

## 思春期の健康課題に関するアンケート調査

### ダイエット行動に影響を及ぼす因子について

研究分担者 永光信一郎（久留米大学小児科学講座）  
平岩 幹男（Rabbit Developmental Research）  
研究協力者 鈴木 由紀（独立行政法人国立病院機構三重病院小児科）  
大谷 良子（獨協医科大学埼玉医療センター子どものこころ診療センター）  
藤井智香子（岡山大学病院小児医療センター小児科子どものこころ診療部）  
鈴木 雄一（福島県立医科大学小児科）

#### 研究要旨

【目的】ダイエット行動に影響を及ぼす食事習慣、生活習慣、生活の質などの背景因子について、アンケート調査を元に解析した。【方法】K 市中学校 2 校の全生徒（754 名）を対象に思春期の保健課題に関する 44 問のアンケート調査を実施した（平成 30 年 10 月~11 月）。「体重を減らすためになにかしやうと決めていますか」という設問に対して、学年、性、ボディイメージ、食事環境、生活環境の背景を検討した。本アンケート調査は久留米大学倫理委員会の承認を得て実施された（#18188）【結果】体重を減らすためになにかしやうと決めている、またはきめようとしている率は女子で中 1（31.0%）、中 2（48.3%）、中 3（48.6%）と学年とともにあがり、太っていると感じている女子は同じく中 1（11.8%）、中 2（16.8%）、中 3（20.8%）と学年で上昇していた。同様に女子において自分自身に対する不安を感じている率が学年とともに上昇していた（（中 1）18.7%（中 2）20.7%（中 3）24.5%）。一方男子では、体重を減少させる決意や、太っていると感じることは学年とともに低下していた（6%~3%）。体重を減らすためになにかしやうと決めている生徒には、太っていると感じており、朝食を摂らない、家族と食事をしない率が、体重を減らす行動をしない生徒に比べ率が高かった。また、健康と思えない、不安を感じる、現在の生活に満足していない、学校が好きでない生徒の率も体重を減らす行動をする生徒において、行動をしない生徒に比べ 2~3 倍高かった。【考察】ダイエット行動に関連している因子として、不適切な食事習慣や生活習慣以外に、自分への不安感、満足感、学校への不適応など psycho-social な因子も関わっている可能性が示唆された。思春期健診が実施された場合には、肥満度や BMI (body mass index)-percentile 値に加えて、食事習慣、生活習慣や精神面での背景因子にも配慮して、不適切なやせの予防を指導していく必要がある。

#### A. 研究目的

摂食障害は小児期に発症する精神疾患で、本邦における頻度は中学生で 0.17~0.40%、

高校生では 0.42~0.56%とされている<sup>1)</sup>。

小児科発症の摂食障害の予後は 60~70%が完解すると言われているが重篤な身体的、

精神的合併症を呈して、青年期、成人期に自殺のリスクが高まることがある<sup>2-4)</sup>。摂食障害を発症するきっかけは心理社会的要因を含め様々であるが、痩身を美化する社会風潮の中、安易な気持ちでダイエットを始め、その後食べることに罪悪感や不安を抱くことで摂食できなくなり、体重が極端に減少することもある。一方で、摂食障害までは至らないが、若者の中で不健康なやせを示す比率が中高生の 20% 前後を占めており、その比率は上昇している<sup>5)</sup>。不健康なやせは、不妊症や骨粗鬆症の原因になるため、思春期からの適切な保健指導が必要である。

しかしながら、思春期の子ども達に適切な保健指導を行う機会はないのが現状である。毎年実施されている学校検診では身体発育と運動器や感覚器などの身体機能を診察することが検診の主体となっている。平成 28 年度からはスポーツ外傷の予防や運動量の二極化の問題から学校検診で「四肢の状態」を実施することが始まった。

が規定された。一方で思春期は子ども達が様々なメンタルヘルスの不調を呈する時期であるにも関わらず、学校検診の中ではその不調をスクリーニングするような体制は整えられていない。現行では保健教育の中で心の健康に対する指導が保健体育教諭から実施されるが、外部講師に委ねられていることも少なくない<sup>6)</sup>。摂食障害の予防、健全な食行動の教育をいつ (When)、どこで (Where)、誰が (Who)、何を (What)、どのように (How)、実施していくか今後の検討が重要である。

今回、K 市内の中学校 2 校 (754 名) に対して、思春期の健康課題 (食事習慣、生活

習慣、家族関係、リスク行動) に関する 44 項目のアンケートを実施した。アンケートの目的は子ども達自身が自ら健康意識をもつことができるきっかけとすることと、思春期健診が制度化された時の保健指導のあり方を検討するためである。平成 30 年度はダイエット行動に影響を及ぼす背景因子について検討した。

## B . 研究方法

### 1 . アンケート

分担研究者の平岩が欧州の Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) のアンケートと米国の Bright futures のアンケートを参考にして 44 項目のアンケートを作成した (表 1)。一部設問を除いて回答は 4 択とした (例 1; とてもそう思います そう思います どちらでもありません そう思いません 例 2; 何度もあります あります わかりません ありません)。

### 2 . 対象者

K 市内の公立中学校 2 校の全校生徒 754 名を対象とした (中 1: 291 名、中 2: 218 名、中 3: 229 名、男子 376 名、女子 351 名、不明 11 名)。市教育委員会に趣旨説明をおこない、紹介された 2 校の学校長、教職員にも趣旨説明を実施した。平成 30 年 10 月 ~ 11 月にクラス内で無記名で実施した。

### 3 . 解析項目

設問 29 「体重を減らすためになにかしよと決めていますか」に “決めています” と回答した群をダイエット行動に関心をもつ生徒と判断し、学年・性および以下の設問とのクロス集計を実施した。問 28 自分は太っていると感じますか 問 30 平日、毎日朝食をたべますか 問 33 毎日家族の

大人の人といっしょに夕食を食べていますか 問 3 学校は好きですか 問 4 毎日友だちとパソコンやスマホでやり取りしますか 問 10 自分の健康状態は「よい」「まずまず」ですか 問 20 現在の生活にとても満足していますか 問 41 自分がつづれそうのように強く感じたり不安になったり

することがありますか 各々のクロス集計に関して実数値とパーセントの表を作成した（各表の上段は人数を示す。下段は比率を示す）。

（倫理面への配慮）

本研究課題は久留米大学倫理委員会で承認された（#18188）。

### 思春期アンケート

- 問 1 自分用のスマートフォンを持っていますか  
問 2 家族と一緒に食事をしていきますか  
問 3 学校は好きですか  
問 4 毎日友だちとパソコンやスマホでやり取りしますか  
問 5 自分の部屋にテレビかパソコンがありますか  
問 6 話しやすい身近な大人の家族はいますか  
問 7 学校の勉強は「とても」「うまく」いっていますか  
問 8 学校の勉強が負担になっていますか  
問 9 学校の友達は親切で助けてくれますか  
問 10 自分の健康状態は「よい」「まずまず」ですか  
問 11 家族に助けられていると思いますか  
問 12 友だちに助けられていると思いますか  
問 13 自動車に乗るときにシートベルトをしていますか  
問 14 家であなたを怖がらせたりおどしたり傷つけたりする人がいますか  
問 15 学校などであなたを怖がらせたりおどしたり傷つけたりする人がいますか  
問 16 気分の良い時も悪い時もありますが普段と変わりなく生活を楽しんでいますか  
問 17 タバコを吸いますか  
問 18 アルコールを飲みますか  
問 18 お酒を飲む機会がありましたか  
問 20 現在の生活にとても満足していますか  
問 21 週に1度以上健康で気になることがありますか  
問 21a 週に1度以上頭が痛いことがありますか  
問 21b 週に1度以上おなかが痛いことがありますか  
問 21c 週に1度以上きぶんが悪いことがありますか  
問 21d 週に1度以上いらいらすることがありますか  
問 21e 週に1度以上眠れないことがありますか  
問 22 1年以内に3回以上体を使ったけんかをしたことがありますか  
問 23 誰かをこの数カ月でいじめたことがありますか

問 24	誰かにこの数カ月でいじめられたことがありますか
問 25	インターネットやメール、SNSなどで1か月に2～3回以上嫌なメッセージを受け取ったことがありますか
問 26	毎日1回以上歯磨きをしていますか問 27 この1年に治療を必要とするような「けが」をしたことがありますか
問 28	自分は太っていると感じますか
問 29	体重を減らすためになにかしようとしていますか
問 30	平日、毎日朝食を食べていますか
問 31	毎日果物を食べていますか
問 32	毎日甘い飲み物（ソフトドリンク）を飲んでいますか
問 33	毎日家族の大人の人といっしょに夕食を食べていますか
問 34	家族の大人の人と思春期におきるからだの変化について話したことがありますか
問 35	おこったときには手を出しますか
問 36	昔あったいやなことを思い出したりはっきりと覚えていたりしますか
問 37	何にでも簡単にとりかかることができますか
問 38	あなたは家族の大人の人とアルコールや薬物について話し合ったことがありますか
問 39	あなたの家族の大人の方はあなたが良いことをしたり新しいことを覚えたりすると、ほめてくれますか
問 40	あなたは家族の大人の人とあなたの家のルールやそれに従わなければいけないことについて話すことがありますか
問 41	じぶんがつぶれそうなように強く感じたり不安になったりすることがありますか
問 42	毎日60分以上運動をしていますか問 43 平日、毎日2時間以上テレビを見ていますか

### C . 研究結果

問 28 自分は太っていると感じますか  
(学年・性別)

自分は太っていると 感じますか	中1		中2		中3	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
とてもよく思います	10	15	5	19	4	21
よく思います	20	32	10	30	15	28
わかりません	50	61	38	46	39	39
感じません	70	19	49	18	62	13
総計	150	127	102	113	120	101

自分は太っていると 感じますか	中1		中2		中3	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
とてもよく思います	6.7%	<b>11.8%</b>	4.9%	<b>16.8%</b>	3.3%	<b>20.8%</b>
よく思います	13.3%	25.2%	9.8%	26.5%	12.5%	27.7%
わかりません	33.3%	48.0%	37.3%	40.7%	32.5%	38.6%
感じません	46.7%	15.0%	48.0%	15.9%	51.7%	12.9%
総計	100%	100%	100%	100%	100%	100%

太っていると感じる子の率は男子では学年とともに低下している。女子では11.8%(中1)、16.8%(中2)、20.8%(中3)と学年とともに上昇している。

問 29 体重を減らすためになにかしようとしていますか(学年・性別)

体重を減らすためになにか しようとしていますか	中1		中2		中3	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
きめています	10	20	6	24	7	15
きめようとしています	5	20	8	31	9	34
わかりません	29	27	25	27	17	19
きめていません	105	62	63	32	88	33
総計	149	129	102	114	121	101

体重を減らすためになにか しようとしていますか	中1		中2		中3	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
きめています	6.7%	<b>15.5%</b>	5.9%	<b>21.1%</b>	5.8%	<b>14.9%</b>
きめようとしています	3.4%	<b>15.5%</b>	7.8%	<b>27.2%</b>	7.4%	<b>33.7%</b>
わかりません	19.5%	20.9%	24.5%	23.7%	14.0%	18.8%
きめていません	70.5%	48.1%	61.8%	28.1%	72.7%	32.7%
総計	100%	100%	100%	100%	100%	100%

体重を減らすためになにかすると決めている、決めようとしている率は、女子では31.0%(中1)、48.3%(中2)、48.6%(中3)と男子の3~4倍を示している。

問 41 自分がつぶれそうのように強く感じたり不安になったりすることがありますか (学年・性別)

自分がつぶれそうのように強く感じたり不安になったりすることがありますか	中1		中2		中3	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
はい	21	25	11	23	11	25
ときどき	28	42	16	34	26	33
めったにありません	48	34	39	25	35	25
いいえ	53	33	35	29	50	19
総計	150	134	101	111	122	102

自分がつぶれそうのように強く感じたり不安になったりすることがありますか	中1		中2		中3	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
はい	14.0%	<b>18.7%</b>	10.9%	<b>20.7%</b>	9.0%	<b>24.5%</b>
ときどき	18.7%	31.3%	15.8%	30.6%	21.3%	32.4%
めったにありません	32.0%	25.4%	38.6%	22.5%	28.7%	24.5%
いいえ	35.3%	24.6%	34.7%	26.1%	41.0%	18.6%
総計	100%	100%	100%	100%	100%	100%

自分がつぶれそうのように強く感じたり不安になる率は女子で高く、その頻度も 18.7%(中1), 20.7%(中2), 24.5%(中3)と学年とともに増加している。

問 28 自分は太っていると感じますか

問 29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

体重を減らすためになにかしようと決めていますか	自分は太っていると感じますか				総計
	とてもよく思います	よく思います	わかりません	感じません	
きめています	29	28	22	9	88
きめようとしています	25	48	34	5	112
わかりません	14	24	97	10	145
きめていません	14	35	125	218	392
総計	82	135	278	242	737

体重を減らすためになにかしようと決めていますか	自分は太っていると感じますか				総計
	とてもよく思います	よく思います	わかりません	感じません	
きめています	<b>33.0%</b>	31.8%	25.0%	10.2%	100%
きめようとしています	22.3%	42.9%	30.4%	4.5%	100%
わかりません	9.7%	16.6%	66.9%	6.9%	100%
きめていません	<b>3.6%</b>	8.9%	31.9%	55.6%	100%
総計	11.1%	18.3%	37.7%	32.8%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中には、自分が太っていると感じている人の率は 33.0%で、決めていない人の場合の 3.6%に比べ、約 10 倍高い。

問 30 平日、毎日朝食を食べていますか

問 29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

体重を減らすためになにかしようと決めていますか	平日、毎日朝食を食べていますか				総計
	かならず食べます	だいたい食べます	わかりません	食べません	
きめています	60	20	1	7	88
きめようとしています	75	27	3	7	112
わかりません	101	31	8	6	146
きめていません	323	50	15	8	396
総計	559	128	27	28	742

体重を減らすためになにかしようと決めていますか	平日、毎日朝食を食べていますか				総計
	かならず食べます	だいたい食べます	わかりません	食べません	
きめています	68.2%	22.7%	1.1%	<b>8.0%</b>	100%
きめようとしています	67.0%	24.1%	2.7%	6.3%	100%
わかりません	69.2%	21.2%	5.5%	4.1%	100%
きめていません	81.6%	12.6%	3.8%	<b>2.0%</b>	100%
総計	75.3%	17.3%	3.6%	3.8%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中には、平日、毎日朝食を食べていない人が 8.0%と、決めていない人の 2.0%に比べ 4 倍多い。

問 33 毎日家族の大人の人と一緒に夕食を食べますか

問 29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

体重を減らすためになにかしようと決めていますか	毎日、家族と一緒に夕食を食べますか?				総計
	かならず食べます	だいたい食べます	わかりません	食べません	
きめています	46	28	7	7	88
きめようとしています	56	42	6	9	113
わかりません	78	44	16	8	146
きめていません	229	131	21	13	394
総計	409	245	50	37	741

体重を減らすためになにかしようと決めていますか	毎日、家族と一緒に夕食を食べますか?				総計
	かならず食べます	だいたい食べます	わかりません	食べません	
きめています	52.3%	31.8%	8.0%	<b>8.0%</b>	100%
きめようとしています	49.6%	37.2%	5.3%	8.0%	100%
わかりません	53.4%	30.1%	11.0%	5.5%	100%
きめていません	58.1%	33.2%	5.3%	<b>3.3%</b>	100%
総計	55.2%	33.1%	6.7%	5.0%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中には、毎日、家族と一緒に夕食食べていない人が 8.0%と、決めていない人の 3.3%に比べ 2.4 倍多い。

問2 学校は好きですか

問29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

学校は好きですか？					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とてもそう思います	そう思います	どちらでもありません	そう思いません	総計
きめています	46	28	7	7	88
きめようとしています	56	42	6	9	113
わかりません	78	44	16	8	146
きめていません	229	131	21	13	394
総計	409	245	50	37	741

学校は好きですか？					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とてもそう思います	そう思います	どちらでもありません	そう思いません	総計
きめています	22.7%	42.0%	20.5%	<b>14.8%</b>	100%
きめようとしています	17.7%	44.2%	29.2%	8.8%	100%
わかりません	26.7%	47.3%	18.5%	7.5%	100%
きめていません	31.7%	46.7%	17.0%	<b>4.6%</b>	100%
総計	27.5%	45.9%	19.6%	7.0%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中には、学校を好きでない人が 14.8%と、決めていない人の 4.6%に比べ 3 倍多い。

問10 自分の健康状態は「よい」「まずまず」ですか

問29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

自分の健康状態は「よい」ですか					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とてもそう思います	そう思います	どちらでもありません	そう思いません	総計
きめています	30	38	9	11	88
きめようとしています	29	59	17	8	113
わかりません	53	62	27	4	146
きめていません	181	165	37	12	395
総計	293	324	90	35	742

自分の健康状態は「よい」ですか					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とてもそう思います	そう思います	どちらでもありません	そう思いません	総計
きめています	34.1%	43.2%	10.2%	<b>12.5%</b>	100%
きめようとしています	25.7%	52.2%	15.0%	7.1%	100%
わかりません	36.3%	42.5%	18.5%	2.7%	100%
きめていません	45.8%	41.8%	9.4%	<b>3.0%</b>	100%
総計	39.5%	43.7%	12.1%	4.7%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中で自分の健康状態はよいとは思っていない人が 12.5%と、決めていない人の 3.0%に比べ 4 倍多い。

問4 毎日友だちとパソコンやスマホでやり取りしますか

問29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

毎日友だちとパソコンやスマホでやり取りしますか					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とてもそう思います	そう思います	どちらでもありません	そう思いません	総計
きめています	37	25	10	16	88
きめようとしています	45	39	17	12	113
わかりません	44	55	19	28	146
きめていません	119	138	46	92	395
総計	245	257	92	148	742

毎日友だちとパソコンやスマホでやり取りしますか					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とてもそう思います	そう思います	どちらでもありません	そう思いません	総計
きめています	<b>42.0%</b>	28.4%	11.4%	18.2%	100%
きめようとしています	39.8%	34.5%	15.0%	10.6%	100%
わかりません	30.1%	37.7%	13.0%	19.2%	100%
きめていません	<b>30.1%</b>	34.9%	11.6%	23.3%	100%
総計	33.0%	34.6%	12.4%	19.9%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中には、毎日友だちとパソコンやスマホでやり取りしていると、とてもそう思う人が 42.0%と、決めていない人の 30.1%に比べ 1.4 倍多い。

問20 現在の生活にととても満足していますか

問29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

現在の生活にととても満足していますか					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とても満足しています	満足しています	どちらでもありません	満足していません	総計
きめています	22	38	14	14	88
きめようとしています	19	57	28	9	113
わかりません	34	71	35	5	145
きめていません	112	182	74	26	394
総計	187	348	151	54	740

現在の生活にととても満足していますか					
体重を減らすためになにかしようと決めていますか	とても満足しています	満足しています	どちらでもありません	満足していません	総計
きめています	25.0%	43.2%	15.9%	<b>15.9%</b>	100%
きめようとしています	16.8%	50.4%	24.8%	8.0%	100%
わかりません	23.4%	49.0%	24.1%	3.4%	100%
きめていません	28.4%	46.2%	18.8%	<b>6.6%</b>	100%
総計	25.3%	47.0%	20.4%	7.3%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中で自分の生活に満足していない人が 15.9%と、決めていない人の 6.6%に比べ 2.4 倍多い。

問 41 自分がつぶれそうなような強く感じたり不安になったりすることがありますか

問 29 体重を減らすためになにかしようと決めていますか

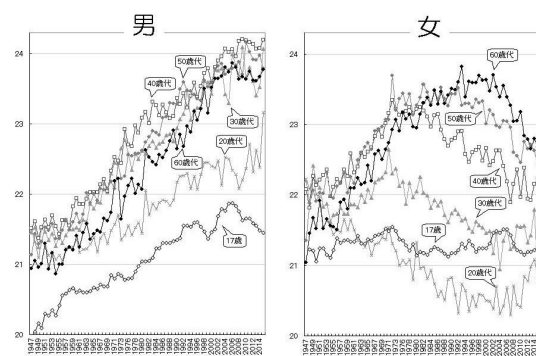
	自分がつぶれそうなように強く感じたり不安になったりすることがありますか				総計
	はい	ときどき	めったにありません	いいえ	
体重を減らすためになにかしようと決めていますか					
きめています	23	29	18	18	88
きめようとしています	32	38	22	21	113
わかりません	21	38	53	30	142
きめていません	50	75	114	153	392
総計	126	180	207	222	735

	自分がつぶれそうなように強く感じたり不安になったりすることがありますか				総計
	はい	ときどき	めったにありません	いいえ	
体重を減らすためになにかしようと決めていますか					
きめています	26.1%	33.0%	20.5%	20.5%	100%
きめようとしています	28.3%	33.6%	19.5%	18.6%	100%
わかりません	14.8%	26.8%	37.3%	21.1%	100%
きめていません	12.8%	19.1%	29.1%	39.0%	100%
総計	17.1%	24.5%	28.2%	30.2%	100%

体重を減らすためになにかしようと決めている人の中で自分がつぶれそうなような強く感じたり不安になったりすることがある人が 26.1%と、決めていない人の 12.8%に比べ 2 倍多い。

#### 参考資料 1

日本人の体格の変化 (BMIの推移)  
(1947~2015年)



(注)BMIは体格指数で体重(kg)を身長(m)の2乗で割ったもの。25以上「肥満」、18.5以下は「やせ」とされる。ここでは平均体重と平均身長から算出。87年までの20~29歳の各年齢データ及び26~29歳データによる平均値から計算。  
(資料)国民健康・栄養調査(厚生労働省、1974年身長体重調査なし)、学校保健統計(文部科学省、17歳)

## D. 考察

本アンケート調査結果から、ダイエット行動の背景に「太っている(やせたい)」というボディイメージ以外にも、食事習慣を含めた生活習慣の影響や自分への不安感、満足感、学校への不適応など psycho-social な因子も関わっている可能性が示唆された。

昭和 50 年代の半ばより女性の痩身傾向は顕

著になり参考資料 1 に示すように各年代において女性の BMI は低下している。一方で男性の BMI は戦後から現在に至り右肩上がりの状態である。女性の BMI 低下傾向だけが原因ではないが、近年、低出生体重児の比率も増えていることなどにも影響していると思われる。特に中高生における不健康なやせ (BMI 18.5 以下) の比率は中学 3 年生で 19.6%、高校 3 年生で 20.5%と、摂食障害発症のリスクを備えている状態と思われる<sup>5)</sup>。思春期における不健康なやせが効率であることは、容姿にこだわる安易なダイエットが心身の不調を呈する摂食障害に発展する可能性があることを潜めている。ダイエットについては男女を問わず健康指標のひとつと位置付けられているが、思春期の子どもの中でダイエットに強く関心を示す群の食事習慣や生活習慣について知る事は摂食障害予防のための保健教育や疾病治療に有益と思われる。

本調査では、女子において明らかに強いダイエット願望があり、容姿に関心を示す(太っていると思う)子どもは、その傾向がない子どもに比べ太っていると考える率が 10 倍も強かった。さらに朝食を摂らない事や家族と食事を摂らない傾向がダイエット願望の子どもにはあり、日頃の食事習慣について注意を払う必要がある。また、パソコンやスマホなどの ICT に暴露されている時間も長く、ダイエットに関する情報を収集していることも示唆された。

一方で自分がつぶれそうなように強く感じたり不安になったりする傾向の子どもにダイエット傾向があることは、自分自身に対する自信をボディイメージに委ねていることも推測される。あるいは日常生活における漠然とした不安を抑圧するために代替行動として最も身近にある自分自身の体に関心を示し不安から逃避している可能性も示唆される。摂食障害の子どもは、強い不安症状を呈するほど、重症度が高く、併存症を伴うことも知られている<sup>8)</sup>。

さらにダイエット行動を示す子どもには、学

校を好きになれない率が高く、生活に満足できない、あるいは不健康な状態であると認知している率もダイエット行動に関心を示さない子どもに比べ2~3倍高くなっていた。両者の関係について考察することは推測の域を超えないが、上述の不安意識と同様に、自己効力感や自尊感情の低下、孤立感をダイエット行動で代償していることも示唆される。思春期のダイエット行動には、瘦身願望以外にも生活上におけるpsycho-socialな脆弱性因子の関与も考えられた。

本調査の限界は、被験者の身長や体重の測定を実施していないため、肥満傾向や瘦身傾向とダイエット願望およびその背景の関連がわからないことや、多変量解析を実施していないため、どの要因が最もダイエット行動と関連しているのか不明である。また背景因子については男女別で解析していないため、因子の抽出について再検討する必要がある。

## E . 結論

思春期の子どもの不健康なやせの率の改善、摂食障害罹患の予防には、ダイエット行動に対する適切な保健指導が実施できる場の確保が必要である。その際に、ダイエット行動に関連している因子として、瘦身願望、不適切な食事習慣や生活習慣以外に、自分への不安感、満足感、学校への不適応などpsycho-socialな因子も関わっている可能性があることを、保健指導を実施する立場の者は留意して置く必要があると思われる。

## 【参考文献】

1. Hotta M, Horikawa R, Mabe H, et al. Epidemiology of anorexia nervosa in Japanese adolescents. *Biopsychosoc Med.* 2015 Aug 14;9:17.
2. Dingemans AE, van Son GE, Aardoom JJ, et al. Predictors of psychological outcome in patients with eating disorders: A routine outcome monitoring study. *International Journal of Eating Disorders*, 2016;49:863–873.
3. Duclos J, Dorard G, Cook-Darzens S, et al. Predictive factors for outcome in adolescents with anorexia nervosa: To what extent does parental Expressed Emotion play a role? *PLoS One*, 2018;13:e0196820.
4. Goldstein A, Gvion Y. Socio-demographic and psychological risk factors for suicidal behavior among individuals with anorexia and bulimia nervosa: A systematic review. *J Affect Disord.* 2019;245:1149-1167.
5. 平成 25 年度厚生労働科学研究「「健やか親子 2 1」最終評価・課題分析及び次期国民健康運動の推進に関する研究（研究代表者 山縣然太郎）
6. 内山有子. 「学校における保健教育の現状」平成 29 年度厚生労働科学研究費補助金成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業：親子の心の診療を実施するための人材育成方法と診療ガイドライン・保健指導プログラムの作成に関する研究（研究代表者 永光信一郎）
7. Brand-Gothelf A, Leor S, Apter A, Fennig S. The impact of comorbid depressive and anxiety disorders on severity of anorexia nervosa in adolescent girls. *J Nerv Ment Dis.* 2014;202(10):759-62.

## F . 研究発表

### 1 . 論文発表

- Nakamura M, Tanaka S, Inoue T, Maeda Y, Okumiya K, Esaki T, Shimomura G, Masunaga K, Nagamitsu S, Yamashita Y . Systemic Lupus Erythematosus and Sjögren's Syndrome Complicated by Conversion Disorder: a Case Report . *Kurume Med J.* 2018 Jul 10;64(4):97-101.

野々山未希子, 永光信一郎, 服部律子. 高校生



の対人関係への認識と性に関連する悩み.日本性感染症学会誌 2018;29:43-52.

永光信一郎 .親子の心の診療に携わる人材を育成していくために . 小児の精神と神経 2018;58(3):194-7.

永光信一郎. オールジャパン体制で挑む子ども心の臨床. 子どもの心とからだ. 2018;26:414-417.

永光信一郎 .不登校【今日の診断指針 私はこう治療している 2019】医学書院

## 2 . 著書

永光信一郎、松岡美智子 . 思春期の患者・保護者への接し方のコツ . 小児科 . 金原出版 , 2018;59(5):496-502.

永光信一郎 .起立性調節障害【今日の診断指針】医学書院 (印刷中)

永光信一郎 .不登校【今日の診断指針 私はこう治療している 2019】医学書院

永光信一郎, 三牧正和. 健やか親子21(第2次)「すべての子どもが健やかに育つ社会」を目指して 小児科 (印刷中)

永光信一郎 .【被虐待児における学童・思春期の精神症状】特集：児童虐待の実態を知ろう 思春期学 (印刷中)

## 2 . 学会発表

永光信一郎 .小児神経科医が知っておくべき思春期神経発達症・心身医学 . 第 60 回日本小児神経学会学術集会 2018.5.31(千葉)

永光信一郎 .親子の心の診療に携わる人材を育成していくために .第 119 回日本小児精神神

経学会 2018.6.10 (東京)

永光信一郎 .親子の心の診療のための多職種連携 . (特別企画 演者) 第 121 回日本小児科学会学術集会 2018.4.22(福岡)

Ishii R, Nagamitsu S, et al. Adverse factors affecting sleep in children and validation the Children's Sleep Habit Questionnaire – Japanese version . 2018 Pediatric Academic Societies Meeting 2018.5.5(トロント)

Shimomura G, Nagamitsu S, et al. Association between problematic behaviors and individual/environmental factors for a difficult child . 2018 Pediatric Academic Societies Meeting 2018.5.5(トロント)

Nagamitsu S, Fukai Y, Uchida S, et al. Validation Study of a Novel Childhood Eating Disorder Outcome Scale for Outcomes at a 12-Month Follow-Up . AACAP's 65th Annual Meeting 2018.10.24(シアトル)

Yuge K,,,Nagamitsu S et al. Explore evaluation methods of treatment efficacy on spinal muscular atrophy International Child Neurology Congress Mumbai 2018 2018.11.15(ムンバイ)

永光信一郎 .思春期の希死念慮に影響を与える因子の解析 —中高生 2 万人のアンケート調査から— 第 59 回日本心身医学会総会ならびに学術講演会 2018.6.9(名古屋)

永光信一郎 .思春期やせ症アウトカムスケールの開発 . 第 37 回日本思春期学会 . 2018.8.18 (東京)

永光信一郎、作田亮一、岡田あゆみ、石井隆大、

山下裕史朗 .思春期健診とモバイルテクノロジーを活用した思春期ヘルスプロモーションに関する研究 .第 36 回日本小児心身医学会学術集会 2018.9.7 (さいたま)

永光信一郎、村上佳津美、小柳憲司、岡田あゆみ、山崎知克、関口進一郎、石井隆大、松岡美智子、山下裕史朗 .ライフステージから見た親子の心の診療のための多職種連携に関する研究 .第 36 回日本小児心身医学会学術集会 2018.9.7 (さいたま)

石井隆大、永光信一郎、山下裕史朗 .子どもの心の診療体制について 多職種との連携 10 年の軌跡 .第 36 回日本小児心身医学会学術集会 2018.9.7 (さいたま)

石井隆大、永光信一郎、井上建、大谷良子、作田亮一、松石豊次郎、山下裕史朗 .子どもの睡眠習慣質問票 - 日本語版 - の標準化研究とその分析 .第 36 回日本小児心身医学会学術集会 2018.9.8 (さいたま)

須田正勇 .5 歳児の睡眠習慣が行動・認知・習癖に及ぼす影響について .第 121 回日本小児科学会学術集会 2018.4.20 (福岡)

石井隆大 .久留米大学病院 子どもの心のクリニック 10 年の軌跡 .第 121 回日本小児科学会学術集会 2018.4.21(福岡)

石井隆大 .起立性調節障害の睡眠ポリグラフィーを用いた新たなアプローチ .第 60 回日本小児神経学会学術集会 2018.6.1(千葉)

### -3 . 研究会・学会地方会

石井隆大、山下大輔、須田正勇、弓削康太郎、石原潤、高木裕吾、水落建輝、永光信一郎、山下裕史朗 .特発性脊柱側弯症を伴った摂食障害の一例 .第 14 回 日本小児心身医学会

九州沖縄地方会 2018.3.18(沖縄)

山下大輔、石井隆大、千葉比呂美、永光信一郎、山下裕史朗、日本小児心身医学会摂食障害ワーキンググループ .日本語版小児摂食態度調査票 (ChEAT-26) —神経性やせ症と回避・制限性食物摂取症との比較から用途を考える— .第 14 回 日本小児心身医学会九州沖縄地方会 2018.3.18(沖縄)

永光信一郎、酒井さやか、山下美和子、下村豪、須田正勇、石井隆大、弓削康太郎、山下裕史朗 .周産期メンタルヘルスにおける小児科医の役割について .第 14 回 日本小児心身医学会九州沖縄地方会 2018.3.18(沖縄)

### -4 . その他 -

永光信一郎 .親子の心の診療のための多職種連携に関する調査研究報告 —行政・精神科・小児科・産婦人科の連携— 第 29 回九州・沖縄社会精神医学セミナー2018.1.13 (福岡)

永光信一郎 .思春期の子どもを理解を深めよう ~ 話さない息子よ、娘よ、何を考えてるの? ~ 久留米大学高次脳疾患研究所第 16 回市民公開講座 2018.3.3(久留米)

永光信一郎 .思春期の保健課題と心身症について 平成 30 年度八女筑後地区学校保健会総会特別講演 2018.6.13 (八女)

永光信一郎 .思春期の心身の発達と保健課題について 筑豊子ども問題研究会 2018.6.15 (飯塚)

永光信一郎 .思春期健診、思春期アプリ等を活用した思春期のヘルスプロモーションの向上を目指す介入研究について久留米市思春期保健意見交換会 2018.7.27 (久留米市)

永光信一郎 .小児科医・産婦人科医・精神科医・  
心療内科医のための親子の心の診療マップ .  
久留米精神科医会学術講演会 . 2018.10.1(久  
留米)

永光信一郎 .周産期から子育て世代の切れ目の  
ない支援 .平成 30 年度 第 1 回『筑後かか  
りつけ医・産業医と精神科医連携研修』 .  
2018.10.16(久留米)

永光信一郎 .思春期の保健課題の克服～中高生  
2 万人のアンケート調査から .日本小児科医  
会 第 18 回思春期の臨床講習会 .  
2018.11.4(東京)

永光信一郎 .思春期の子どもを理解を深めよう  
～話さない息子よ、娘よ、何を考えてるの？  
～ .平成 30 年度日田市家庭教育講演会 .  
2018.11.16(大分)

永光信一郎 .思春期の親子のかかりつけ医制度  
に向けて .大牟田小児科医会講演会 .  
2018.11.28(大牟田)

## G . 知的財産権の出願・登録状況

### 1 . 特許取得

なし

### 2 . 実用新案登録

なし

### 3 . その他

なし