

大学生の食態度・食行動についての基礎的研究

— 食の優先順位, 経済的要因の視点から —

長谷川 智子
今田 純雄
川端 一光
坂井 信之

大学生の食態度・食行動についての基礎的研究

1. 緒言

人間の食物選択および食物嗜好に影響を与える要因は多様であり, そのプロセスは複雑である (レビューとして長谷川, 2007). Shepherd (1985) は, 食物選択への過程について, 食物の要因 (物理/化学的特性, 栄養の内容, 生理的効果), 人の要因 (感覚的帰属の知覚, 心理的要因), 経済的・社会的要因 (値段, 入手可能性, ブランドなど) を挙げている. また, Khan (1981) は, 食物嗜好への影響過程として, 個人的要因 (期待のレベル, 優先事項, 他者の影響など), 社会経済的要因 (家族の収入, 食物のコスト, 安全性など), 教育的要因, 文化的・宗教的・地域的要因, 内的要因 (食物の風味, においなど), 外的要因 (環境的・状況的, 広告と商品化計画, 時間と季節), 生物的・生理的・心理的要因 (年齢・性, 生理的变化, 心理的影響など) を挙げている.

現代の日本人の食生活は, 社会・経済的要因から大きな影響を受けている. 特に約 40 年間で食産業が大きく変化しており (今田, 2005), 日常の食生活に外食や中食¹⁾に占める割合が増加している. 具体的には, 食の外部化率²⁾は 1975 年では 28.4%であったが, その後おおそ上昇し続け, 2006 年には 42.9%となり過去最高の割合を示した. 一方, 外食率³⁾は, 1975 年では 27.8%であったものが, 1991 年と 1997 年に 37.8%という最高の割合を示し, その後 2004 年 34.0%まで下降し, 2006 年には 34.9%となっている (外食産業総合研究センター, 2008). このように食の外部化の割合は増加する一方で, 外食率は 1990 年代後半以降横ばいの状態となっていることから, 1990 年代後半より中食の割合が増加していることが理解できる.

このような食の外部化について食料支出額の側面と栄養, 健康の側面からからみしてみる. まず, 食料支出額における中食と外食の支出額の割合では年代別の推移が異なっている. 2006 年における 1 世帯あたりの食料支出額を 24 歳以下群から 70 歳以上群まで 5 歳区切りの 11 群における各費目の割合を比較したところ, 外食については 10.6%~ 26.0%の範囲で分布しており, 年齢群が低いほど支出額の割合が高い一方で, 調理食品 (中食) については, 年齢群による差はなく 12%程度であった (総務省統計局, 2007). 次に, 栄養, 健康においては, コンビニエンスストア (以下, コンビニ) の利用頻度が高いほ

1) 家庭内の食事である内食と家庭外の食事である外食の中間に位置する食事のことをいう. 具体的には, 市販の弁当, おにぎり, 総菜等, 家庭で調理加熱することなく食事としてそのまま食べられる状態に調理された, 日持ちのしない食品を購入し, 家庭や職場などに持ち帰って摂取することである (長谷川, 2005).

2) 食の外部化率 = $\frac{\text{外食産業市場規模} + \text{料理品小売業}}{(\text{家計の食料} \cdot \text{飲料} \cdot \text{煙草支出} - \text{煙草販売額}) + \text{外食産業市場規模}}$ によって算出される.

3) 外食率 = $\frac{\text{外食産業市場規模}}{(\text{家計の食料} \cdot \text{飲料} \cdot \text{煙草支出} - \text{煙草販売額}) + \text{外食産業市場規模}}$ によって算出される.

ど、副食を伴わない食事の頻度が高く、緑黄色野菜類の摂取量が少ないこと（佐々木・辻・片桐・下田，2000），コンビニを利用する者は利用しない者より間食の食べ過ぎや食事をするのが面倒であると感じていること（難波・尾立・浅野・瓦家・島田・深蔵・安田・山本，2001）が明らかとなっている。

食の外部化の増加に伴い、家族の食卓状況も多様化している。その代表的なものの1つとして、個食が挙げられる（長谷川，2005）。個食とは、家族がそろって食事をしていても、同じものを食べずに、個人の好きなものを各々が選んで食べることをいう。長谷川（2005）は、1960年以降に生まれた、子どもをもつ女性の食行動、意識に関する面接調査（岩村，2003）と、1965～74年生まれの女性の食生活に関する面接調査（斎藤，1999）から、20代後半～40代前半の母親の食意識・食行動の特徴として4つを指摘している。第1は手作りへのこだわりの希薄化，第2はサプリメント等の使用，メディアで取りあげられる情報に基づいた健康志向と食の安全性への無頓着⁴⁾，第3はレジャーやおしゃれのために食費を節約するという食の軽視，第4は個食の背景としての個の尊重と葛藤の回避である。

以上のように食環境や家族の食卓が大きく変化していく中、大学生の食態度・食行動の現状はどのようなものであろうか。まず、大学生および若者の中食、外食の利用と日常の食生活については、次のようなことが見いだされている。すなわち、大学生の男性は女性より外食や中食の利用頻度が高く、内食頻度が少ないこと（村上・苺安・岸本，2005），学生を含む若者において外部化された食への依存傾向が強い者ほど食への関心や要求は栄養と健康面に収斂する一方で、精神的、文化的な面への関心は薄れており、食の満足度が低いこと（梶原，2006）であった。次に、サプリメント等の健康食品の摂取についてみる。先行研究では、大学生の健康食品の摂取経験の割合は、女性の方が男性よりも高いこと（村上ら，2005；堀尾・坪井・福山・奥田，2008a），健康食品に使用した費用については男性の方が女性よりも高いこと，入手経路の一位は男性においてはコンビニ（59.2%）であるのに対して，女性においては薬局・薬店（46.9%）であること（堀尾ら，2008a），健康食品を摂取している者はそうでない者よりも健康のために食事・運動・休養のいずれかにより気をつけていること（堀尾・坪井・福山・奥田，2008b），女子学生におけるサプリメント利用者はそうでない者よりも体が疲れやすく，間食を食べる割合が高く，食に関する情報を雑誌，本から得ていることが多いこと（斎藤，2005）が明らかにされている。

このような食の外部化に伴う大学生の食態度・食行動の特徴の他に、長らく研究されてきたものとして、青年期の中でも特に女性の瘦身願望，ダイエット行動が挙げられる。欧米では、青年期の女性を中心とした瘦身願望，ダイエット行動と因果関係がある要因に関する研究が多数ある（レビューとしてOgden,2003）。日本における青年期の女子もアメリカと同様に，瘦身願望やダイエット行動がみられることはよく知られており，近年では，男子学生における瘦身願望が存在していることが指摘されている（e.g., 浦上・小島・沢宮・坂野，2009）。しかしながら，女子学生を中心とした学生の瘦身願望やダイエット行動に関する日本の心理学における研究では，病理的な気晴らし食などの摂食障害との関係の検討（e.g., 渋谷，2006；幸田・菅原，2009），ボディ・イメージや自尊心などの心理的特性との関係の検討（e.g., 田崎，2007）などが中心であり，一般的な適応群における，食の外部化などをはじめとする日常的な食態度・食行動との関連について論じた研究は少ない。

4) 食の安全性が問われる事件に関する日本での代表的な報道は，2001年の牛海綿状脳症（Bovine Spongiform Encephalopathy:BSE）問題，雪印牛肉偽装事件，2007～2008年に各地で起きた原材料偽装，産地偽装，消費期限・賞味期限偽装などの食品偽装事件に関するものである。岩村（2003）の調査期間は，1998年8月～2002年9月であり，一部の調査対象者は2001年の諸事件後に調査されている。しかしながら，各地の食品偽装事件は，長谷川（2005）および本研究の調査実施後に生じたものであり，現在では食の安全性に関する意識が変化している可能性が否めない。

そこで本研究では、現代の日本において食の外部化やメディア情報に基づいた健康志向などに伴ってみられる一般的な食態度・食行動を対象とした新たな尺度を作成し、大学生における食態度・食行動がどのようなものであるか、食の優先順位や経済的要因から検討することを目的とする。本研究での具体的な検討課題は次の3点である。第1は、食行動・食態度についての新たな尺度の妥当性・信頼性を検討する。第2は、本研究における尺度とすでに標準化された尺度である The Dutch Eating Behavior Questionnaire (以下 DEBQ: Van Strien, Frijters, Bergers, & Defares, 1986) の日本語版 (今田, 1994) の3尺度である抑制的摂食 (restrained eating), 情動的摂食 (emotional eating), 外発的摂食 (external eating) において⁵⁾、男女ともに共通する食態度・食行動、性別に特徴的な食態度・食行動を食の優先順位や経済的要因の視点も含めて検討する。第3に、大学生にみられる食態度・食行動は、長年の食事の作り手である親の食への態度とどのように関連するか検討する。

2. 方法

(1) 質問紙の構成

1) 食態度・食行動に関する質問紙

質問紙は、①食の優先順位について、大問4項目、小問50項目、②日常的な使用金額について6項目、③食態度・食行動について55項目、計111項目であった。

①食の優先順位については、菓子の購入時、昼食の購入時、飲料の購入時、日常生活での金銭使用の4状況における優先順位を尋ねた。菓子、昼食、飲料については優先事項13項目のうち上位3項目を1～3で順序づけ、日常生活については優先事項11項目のうち上位5項目を1～5で順序づける部分順位法により評価させた。

②日常的な使用金額については、1ヶ月に自由に使用可能な金額、昼食・夕食・菓子それぞれ一食(1回)あたりにおいて使用する金額の目安、1ヶ月の携帯電話支払料金額、携帯電話の使用料の支払い者であった。

③食態度・食行動については、外食・中食・内食等に関する購入・摂取頻度に関する質問19項目、日常の食態度・食行動に関する質問29項目(健康維持に関する質問2項目を含む)、幼少期から大学入学まで家族の食事を作ってくれた者が誰か、食事を作ってくれた者の食態度・食態度に関する質問6項目、計55項目であった。評価については、購入・摂取頻度に関する19項目では、「月1回以下」・「月2・3回」・「週1回程度」・「週2～4回」・「週5回以上」の5件法、自身および家族の食事を作ってくれた者の食態度・食行動に関する35項目では、「まったくあてはまらない」・「ややあてはまらない」・「どちらともいえない」・「ややあてはまる」・「とてもあてはまる」の5件法であった。

2) 日本語版 DEB 質問紙

日本語版 DEBQ (今田, 1994) は、抑制的摂食、情動的摂食、外発的摂食の3尺度から構成されており、質問項目はそれぞれ10項目、13項目10項目の計33項目であった。評価は、「まったく(そうで)ない」、「ほとんど(そうで)ない」、「ときどき(そうで)ある」、「しばしば(そうで)ある」、「いつも(そうで)あ

5) 抑制的摂食とは、摂食を抑制する傾向(Herman & Polivy, 1980)を示すもの、情動的摂食は、怒り、恐怖、不安などの内的覚醒状態の高まりによって喚起される食行動の傾向(Kaplan & Kaplan, 1957; Bruch, 1961)、外発的摂食は、食べ物の味やおいなどの外的刺激によって喚起される食行動の傾向(Schacter, Goldman & Gordon, 1968)をいう。

る」の 5 件法であった。この他に自己報告による身長と体重に基づいて、Body Mass Index(以下 BMI) [(体重 / 身長²) * 10000] を算出した。

(2) 調査対象者

東京都区内にある私立大学 (2 大学) に在籍した 490 名 (男性 264 名, 女性 221 名, 性別不明 5 名) を対象とした。本研究での分析対象は、食態度・食行動において 5 件法で回答する質問 54 項目に欠損値がない者であり、男性 238 名, 女性 201 名, 計 439 名となった。

平均年齢は、男性 19.67 歳 (*SD* 1.32), 女性 19.76 歳 (*SD* 1.18) であった。平均身長は、男性 171.67cm (*SD* 5.61), 女性 158.92cm (*SD* 5.14), 平均体重は、男性 63.52Kg (*SD* 9.69), 女性 51.76 Kg (*SD* 6.61), 平均 BMI は、21.51 (*SD* 2.75), 20.46 (*SD* 2.25) であった。

居住形態は、親元で暮らす者 313 名 (71.30%), 一人暮らしの者 95 名 (21.64%), その他 29 名 (6.61%), 不明 2 名 (0.46%) であった。

幼少期から大学入学まで家族の食事を作ってくれた者は、母親 393 名 (79.72%), 父親 4 名 (1.02%), 祖母 10 名 (2.28%), その他 20 名 (4.56%), 不明 12 名 (2.73%) であった。

(3) 手続き・調査時期

大学における講義の最後に質問紙を実施し、終了後その場で回収した。調査の参加については任意であり、不参加の者は事前の退出ができることとした。回収率は 100.00%, 本研究における有効回収率は 89.59% であった。調査時期は 2007 年 1 月であった。

(4) 分析

1) 食の優先順位

菓子, 昼食, 飲料の 1 位から 3 位の項目に対して順に 1 ~ 3 を代入し, 無記入の項目には 0 を代入した。日常生活についての優先順位は 1 位から 5 位の項目には順に 1 ~ 5 を代入し, 無記入の項目には 0 を代入した。さらに後の統計処理に配慮し, 日経リサーチ (2004) によるスコアリング法を利用して, 順序尺度で得られた回答を間隔尺度に変換し, 優先順位得点とした。本スコアリング法では, 全部で N 個存在する選択肢から n 個を抽出して, その中の特定の選択肢に第 j 位と評価した時の間隔尺度上の統計量 S を

と定義する。上式では各選択肢のスコアの期待値は 5 点に調整されている。このスコアリング法を利

$$S=10 \times \frac{N(n+1-j)}{n(n+1)}$$

用することで, $n+1$ 位以降の選択肢には 0 点が配分される他, 順位をつけた選択肢の数が教示の指示数 n と異なる場合についても, 自動的にスコア算出のための重みを変更し, 直接比較が可能なスコアを得ることができる。

2) 食態度・食行動の尺度化

購入・摂取頻度に関する評定「月 1 回以下」～「週 5 回以上」, 自身および家族の食事を作ってくれた者の食態度・食行動に関する評定「まったくあてはまらない」～「とてもあてはまる」に対してそれぞれ

1～5を代入した。購入・摂取頻度に関する19項目、日常の食態度・食行動に関する29項目それぞれについては、複数の因子が想定されるため因子分析をおこなった（主因子法、直交解 Varimax 回転の後に斜交解 Promax 回転）。

家族の食事を作ってくれた者についての食態度・食行動については一因子を想定しているため主成分分析をおこなった。

3) DEBQ 尺度

各尺度得点は、「まったく（そうで）ない」～「いつも（そうで）ある」に対して1～5を代入し、各尺度を構成する項目の得点の和（逆転項目1項目は得点を逆転させたもの）を加算し、質問項目数で除したものとして、算出した。

以上の1)～3)で作成された尺度・変数に対して、各変数間の相関係数の算出には、ピアソンの積率相関係数、性差の検討には独立した2群の t 検定を用いた。

分析には、統計解析ソフト R.2.8.0 と SAS ver9.1 を用いた

3. 結果

(1) 食の優先順位について

表1に、各状況の優先順位得点の基本統計量、性差についての t 検定結果を示し、菓子、昼食、飲料についての優先順位得点を図に示した。菓子、昼食、飲料についての上位4項目は、共通して「おいしさ」、「値段」、「味（具材）の種類」、「量」であった。菓子と飲料については、上位から順に「おいしさ」、「値段」、「味の種類」、「量」であったが、昼食は、順に「値段」、「おいしさ」、「量」、「味・具材の種類」であり、昼食のみ優先順位が異なった。日常生活における優先順位得点の上位5位は、順に「ファッショングッズ」、「交際費」、「普段の飲食費」、「音楽・映画」、「雑誌・書籍」であり、全体、男女すべてにおいて同一の順位付けであり、普段の飲食費は、日常生活における優先順位として3位であることが示された。

各状況の優先順位得点の性差を検討したところ、菓子においては、女性が男性よりも「季節限定商品」($t=2.38, p<.05$)、「カロリー」($t=4.58, p<.001$)の優先順位得点が高く、「量」($t=3.31, p<.01$)の優先順位得点が高いことが示された。昼食においては、女性が男性より「カロリー」($t=7.21, p<.001$)、「味の種類・具材」($t=3.07, p<.01$)の優先順位得点が高く、「量」($t=5.30, p<.001$)、「値段」($t=3.09, p<.01$)の優先順位得点が高いことが示された。飲料については、女性の方が男性より「カロリー」($t=5.35, p<.001$)、「味の種類」($t=2.58, p<.05$)の優先順位得点が高く、「おいしさ」($t=3.97, p<.001$)、「量」($t=2.27, p<.05$)の優先順位得点が高いことが認められた。日常生活については、女性の方が男性より「ファッショングッズ」($t=3.69, p<.001$)、美容($t=9.95, p<.001$)の優先順位が高く、「音楽・映画」($t=5.24, p<.001$)、「雑誌・書籍」($t=2.57, p<.05$)、「旅行」($t=3.62, p<.001$)の優先順位が高いことが認められた。

以上のことから、女性は男性より飲食物においては、カロリー（の低さ）、味の種類や季節限定商品を優先し、量、値段を優先しないこと、日常生活においては服飾関連を優先し、趣味を優先しないことが示唆された。

(2) 日常の使用金額について

表1 食に関する優先順位についての基本統計量および性差の *t* 検定結果

優先事項	全体 <i>n</i> =436		男性 <i>n</i> =237		女性 <i>n</i> =199		<i>t</i> 値
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
菓子							
1 おいしさ	22.23	12.62	23.40	12.41	23.03	12.88	0.31
2 CM	1.32	5.26	1.23	4.88	1.42	5.69	0.35
3 メーカー名	0.45	2.61	0.55	2.94	0.33	2.15	0.91
4 季節限定商品	3.38	7.73	2.56	6.79	4.36	8.64	2.38 *
5 量	4.97	8.18	6.13	8.76	3.59	7.23	3.31 **
6 値段	14.56	11.62	15.54	11.59	13.39	11.57	1.93 †
7 パッケージ	1.59	5.51	1.60	5.45	1.58	5.59	0.04
8 食品添加物	0.52	3.44	0.64	3.94	0.38	2.75	0.81
9 カロリー	3.23	7.76	1.65	5.66	5.12	9.35	4.58 ***
10 新商品	3.43	7.92	3.11	7.80	3.81	8.05	0.92
11 味の種類	7.08	11.20	7.04	11.10	7.13	11.34	0.09
12 栄養素	0.75	4.22	0.91	4.59	0.54	3.73	0.93
13 その他	0.50	3.56	0.64	3.81	0.33	3.25	0.93
昼食							
14 おいしさ	19.28	12.37	19.70	12.07	18.78	12.72	0.77
15 CM	0.25	2.42	0.32	2.52	0.16	2.30	0.68
16 メーカー名	0.17	1.55	0.23	1.85	0.11	1.08	0.84
17 季節限定商品	0.45	2.61	0.27	1.98	0.65	3.20	1.45
18 量	9.94	10.45	12.30	10.73	7.13	9.39	5.30 ***
19 値段	19.78	12.03	21.39	11.37	17.86	12.54	3.09 **
20 パッケージ	0.27	1.70	0.37	1.96	0.16	1.32	1.28
21 食品添加物	0.47	3.21	0.41	3.21	0.54	3.22	0.43
22 カロリー	4.05	9.03	1.19	4.52	7.46	11.54	7.21 ***
23 新商品	0.89	4.32	0.82	3.77	0.98	4.89	0.37
24 味・具材の種類	6.76	11.05	5.26	9.85	8.55	12.10	3.07 **
25 栄養素	1.84	6.18	1.55	5.33	2.18	7.05	1.02
26 その他	0.84	5.91	1.19	7.37	0.44	3.42	1.40
飲料							
27 おいしさ	21.01	12.59	23.19	11.38	18.40	13.47	3.97 ***
28 CM	0.87	4.16	0.69	3.46	1.09	4.87	0.98
29 メーカー名	1.59	5.51	1.37	5.00	1.85	6.07	0.89
30 季節限定商品	1.47	5.01	1.23	4.67	1.74	5.38	1.04
31 量	5.69	9.13	6.58	9.68	4.63	8.32	2.27 *
32 値段	13.21	12.43	13.89	12.37	12.41	12.48	1.23
33 パッケージ	1.07	4.43	1.01	4.34	1.14	4.54	0.32
34 食品添加物	0.40	3.00	0.55	3.69	0.22	1.87	1.21
35 カロリー	3.55	8.72	1.46	5.36	6.04	11.03	5.35 ***
36 新商品	2.82	7.22	2.99	7.62	2.61	6.73	0.54
37 味の種類	11.14	12.78	9.70	12.06	12.85	13.43	2.58 *
38 栄養素	1.76	6.31	1.55	5.78	2.01	6.89	0.75
39 その他	0.32	3.84	0.59	5.20	0.00	0.00	1.76 †

表1 続き

優先事項	全体 n=436		男性 n=237		女性 n=199		t 値
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
日常生活							
40 ファッショングッズ	12.03	7.76	10.79	7.77	13.51	7.50	3.69 ***
41 携帯電話	3.26	5.85	3.45	5.83	3.03	5.88	0.74
42 音楽・映画	5.81	6.67	7.28	6.95	4.06	5.88	5.24 ***
43 雑誌・書籍	5.18	6.75	5.93	7.09	4.27	6.21	2.57 *
44 文具, 雑貨	1.23	3.52	0.97	3.11	1.53	3.94	1.61
45 交際費	10.58	7.81	10.50	8.08	10.68	7.51	0.24
46 普通の飲食費	9.60	7.63	10.22	7.40	8.87	7.86	1.84 †
47 旅行	1.45	4.21	2.08	5.13	0.71	2.56	3.62 ***
48 習い事	0.43	2.43	0.39	2.05	0.47	2.82	0.31
49 美容	3.08	5.15	0.95	2.78	5.61	6.10	9.95 ***
50 日用品	2.35	4.57	2.43	4.56	2.26	4.60	0.39

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$ † $p < .10$

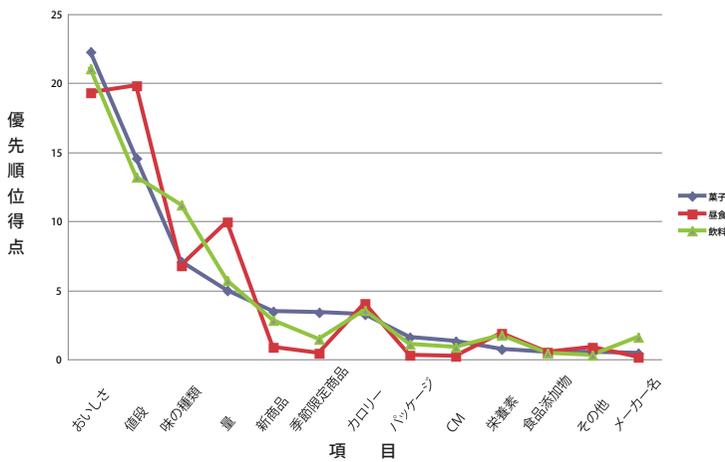


図 飲食物を選択するときの優先順位

表2は日常の使用金額に関する基本統計量を示したものである。1ヶ月間に自由に使用できる平均金額は、42,520円 (SD 30,896)、昼食代は561円 (SD 561)、夕食代は1,104円 (SD 1,854)、菓子代は259円 (SD 505)、1ヶ月間の携帯使用料は8,265円 (SD 4,549)であった。これらの金額について性差を検討するためにt検定を実施したところ、すべての項目において有意差は認められなかった。

また、携帯電話料金の支払者は、本人が149名(33.94%)、家族が278名(63.33%)、不明が12名(2.73%)であった。

表3は5つの使用金額間の相関係数である。菓子代と携帯使用料との間以外において、すべての相関が有意であることが示された。

表2 使用金額の基本統計量および性差の *t* 検定結果

金額 (円)	全体			男性			女性			<i>t</i> 値
	<i>n</i>	Mean	SD	<i>n</i>	Mean	SD	<i>n</i>	Mean	SD	
1 自由に使用できる金額 (1ヶ月)	431	42520.00	30896.00	236	43811.00	33630.00	195	40959.00	27226.00	0.97
2 昼食代 (一食あたり)	437	560.73	958.00	236	606.00	1287.00	201	507.56	220.48	1.16
3 夕食代 (一食あたり)	433	1104.00	1854.00	235	1068.00	2436.00	198	1146.00	696.05	0.47
4 菓子代 (1回あたり)	435	258.56	505.01	235	273.64	677.84	200	240.85	123.91	0.73
5 携帯電話支払金額 (1ヶ月)	430	8265.00	4549.00	246	8271.00	5100.00	194	8258.00	3786.00	0.03

表3 日常の使用金額間の相関係数

	自由に使用できる金額		昼食代		夕食代		菓子代	
	<i>n</i>	<i>r</i>	<i>n</i>	<i>r</i>	<i>n</i>	<i>r</i>	<i>n</i>	<i>r</i>
自由に使用できる金額	431	1.000						
昼食代	429	.301 ***	437	1.000				
夕食代	426	.353 ***	433	.905 ***	433	1.000		
菓子代	428	.260 ***	435	.922 ***	432	.833 ***	435	1.000
携帯使用料	423	.219 ***	429	.102 *	426	.129 **	428	.079

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

(3) 食態度・食行動について

1) 尺度の作成

購入・摂取頻度, 日常の食態度・食行動については, 因子パターンが .30 未満の項目, 因子パターンが 2 因子以上で .30 以上となった項目, クロンバックの α 信頼性係数 (以下, α 係数) を下げる項目を削除した. その結果, 購入・摂取頻度については 6 項目, 日常の食態度・食行動については 10 項目が削除された. 概念的な整合性, スクリーンプロットの変化から購入・摂取頻度, 日常の食態度・食態度についての最適解をそれぞれ 4 因子とした (表 4.5). 各因子の命名は以下の通りである. まず, 購入・摂取頻度については, 第 I 因子は, コンビニでの食べ物の購入に関する項目により構成されていることから「コンビニでの食べ物の購入頻度」とした. 第 II 因子は, 自分または家族が作った食事をとるという項目から構成されており「内食頻度」とした. 第 III 因子は, 飲食店やカフェの利用に関する項目から構成されているので「外食頻度」とした. 第 IV 因子は, 手を加えずに食べられるものを持ち帰って食べるという項目が中心であることから「中食頻度」とした.

日常の食態度・食行動については, 第 I 因子は, 体重, 体型への関心, 食事のコントロールに関する項目により構成されているので, 「ダイエットへの関心」とした. 第 II 因子は, 栄養素添加が表示されている飲食物, サプリメントなどの補助食品を利用することに関する項目が中心であることから「健康食品の摂取」とした. 第 III 因子は, インスタント食品を欠かさず, 食品選択時に原材料名や食品添加物などを気にしないという項目が主となって構成されていることから「食べ物の安全性への無関心」, 第 IV 因子は, 食べるのが楽しみであり, メディアで取りあげられた食べ物を取り寄せるなどを中心とした項目により構成されているので「食への興味・関心」とした.

家族の食事を作ってくれた者についての食態度・食行動では, 第 1 主成分が .30 未満となった 1 項目

が削除された（表6）。家族の食事を作ってくれた者の約8割が母親であり、その者が料理を作ることが苦手で、中食利用が多く、食品添加物に対する配慮が低いことを示す項目から構成されていることから、「料理することや食への母親の消極的態度」と命名した。

以上の過程を経て、購入・摂食頻度の第I因子から第IV因子をScale1～4、日常の食態度・食行動の第I因子～第IV因子をScale5～8、料理することや食への母親の消極的態度の因子をScale9とし、各尺度を構成している項目の和得点（逆転項目は逆換算）を各尺度得点とした。表7は、食態度・食行動の9尺度の基本統計量、尺度間相関、 α 係数を示したものである。 α 係数は、.47～.78の範囲であった。Scale1～3,5,6の5尺度の α 係数は許容できる範囲であったが、Scale4,7～は α 係数が.60を下回り、十分な値とはいえなかった。

表4 食行動の頻度に関する因子分析結果

質問項目	F1	F2	F3	F4	h ²
第I因子 コンビニでの飲食物の購入頻度					
11 食べ物・飲み物をコンビニエンスストアで購入する。	.71	-.05	.00	.12	.56
12 朝食または昼食または夕食をコンビニエンスストアで購入する。	.69	-.11	.11	-.08	.58
第II因子 内食頻度					
2 自分または家族が作った朝食を食べる。	.15	.72	.04	-.15	.55
3 自分または家族が作った昼食を食べる。	-.11	.68	-.03	.16	.48
4 自分または家族が作った夕食を食べる。	-.00	.53	-.20	.02	.36
第III因子 外食頻度					
7 夕食を飲食店で食べる。	.06	-.23	.58	-.04	.46
6 昼食を飲食店で食べる。	.01	-.14	.53	-.02	.33
18 カフェ（スターバックス、ドトールなどのスタイル）を利用する。	.15	.05	.52	.01	.32
5 朝食を飲食店で食べる。	-.08	.06	.42	.29	.24
17 ファーストフード店（ハンバーガー、フライドチキン、牛丼など）を利用する。	.06	-.14	.40	.22	.30
第IV因子 中食頻度					
10 夕食には、手を加えずに食べられるもの（お湯を注ぐだけのカップ入りのインスタント食品も含む）を買って、自宅または外出先に持ち帰って食べる。	.09	-.21	-.02	.58	.49
8 朝食には、手を加えずに食べられるもの（お湯を注ぐだけのカップ入りのインスタント食品も含む）を買って、自宅または外出先に持ち帰って食べる。	.11	.02	-.02	.46	.24
16 カップ麺、カップスープ、袋入りのラーメンなどのインスタント食品やレトルト食品を食べる。	.20	-.04	.05	.33	.20
削除項目					
9 昼食には、手を加えずに食べられるもの（お湯を注ぐだけのカップ入りのインスタント食品も含む）を買って、自宅または外出先に持ち帰って食べる。	.54	.02	-.21	.36	.47
*13 飲み物を持ち歩く。	.42	.29	.20	-.07	.26
*14 あめ・ガム・チョコレートなどのお菓子を持ち歩く。	.35	.25	.25	.01	.22
*1 朝食と昼食の兼用の食事をする。	-.11	-.28	.13	.25	.20
15 デパート地下・スーパー・惣菜店・弁当屋の惣菜や弁当などを購入する。	-.04	.05	.30	.43	.26
*19 自分で料理を作る。	-.22	.18	.08	.40	.18

注：*は α 係数を下げるために削除された項目である。

表5 食態度・食行動の頻度に関する因子分析結果

質問項目	F1	F2	F3	F4	h ²
第Ⅰ因子 ダイエットへの関心					
44 体重または体脂肪の変化が気になる。	.81	-.08	.14	.11	.59
42 できるだけスリムな体型になりたい。	.79	-.13	.23	.12	.56
38 夜遅くに飲み食いをしないようにしている。	.39	-.08	-.27	.01	.25
35 どうしても食べたいものが高カロリー、高脂肪であっても気にせず食べる。	-.45	.04	.13	.27	.35
第Ⅱ因子 健康食品の摂取					
26 お菓子・デザート・飲み物を選ぶとき、「ビタミンC」入りや「カルシウム入り」という表示があるものを買う。	.16	.58	.12	-.05	.41
31 ビタミンが不足しないよう野菜ジュースや果汁 100%ジュースを飲む。	-.13	.58	-.05	.00	.30
30 自分に不足しがちな栄養素は、サプリメントで補う。	-.03	.55	.18	-.06	.26
25 テレビなどで身体によいと紹介された食べ物・飲み物は、試してみる。	.21	.46	-.06	.27	.42
第Ⅲ因子 食べ物の安全性への無関心					
27 インスタント食品やレトルト食品は日常生活に欠かせない。	-.12	.18	.44	-.08	.19
47 自分で料理を作ることはおっくうだ。	.04	-.07	.39	-.20	.14
28 食べ物の味がうすいと物足りなく感じる。	-.05	.25	.39	.05	.18
48 食べ物・飲み物を選ぶとき、原材料名の表示は気にしない。	-.22	-.10	.38	.07	.32
37 食べ物・飲み物がおいしいければ、他のこと（栄養、食品添加物）は気にならない。	-.29	-.03	.33	.27	.42
41 自分が食べる料理に使用されている野菜・お肉などの素材にどれぐらい農薬等が残っているかが気になる。	.14	.17	-.34	.03	.24
39 自分に必要な栄養は、できるだけ肉、魚、野菜などを食べて補う。	-.05	.10	-.46	.17	.20
第Ⅳ因子 食への興味・関心					
40 食べることは、生活の中で楽しみだ。	.08	-.00	-.15	.53	.25
20 テレビ、雑誌等で「おいしいお店」「おいしい食べ物」が紹介されると実際に行ったり、買ったり、取り寄せたりする。	-.01	.24	-.17	.46	.25
21 何か興味があることがあれば、食べることを忘れてしまう。	-.13	.16	.19	-.36	.13
22 食べ物・飲み物にはできるだけお金をかけないようにしている。	.15	-.11	.04	-.43	.19
削除項目					
33 食べ物・飲み物を選ぶとき、カロリーや栄養素の表示を確認する。	.53	.35	-.10	-.04	.63
29 体脂肪を燃やすお茶を見つけたときは買う。	.45	.35	.15	.18	.46
23 自分が1日の中でどれぐらいの栄養を摂取する必要があるかを気にしながら食べる。	.31	.39	-.18	-.19	.52
24 賞味期限が過ぎたものは口にしない。	-.04	.18	.13	.09	.05
*45 何かをしながら（例：テレビ、ゲーム、読書等）食べることがある。	.16	.05	.30	-.07	.08
32 1日に1食、栄養バランスが取れた食事をすれば十分だ。	-.08	.26	.29	-.09	.10
46 おなかがいっぱいになれば、多少おいしさに欠けても満足である。	-.04	.10	.29	-.23	.08
36 風邪をひきかけたら、薬を飲む。	.07	.07	.27	-.06	.05
34 欠かさずしている運動がある。	-.13	.11	-.28	.15	.08
43 1人で食べる食事はわずらわしくなくて気楽である。	.00	.15	.24	-.23	.07

注：*はα係数を下げるために削除された項目である。

表6 家族の食の作り手の食態度・食行動の主成分分析結果

質問項目	第1主成分
50 親は料理を作るのが苦手だ。	.48
49 親は買って来たお惣菜やレトルト・インスタント食品を上手に利用する。	.41
52 親は料理をすることを自分に教えてくれなかった。	.41
54 親は自分が食べるものの善し悪しについて何かとコメントする。	-.39
53 親は食べ物・飲み物に食品添加物が使用されていないものを意識して選んでいる。	-.52
削除項目	
51 親は食べるのが好きだ。	-.10

表7 食態度・食行動9尺度の基本統計量、尺度間相関および α 係数

	項目数	Mean	SD	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	α
Scale1 コンビニでの食べ物の購入頻度	2	6.93	1.94	1.00								.778
Scale2 内食頻度	3	11.31	2.84	-.22	1.00							.703
Scale3 外食頻度	5	12.26	3.37	.33	-.30	1.00						.675
Scale4 中食頻度	3	6.51	2.40	.30	-.26	.24	1.00					.515
Scale5 ダイエットへの関心	4	13.02	3.39	.01	.05	-.13	-.11	1.00				.638
Scale6 健康食品の摂取	4	10.64	3.54	.08	-.07	.15	.05	.24	1.00			.653
Scale7 食べ物の安全性への無関心	7	21.23	4.60	.16	-.20	.21	.24	-.34	-.19	1.00		.597
Scale8 食への興味・関心	4	12.41	2.87	.14	-.10	.20	-.07	.03	.13	.00	1.00	.472
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	5	12.83	3.39	-.00	.03	-.05	.11	-.03	-.04	.24	-.09	.486

n=439

2) 9尺度における性差の検討

9尺度において性差があるか検討するために、 t 検定をおこなった(表8)。その結果、女性の方が男性より、購入・摂食頻度では、コンビニでの食べ物の購入頻度が高く($t=2.82, p<.01$)、外食頻度が少ないこと($t=2.49, p<.05$)、日常の食態度・食行動では、ダイエットへの関心が強く($t=8.09, p<.001$)、栄養

表8 食態度・食行動9尺度における性差の t 検定結果と性別による α 係数

	男性 n=238		女性 n=201		t 値	α	
	Mean	SD	Mean	SD		男性	女性
Scale1 コンビニでの食べ物の購入頻度	6.69	1.87	7.21	1.99	2.82 **	.725	.828
Scale2 内食頻度	11.09	2.94	11.56	2.71	1.71 †	.703	.712
Scale3 外食頻度	12.62	3.39	11.82	3.31	2.49 *	.659	.707
Scale4 中食頻度	6.61	2.35	6.39	2.46	0.96	.519	.509
Scale5 ダイエットへの関心	11.89	3.35	14.35	2.93	8.09 ***	.588	.624
Scale6 健康食品の摂取	10.34	3.54	11.00	3.52	1.98 *	.658	.647
Scale7 食べ物の安全性への無関心	21.42	4.65	21.01	4.54	0.94	.589	.611
Scale8 食への興味・関心	12.05	2.91	12.82	2.78	2.81 **	.445	.487
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	12.74	3.33	12.93	3.46	0.56	.480	.502

*** $p<.001$ ** $p<.01$ * $p<.05$ † $p<.10$

の追加摂取が多く ($t=1.98, p<.05$), 食への興味・関心が強いこと ($t=2.81, p<.01$) が認められた。

また, 9 尺度の α 係数が, 性別に異なるかどうか検討した (表 8). その結果, 9 尺度中 7 尺度は, 女性の α 係数が男性の α 係数よりも高かったが, 全体においても α 係数の低かった Scale4,8,9 については女性の α 係数においても .500 程度であり, 大きな違いはなかった。

3) 性別による 9 尺度間の関連性の検討

9 尺度の尺度間相関を性別に検討するために相関係数を算出した (表 9). その結果, 購入・摂食頻度に関する尺度では, 男女ともすべての尺度間の相関係数が有意であった. すなわち, コンビニでの食べ物の購入頻度が高いほど, 内食頻度が低く (男性: $r=-.195, p<.01$, 女性: $r=-.275, p<.001$), 外食頻度 (男性: $r=.368, p<.001$, 女性: $r=.326, p<.001$), 中食頻度 (男性: $r=.267, p<.001$, 女性: $r=.356, p<.001$) が高いこと, 内食頻度が高いほど, 外食 (男性: $r=-.265, p<.001$, 女性: $r=-.326, p<.001$), 中食頻度 (男性: $r=-.187, p<.01$, 女性: $r=-.338, p<.001$) が低いこと, 外食頻度が高いほど, 中食頻度 (男性: $r=.272, p<.001$, 女性: $r=.206, p<.01$) も高いことが示された。

食態度・食行動に関する尺度では, 男女とも相関係数が有意であったのは, ダイエットへの関心に関する尺度であり, ダイエットへの関心が強いほど, 健康食品の摂取が多く (男性: $r=.226, p<.001$, 女性: $r=.226, p<.01$), 食べ物の安全性に関心が強いこと (男性: $r=-.431, p<.001$, 女性: $r=-.244, p<.001$) が示された. また, 男性のみにおいて健康食品の摂取が多いほど食べ物の安全性に関心が強く ($r=-.244, p<.05$),

表 9 食態度・食行動 9 尺度の性別による尺度間相関

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
男性 $n=238$								
Scale1 コンビニでの飲食物の購入頻度	1.000							
Scale2 内食頻度	-.195 **	1.000						
Scale3 外食頻度	.368 ***	-.265 ***	1.000					
Scale4 中食頻度	.267 ***	-.187 **	.272 ***	1.000				
Scale5 ダイエットへの関心	-.122 †	.053	-.110 †	-.128 *	1.000			
Scale6 健康食品の摂取	.041	.002	.145 *	-.018	.226 ***	1.000		
Scale7 食べ物の安全性への無関心	.174 **	-.170 **	.235 ***	.253 ***	-.431 ***	-.244 *	1.000	
Scale8 食への興味・関心	.106	-.129 *	.161 *	-.064	-.031	.061	-.046	1.000
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	-.009	.026	-.095	.148 *	-.066	-.027	.130 *	-.128 *
女性 $n=201$								
Scale1 コンビニでの飲食物の購入頻度	1.000							
Scale2 内食頻度	-.275 ***	1.000						
Scale3 外食頻度	.326 ***	-.326 ***	1.000					
Scale4 中食頻度	.356 ***	-.338 ***	.206 **	1.000				
Scale5 ダイエットへの関心	.056	-.030	-.074	-.074	1.000			
Scale6 健康食品の摂取	.093	-.193 **	.194 **	.145 *	.226 **	1.000		
Scale7 食べ物の安全性への無関心	.152 *	-.221 **	.166 *	.229 **	-.244 ***	-.110	1.000	
Scale8 食への興味・関心	.144 *	-.084	.294 ***	-.077	.000	.191 **	.077	1.000
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	-.004	-.020	.009	.075	-.013	-.053	.372 ***	-.057

*** $p<.001$ ** $p<.01$ * $p<.05$ † $p<.10$

女性のみにおいて栄養の追加摂取が多いほど食への興味・関心が強いこと ($r=.191, p<.01$) が示された。

購入・摂取頻度と日常の食態度・食行動との間の相関において、男女ともに有意であったのは、次の通りである。すなわち、健康食品の摂取をする者ほど外食頻度が高かった (男性： $r=.145, p<.05$, 女性： $r=.194, p<.01$)。食べ物の安全性への無関心は、購入・摂食頻度に関するすべての尺度との間で有意であり、食べ物の安全性に無関心である者ほど、コンビニでの食べ物の購入頻度 (男性： $r=.174, p<.01$, 女性： $r=.152, p<.05$)、外食頻度 (男性： $r=.235, p<.001$, 女性： $r=.166, p<.05$)、中食頻度 (男性： $r=.253, p<.001$, 女性： $r=.229, p<.01$) が高く、内食頻度が低かった (男性： $r=-.170, p<.01$, 女性： $r=-.221, p<.01$)。さらに、食への興味・関心が強いほど外食頻度が高かった (男性： $r=.161, p<.05$, 女性： $r=.294, p<.001$)。また、男性のみにおいて、ダイエットへの関心が強いほど中食の摂取頻度が低いこと ($r=-.128, p<.05$)、食への興味・関心が強いほど内食頻度が低いこと ($r=-.129, p<.05$) が認められ、女性のみにおいて、健康食品の摂取をする者ほど内食頻度が低く ($r=-.193, p<.01$)、中食頻度が高いこと ($r=.145, p<.05$)、食への興味・関心が強いほどコンビニでの食べ物の購入頻度が高いこと ($r=.144, p<.05$) が認められた。

料理することや食への母親の消極的態度について、男女ともに有意な相関が得られた尺度は、食べ物の安全性への無関心 (男性： $r=.130, p<.05$, 女性： $r=.372, p<.001$) であり、男性のみにおいて、中食頻度 ($r=.148, p<.05$)、食への興味・関心 ($r=-.128, p<.05$) が有意であった。

(4) DEBQ3 尺度, BMI について

表 10 は、DEBQ における 3 尺度と BMI の基本統計量とそれらの相関係数、3 尺度の α 係数である。3 尺度の α 係数は .798 ~ .933 となり、信頼性が高いことが確認された。

3 尺度と BMI の性差を検討するために、独立した 2 群の t 検定をおこなった (表 11)。その結果、すべてにおいて有意差が示され、女性が男性より抑制的摂食 ($t=6.72, p<.001$)、情動的摂食 ($t=5.21, p<.001$)、外発的摂食 ($t=5.79, p<.001$) が高く、BMI が低かった ($t=3.42, p<.001$)。

これらの 4 変数について性別に相関係数を算出した (表 12)。その結果、男女ともに有意であったのは、情動的摂食と抑制的摂食 (男性： $r=.242, p<.001$, 女性： $r=.231, p<.01$)、外発的摂食 (男性： $r=.208, p<.01$, 女性： $r=.260, p<.001$) であった。女性のみにもみられた有意な相関は、外発的摂食と BMI であった ($r=-.194, p<.05$)。また、抑制的摂食と BMI との関連については、男性のみに有意傾向が示されたが ($r=-.119, p<.10$)、女性では無相関であった。

表10 DEBQ3 尺度と BMI の基本統計量と相関係数, 3 尺度の α 係数

	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	抑制的摂食	情動的摂食	外発的摂食	α
抑制的摂食	406	2.71	0.85	1.000			.888
情動的摂食	406	2.15	0.83	.297 ***	1.000		.933
外発的摂食	406	3.31	0.65	.023	.285 ***	1.000	.798
BMI	373	21.02	2.52	.027	-.037	-.102 *	—

*** $p<.001$ * $p<.05$

表11 DEBQ 尺度と BMI の性差についての *t* 検定結果

	男性			女性			<i>t</i> 値
	<i>n</i>	Mean	<i>SD</i>	<i>n</i>	Mean	<i>SD</i>	
抑制的摂食	214	2.54	0.86	192	3.08	0.75	6.72 ***
情動的摂食	214	1.95	0.81	192	2.37	0.80	5.21 ***
外発的摂食	214	3.14	0.63	192	3.50	0.61	5.79 ***
BMI	210	21.40	2.65	163	20.53	2.25	3.42 ***

*** *p*<.001

表12 DEBQ3 尺度と BMI の性別による相関係数

	抑制的摂食	情動的摂食	外発的摂食
男性 <i>n</i> =214			
抑制的摂食	1.000		
情動的摂食	.242 ***	1.000	
外発的摂食	-.017	.208 **	1.000
BMI	.119 †	.009	.034
女性 <i>n</i> =192			
抑制的摂食	1.000		
情動的摂食	.231 **	1.000	
外発的摂食	-.143 *	.260 ***	1.000
BMI	.028	-.006	-.194 *

*** *p*<.001 ** *p*<.01 * *p*<.05 † *p*<.10

(5) 食態度・食行動 9 尺度, DEBQ 尺度, BMI, 使用金額の関連について

1) 食態度・食行動 9 尺度と DEBQ, BMI との関連について

表 13 に食態度・食行動 9 尺度と DEBQ3 尺度, BMI との間の相関係数を示した。男女ともに有意な関連性が認められたのは, 抑制的摂食とダイエットへの関心 (男性: $r=.719, p<.001$, 女性: $r=.710, p<.001$), 健康食品の摂取 (男性: $r=.255, p<.001$, 女性: $r=.334, p<.001$), 食べ物の安全性への無関心 (男性: $r=-.428, p<.001$, 女性: $r=-.194, p<.01$), 外発反応性とコンビニでの食べ物の購入頻度 (男性: $r=.207, p<.01$, 女性: $r=.146, p<.05$), 外食頻度 (男性: $r=.277, p<.001$, 女性: $r=.210, p<.01$), 食べ物の安全性への無関心 (男性: $r=.165, p<.05$, 女性: $r=.268, p<.001$), 食への興味・関心 (男性: $r=.249, p<.001$, 女性: $r=.434, p<.001$) であった。男性のみに有意な相関が得られたのは, 抑制的摂食と中食頻度 ($r=-.196, p<.01$), 外発的摂食と健康食品の摂取 ($r=.164, p<.05$) であり, 女性のみに有意な相関が得られたのは, BMI と外食頻度 ($r=-.178, p<.05$), 食への興味・関心 ($r=-.174, p<.05$) であった。

2) 使用金額と食態度・食行動 9 尺度, DEBQ, BMI との関連について

表 14 は, 使用金額と食態度・食行動 9 尺度, DEBQ, BMI との間の相関係数である。使用金額と食態度・食行動 9 尺度との間において男女ともに有意 (傾向) であったのは以下の通りである。まず, 自由に使用できる金額が多いほど, 購入・摂食頻度においてはコンビニでの飲食物の購入頻度 (男性: $r=.164, p<.05$, 女性: $r=.143, p<.05$), 外食頻度 (男性: $r=.294, p<.001$, 女性: $r=.280, p<.001$) が高く, 内食頻度が低いこと (男性: $r=-.271, p<.001$, 女性: $r=-.345, p<.001$), 日常の食態度・食行動においては, より健康食品の摂取をしており (男性: $r=.135, p<.05$, 女性: $r=.267, p<.001$), 食への興味・関心

表13 食態度・食行動9尺度とDEBQ3尺度, BMIの性別の相関係数

	抑制的摂食		情動的摂食		外発的摂食		BMI	
	n	r	n	r	n	r	n	r
男性								
Scale1 コンビニでの飲食物の購入頻度	214	-.125 [†]	214	.007	214	.207**	210	-.026
Scale2 内食頻度	214	.084	214	.030	214	.029	210	-.000
Scale3 外食頻度	214	-.105	214	.094	214	.277***	210	-.041
Scale4 中食頻度	214	-.196**	214	.072	214	.121 [†]	210	.076
Scale5 ダイエットへの関心	214	.719***	214	.078	214	-.113 [†]	210	.126 [†]
Scale6 健康食品の摂取	214	.255***	214	.122 [†]	214	.164*	210	-.026
Scale7 食べ物の安全性への無関心	214	-.428***	214	-.043	214	.165*	210	.033
Scale8 食への興味・関心	214	-.010	214	.090	214	.249***	210	.105
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	214	-.034	214	-.015	214	-.091	210	-.013
女性								
Scale1 コンビニでの飲食物の購入頻度	192	.083	192	.052	192	.146*	163	-.066
Scale2 内食頻度	192	-.121 [†]	192	-.052	192	-.070	163	.081
Scale3 外食頻度	192	.051	192	.066	192	.210**	163	-.178*
Scale4 中食頻度	192	.022	192	.001	192	.121 [†]	163	.028
Scale5 ダイエットへの関心	192	.710***	192	.158*	192	-.102	163	.143 [†]
Scale6 健康食品の摂取	192	.334***	192	.057	192	.105	163	-.112
Scale7 食べ物の安全性への無関心	192	-.194**	192	-.097	192	.268***	163	-.051
Scale8 食への興味・関心	192	.011	192	.110	192	.434***	163	-.174*
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	192	.020	192	.110	192	.062	163	-.017

 *** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$ † $p < .10$

が高いこと（男性： $r=.232, p<.001$, 女性： $r=.342, p<.001$ ）が認められた。昼食代が多いほど内食頻度が低く（男性： $r=-.154, p<.05$, 女性： $r=-.161, p<.05$ ）、外食頻度が高く（男性： $r=.201, p<.01$, 女性： $r=.282, p<.001$ ）、食への興味・関心が高いこと（男性： $r=.157, p<.05$, 女性： $r=.295, p<.001$ ）が示された。夕食代が多いほど外食頻度が高く（男性： $r=.172, p<.01$, 女性： $r=.143, p<.05$ ）、食への興味・関心が高いこと（男性： $r=.167, p<.05$, 女性： $r=.306, p<.001$ ）が示された。さらに、菓子代が多いほど外食頻度が高く（男性： $r=.152, p<.05$, 女性： $r=.236, p<.001$ ）、携帯使用料が高いほどコンビニでの飲食物の購入頻度（男性： $r=.191, p<.01$, 女性： $r=.234, p<.01$ ）、外食頻度がいずれも高いこと（男性： $r=.269, p<.001$, 女性： $r=.284, p<.001$ ）が認められた。

使用金額とDEBQ3尺度, BMIとの間において男女ともに有意（傾向）であったのは、すべて外発的摂食との間の変数であった。すなわち、外発的摂食をしている者ほど自由に使用できる金額（男性： $r=.128, p<.10$, 女性： $r=.158, p<.05$ ）、昼食代（男性： $r=.115, p<.10$, 女性： $r=.171, p<.05$ ）、夕食代（男性： $r=.147, p<.05$, 女性： $r=.169, p<.05$ ）、携帯使用料（男性： $r=.230, p<.001$, 女性： $r=.132, p<.10$ ）いずれも多いことが示された。

使用金額と食態度・食行動9尺度, DEBQ3尺度, BMIとの間において、男性のみに有意であった相関は次の通りである。すなわち、自由に使用できる金額が多いほどダイエットへの関心が低いこと（ $r=-.149$,

$p<.05$), 携帯使用料が多いほど食への興味・関心が強いこと ($r=.154, p<.05$), 菓子代が多いほど情動的摂食であること ($r=.144, p<.05$) であった。女性のみ有意であった相関は次の通りである。すなわち, 自由に使用できる金額が多いほど料理や食べることに對して母親が積極的な態度を示しており ($r=-.141, p<.05$), BMI が低いこと ($r=-.175, p<.05$), 食べ物の安全性に對して無関心であるほど昼食代 ($r=.184, p<.01$), 菓子代 ($r=.210, p<.01$), 携帯使用料 ($r=.160, p<.05$) が多いこと, 菓子代が多いほど食への興味・関心が強いこと ($r=.181, p<.05$), であった。

表14 日常の使用金額と食態度・食行動9尺度, DEBQ3尺度, BMIの性別による相関係数

	自由に使用できる金額		昼食代		夕食代		菓子代		携帯使用料	
	n	r	n	r	n	r	n	r	n	r
男性										
Scale1 コンビニでの飲食物の購入頻度	236	.164 *	236	.066	235	.077	235	.046	236	.191 **
Scale2 内食頻度	236	-.271 ***	236	-.154 *	235	-.122 †	235	-.122 †	236	-.089
Scale3 外食頻度	236	.294 ***	236	.201 **	235	.172 **	235	.152 *	236	.269 ***
Scale4 中食頻度	236	.027	236	.077	235	.051	235	.082	236	.061
Scale5 ダイエットへの関心	236	-.149 *	236	-.085	235	-.094	235	-.059	236	-.079
Scale6 健康食品の摂取	236	.135 *	236	.051	235	.065	235	.087	236	.048
Scale7 食べ物の安全性への無関心	236	.110 †	236	.014	235	.004	235	.008	236	.075
Scale8 食への興味・関心	236	.232 ***	236	.157 *	235	.167 *	235	.104	236	.154 *
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	236	-.077	236	-.000	235	.037	235	.001	236	-.057
抑制的摂食	212	-.083	212	-.039	211	-.028	212	-.004	212	-.011
情動的摂食	212	-.022	212	.097	211	.107	212	.144 *	212	.127 †
外発的摂食	212	.128 †	212	.115 †	211	.147 *	212	.095	212	.230 ***
BMI	208	-.023	208	.031	207	.037	208	.036	208	.050
女性										
Scale1 コンビニでの飲食物の購入頻度	195	.143 *	201	.103	198	-.032	200	.109	194	.234 **
Scale2 内食頻度	195	-.345 ***	201	-.161 *	198	.011	200	-.120 †	194	-.390 ***
Scale3 外食頻度	195	.280 ***	201	.282 ***	198	.143 *	200	.236 ***	194	.284 ***
Scale4 中食頻度	195	.058	201	.037	198	-.117	200	.072	194	.090
Scale5 ダイエットへの関心	195	-.021	201	-.037	198	-.102	200	-.131 †	194	.081
Scale6 健康食品の摂取	195	.267 ***	201	.098	198	.028	200	.077	194	.130 †
Scale7 食べ物の安全性への無関心	195	.115	201	.184 **	198	.059	200	.210 **	194	.160 *
Scale8 食への興味・関心	195	.342 ***	201	.295 ***	198	.306 ***	200	.181 *	194	.093
Scale9 料理することや食への母親の消極的態度	195	-.141 *	201	-.101	198	-.050	200	-.038	194	-.074
抑制的摂食	186	.093	192	-.036	189	-.059	191	-.107	185	.025
情動的摂食	186	.092	192	-.060	189	.036	191	-.050	185	-.024
外発的摂食	186	.158 *	192	.171 *	189	.169 *	191	.088	185	.132 †
BMI	160	-.175 *	163	-.022	161	-.142 †	163	.123	159	-.074

*** $p<.001$ ** $p<.01$ * $p<.05$ † $p<.10$

4. 考察

(1) 食態度・食行動の9尺度についての妥当性と信頼性の検討

まず妥当性について検討する。本研究の因子分析の結果から、Scale1「コンビニでの食べ物の購入頻度」、Scale2「内食頻度」、Scale3「外食頻度」、Scale4「中食頻度」、Scale5「ダイエットへの関心」、Scale6「健康食品の摂取」、Scale7「食べ物の安全性への無関心」、Scale8「食への興味・関心」、Scale9「料理や食べることに親の消極的な態度」の9尺度を作成した。Scale1～4は食の外部化に関連する尺度であり、Scale5～8は現代社会での食行動の特徴的な側面を測定する尺度であること、Scale9は8尺度について親の料理、食べ物への態度との関連を検討するために作成されている尺度であることから、構成概念妥当性は確認されたといえよう。また、Scale5「ダイエットへの関心」は、DEBQの抑制的摂食と概念的に同質であり、両者間の相関係数が男性において.719、女性において.710となっており、本尺度のみ併存的妥当性が確認できた。今後は、この他の8尺度についても、併存的妥当性を確認していく必要がある。

次に信頼性について検討する。9尺度のうちScale4「中食頻度」、Scale7「食べ物の安全性への無関心」、Scale8「食への興味・関心」、Scale9「料理することや食への母親の消極的な態度」の α 係数が.60未満であった。また、9尺度の α 係数を性別に検討したところ、9尺度中7尺度については、女性の α 係数の方が男性の α 係数よりも高かったが、Scale4「中食頻度」、Scale8「食への興味・関心」、Scale9「料理することや食への母親の消極的な態度」については、男女とも α 係数が.500前後と低く、これらの尺度の α 係数の低さの原因は、本研究が女性のみならず男性も対象としたことが原因とはいえない。そこで、これらの尺度の α 係数の低さの原因として以下の2つが考えられる。第1は、本研究で取りあげた態度・行動自体が、まとまった行動特徴の傾向として存在しない、すなわち、1つ1つの態度・行動は個人に存在したとしても、それらの態度・行動が相互に関連しあうことがないということである。第2は、本研究で取りあげた態度・行動は、20歳～40歳代の女性にはまとまった行動特徴としてみいだされるが、大学生にはそのようにまとまらないということである。先行研究では、食品の購買に大きな影響を与えられとされる20～40歳代の女性を対象としたものが多く(e.g., 斎藤, 1999; 岩村, 2003)、大学生は20～40歳代の女性に比べて金銭的な制約が強だけでなく、日常生活における興味・関心が異なる可能性があり、これらの年代の女性と同様の行動をおこなわないことも考えられる。

(2) 大学生の食態度・食行動の特徴について

本研究の結果から、大学生の食態度・食行動については、次の5つの特徴がみいだされた。

第1は、日常生活における食の優先順位は、趣味に対する優先順位よりは高いが、服飾、交際費に次いで第3位であることである。すなわち、服飾や交際費に対する支出が多ければ、普段の食費が節約される可能性があるといえるが、この点からだけでは大学生が「食を軽視している」とする根拠にはならない。

第2は、大学生の内食頻度の高さは、食の安全性に対する配慮の強さだけでなく、経済的な制約をうけているということである。本研究の結果では、内食頻度が高い者は、コンビニでの食べ物の購入、外食、中食頻度が低く、自由に使用できる金額と昼食代が少なく、食べ物の安全性の関心が強いということが示された。内食が多い者の昼食代の少なさは、内食が多いためと考えることもできるが、自由に使用できる金額が少ないというのは、経済的な制約があることが示唆される。

第3は、抑制的な摂食をする者は、金銭的な条件とは無関係に、栄養・食の安全に配慮していることで

ある。本研究の結果では、ダイエットへの関心、抑制的摂食は、内食頻度、自由に使用できる金額をはじめとする日常の使用金額と無相関（女性においてのみ、抑制的摂食と内食との間に有意な負の相関の傾向がみられ、男性においてのみダイエットの関心と自由に使用できる金額との間に有意な負の相関がみられた）である一方で、健康食品の摂取との間に正の相関が得られ、食べ物への安全性への無関心との間に負の相関が得られた。このように、抑制的な摂食をする者が栄養・食の安全に配慮をしていることは、堀尾ら（2008b）と共通しているが、いわゆる手作りの食事から「ナチュラル」に栄養を摂取することを嗜好していないことが示唆される。

第4は、食への興味・関心は瘦身願望や食の安全性とは関係がなく、経済的な余裕を意味する可能性があり、外発的な食行動を規定する要因であることである。本研究の結果から、食への興味・関心は、ダイエットへの関心、抑制的摂食、食べ物の安全性への無関心との関連がなく、外食頻度の多さ、自由に使用できる金額、昼食代、夕食代の多さと関連した。また、食に対する興味・関心は、外発的摂食と関連しており、食べ物の外的な刺激に喚起される外発的摂食は、もともと食に対する興味・関心から生じるとする概念的な因果関係が想定できる。さらに外発的摂食はコンビニでの飲食物の購入、外食頻度が高く、食べ物の安全性に対して関心が低く、自由に使用できる金額、昼食代、夕食代が多いことが示されている。これらのことから、食に対する興味・関心および外発的摂食は、経済的に余裕がある者のいわゆる享樂的な行動であることが示唆される。

第5は、料理することや食に対して消極的な態度をとる母親の子どもは、食べ物の安全性に対して関心が低いということである。本研究の結果から、料理することや食への母親の消極的な態度は、食費代、コンビニでの飲食物の購入、内食、外食頻度、DEBQ3 尺度、BMI との関連はなく、食べ物の安全性への無関心と正の相関が示された。先行研究では、母親が幼い頃、調理済み食品をより多く摂取していると、自分の子どもにベビーフードを多用したり、外食が多いこと（厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課、2006）、幼児期の食事の取り方が大学生の時点での食習慣、食事観さらには自尊感情、親子関係と関連すること（伊東・竹内・鈴木、2007）など、親の食行動が子どもに影響することがみだされている。本研究では、料理することや食に対して消極的な態度をとる母親の子どもは、家庭において食べ物の安全性を学習する機会に恵まれず、大学生の時点で安全性への関心が低い可能性が指摘できる。

(3) 食態度・食行動の性別の特徴について

本研究で示された性差の結果から、次の6つの特徴がみだされた。

第1は、飲食物の選択の優先順位は、男性は量と値段であり、女性はカロリーと味・具材の種類であることである。また、飲料においてのみ、男性は女性よりおいしさを優先しており、特異的な「こだわり」をもつことが示唆された。

第2は、女性は男性より生理的空腹感に基づき食行動を開始し、満腹感に基づき食行動を終了するという内的要因に基づく食行動が少ないことである。本研究の結果から、日常の使用金額について性差はみられなかったものの、女性は男性より抑制的、情動的、外発的摂食が強く、ダイエット、食への関心が強いことが示された。このことから、女性は金銭的な状況とは無関係に、主に抑制的および食の興味・関心に起因する外発的な食行動をとることが示唆された。

第3は、健康食品の摂取に対する意味づけが性により異なることである。本研究の結果から、女性は男性より健康食品の摂取が多いこと、男性は健康食品の摂取が多いほど食べ物の安全性に関心が強く、外発

反応的であるのに対して、女性は健康食品の摂取が多いほど内食頻度が低く、中食頻度が高く、食への興味・関心が強いことが示された。女性が男性よりも栄養の追加摂取が多いことは先行研究（村上ら、2005；堀尾ら、2008a）と一致している。さらに本研究では、女性は内食の少なさから栄養素を追加摂取しているが、男性は女性でみられたような単純な関係性ではなく、ある意味での食への意識の高さの現れである可能性があることが新たにみいだされた。

第4は、女性における菓子代の高さは食への興味・関心の強さ、食べ物への安全性に対する無関心と関連しており、享乐的な食行動としてとらえることができる。

第5は、BMI、抑制的摂食と関連する要因の性による違いである。すなわち、女性ではBMIが高いほど、自由に使用可能な金額が少なく、外食の頻度が低く、食への興味・関心と外発的摂食が低いこと、抑制的摂食をしている者ほど外発的摂食をしないことがみいだされた。一方男性では、BMIと日常の使用金額、外発的摂食との間、抑制的摂食と外発的摂食との間には関連はみられなかった。従来の研究では、肥満者の多くは瘦身願望が強く、抑制的摂食をしており、その者たちは外発的摂食をすることが指摘されている（長谷川、2009）。本研究では、男女ともBMIが高い者はダイエットへの関心をより強く示す傾向にあったが、特に女性において、抑制的摂食と外発的摂食との間の関連は従来の理論と逆の方向の関連性が示されている。このようにこの原因として、自由に使用できる金額が少ないことが関与しているかもしれない。しかしながら、本研究での身長・体重は実測値ではなく自己報告であり、現状を正確に知覚かつまたは報告していない可能性もある。従って、女性にみられた先行研究との不一致は、現時点で明確に言及することはできない。

第6は、母親の食への態度と関連する要因の違いである。本研究の結果では、料理や食べることに對して母親が消極的であるほど、男性は中食頻度が高く、食への興味・関心が低く、女性は自由に使用可能な金額が低いことが示された。すなわち、母親の食に対する消極性については子どもが男性である場合、母親と類似した特徴がみられる一方で、子どもが女性である場合、母親が料理や食べ物に対して消極的であるということは、家庭の社会経済的地位が低いことを意味するのかもしれない。

5. まとめと今後の課題

本研究では、食の外部化が増大している日本の社会において大学生の食態度・食行動がどのようなものであるか、新たな尺度を作成し、特徴を検討した。その結果、尺度としてコンビニでの購入頻度、内食頻度、外食頻度、中食頻度、ダイエットへの関心、健康食品の摂取、食べ物への安全性への無関心、食への興味・関心、料理することや食への母親の消極的態度がみいだされた。これらの尺度とDEBQの抑制的摂食、情動的摂食、外発的摂食、食の優先順位、日常生活で使用できる金額との間の関連から、大学生全体の特徴、性別による特徴を検討した。大学生全体の特徴としては、①日常生活における食の優先順位は、服飾、交際費に次いで第3位であること、②大学生の内食頻度の高さは、食の安全性に対する配慮の強さだけでなく、経済的な制約をうけていること、③抑制的な摂食をしている者は、金銭的な条件とは無関係に栄養・食の安全に配慮していること、④食への興味・関心は、経済的な余裕を意味する可能性があり、外発的な食行動を規定する要因であること、⑤料理や食べ物に対して消極的な態度をとる母親の子どもは、食べ物への安全性に対して関心が低いことであった。性別にみられた特徴としては、①飲食物の選択の優先順位は、男性は量と値段であり、女性はカロリーと味・具材の種類であること、②女性は男性より生理的空腹感に基づき食行動を開始し、満腹感に基づき食行動を終了するという内的要因に基づく食行動が少ないこと、

③女性は内食の少なさから栄養素を追加摂取しているが、男性は女性でみられたような単純な関係性ではなく、ある意味での食への意識の高さの現れである可能性があること、④女性における菓子代の高さは享乐的な食行動であること、⑤女性においてBMIが高いほど、抑制的摂食であるほど外発的摂食が低いこと、⑥母親の食対する消極性については子どもが男性である場合、母親と類似した特徴がみられる一方で、子どもが女性である場合、母親が料理や食べ物に対して消極的であることと家庭の社会経済的地位が低いことに関連があることがみいだされた。

以上のように、大学生にみられる様々な食態度・食行動の特徴は、経済的要因が影響を与えていることが明らかとなった。これらのことを踏まえて今後の研究課題は次の2点である。第1は、異世代におけるさらなる調査の実施である。考察でも論じたように、本研究で作成した尺度9つのうち4尺度において十分な信頼性が得られなかった。このことが、尺度自体の問題なのか、調査を実施する年代が異なれば解決できる問題なのか、異世代における調査を実施することにより検討したい。第2は、本研究でみいだされた食行動・食態度の特徴について、データマイニング、因果モデルなどの手法を用いて、確認していくことである。すなわち、本研究は基礎的調査として位置づけられ、尺度・変数間の単相関の結果に基づいて、大学生の食態度・食行動の特徴を検討した。今後は特に、食の優先順位、経済的な要因および親の食への態度が大学生の食態度・食行動にどのように影響を与えるのか考えていきたい。

引用文献

- Bruch, H. 1961 Psychological aspects in overeating and obesity. *Psychosomatics*, 5,269-274.
- 外食産業総合調査センター 2008 外食産業統計資料集 2008 年版.
- 長谷川智子 2005 変わる家族の食卓：社会の変化と家族の食. 今田純雄編 食べることの心理学：食べる、食べない、好き、嫌い. 東京：有斐閣, Pp131-153.
- 長谷川智子 2007 食行動への発達心理学的アプローチ：食物摂取・食物選択の心理学的モデルの検討. クレジット研究, 38 別冊, 51-66.
- 長谷川智子 2009 健康な食生活. 島井哲志・長田久夫・小玉正博編 有斐閣アルマシリーズ 健康心理学・入門. 東京：有斐閣, Pp87-103.
- Herman, C. P., & Polivy, J. 1980 Anxiety, restraint and eating behavior. *Journal of Abnormal Psychology*, 84, 666-672.
- 堀尾公子・坪井修平・福山悦子・奥田豊子 2008a 男子および女子大学生における食生活と健康食品利用の比較. 大阪教育大学紀要第Ⅱ部門, 56,35-47.
- 堀尾公子・坪井修平・福山悦子・奥田豊子 2008b 大学生における健康食品の摂取と食生活：健康への配慮による比較. 大阪教育大学紀要第Ⅱ部門, 57,11-24.
- 今田純雄 1994 食行動に関する心理学的研究 (3):日本語版 DEBQ 質問紙の標準化. 広島修大論集 (人文編), 34, 281-291.
- 今田純雄 2005 飽食から“崩”食へ：食べることと社会・文化. 今田純雄編 食べることの心理学：食べる、食べない、好き、嫌い. 東京：有斐閣, Pp155-174.
- 伊東暁子・竹内美香・鈴木晶夫 2007 幼少期の食事経験が青年期の食習慣および親子関係に及ぼす影響. 健康心理学研究, 20, 21-31.
- 岩村暢子 2003 変わる家族変わる食卓：真実に破壊されるマーケティング常識. 東京：勁草書房.

- 梶原公子 2006 食の外部化における若者の生活スタイルと食意識に関する研究. 日本食生活学会誌, 17,59-67.
- Kaplan, H. I., & Kaplan, H. S. 1957 The psychosomatic concept of obesity. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 125, 181-201.
- Khan, M.A. 1981 Evolution of food selection patterns and preferences. *CRC Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 15, 129-153.
- 幸田紗弥華・菅原健介 2009 女子大生のダイエット行動とストレスが Binge Eating に及ぼす影響. 心理学研究, 80, 83-89.
- 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課 2006 平成 17 年度乳幼児栄養調査報告.
- 村上亜由美・荻安利枝・岸本三香子 2005 大学生における食生活の特徴と心身愁訴. 福井大学教育地域科学部紀要V (応用化学 家政学編), 44,1-18.
- 難波敦子・尾立純子・浅野真智子・瓦家千代子・島田豊治・深蔵紀子・安田直子・山本悦子 2001 コンビニエンス・ストアの利用の実態と食生活状況. 栄養学雑誌, 59, 135-145.
- Ogden, J. 2003 *The psychology of eating: From healthy to disordered behavior*. Oxford: Blackwell.
- 日経リサーチ 2004 絶対評価と相対評価の考察. 日経リサーチレポート 2004- II, Pp16-19.
- 斎藤薫 1999 20 代後半～30 代前半 (25～34 歳) 女性の食事観と食生活実態: 「団塊ジュニア世代」を視野に入れながら. 財団法人生活協総合研究所編 激変する食生活と生協事業の課題: 若い世代の食動向分析を中心に, 103-140.
- 斎藤憲 2005 青年期女子のサプリメントの利用実態および食習慣と保健行動. 岩手県立大学盛岡短期大学研究論集, 7,9-14.
- 佐々木敏・辻とみ子・片桐あかね・下田妙子 2000 コンビニエンスストアでの購入食品数と栄養素・食品群摂取量の関連. 日本栄養・食糧学学会誌, 53,215-226.
- Schacter, S., Goldman,R., & Gordon, A. 1968 Effects of fear, food deprivation and obesity on eating. *Journal of Personality and Social Psychology*, 10,91-97.
- Shepherd, R. 1985 Dietary salt intake. *Nutrition and Food Science*, 96, 10-11.
- 渋谷聡 2006 青年期女子のダイエットにおける目標指向性と摂食障害傾向との関係. 健康心理学研究, 19,29-35.
- 総務省統計局 2007 家計調査年報 (家計収支編) 平成 18 年.
- 田崎慎治 2007 大学生における瘦身願望と主観的健康観, および食行動との関連. 健康心理学研究, 20,56-63.
- 浦上涼子・小島弥生・沢宮容子・坂野雄二 2009 男子青年における瘦身願望についての研究. 教育心理学研究, 57,263-273.
- Van Strien, T., Frijters, J.E. R., Bergers, G. P. A., & Defares, P.B. 1986 The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 5, 295-315.

本研究は, 第 1 執筆者に与えられた平成 18 年度科学研究費 (課題番号 16700520), 第 1～3 執筆者に与えられた平成 21 年度科学研究費 (課題番号 20500722) から部分的な助成を受けた。