

フリガナ カサ マキ ジュン イチ  
氏 名 笠 卷 純 一  
学 位 博 士 (教育学)  
学 位 記 番 号 新大院博 (教) 第 1 号  
学位授与の日付 平成 1 9 年 3 月 2 2 日  
学位授与の要件 学位規則第 4 条第 1 項該当  
博士論文名

青少年の生活習慣形成における相関構造の研究  
— 生活習慣病に対する一次予防を目的として —

論文審査委員 主 査 杉 本 英 夫  
副 査 本 田 仁 視  
副 査 柴 山 直

#### 博士論文の要旨

本研究は、青少年を対象とした生活習慣病の危険因子となる生活行動の関連要因を明らかにして、生活習慣病の一次予防のための健康教育について検討することを目的として行った研究である。食行動、飲酒行動、喫煙行動などの生活行動、生活行動に影響を与えると考えられる内的・外的環境要因の尺度について検討するとともに、生活行動と内的・外的環境要因との相関構造を明らかにすることで、青少年の生活習慣形成と生活習慣病の危険因子について検討した。

調査対象は、高校生950人、大学生1,211人、総数2,161人であった。調査内容は、居住形態、生活習慣（食・飲酒・喫煙習慣）などの生活実態に関する項目、生活習慣に影響を与えると考えられる心理的ストレスや嗜好性などの心理的要因、生活習慣病に対する意識・知識などの内的環境要因、健康に関する情報源や両親の飲酒・喫煙行動、お小遣いの充足度などの外的環境要因に関する項目総計99項目であった。

分析には3元配置分散分析、信頼性分析、主因子法による因子分析を用いた。分析に使用した統計ソフトはSPSS12.0jであった。分析から、生活行動と内的・外的環境要因の相関構造や各要因の傾向について以下の結果を得た。

①「栄養摂取」に関連した「欠食理由」、②「間食摂取」に関連した「食品の嗜好性」「(学業、対人関係、生活のリズムを主な要因とした)心理的ストレス」、③「飲酒行動」に関連した「気分転換としての飲酒行動」、④「喫煙行動」に関連した「気分転換としての喫煙行動」「友人の喫煙行動」を高校生、大学生共通の相関構造としながら、大学生においては、栄養摂取状態が低下する傾向にあり、特に一人暮らしの者を中心とする学生の

生活習慣病の危険因子が示唆された。また、高校から大学に移行する過程で生じる居住形態などの生活環境の変化が、心理的要因や生活リズムの変容などを促し、生活習慣病の危険因子の形成を助長することが示唆された。心理的ストレスや嗜好性の心理的要因、友人の喫煙行動や居住形態などの社会的要因は、生活習慣に強い影響を及ぼす要因であると述べられている。

心理的要因と食行動との関係については、「食品の嗜好性」が「間食摂取」と高い相関関係を示した。女性は男性よりも間食摂取が頻繁であり、お菓子、スナック類に対する嗜好性も高いことが示唆された。青少年の間食摂取を促す要因の一つである「嗜好性」は、とりわけ、女性の栄養摂取状況に影響を及ぼす要因といえる。その他の心理的要因については、大学生において、特に一人暮らしの群で「心理的ストレス（体格に対する心理的ストレス、男性は進路、将来に対する心理的ストレス）」の特徴が示され、「間食摂取」との関係が示唆された。体格に対する心理的ストレスは、女性の間食行動を促す要因として憂慮される。

しかしながら、「心理的ストレス」は、「食品の嗜好性」と比較して、「間食摂取」との関連性が脆弱であった。

喫煙行動に関しては、「喫煙行動」の関連要因として示された「友人の喫煙行動」は、男子高校生の方が男子大学生よりも要因間の関連性が強いことが示唆された。友人の喫煙行動は、高校生の喫煙開始の動機に強い影響を与える要因であることが推測される。

なお、本研究においては、生活習慣病に対する認識及び健康に関する情報の入手状況と生活行動との関連性は認められなかった。このことは、生活習慣病に対する知識や意識が、属性（高校生、大学生）、居住形態、心理的な要因などと比較して、生活行動に対する影響力が弱いことを示唆しているのではなからうか。あるいは、生活習慣病の予防に関する知識を有しながらも行動変容に至らない青少年の生活実態を示す結果と考えることもできよう。

高校生、大学生などの青少年期は、社会人への過渡期にあたり、個人の生活習慣が確立される極めて重要な時期である。したがって、生活習慣病の一次予防においては、生涯において健康的な生活習慣を確立、維持するためのライフスキル教育を社会人の前段となる青少年期に行うことが重要である。

喫煙行動に関しては、高校生の前段において、対人関係スキル、セルフエスティーム（自己尊重、自己受容など）の形成を重視した健康教育を施し、健全な生活行動を意思決定することができるよう実践力を高めておくことが重要である。

一方、食行動に関しては、食行動に強い影響を及ぼす心理的要因や居住形態、生活行動パターンの変化などを年代別、性別に把握し、健康教育に反映させることが重要である。

本研究の結果からは、将来予測される環境の変化に対処することができるライフスキル教育を高校生の時期に段階的に行うことが重要であると考えた。

糖尿病、高血圧症、高脂血症、心疾患、脳血管疾患、悪性新生物などの生活習慣病に関与している食行動、飲酒行動、喫煙行動には、個人の心理的・社会的な環境要因が複雑に関与しているものと考えられる。したがって、生活習慣病の一次予防のための健康教育において

は、青少年の生活行動の誘因と成り得る諸因子の関連性を多元的に探ることで、生活習慣病の危険因子の根幹的要因を検討することが重要である。そのような見地において、本研究で用いた3元配置分散分析と因子分析の併用は、ライフサイクルに応じた生活習慣病の危険因子を探索する上で意義がある。本研究の結果が、生活習慣病の危険因子の検討に生かされ、健康教育プログラムの開発に資することを期待したい。

#### 審査結果の要旨

平成19年2月6日午前10時30分より12時まで、教育人間科学部保健体育科演習室において笠巻純一が提出した論文の審査を行った。

はじめに本人確認を行った後、本人より30分間の提出論文に関する要旨、研究の意義や独創性などについて報告させた。

その後審査委員より、論文に対して3名の審査委員が各自問題点を指摘した。その主たる事項は、生活行動についての「運動行動の欠如」の問題、統計学上の問題、社会構造の変化と個人の生活対応の問題さらに生活習慣と教育の問題などであった。いずれの質疑に対しても笠巻純一の受け答えは誠実で適確であった。

これまでの生活習慣病予防に関する研究ではとくに疾病頻発世代での対症療法的な対応のあり方についての研究が主流であったが、本研究では生活習慣が自立的形成をはじめる青少年期に焦点を絞り、その生活習慣の問題を明らかにしてその予防策を健康教育のあり方へ資する点において斬新であった。

本論文はこれまでの未開拓であった分野を先駆的に開拓する内容であることを評価し、学位論文の水準に十分に到達していることを学位論文審査委員会は全員一致で承認した。