

## 10. 長野県内の女子短大生の摂食態度について

杉山英子（長野県短期大学生活科学科健康栄養専攻、長野県立大学健康発達学部食健康学科）、

横山 伸（長野赤十字病院精神科）

キーワード：EAT-26、EDI-2、摂食障害心性、痩せ願望、自尊感情

**要旨：**長野県内の女子短大生に、自記式の摂食態度調査（Eating Attitudes Test：EAT-26）と、摂食障害調査質問紙（Eating Disorder Inventory：EDI-2）から抽出した8項目とを組み合わせた調査を実施し、407人（1年生215人、2年生192人）の有効回答を得た。解析の結果、EAT-26スコアは、平均8.11点で、すでに報告した県内の中学生、高校生よりも高く、スコア20点以上の高得点者の割合も6.4%と高いことが明らかとなった。抽出したEDI-2の8項目の得点（最大24点）については、平均5.68点であった。また、理想のBMI（平均値）については、全学平均で18.4であり、実測値20.7よりも小さかった。EAT-26高得点者26人の理想のBMIは17.6と全学平均を下回っていた。

### A. 目的

演者らは、これまで長野県内の小学生、中学生、高校生に対し自記式の摂食態度調査（Eating Attitudes Test：EAT-26）を実施し、その結果を報告してきた<sup>1,2)</sup>。大学生以上の集団についてのEAT-26の調査報告は、国内外に数多く存在するが、近年の長野県で実施されたものがないため、小・中・高校生と比較して摂食障害の発症リスクの観点から考察することを目的として、女子短大生にEAT-26を実施した。調査票には、摂食障害の心理特性を知るために、EAT-26と同様にGarnerによって開発された91項目の設問からなる摂食障害調査質問紙（Eating Disorder Inventory：EDI-2）から抜粋した自己評価に関する8項目の設問を加え、摂食障害心性と異常な食行動の関連について考察を加えた。

### B. 方法

① 調査対象：N短期大学1年生女子246人、2年生女子248人の合計494人を対象とした。各設問項目への回答に欠損がある者を除いた有効回答数は、1年生215人、2年生192人の合計407人であった。

② 調査方法：2017年10月から11月にかけて、N短期大学の学生に対し、授業時に、本調査の趣旨、回答要領などを書面により説明し、同意を得た者に調査票を配布し、その場で記載された調査票を回収した。調査票には、EAT-26の26項目及びEDI-2から抜粋した8項目を合わせた34項目の質問と、理想の身長、体重を記入する欄を設け、無記名のアンケートとした。EAT-26への回答は、すべての質問について「全くない」「まれに」「時々」「しばしば」「非常にしばしば」「常に」の6つから選ぶことになるが、それぞれに対して、0、0、0、1、2、3点を与えて点数化した。

EDI-2から抜粋した項目は、①「私はたいがいの人と同じくらいできると思います」②「私は自分が愛されていることを知っています」③「私は何でも一番でないと嫌です」④「私は自分に満足しています」⑤「自分のことがあまり好きではありません」⑥「物事は完璧にやるか、全くやるべきではないと思います」⑦「あらゆることを自分の思い通りにやりたいと思います」⑧「人から好かれていると思います」の8つであるが、①、②、④、⑧の4つの設問については、「全くない」「まれに」「時々」「しばしば」「非常にしばしば」「常に」のそれぞれに対して、3、2、1、0、0、0点を与えて点数化し、他はEAT-26と同様に点数化した。学生集団のBMIの実測値（平均値のみ）は、保健室より提供いただいた。この調査は、長野県短期大学教育・研究活動等倫理委員会の承認を得て行った。

### C. 結果

1. EAT-26の結果：EAT-26の総スコア（平均値±標準偏差）と20点以上の高得点者の数（%）を表1に示す。1年生、2年生のスコア平均値はいずれも高校生の5.81点よりも高く、高得点者の比率についても、1、2年生とも、高校生の5.1%を上回っていた（表1）。

EAT-26の高得点者26人のうち、得点の高かった質問は、上から順に、#11「もっとやせたいという気持ちでいっぱいです」、#1「体重が増えすぎるのではないかと心配になります」、#14「自分の体に脂肪がついているという考えで頭がいっぱいです」、#18「私の人生は食べ物に振り回されていると感じます」、#3「食べ物のことで頭がいっぱいです」#4「制止できそうにないと思いながら、大食したことがあります」であった。

2. EDI-2抜粋8項目の結果：8つの項目は、サブカテ

表1 女子短大生のEAT-26スコア

学年	人数	EAT-26スコア (平均±SD)	高得点*(人) (%)
1年生	215	7.85±6.39	13 (5.7)
2年生	192	8.41±7.35	13 (6.5)
全学	407	8.11±6.86	26 (6.4)
中学生**	497	3.88±5.23	9 (1.8)
高校生**	817	5.81±6.95	42 (5.1)

\* EAT-26スコアが20点以上の者

\*\*参考：長野県内の女子中高生に対して実施したEAT-26の結果

ゴリの「不快感」に分類されるもの(①、④、⑤)、「社会不適応」に分類されるもの(②、⑧)、「完全主義」に分類されるもの(③、⑥)と「禁欲性」(⑦)である。8つの項目の得点は最高で24点となるが、平均5.68点(SD3.97)であった。中央値は5点、最頻値は3点であった。最高点は20点(1人)、次いで19点(1人)であった。EAT-26の高得点者26人につき、EDI-2の得点状況を解析すると、EAT-26の得点とEDI-2の得点との間に相関はなかった。得点上位の設問項目は、④「私は自分に満足しています」、⑧「人から好かれていると思います」、①「私はたいがいの人と同じくらいできると思います」の順となった。

3. 理想のBMI：理想のBMIについては、全学平均で18.4と、実測値20.7よりも2ほど小さかった。EAT-26の高得点者26人の理想のBMIは、17.6とスコア20点未満の381人の平均値18.6を下回った。

#### D. 考察

表1に示した女子短大生のEAT-26スコアの平均値と高得点者の割合は、1年生よりも2年生が若干高く、高得点者は全学で6.4%であった。以前に報告した高校生の5.1%<sup>1)</sup>や中学生の1.8%<sup>2)</sup>よりも高いことがわかった。演者らは、2003年と2004年に長野県内の大学生・短大生にEAT-26を実施しているが、2003年の栄養士養成課程の短大1年生に対して実施した際は、9.47±7.47 (n=86)、1年後の2年時に再度実施した際の結果は、8.23±6.51 (n=59)であった<sup>3)</sup>。高得点者の割合は、1年時10.2%、2年時3.4%であった。今回の結果のうち、栄養士養成課程の学生については、1年生はEATスコア6.78±5.43 (n=40)、高得点者の割合5.0%、2年生はスコア7.89±6.70 (n=36)、高得点者の割合2.8%であり、今回の調査結果の方がやや良好と言えた。

EAT-26の得点上位設問項目は、上位3つは中高生女子と同様に痩せ願望に関するものであるが、#18「私の人生は食べ物に振り回されていると感じます」

や#4「制止できそうにないと思いながら、大食したことがあります」が登場するのは、中高生とは大きく異なる傾向であった。

EAT-26高得点者におけるEDI-2の抽出8項目の解析では、いずれも点数をEATの採点法とは逆に与える項目である④「私は自分に満足しています」、⑧「人から好かれていると思います」、①「私はたいがいの人と同じくらいできると思います」の3つが上位に並んだ。すなわち、自己評価の低さという摂食障害患者特有の心性を垣間見ることができる。EAT-26の高得点者は必ずしも摂食障害とは結びつかないことは、演者らも指摘してきたけれども、本調査のEAT-26高得点者の理想のBMIも全学の学生よりも低値となったことを併せて考えると、潜在的に摂食障害への親和性を有していることを念頭に置きつつ教育にあたることが重要であろう。

#### E. まとめ

長野県内の女子短大生に、EAT-26と、EDI-2から抽出した8項目とを組み合わせた調査を実施した結果、EAT-26スコアの平均(8.11点)及び高得点者の割合(6.4%)は既報の県内の中高生女子よりも高く、理想のBMI値(全学平均18.4)は実測値20.7を下回った。EAT-26高得点者26名の理想のBMIは17.6と全学平均を下回り、EDI-2抽出8項目の得点上位内訳に示された自己評価の低さという摂食障害患者特有の心性を考慮すると、潜在的に摂食障害への親和性を有していると考えられる。

#### F. 利益相反 利益相反なし。

#### 謝辞

本研究にあたり、本調査に協力してくださった長野県短期大学の学生諸君に感謝申し上げます。また、調査の企画・実施、データ解析面での多大な貢献に対し、長野県短期大学生活科学科健康栄養専攻基礎栄養学ゼミの池田茜さん、井出結里さん、篠原瑞希さん、藤牧はるかさん、宮澤愛香さんに深謝いたします。

#### 文献

- 1) 杉山英子、横山伸：長野県内の小中学生の摂食態度について。信州公衆衛生雑誌11：70-71, 2016.
- 2) 杉山英子、横山伸：長野県内の高等学校における神経性無食欲症及び食行動異常の実態調査。信州公衆衛生雑誌8：20-21, 2013.
- 3) 杉山英子ほか：女子大学生・短期大学生の食行動異常一学部選択と大学入学後の栄養養育の影響一。未病システム学会誌14(2)：273-275, 2008