

## 女子短大生の家庭における食生活状況の一考察

齋藤 禮子<sup>\*</sup>, 原田 まつ子<sup>\*\*</sup>, 関口 紀子<sup>\*</sup>, 林 あつみ<sup>\*\*\*</sup>, 加藤 栄子<sup>\*\*</sup>, 女鹿 紀子<sup>\*\*\*\*</sup>

(平成4年10月8日受理)

### A Consideration of the Dietary Habits within the Families of Junior College Women

Reiko SAITO<sup>\*</sup>, Matsuko HARADA<sup>\*\*</sup>, Noriko SEKIGUCHI<sup>\*</sup>,  
Atsumi HAYASHI<sup>\*\*\*</sup>, Eiko KATO<sup>\*\*</sup>, Noriko MEGA<sup>\*\*\*\*</sup>

(Received October 8, 1992)

#### 1. は じ め に

青年期は心身の成熟期で、特に女性にとっては母性となる準備期としての意義が大きい。<sup>1)</sup> 女子短大生の不適正な食生活から派生する貧血<sup>2)</sup>、自覚症状<sup>3)</sup>等の問題が報告されているが、健全な母性を育成するためには、青年期である女子短大生の適正な食生活習慣の確立が重要である。そこで、女子短大生に対しての食生活改善の資料を得るために、食生活調査を実施した。なお、女子大生とその両親に対する食事調査の報告<sup>4)</sup>はあるが、食事および健康状態について両親との共通性を探り、娘の栄養状態に及ぼしている影響を検討した報告は見当たらず、本報ではこれらに視点を置いて検討したので報告する。

#### 2. 方 法

##### 1. 調査対象および方法

調査対象は女子短大生（以下娘とする）609名と父親：591名、母親：598名で、その内訳は、娘と父親：591組、娘と母親：598組である。対象者の年齢は表1に示す通り、父親、母親共に40才代、50才代で90%を占めている。母親の就業率は45.3%である。

調査時期は1988年と1989年の12月から1月である。

調査方法は学生にアンケート用紙を持ち帰らせ、学生および両親の自己記入法、あるいは学生による聞き取り調査により行ったものを回収した（回収率100%）。

##### 2. 調査内容

調査内容は年齢、身長、体重、母親の職業の有無、健康状態、運動習慣の有無、欠食の有無、外食状況、食事

栄養学科 <sup>\*</sup> 栄養指導論研究室 <sup>\*\*</sup> 非常勤講師  
<sup>\*\*\*</sup> 栄養学第2研究室 <sup>\*\*\*\*</sup> 元生化学第1研究室

形態（朝・夕）、食事傾向、食品の摂取頻度である。

表1 対象者の年齢

(%)

	娘 n=609	父親 n=591	母親 n=598
19-20才	609(100)		
30-39才		1(0.2)	1(0.2)
40-49才		223(37.7)	431(72.1)
50-59才		350(59.2)	163(27.3)
60-64才		14(2.4)	2(0.3)
65才以上		1(0.2)	0(0.0)
無回答		2(0.3)	1(0.2)

##### 3. 分析方法

分析方法は、娘と父親、娘と母親との関連については $\chi^2$ 検定を用い、健康および食生活に関する8項目を要因として、栄養得点が娘と父親、娘と母親それぞれ一致している群を林の数量化Ⅱ類<sup>5)</sup>を用いて解析を行った。

#### 3. 結果および考察

##### 1. 健康および食生活に関する要因

表2は健康および食生活に関する要因について示してある。

健康要因について、娘の平均身長は158.3±4.9cm、平均体重51.2±18.7kg、父親の平均身長は168.8±46.9cm、平均体重63.8±7.6kg、母親は平均身長154.7±4.8cm、平均体重52.5±6.1kgであった。さらに肥満度を求めたところ、娘は肥満者が0.8%、やせている者2.1%で、正常者は93.6%と最も多かった。一方、父親は肥満者13.2%、やせている者3.9%、正常者78.8%、母親は肥満者8.5%、

表2 健康および食生活に関する要因(%)

		全体 n=1798	娘 n=609	父親 n=591	母親 n=598
健康要因肥満度	-20%以下	2.6	2.1	3.9	1.7
	±10%	86.2	93.6	78.8	86.0
	+20%以上	7.5	0.8	13.2	8.5
	無回答	3.8	3.4	4.1	3.8
健康状態(普通)	健康	85.6	91.5	83.1	81.9
	病気がち	13.8	7.9	16.1	17.6
	無回答	0.7	0.6	0.8	0.5
運動の習慣有無	有	32.5	34.2	36.2	27.1
	無	66.7	65.0	63.3	71.9
	無回答	0.8	0.8	0.5	1.0
食生活要因					
欠食の有無	有	5.8	8.4	6.3	2.8
	時々する	17.9	33.0	10.5	9.7
	無	75.9	58.0	82.9	87.1
	無回答	0.4	0.6	0.3	0.3
食事形態(朝食)	和風	67.7	56.8	74.1	72.4
	洋風	23.2	31.2	16.9	21.4
	無回答	9.1	12.0	9.0	6.2
食事形態(夕食)	和風	82.3	77.5	84.4	85.1
	洋風	12.1	16.9	10.0	9.4
	無回答	5.6	5.6	5.6	5.5
食事傾向	栄養中心		44.2	45.9	53.0
	嗜好中心	47.7	47.9	49.2	36.9
	経済中心	44.7	4.1	1.5	5.7
	その他	3.8	2.5	2.0	2.7
	無回答	2.4	1.3	1.4	1.7

やせている者1.7%, 正常者86.0%で, 正常者は娘, 母親, 父親の順に多かった。

健康状態: 健康と回答した者は娘91.5%, 父親, 母親ともに80%代で, 病気がちと回答した者は娘7.9%, 父親16.1%, 母親17.6%で, 娘に比べて両親がわずかに多かった。

運動習慣: 娘34.2%, 父親36.2%, 母親27.1%で, 娘両親共に少なかった。

食生活要因について, 欠食の有無についてみると“時々欠食する”者が娘33.0%, 父親10.5%, 母親9.7%で, 娘の欠食が多い。本調査では朝・昼・夕の3回に分けて実施していないため, 昭和62年の国民栄養調査<sup>6)</sup>と比較するには多少むりがあるが, 欠食率が多い朝食でみると, 女子では20~24才で24.0%, 40~49才で10.2%, 男子では40~49才14.9%で本調査も同様の傾向がみられ, 娘は欠食が多いが, 両親は少なく, 欠食による共通性は見られなかった。

食事形態: 娘は夕食に和風77.5%, 両親は朝食, 夕食ともに和風(父親; 朝食74.1%, 夕食84.4%, 母親; 朝食72.4%, 夕食85.1%)で, 夕食にのみ娘と両親の食事

表3 食事形態(夕食)と主食・副食の関連(%)

		娘		父 親		母 親	
		食 事 形 態					
		和風 n=472	洋風 n=103	和風 n=499	洋風 n=59	和風 n=509	洋風 n=56
主食							
ご飯		91.9	91.3	90.7	89.8	92.0	96.4
パン		1.1	0.9	1.3	5.1	1.0	1.8
その他		7.0	7.8	8.0	5.1	6.9	1.8
副食 *1							
肉		63.3	82.5	51.7	89.8	50.1	91.0
魚		31.1	7.8	47.1	8.5	47.3	8.9
卵		2.1	3.9	1.2	0.0	1.6	0.1

\*1複数回答

形態が和風であった。そこで食事形態(夕食)と主食・副食の関連を(表3)に示した。夕食において, 和風の食事形態はご飯と肉(娘63.3%, 父親51.7%, 母親50.1%)を副食にし, 娘, 両親共に同じ傾向を示した。これは昭和62年国民栄養調査の結果<sup>6)</sup>が示すように, 夕食は一緒に食べる者が多く, 家族と同一の者を食べているものが多いことから, 娘と両親の夕食における食事が共通していることが推測される。

食事傾向: 娘, 両親共に栄養中心・嗜好中心が多く共通性がみられた。

## 2. 栄養状態

### 1) 栄養得点

栄養状態を把握するため, 昭和60年国民栄養調査の「食生活状況調査 質問1」<sup>7)</sup>による回答を基に数量化し, 栄養得点を求め, 3段階(0~4点, 5~6点, 7~10点)に分類した(表4)。得点は娘, 両親ともに差はなく, 全体でみると, 7~10点が50.1%で多く, 次いで5~6点, 0~4点の順で, 栄養状態は半数が良好といえる。そこで表5に栄養得点と食品摂取状況を示した。娘と両親は, 緑黄色野菜, 果物, 油使用料理, 海藻類,

表4 栄養得点

	合計 n=1798	娘 n=609	父親 n=591	母親 n=598	$\chi^2$	検 定
栄養得点						
0～4点	56 (3.1)	27 (4.4)	19 (3.2)	10 (1.7)		
5～6点	235 (13.1)	84 (13.8)	89 (15.1)	62 (10.4)		**
7～10点	901 (50.1)	290 (47.6)	274 (46.4)	337 (56.4)		
不 明	606 (33.7)	208 (34.2)	209 (35.4)	189 (31.6)		

\*\*  $p < 0.01$ 

いも類は類似したパターンを示し、得点の低い者は摂取する食品が少なく、高い得点の者は摂取する食品が多い。乳製品、いも類は高い得点であるが摂取する者が娘、両親ともに少なく、昭和60年の国民栄養調査結果<sup>7)</sup>では、食品摂取状況と栄養摂取量の関係について、点数の低い者はほど栄養摂取量が少ない結果が示されている。これは本調査においても同様のことがいえる。また高い得点の者でも乳製品の摂取が少ないことはカルシウムの不足につながり、娘は母性となる準備、さらに両親と同様に老年期の骨粗鬆症の予防のために摂取する必要性がある。欠食において高い得点は少なく、低い得点はその逆であった。肉・魚・卵は得点に関係なく、娘、両親共に摂取が多く、これは副食として朝食は卵、夕食は肉をとっているためと思われる。

## 2) 栄養得点の一致に影響をおよぼす要因

健康要因や食生活要因に、娘と両親との共通性がみられた。

そこで表6に栄養得点の一致に影響をおよぼす要因との関連の割合をみるため、娘と父親、娘と母親の栄養得点一致している群と非一致群を外的基準（目的変数）とし、健康要因（肥満度、健康状態、運動習慣）、食生

活要因〔欠食、食事形態（朝食、夕食）食事傾向〕、母親の就業の有無の計8要因を説明変数として、数量化Ⅱ類<sup>5)</sup>を用いて解析を試みた。

その結果、相関比は娘と父親：0.2663、娘と父親：0.163で、判別率の中率が娘と父親：57.5%、娘と父親：56.9%と、いずれも相関比、判別率が高く、栄養得点の一致に影響をおよぼす要因を判別するには多少むりがあるが、相関比と判別率が高い娘と父親とについて検討した。数量化Ⅱ類は説明変数のスコアのレンジが大きく、かつ偏相関係数が高い要因ほど目的変数との影響の度合いが大きいと考えられている。そこで、栄養得点の一致に影響が大きい要因を、レンジの大きい順にみると、食事傾向、肥満度、欠食の有無となった。また、各要因のカテゴリスコアの正の値が大きいほど一致に大きく影響すると考えられる。影響力の大きい食事傾向、肥満度、欠食の有無についてみると、栄養中心の食事傾向で欠食をしない、やせている者が一致群に影響をおよぼすのが大きい傾向を示している。また母親との一致群においても同様の傾向がみられた。そこで一致群と説明変数の関連性をみるため $\chi^2$ 検定をし図1に示した。得点の高い者は栄養中心が61.5%で、欠食をしない者が84.8%で、

表 5 栄養得点と食品摂取状況 (％)

	娘			父 親			母 親		
				栄 養 得 点					
	0～4	5～6	7～10	0～4	5～6	7～10	0～4	5～6	7～10
	n=27	n=84	n=290	n=19	n=89	n=244	n=10	n=62	n=337
緑黄色野菜	3.7	51.2	91.6	21.1	58.4	94.9	10.0	56.5	94.9
生野菜	22.2	63.1	90.7	15.8	7.1	86.5	20.0	43.5	92.0
果物	22.2	51.2	87.6	5.3	31.5	77.7	30.0	48.4	85.5
肉類・魚・卵	81.5	92.9	99.3	89.5	94.4	99.6	70.0	91.9	98.5
牛乳	25.9	40.5	72.4	21.1	14.6	65.3	10.0	11.3	57.6
乳製品	3.7	9.5	33.4	5.3	3.4	15.3	0.0	3.2	13.1
油使用料理	63.0	94.0	97.2	73.3	89.9	98.2	40.0	90.3	98.2
海藻類	18.5	48.8	89.3	47.4	76.4	94.5	30.0	69.4	92.9
いも類	3.7	10.7	42.8	0.0	15.7	43.8	0.0	11.3	44.8
欠食	85.2	70.2	30.3	68.4	21.3	4.8	60.0	24.2	5.7

表 6 栄養得点の一致型に 影響をおよぼす要因  
(娘と父親)

アイテム名	カテゴリー名	サンプル数	カテゴリー スコア	偏相関係数	レンジ
健康要因					
肥満度	－20％以下	18	0.2269	0.1278	0.3510
	±10％	403	0.0108		
	＋20％以上	68	－0.1241		
健康状態 （普段）	健康	411	－0.0068	0.0310	0.0425
	病気がち	78	0.0357		
運動の習慣有無	有	174	0.0490	0.0749	0.0761
	無	315	－0.0271		
食生活要因					
欠食の有無	有	57	－0.2177	0.1601	0.2465
	無	432	0.0287		
食事形態（朝食）	和風	402	0.0109	0.0480	0.0629
	洋風	85	－0.0520		
食事形態（夕食）	和風	435	－0.0044	0.0249	0.0425
	洋風	50	0.0382		
食事傾向	栄養中心	241	0.0509	0.1213	0.3809
	嗜好中心	241	－0.0346		
	経済中心	7	－0.3300		
	その他	6	－0.2164		

相関比 0.2663

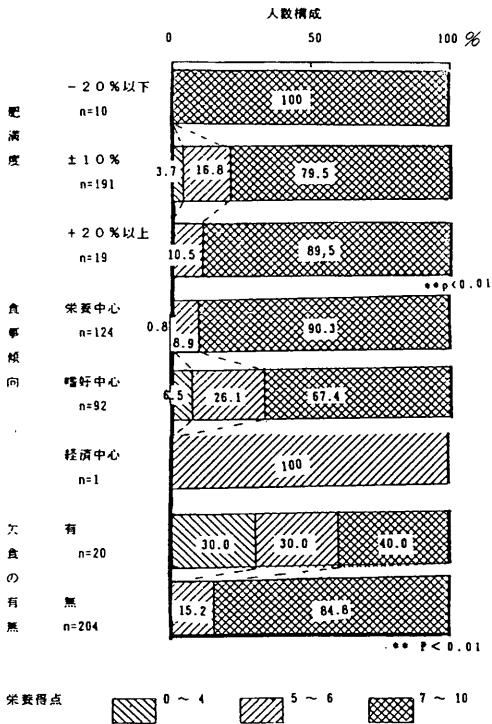


図1 栄養得点の一致群と肥満度・食事傾向・欠食の有無の関連 (娘と父親)

低い得点の者に比較して有意に多かった ( $p < 0.001$ ,  $p < 0.001$ )。肥満度は有意差が認められなかったが、やせている者は高い得点であった。さらに、やせている者の健康状態をみるため、肥満度と健康状態：娘と父親の一致群に絞って  $\chi^2$  検定を試みた。やせている者は健康5.1%、肥満者は健康10.7%と、やせている者は肥満者に比べて健康である者が少ない ( $p < 0.001$ )。高増<sup>8)</sup>らのやせ型が食事に関心が深いという報告を踏まえて考えると、娘と父親：やせている者は健康志向から食事について気を配り、欠食をしない食生活をしていることが推測され、娘と父親の共通性を探ることができたが、娘、父親どちらが影響を与えているかは、生活状況をさらに詳細に調査検討することが必要と思われる。

## 要 約

女子短大生609名とその両親(父親：591名、母親：598名)を娘と父親：591組、娘と母親：598組について、娘

と両親の食生活と健康、栄養状態との関連について検討した。

結果は、以下のとおりである。

- 1) 健康要因では、健康であり運動習慣のない者が娘、両親ともに多く、肥満度は正常域の者が多かった。
- 2) 食生活要因は“時々欠食する”者は娘が多く、両親は少なかった。

夕食の食事形態が娘、両親ともに和風で、ご飯を主食に、肉を副食にし、栄養・嗜好中心の食事傾向であった。

3) 栄養状態は娘、両親共に差がなく、7～10点の高い得点が多く、得点の低い者は摂取する食品が少なく、高い得点の者は逆に多い。肉・魚・卵は得点に関係なく娘、両親共に多く摂取している。

- 4) 数量化Ⅱ類を用いて、娘と父親の栄養得点の一致と健康要因、食生活要因の関連についてみると、栄養中心の食事傾向で、肥満度はやせている者、欠食をしない者ほど得点の一致に影響をおよぼし、やせている者ほど健康者が少ない傾向であった。

## 文 献

- 1) 染谷理絵, 根岸由紀子, 水野清子, 武藤静子: 女子短大生の食生活の実態, 栄養学雑誌, 47, 251～258 (1989)
- 2) 河南恒子, 三木早苗, 秋葉圭子: 女子短大生の貧血と食物摂取状況について, 第36回日本栄養改善学会講演集, pp.392～393, (1989)
- 3) 原田まつ子: 栄養士課程の女子学生における食生活要因と自覚症状の関連について, 栄養学雑誌, 46, 175～184 (1988)
- 4) 伊藤良子: 女子大生両親の食物摂取状況調査, 栄養学雑誌, 47, 199～211 (1989)
- 5) 菅民郎: 多変量解析, pp.7.1～7.10 (1990) (備社会情報サービス)
- 6) 厚生省保健医療局健康増進栄養課編: 国民栄養の現状 昭和62年度成績, p.97 (1989) 第一出版
- 7) 厚生省保健医療局健康増進栄養課編: 国民栄養の現状 昭和60年度成績, p.123 (1987) 第一出版
- 8) 高増雅子, 長田真澄: 生活状況と肥満についての調査, 日本女子大学紀要 35, 141～147 (1988)