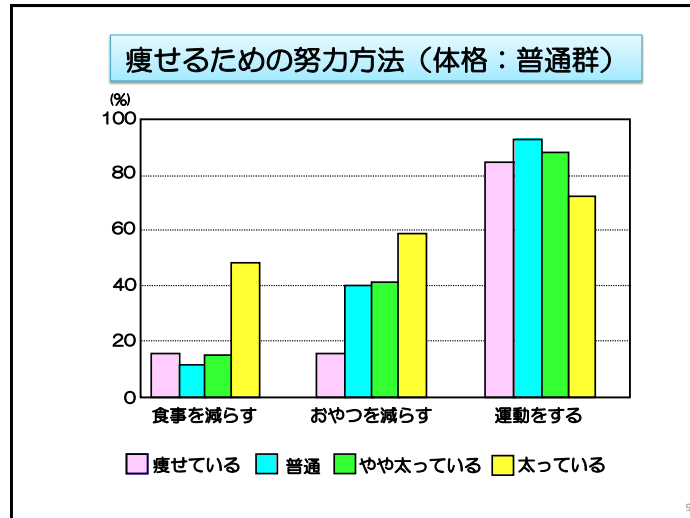
対象：小学校女子
5・6年年生 284名

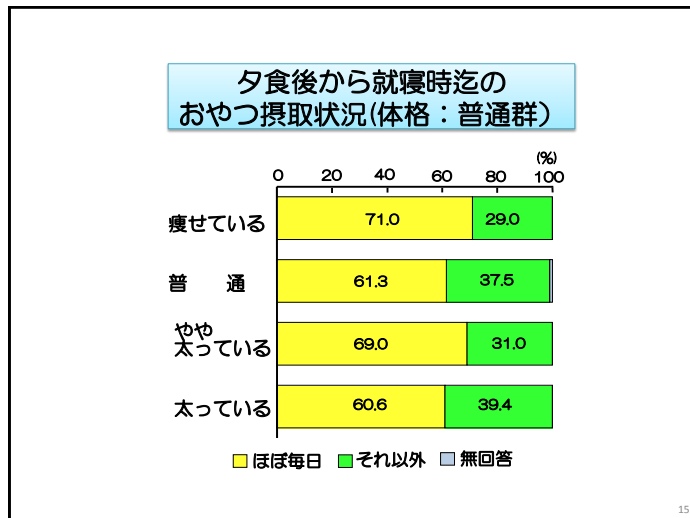
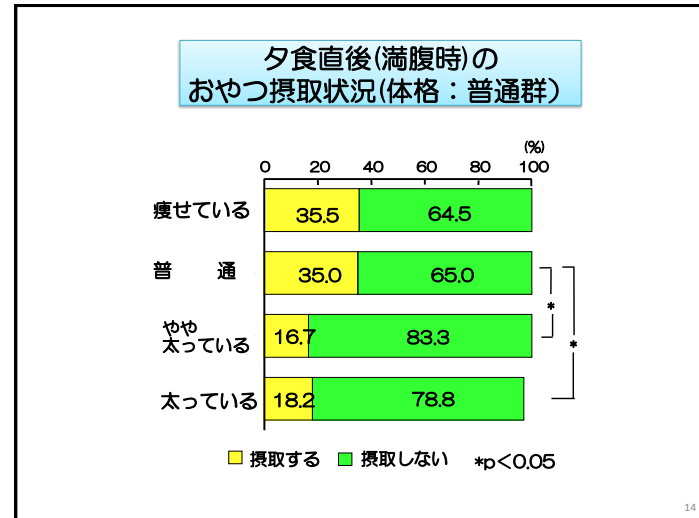
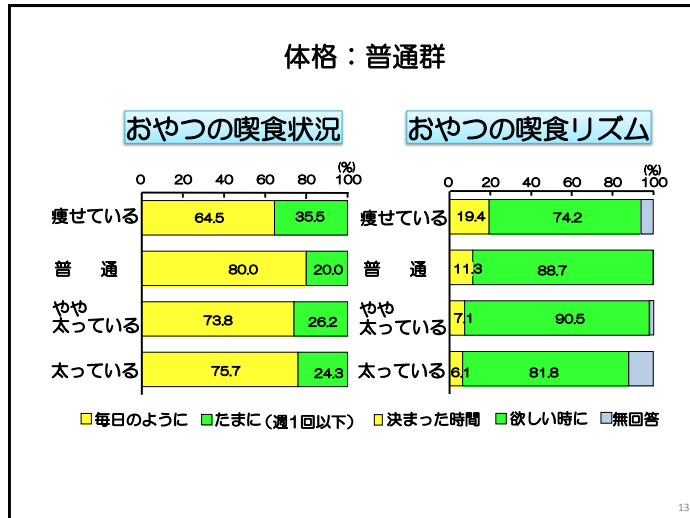
肥満度のヒストグラム（小学5・6年女子）

1996（平成8）年実施









2.中学生の体格に対する誤認識の実態

[2008(平成20)年、中学生男子523名、女子528名]

- 不必要なダイエットと不定愁訴(体調不良)
- 女子では学年とともに不定愁訴の訴えが高頻度(女子の方が男子より不定愁訴が高頻度)

体格およびダイエット経験について

	男子 (n=523)	女子 (n=528)
体格の分布		
痩せ傾向	1.7 ¹	2.9
普通	83.9	83.3
肥満傾向	14.4	13.8
体格に対する願望		
やせ願望	31.3	75.5
太り願望	27.6	7.3
ダイエット経験		
している	5.8	13.5
時々している	11.6	30.8
したことがある	10.9	22.6
したことはない	71.7	33.2

1: %

2008(平成20)年中学生1~3年

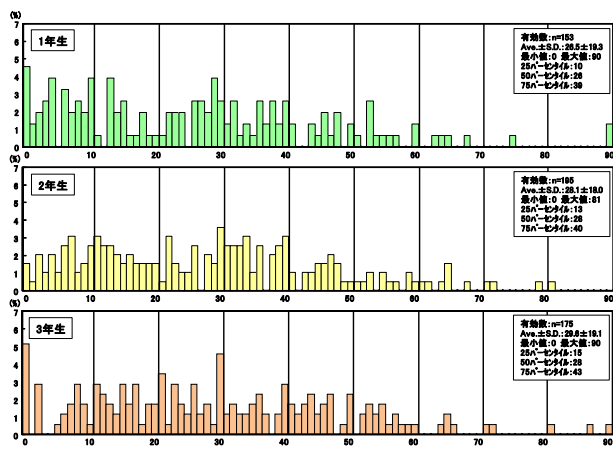
体格認識について

	男子 (n=523)	女子 (n=528)
体格認識 (やせ傾向)		
やせている	70.0 ¹	35.3
やややせている	10.0	29.4
普通	10.0	23.5
考えたことがない	10.0	11.8
体格認識 (普通)		
やせている	17.8	2.6
やややせている	15.5	3.7
普通	36.2	34.2
やや太っている	14.7	24.6
太っている	6.1	26.5
考えたことがない	9.6	8.4
体格認識 (肥満傾向)		
やせている	2.4	1.2
やややせている	1.2	0.0
普通	8.3	4.9
やや太っている	11.9	21.0
太っている	70.2	69.1
考えたことがない	6.0	3.7

1: %

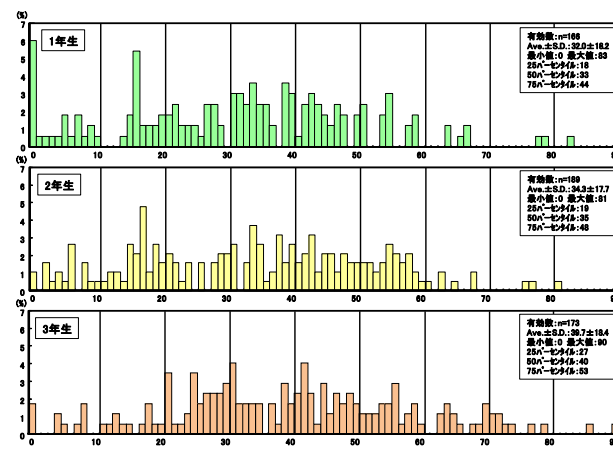
2008(平成20)年中学生1~3年

心身愁訴得点のヒストグラム (男子)



19

心身愁訴得点のヒストグラム (女子)



20

3. 体格に対する誤認識に起因する食生活の偏りが不定愁訴（体調不良）に繋がっているのでは？

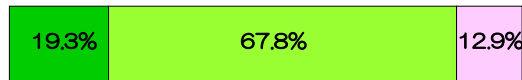
21

対象および方法

調査時期：2008（平成20）年7月
 分析対象：大学近郊市の中学校（8校）
 中学3年女子173名のうち、小学2年と小学6年のデータとを突合できた140名
 調査方法：質問紙調査（集合法）
 調査項目：体型認識、痩せ願望、減量行動、心身愁訴、生活習慣、食習慣
 身長・体重（4月保健室測定）
 統計解析：SPSS15.0for windows
 倫理的配慮：本大学の倫理研究委員会の承認を得て実施

22

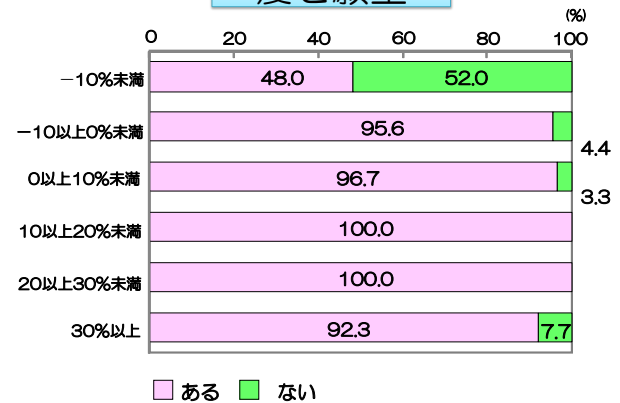
肥満度の分布



- -10%未満
- -10%~20%未満
- 20%以上

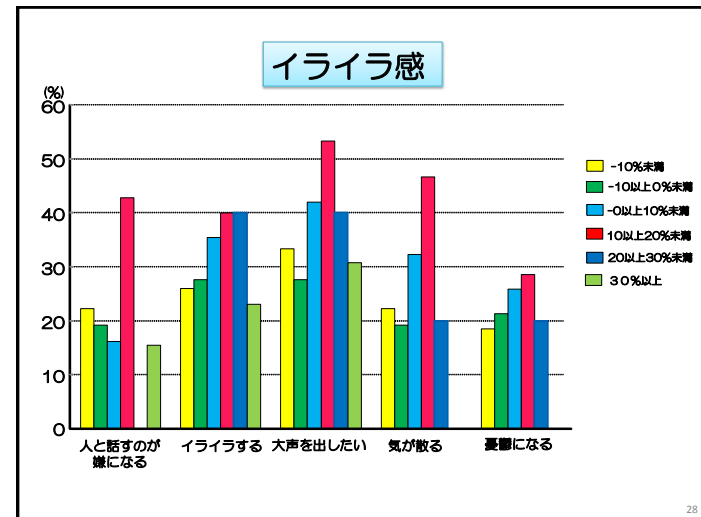
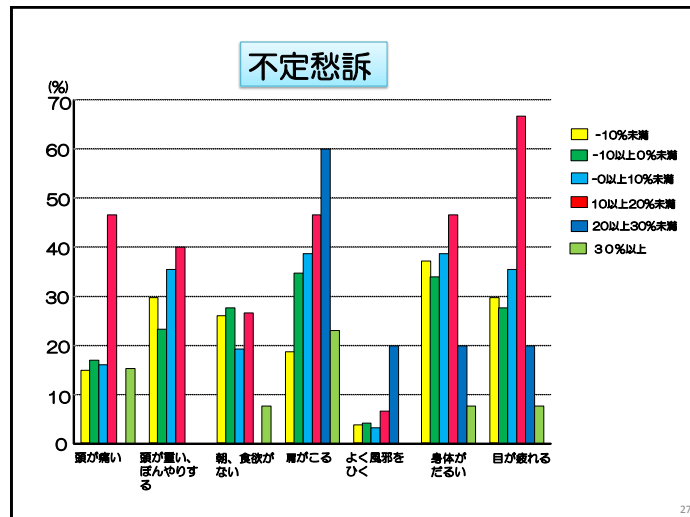
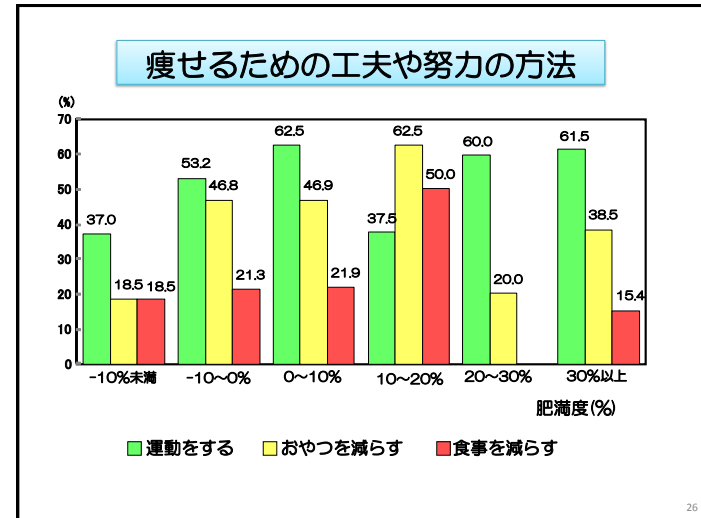
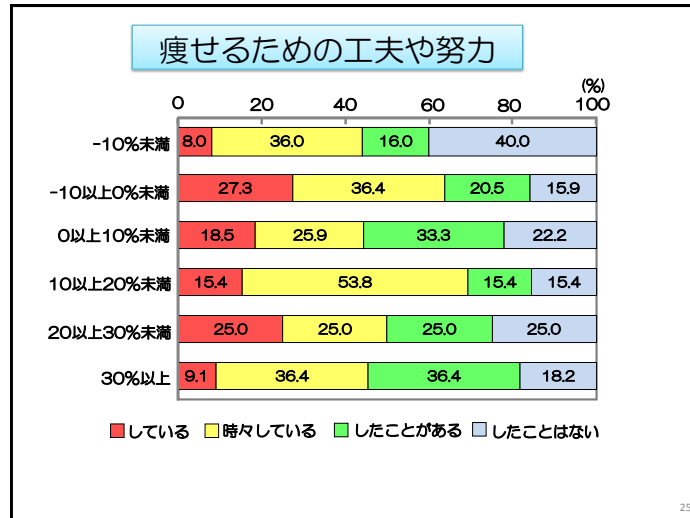
23

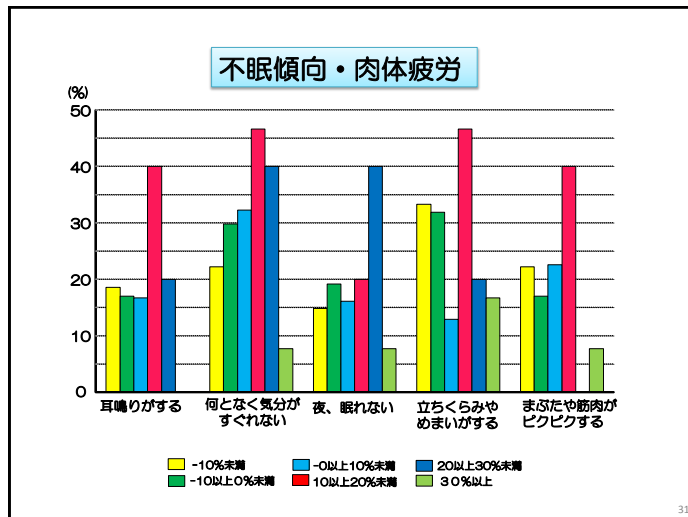
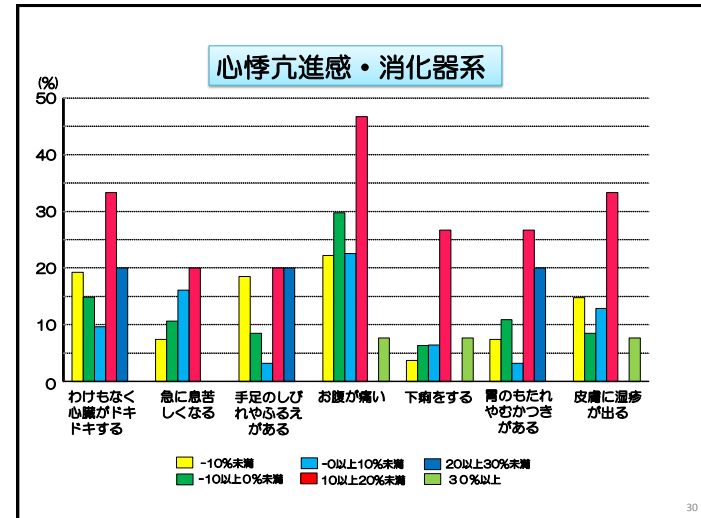
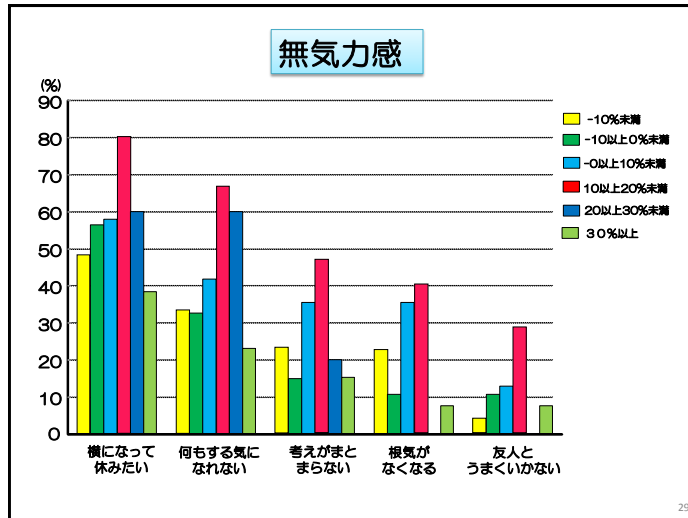
痩せ願望



- ある
- ない

24





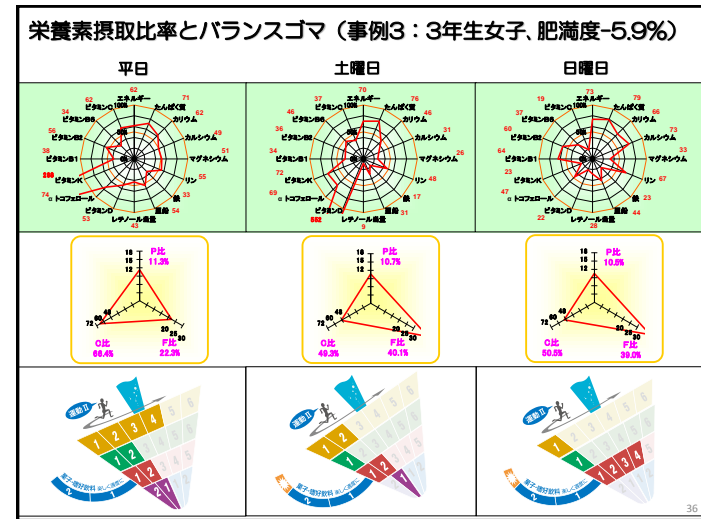
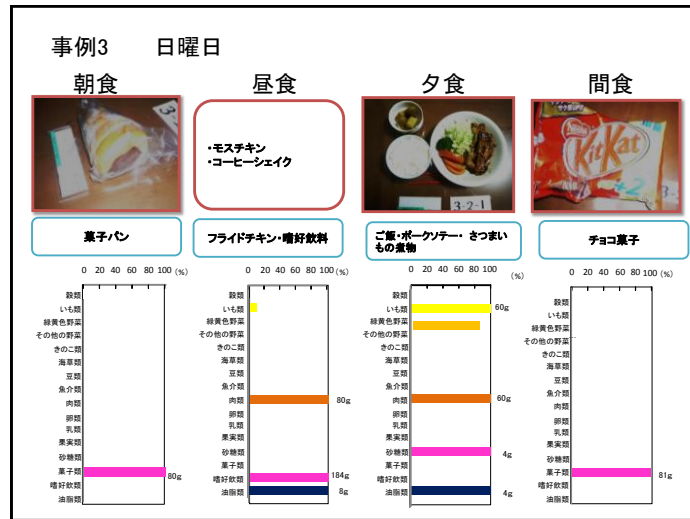
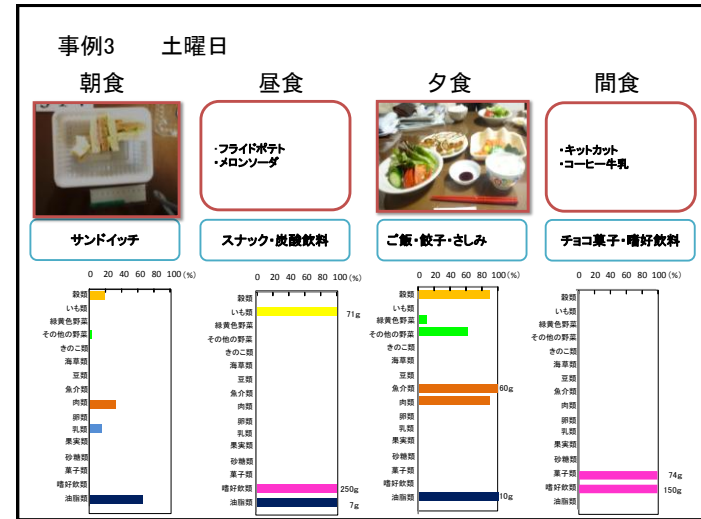
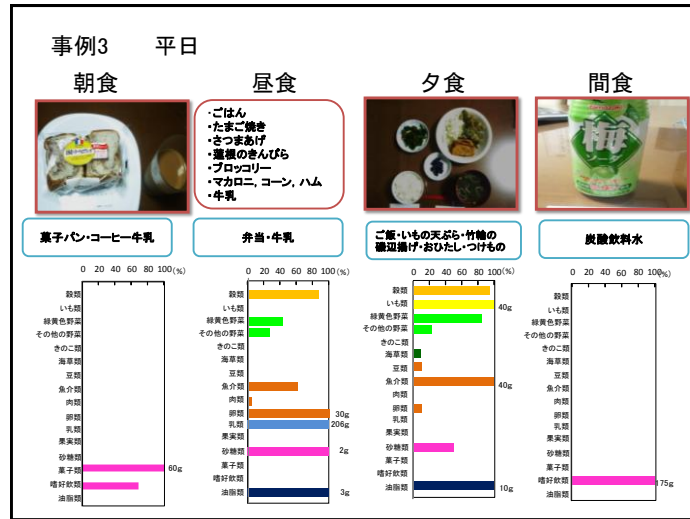
4. 改善に向けた取組みについて


痩せたい理由：洋服をカッコよく着られる、みにくいから、ふとっているから、みんなほそいから、自分に自信をもてるから、自分をきれいにみせたいなど

痩せの若年女性にみられる課題
 不定愁訴症候群
 月経異常の発生
 骨密度の低下
 死亡率の上昇
 妊娠に伴う低出生体重児出産傾向と低体重児が成人になり、生活習慣病になりやすい

ダイエットを実施しているか否かではなく、その内容や程度を明らかにすることが重要

32





1966年に登場した
イギリスの17歳のモデル
少女ツイギー

↓

日本では当初は批判的だった
1970年代頃から変化

37

適切な身体セルフエスティームを
獲得できるよう
支援していくことも重要

ご清聴ありがとうございました

38