

16. 長野県内の小中学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）、横山 伸（長野赤十字病院精神科）

キーワード：EAT-26、摂食態度、カットオフ値

要旨：長野県内の小・中学生 1,675 人に対し実施した自記式摂食態度検査（Eating Attitudes Test：EAT-26）の結果を解析した。EAT-26 スコアの平均値は学年が進行するにつれて増加し、男子で 0.99 点（小学 5 年）～2.60 点（中学 3 年）、女子で 0.97（小学 5 年）～4.58 点（中学 3 年）であった。また、カットオフ値 20 点以上の者の数（比率）は、小学生では女子に 1 人（0.84%）、中学生では男子 5 人（0.94%）、女子 9 人（1.84%）、高校生では男子 5 人（0.60%）、女子 42 人（5.14%）であった。26 項目の設問に対する回答の得点（0～3 点）をそれぞれに合計した総得点分布は、小学生と中・高生とでパターンの違いが見られた。

A. 目的

平成 25 年の本会において、県内の高校生における神経性やせ症（AN）を中心とした摂食障害の実態調査結果を報告した¹⁾。この調査と同時に、小学生、中学生にも自記式摂食態度調査（Eating Attitudes Test：EAT-26）を実施した。EAT-26 は、大人に対して汎用されてきた検査であり、義務教育段階の児童・生徒に関する知見はあまり多くない。本研究では、長野県内の小中学生の EAT-26 への回答結果を解析することで、現在の子どものたちの基本的な食行動のうちに潜む摂食障害につながりやすい特性を明らかにすることを目的とした。

B. 方法

①調査対象：長野県内の小学校 1 校の 5、6 年生、中学校 2 校の全学年を対象とした。調査対象は、小学生が 314 人、中学生は 1,361 人の計 1,675 人であった。さらに、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、小学生が 258 人、中学生は 1,029 人の合計 1,287 人であった。

②調査方法：2011 年 10 月から 12 月にかけて、長野県内の小学校 1 校、中学校 2 校を対象に、それぞれのクラスの児童・生徒より、本調査への書面による同意を得た後、EAT-26 を実施した。回答の 6 つの選択肢のうち、「しばしば」を 1 点、「非常にしばしば」を 2 点、「常に」を 3 点として点数化した。カットオフ値 20 点以上の者の数と比率を算出し、さらに 26 項目の設問への回答の総得点の男女差や設問別の得点パターンなども解析した。なお、個人の得点を 26 項目すべて合計したものを「EAT-26 スコア」と呼び、設問別に該当する児童・生徒の得点を合算したものを「EAT-26 の総得点」と呼ぶことにする。高校生については、既報²⁾に記した通りである。小・中学生との比較のために、当時のデータを再解析して用いた。

なお、本研究は長野赤十字病院倫理委員会の承認と長県教育委員会の了解を得て行われた。

C. 結果

表 1 に示すように、小・中学生についての EAT-26 スコアの平均値はさほど高くなく、女子は学年進行につれて増加していた。小学 5 年生では男女差はほとんどないが、6 年生以上では、女子の平均値が男子を上回っていた。また、表 2 には、高校も含め学校種別の EAT-26 スコアの平均値とカットオフ値 20 点以上の高得点者の数及び比率を示した。EAT-26 スコアの平均値は、男女ともに、上の学校ほど増加していた（表 2）。高得点者の数の人数は、小学生では、女子に 1 人（0.84%）であったが、中学生では、男子 5 人（0.94%）、女子 9 人（1.84%）であり、高校生になると、男子 5 人（0.60%）、女子 42 人（5.14%）であった（表 2）。

表 1 学年別 EAT-26 スコア

	小学5年	小学6年	中学1年	中学2年	中学3年
長野県男子	0.99 (2.42)	1.13 (2.30)	2.37 (3.35)	1.98 (4.00)	2.60 (4.34)
長野県女子	0.97 (2.31)	2.02 (3.83)	2.45 (4.65)	4.28 (5.71)	4.58 (4.91)
長野県全体	0.99 (2.33)	1.54 (3.11)	2.66 (4.87)	2.14 (3.89)	3.96 (4.63)

注：数値はEAT-26スコアの平均値(標準偏差)で示している。

表 2 学校種別の EAT-26 スコアの平均値とカットオフ値 20 点以上の者の数および比率

学校	性別	人数	EAT-26	
			スコアの平均値	20点以上の者(%)
小学校	男子	139	1.06 (2.35)	0 (0.00)
	女子	119	1.50 (3.18)	1 (0.84)
中学校	男子	532	2.31 (3.93)	5 (0.94)
	女子	497	3.88 (5.23)	9 (1.80)
高校	男子	765	2.82 (3.84)*	5 (0.60)*
	女子	817	5.78 (6.88)*	42 (5.14)*

*文献2)からの再掲である。

図 1 には、26 項目の設問（表 3）に対してそれぞれ点数化された回答を、すべての回答者について合計した得点の分布を小学生（図 1a）、中学生（図 1b）について示した。EAT-26 の総得点を男女で比較すると、男女共に最も得点が高かった項目は、小学生では、「#13. 私はやせ過ぎていると皆から思われています」、中学生では、「#12. 運動すればカロリーを使い果た

せると思います」、高校生では、「#19. 食べ物に関するセルフコントロールをしています」（データ未表示）であった。小学生では、

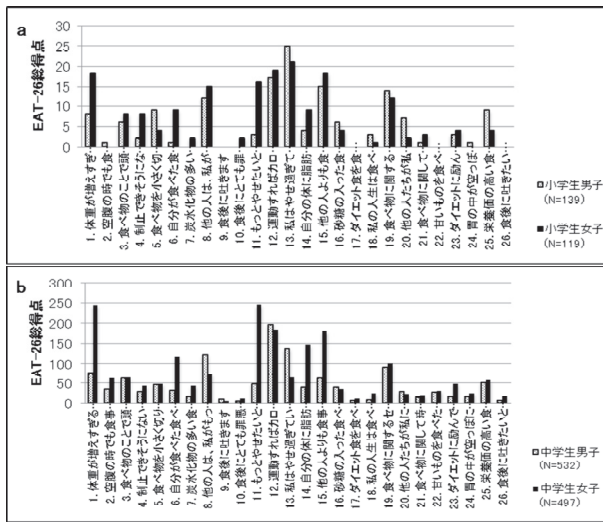


図1 EAT-26 設問別の総得点分布 (a: 小学生、b: 中学生)

表3 EAT-26 の設問

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になっています
2. 空腹の時でも食事を避けず	15. 他の人よりも食事時間がかかります
3. 食べ物のことで頭がいっぱいです	16. 砂糖の入った食べ物を避けず
4. 制止できそうにないと思いつつながら、大食したことがあります	17. ダイエット食を食べています
5. 食べ物を小さく切りぎざみます	18. 私の人生は食べ物に振り回されていると思います
6. 自分が食べた食べ物のカロリーに気を配ります	19. 食べ物に関するセルフコントロールをしています
7. 炭水化物の多い食べ物は特に避けず	20. 他の人たちが私に食べるように圧力をかけているように感じます
8. 他の人は、私よりもっと食べるように望んでいると感じます	21. 食べ物に関して時間をかけ過ぎたり考え過ぎたりします
9. 食後に吐きます	22. 甘いものを食べた後、不愉快な気持ちになります
10. 食後にも罪悪感を感じます	23. ダイエットに動いています
11. もっとやせたいという気持ちで頭がいっぱいです	24. 胃の中が空っぽになるのが好きです
12. 運動すればカロリーを使い果たせると思います	25. 栄養価の高い食べ物は、新製品でも、試食したくありません
13. 私はやせ過ぎていると皆から思われています	26. 食後に吐きたいという衝動にかられます

「#13.」や「#8. 他の人は、私よりもっと食べるように望んでいると感じます」のような他者の視線を意識する設問の得点が高いのに対し、中学生では、女子における「#1. 体重が増えすぎるのではないかと心配になります」、「#11. もっとやせたいという気持ちで頭がいっぱいです」のような「やせ願望」に関連する設問の得点が高い特徴が見られ、高校生においても類似の特徴が見られた。

D. 考察

表1及び表2に示すように、EAT-26 スコアの平均値は、男子よりも女子で大きく、特に女子では上の学年や学校において大きい傾向が見られることがわかった。また、カットオフ値 20 点を上回る高得点者の数及び比率においても、女子が男子を上回ることがわかった。中村³⁾の報告した群馬県(2003年)、大阪府(2006年)の調査結果と比較すると、どちらの府県の数値も今回の本県の水準より高い。すなわち、群馬県女子の EAT スコアの平均値は、小学 5 年 4.28 点～中

学 3 年 5.02 点、大阪府女子の平均値は、小学 5 年 3.21 点～中学 3 年 6.93 点である。カットオフ値を上回る者の比率は、群馬県女子では小学 5 年 2%～中学 3 年 3%、大阪府女子では小学 5 年 2%～中学 3 年 3%と報告されている。

EAT-26 の 26 項目の設問 (表 3) に対する総得点分布を小学生、中学生、高校生で比較してみると、小学生は中・高生とは異なることがわかった。小学生には、「#8」と「#13」の設問で男女ともに高い得点を得ているが、中高生では低い (図 1)。これらは、他者、おそらく家族や担任の教諭など身近な大人から日頃指摘されていることを、思い起こして回答したものと考えられる。これに対し、中高生では、「#1」や「#11」の「やせ願望」を暗示する設問への回答が特に女子で増えており、より摂食障害に親和的な傾向が強まっていると言える。現在以上の摂食障害の低年齢化を回避するためにも、他者に指摘されたことを内在化しやすい小学生からの早期の予防的介入は重要であるといえる。

E. まとめ

長野県内の小・中学生に対し実施した EAT-26 の結果から EAT-26 スコアの平均値は、女子の方が男子より高く、女子では学年進行につれて増加していた。また、カットオフ値 20 点以上の者の数 (比率) は、小学生では、女子に 1 人 (0.84%)、中学生では、男子 5 人 (0.94%)、女子 9 人 (1.84%)、高校生では、男子 5 人 (0.60%)、女子 42 人 (5.14%) であった。

EAT-26 の 26 項目の設問別に総得点の分布を見ると、他者の視線を意識するような「#8」と「#13」の設問は、男女ともに小学生で高い得点を得ているのに対し、中・高生では、「やせ願望」を暗示する「#1」や「#11」への回答が特に女子で増え、より摂食障害に親和的な傾向が強まっていると言えた。

F. 利益相反

利益相反なし。

文献

- 1) 長野県内の高等学校における神経性無食欲症および食行動異常の実態調査. 信州公衆衛生雑誌 8: 20-21, 2013
- 2) 横山伸, 杉山英子: 長野県内の高等学校における神経性無食欲症および食行動異常の実態調査. 長野赤十字病院医誌, 26: 24-28, 2013.
- 3) 中村このゆ 小学生と中学生の摂食態度—群馬県と大阪府との比較— 心身医学 48: 1043-1047, 2008.