

自分が太っていると思う高校生の特徴 —女子生徒の場合—

伊藤澤奈¹⁾、小熊夏実¹⁾、坂内元気²⁾、澁谷頭一¹⁾、
稲葉洋美¹⁾

- 1) 新潟医療福祉大学 健康栄養学科
- 2) 社会医療法人 新潟勤労者医療協会 下越病院

【背景・目的】近年、日本では若年女性の痩せが問題となっている¹⁾。若いときのやせは将来骨粗鬆症や不妊などの原因となることから、本人の将来の健康的な生活に大きな影響を与えるものと考えられている。特に高校生は自分自身で食の選択を始める時期であり、適切な食生活を形成する上で重要な時期であると考えられる。本研究では過剰な痩せ願望に着目し、「自分が太っていると思う」女子生徒の特徴を明らかにすることを目的とした。

【方法】被験者は新潟県立 O 高等学校に在籍する 1 年生及び 2 年生女子生徒 314 人とした。解析対象は、すべての項目に回答した 305 人（有効回答率：97.1%）とした。調査用紙は、Excel 栄養君の食意識・食行動項目を一部改変して用いた。調査は、集団無記名自記式とした（2018 年 3 月）。統計解析には R (R, version 3.2.4, Development Core Team, 2011) を用い、2 群間の比較には身長、体重、Body Mass Index (以下 BMI) は対応のない t 検定、質問項目間は χ^2 検定を用いた。有意水準は 5% とした。本研究は新潟医療福祉大学倫理審査委員会の承認を得ている（第 18003-180626 号）。

【結果】自分が太っているおよび少し太っていると回答した者（以下「太っていると思っている群」）は 239 人（78.4%）であり、平均 BMI は $20.4 \pm 1.7 \text{ kg/m}^2$ （平均 \pm 標準偏差）であった（表 1、図 1）。自分が太っていると思わないと回答した者（以下「対照群」）は 66 人（21.6%）であり、平均 BMI は $18.8 \pm 1.3 \text{ kg/m}^2$ であった（図 1）。自分の標準体重を認知している者は太っていると思っている群で 46.7%、対照群で 39.4% であった（ $p=0.325$ ）。

表 1：対照群と太っていると思っている群の身体状況

	身長(cm)	体重(kg)	BMI(kg/m ²)
太っている と思っている群 (n=239)	157.9 \pm 5.1	51.0 \pm 5.2	20.4 \pm 1.7
対象群 (n=66)	159.8 \pm 6.0	48.2 \pm 5.0	18.8 \pm 1.3
p 値	p=0.012	p<0.001	p<0.001

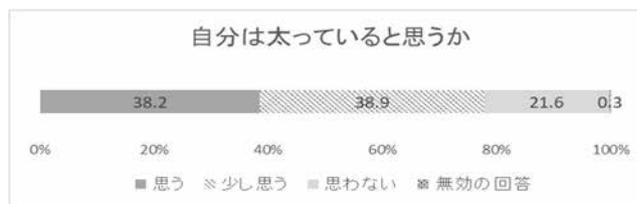


図 1：「自分は太っていると思うか」に対する回答

【考察】「太っていると思っている」女子生徒の特徴を明らかにすることを目的とした。太っていると思っている群の平均 BMI は $20.4 \pm 1.7 \text{ kg/m}^2$ と、標準体重の BMI 22.0 kg/m^2 より下回っており、標準体重と理想の体重の間に解離があることがわかった。また、対照群の BMI が $18.8 \pm 1.3 \text{ kg/m}^2$ であったことから、BMI 18.5 kg/m^2 未満、または BMI 18.5 kg/m^2 に近い値でないと「自分は太っていない」と認識できないということが推察された。

太っている群の BMI は実際に対照群より高い。しかし、太っていると思っている群は、実際は肥満ではないため、自分が太っていると思っている群は、高校で生活を共にする対照群に近いシルエットでないと「自分は太っている」と認識をする傾向があると推察した。また、標準体重の認知率に有意差がないことから、太っていると思っている群は美容体重やモデル体重、シルエットを重視しているのではないかと推察する。今後は女子生徒が考えている「太っている」の定義やなぜ痩せたいのかを詳しく解明していく必要があると考える。

【結論】太っていると思っている群の BMI は、実際に対照群より高いが、肥満ではない。標準体重の認知率に有意差はなかったため、女子生徒は標準体重ではなく、美容体重やモデル体重、シルエットを重視していると推察する。

【文献】

- 1) 国民健康栄養調査 第 2 部身体状況調査の結果、厚生労働省、
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/dl/h28-houkoku-05.pdf>, 2018 年 8 月 29 日。