

中学生の10年間に於ける食生活・生活状況と健康状況の推移

イケダ	ジュンコ	カワモト	ナオキ
池田	順子*	河本	直樹 ^{2*}
ヨネヤマ	キョウコ	シノオカ	イチテル ^{4*}
米山	京子 ^{3*}	完岡	市光 ^{4*}

目的 中学生の健康、生活と食生活の各種項目の10年間の状況とその推移について把握する事を目的とする。

対象と方法 平成3年から12年にかけて、京都府内の某中学校の2年生全員を対象者として、身体計測、血液検査、調査（食生活、生活、健康）を実施した。調査項目は性別に各年度の回答割合を算出し、2期（前半期：1991～1995年、後半期：1996～2000年）に分けた2期間での割合の比較（ χ^2 -検定法）と10年間に於ける各年度の割合の推移を検討（単回帰分析法）、また、身体および血液性状、食生活や疲労状況を評価する各種スコアは2期間の平均値の比較（t-検定）および10年間の推移を検討（単回帰分析法）した。

結果および考察 ①解析対象者数は2,171人（在籍者数の91.0%）であった。②肥満度は男女共に後半期で高い傾向が認められたが、肥満傾向児の割合は男女共に全国平均よりやや低かった。③10年間の血清総コレステロールの推移は女子で増加を、HDL-コレステロールは男女共に増加を、動脈硬化指数は男女共に低下傾向を示した。④疲労自覚症状スコアは年度間の変動が大きく男女共に増減はみられなかった。⑤睡眠時間は女子でのみ短縮される傾向が認められた。⑥生活状況では運動クラブの活動状況や帰宅後の生活時間の使い方に変化がみられた。⑦20項目の食品の取り方では男女の果実、女子の肉、男子のインスタント麺で減少傾向を、男女の乳製品で増加傾向を示した。12項目の食べ方では男女の「夕食が6～7時台」、男子の「弁当毎日持参」と女子の「薄味好み」と「土日の昼食を簡単に」の割合が後半で高かった。⑧4種類の食生活を評価するスコアではカルシウムスコアのみが男女共に後半期で高いという傾向が認められたが、平均値としては好ましい値ではなかった。⑨食品摂取パターンを探り、得られた上位3尺度の年次推移を検討したがいずれにも有意な増減は認められなかった。

以上、中学2年生の食生活、生活や健康状況の10年間の推移を検討した結果、血液性状や生活面での時間の使い方に変化がみられ、食生活においても食品の取り方や食べ方に少数の項目ではあるが変化がみられ、同時に問題点の多い現状であることが把握できた。

Key words : 中学生, 食生活, 食品摂取頻度, ライフスタイル, 健康状態

* 京都文教短期大学家政学科

^{2*} 奈良教育大学家政学科

^{3*} 京都府宇治・久世医師会

連絡先：〒611-0041 宇治市槇島町千足80

京都文教短期大学家政学科 池田順子