

Associations between Perceptions of Attractive Body, BMI, and eating habits among Young Women with and without Children in Japan

子どもの有無別日本の若年女性における魅力的なからだという認知と BMI, 食行動との関連

高橋佳奈¹, 土屋あかり¹, 林芙美¹, 武見ゆかり¹

¹女子栄養大学

発表先：IUNS-ICN 22nd International Congress of Nutrition

開催期間・場所：2022年12月6-11日・東京都

発表形式：ポスター

研究概要

1)背景 2)目的：若い女性のやせは、日本の重要な健康課題の一つです。若い女性のやせは、骨量減少や低出生体重児出産のリスク等との関連が報告されています。不必要なダイエットを避けるためには、Body Mass Index (BMI) に対するボディイメージを正しく認識することが重要です。さらに、自分の体型に満足することは、自尊心を高め、不必要なダイエットを避けることにつながるかもしれません。本研究の目的は、若い女性を対象として、子どもの有無別に、魅力的なからだという認知と BMI, 食態度, 食行動との関連を明らかにすることです。

3)方法：2021年9月にWeb調査を実施しました。解析対象者は、2020年4-5月の緊急事態宣言期間中に特定警戒都道府県に指定された13都道府県に居住し、日常的に食事づくりへ関わる20-69歳男女3,294名のうち、20-39歳女性433名でした。魅力的なからだという認知は日本語版身体的自己知覚プロフィールの魅力的なからだ(4項目)を用いて測定し、3群(高群, 中群, 低群)に分けました。BMIは自己申告の身長と体重から算出し、やせ(18.5kg/m²未満), ふつう(18.5 kg/m²以上 25 kg/m²未満), 肥満(25 kg/m²以上)に分けました。食態度は食生活関心度尺度を用いて食生活の重要度(7項目)と優先度(5項目)を測定しました。食行動は18食品群の摂取頻度を測定し、毎日食べることが望ましい食品群(精製度の低い穀類, 魚介類, 果物など12食品群)の回答を得点化して、摂取推奨食品群合計点を算出しました。魅力的なからだ得点3群とBMI区分, 食生活関心度, 摂取推奨食品群合計点との関連を、それぞれ検討しました。

4)結果 5)考察：魅力的なからだ得点高群（以下，高群）のうち，やせの者の割合は子どもあり 37.3%，子どもなし 41.7%でした。高群は，ほかの群と比べて，やせの割合が有意に高い結果となりました。子どもありの女性において，高群は食生活を重要視している傾向や，摂取が推奨される食品群の摂取頻度が高い傾向がありました（表 1）。子どもありの女性では，自分の体型に満足している者は食事を重要視し，食事の質が高い傾向が示されましたが，子どもの有無に関わらず，若い女性において適切なエネルギー必要量に関する教育にはさらなる支援が必要である可能性があります。

6)まとめ：魅力的なからだ得点が高い若い女性は，子どもの有無にかかわらず，やせていました。また，子どもありの女性では，得点が高い者は食事を重要視し，食事の質が高い可能性が示唆されました。

【当該研究の画期的な点，今後の研究の方向性】

若い女性はやせた身体を魅力的にとらえている一方で，魅力的と認識している人は食事の質が高い可能性があります。今後は魅力的と認識している人の食事の量を評価し，若い女性の体型認識と食行動について検討していくことが必要です。

表1 魅力的なからだという認知とBMI, 食態度, 食行動との関連

	子どもあり (N=170)				子どもなし (N=263)				
	高群 n=51	中群 n=61	低群 n=58	<i>p</i>	高群 n=108	中群 n=69	低群 n=86	<i>p</i>	
BMI区分 ^a *1	やせ	19** (37.3)	12 (19.7)	11 (19.0)	0.004	45** (41.7)	21 (30.4)	14* (16.3)	<0.001
	ふつう	32 (62.7)	46 (75.4)	38 (65.5)		62 (57.4)	44 (63.8)	54 (62.8)	
	肥満	0* (0.0)	3 (4.9)	9** (15.5)		1* (0.9)	4 (5.8)	18** (20.9)	
食生活の重要度 ^b *2	21.0 (19.0, 23.0)	20.0 (17.5, 21.0)	19.0 (17.0, 21.0)	0.066	20.0 (18.0, 22.0)	21.0 (17.0, 22.0)	19.0 (17.0, 21.3)	0.131	
摂取推奨食品群合計点 ^c *3	33.7 (1.8)	32.9 (1.6)	28.3 (1.7)	0.068	31.4 (1.2)	29.2 (1.5)	28.7 (1.4)	0.293	

a: N(%). b: 中央値 (四分位範囲). c: 調整平均値 (標準誤差).

*1: χ^2 検定 (調整済み残差 *-1.96以下, **1.96以上). *2: Kruskal-Wallis検定. *3: 共分散分析 (調整変数 年齢, 経済的暮らし向き, 時間的ゆとり).

BMI区分: やせ 18.5kg/m²未満, ふつう 18.5kg/m²以上25kg/m²未満, 肥満 25kg/m²以上.

食生活の重要度: 「そう思う」(4点)から「そう思わない」(1点)の4段階評価とし, 得点を算出 (最低7点-最高28点).

摂取推奨食品群合計点: 「ほとんど毎日」6.5点, 「2日に1回」3.5点, 「週に1-2回」1.5点, 「ほとんど食べない」0.5点とし, 合計点を算出 (最低6-最高78点).