

令和5年度厚生労働科学研究費補助金 女性の健康の包括的支援政策研究事業

女性におけるやせのリスクに対する教育の実態に関する研究

研究分担者 小川真里子（福島県立医科大学 ふくしま子ども・女性医療支援センター）

研究協力者 中里 道子（国際医療福祉大学 医学部精神医学）

研究要旨

【目的】学校現場を中心とした、やせとそのリスクに関する教育の実態を明らかにする。

【方法】①日本国内で使用されている中学校および高等学校の保健体育の教科書を調査し、やせと健康リスクに関する記載を確認した。②やせに関する教育について、国内外の文献レビューを行い、国内での試みや、国外での教育の状況について調査した。

【結果】①保健体育教科書における記載については、適正体重についての記載はすべての教科書でなされていたが、“女性のやせ”に関する内容にはばらつきがみられた。②やせ、教育、リスクをキーワードとして文献検索を行った結果では、MEDLINE から 75 件、医学中央雑誌から 57 件が得られた。1次スクリーニングを行い、37件を検討対象とした。

【結論】保健体育教科書の記載内容にはばらつきがあり、学校教育における“やせとそのリスク”についての教育の状況には、教育機関による差異が大きい可能性が示唆された。今後、文献レビューをすすめ、さらに詳細を明らかにするとともに、若年女性を対象とした“やせによるリスクに関する知識”についてのアンケート調査を行い、実態を明らかにする予定である。

A. 研究目的

女性における若年期のやせは、将来的な骨粗鬆症および骨折リスクに加え、神経性やせ症を含む摂食障害、糖尿病、貧血、月経異常、不妊症、さらには次世代の生活習慣病リスクといった、様々なリスクをもたらすことが明らかになっている¹⁾。一方、これらのリスクについて、当事者である若年女性が知識を有しているのか、さらに知る機会が十分に提供されているかについては、検討がなされていない。

青年に様々な知識を得る主な場所は学校であり、学校教育で行われるべき内容は学習指導要領に記載されている²⁾。例えば高等学校学習指導要領では、生活習慣病など

の予防と回復のために、運動、食事、休養および睡眠の調和の取れた生活が必要と記されており、さらに令和3年度からは、精神疾患のひとつとして、摂食障害についても触れることが定められている。

しかし、実際に学校でどのような教育が行われているかは調べられていない。また、やせのリスクについてどのような教育が行動変容につながるかについてはあまり検討されていないため、エビデンスを整理する必要がある。さらに、当事者である若年女性が、やせとそのリスクについてどのような知識を有しているか、どのようにその知識を得たかについては検討されていない。

そこで、令和5年度は、まず学校教育の

状況を知るために、用いられている教科書を調査し、さらに、やせのリスクと教育に関する文献レビューを行うこととした。

B. 研究方法

① 保健体育教科書における“やせと健康リスク”の記載調査

やせと健康リスクに関する学校教育の実態について調査するため、東京都江東区の教科書図書館に貯蔵されている、現行の中学・高等学校向けの保健体育教科書（中学校 4 編、高等学校 5 編）を調査した。

② やせと教育に関する文献レビュー

「やせ、教育、リスク」および「体型不満、教育」をキーワードとして文献検索を行った。文献検索は外部委託した。

（倫理面への配慮）

本研究の倫理的配慮の必要性については、東京歯科大学市川総合病院倫理審査委員会において、付議不要の判断であった(I 23-67)。

C. 研究結果

① 保健体育教科書における“やせと健康リスク”の記載調査

教科書図書館に貯蔵されている、現行の中学・高等学校向けの保健体育教科書を調査した。

中学校向け教科書では、体型に関しては、食事と健康、適正体重について示されており、教科書による差はあるものの、やせの問題についても記載されているものがあつた。やせのリスクとしては、摂食障害に言及しているものが 1 冊、骨粗鬆症に言及してい

るものが 1 冊であつた。高等学校向け教科書においては、令和 4 年に発行された教科書には、過度のダイエットにまつわる危険が記載され、摂食障害についても精神疾患のひとつとして言及されていた。しかし、なぜ過度なダイエットが問題なのかについての記載はまちまちであつた。

以上から、適正体重についての記載はすべての教科書でなされていたが、“女性のやせ”に関する内容にはばらつきがみられた。また、令和 3 年より学習指導要領において、高等学校で摂食障害について触れることが定められているが、令和 4 年以降に発刊された保健体育教科書での摂食障害の取扱いは、教科書により違いがみられた。

② やせと教育に関する文献レビュー

文献検索では、MEDLINE から 75 件、医学中央雑誌から 57 件が得られた。1 次スクリーニングを行い、37 件をレビュー対象とした。

現在論文を精査中であるが、得られた論文の多くは、やせに関する教育プログラムを作成し、これについての比較的短期的な効果を検討しているものであつた。

今後、論文の精査結果について論文報告を予定している。

D. 考察

中学校・高等学校の保健体育教科書において、適正体重についての記載はすべての教科書でなされていたが、“女性のやせ”に関する内容にはばらつきがみられた。また、令和 3 年より学習指導要領において、高等学校で摂食障害について触れることが定められているが、令和 4 年以降に発刊された保健体育教科書での摂食障害の取扱いは、

教科書により違いがみられた。この結果から、学校現場における“女性のやせとそのリスク”に関する教育には、ばらつきが大きい可能性が高いと考えられた。

やせと教育に関し、これまで行われた研究は、現在精査中ではあるが、やせについての教育プログラムとその短期的影響について論じているものが多かった。すなわち、特殊なプログラムを構築したうえで、摂食障害の予防効果を検証する検討が殆どであり、授業時間の限られた日本の学校教育に落とし込むことは困難である可能性が高いと考えられる。

今後、若年女性のやせとそのリスクに関する知識についてのアンケート調査を行うことで、実際にどのような方法でこれを伝えることが効果的かを検証することが期待されると思われた。

E. 結論

女性のやせについて、学校で行われている教育内容はばらつきが大きい可能性がある、また一般の教育における効果は検討されていないことが明らかになった。

令和6年度は、文献レビューをすすめるとともに、これらの結果を踏まえ、若年女性を対象とした、やせとそのリスクに関する知識および、知識を得た方法についてのアンケート調査を行う予定である。

【参考文献】

- 1) Kodama H Problems of underweight in young females and pregnant women in Japan. Japan Med Assoc J. 2010 53:285–289
- 2) 平成 29・30・31 年改訂学習指導要領

(本文、解説)

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/1384661.htm

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

G. 知的財産権の出願・登録状況

なし

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他