

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

福岡県立大学
人間社会学部長
教授 小松 啓子

子どもたちの日々の食生活は
成長・発達において大変重要である

本日の講座の流れ

1. 子どもたちの体格に対する誤認識の実態
2. 痩せ願望は食生活の偏りをもたらし不定愁訴に繋がる
3. 改善に向けた取組みについて

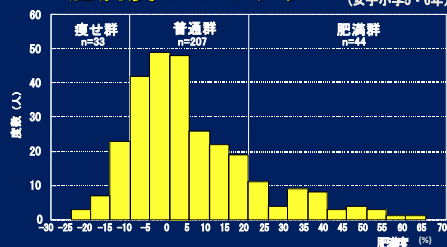
1. 子どもたちの体格に対する 誤認識の実態

対象: 小学校女子5・6年生 284名

1996(平成8)年実施

肥満度のヒストグラム

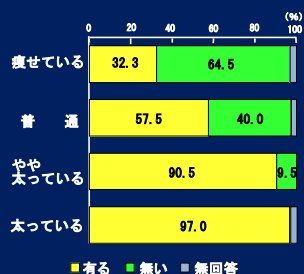
(女子小学5・6年)



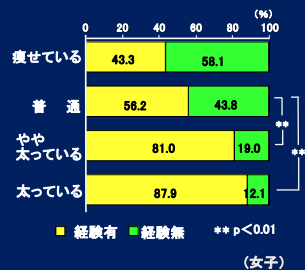
普通群の体型に対する自己認識

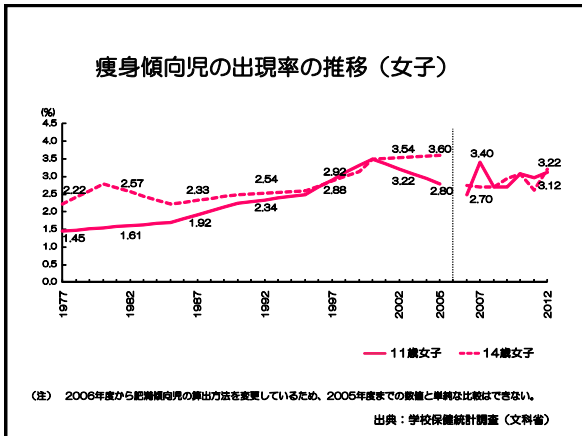
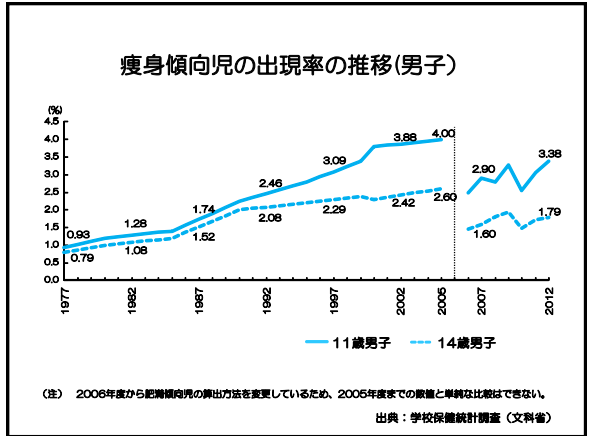
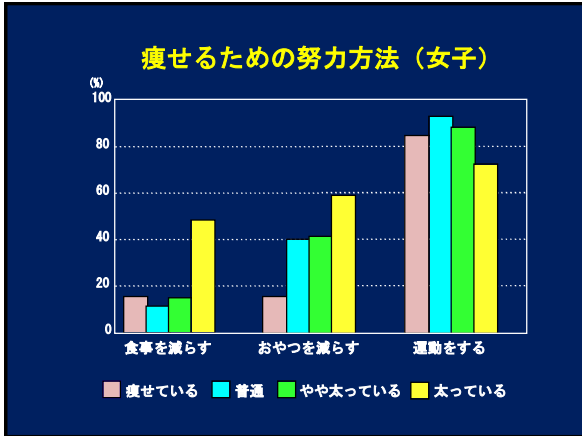
自己認識	人数 (%)
痩せている	16.7
普通	43.0
やや太っている	22.6
太っている	17.7

痩せ願望の有無について



体型に対する自己認識と ダイエット経験の有無





2)中学生の体格に対する誤認識の実態

[2008(平成20)中学生男子523名、女子528名]

- ・体型およびダイエット経験について
- ・体型認識について

体型およびダイエット経験について

	男子 (n=523)	女子 (n=528)
体型の分布		
痩せ傾向	1.7 ¹⁾	2.9
普通	83.9	83.3
肥満傾向	14.4	13.8
体型に対する願望		
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: %

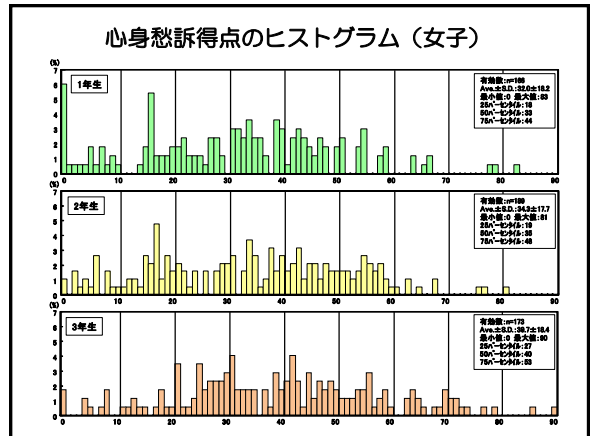
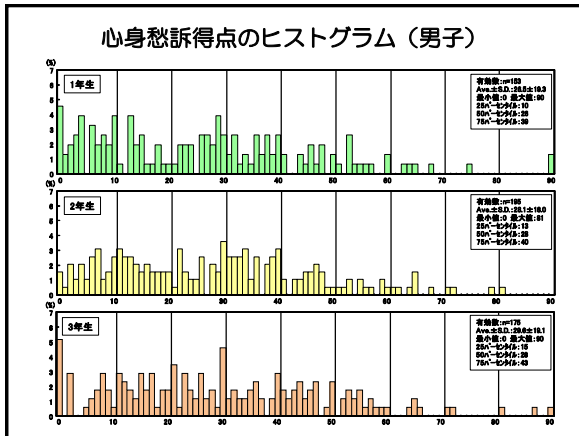
2008(平成20)年中学生1~3年

体型認識について

	男子 (n=523)	女子 (n=528)
体型認識(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
体型認識(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	28.5
考えたことがない	9.6	8.4
体型認識(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: %

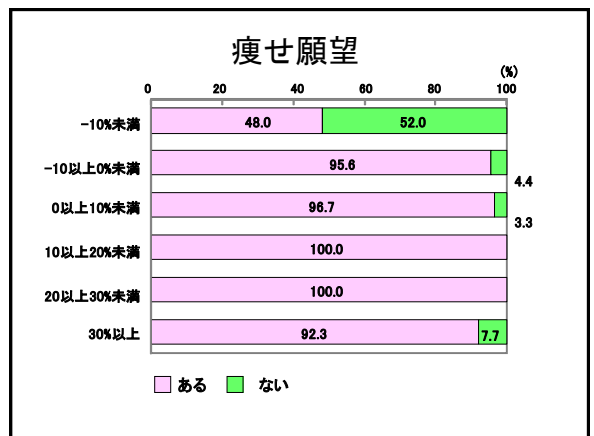
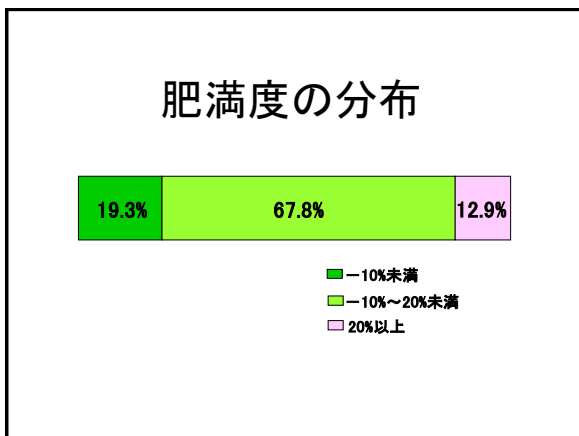
2008(平成20)年中学生1~3年



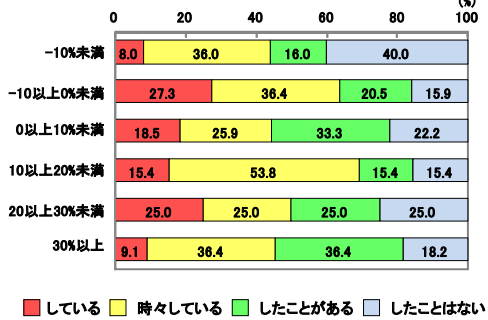
2. 痩せ願望は食生活の偏りをもたらし不定愁訴に繋がる

対象及び方法

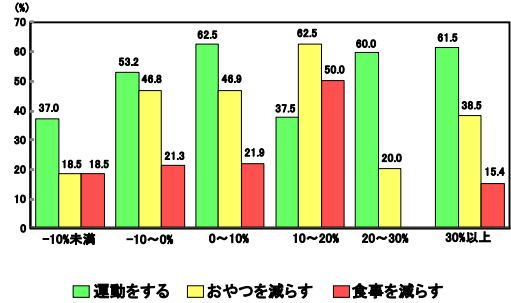
調査時期: 2008 (平成20)年7月
 分析対象: 大学近郊市の中学校 (8校)
 中学3年女子173名のうち、小学2年と小学6年のデータとを突合できた140名
 調査方法: 質問紙調査 (集合法)
 調査項目: 体型認識、痩せ願望、減量行動、心身愁訴、生活習慣、食習慣
 身長・体重 (4月保健室測定)
 統計解析: SPSS15.0 for windows
 倫理的配慮: 本大学の倫理研究委員会の承認を得て実施



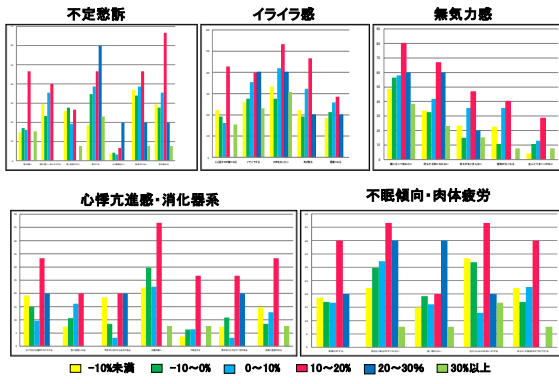
痩せるための工夫や努力



痩せるための工夫や努力の方法



心身愁訴



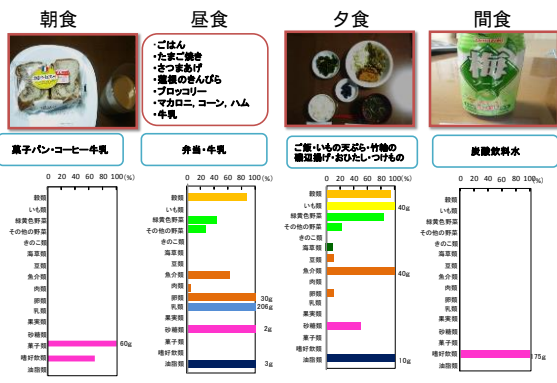
3. 改善に向けた取組みについて

痩せたい理由: 洋服をかつこよく着られる、
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

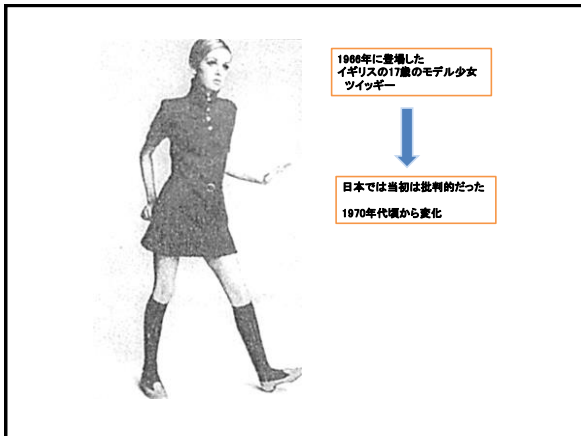
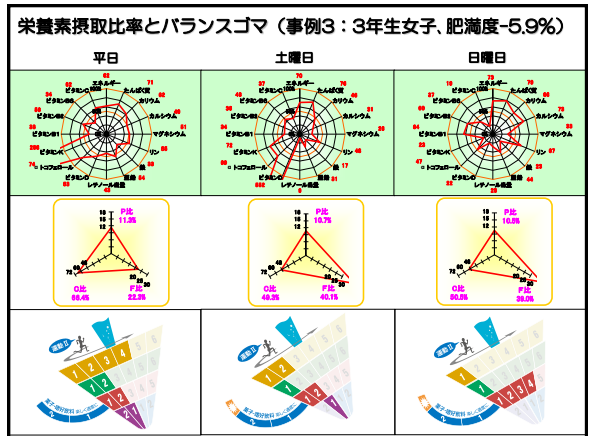
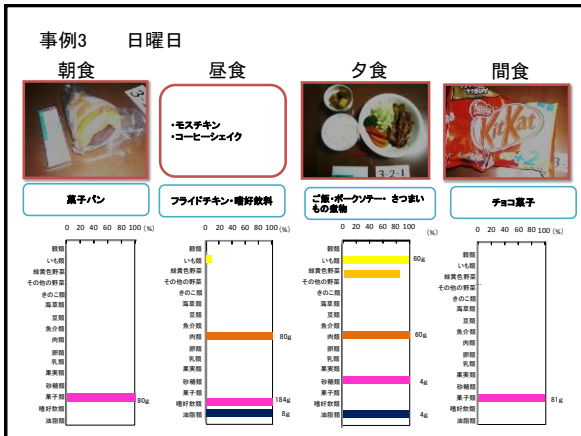
ダイエットを実施しているか否かではなく、その内容や程度を
明らかにすることが重要

事例3 平日



事例3 土曜日





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