

# 女子大学生における隠れ肥満と食習慣およびパーソナリティの関連性

○石原俊一(文教大学人間科学部)

キーワード： 隠れ肥満, 体組成, 食習慣, パーソナリティ, ストレス

## 【目的】

近年、低体重または普通体重であるものの、体脂肪率が高い隠れ肥満者の割合が増加しており、20歳代女性の3~5割という高頻度で、隠れ肥満や隠れ肥満傾向がみられることが報告されている。肥満者では、若年であってもコレステロールや中性脂肪等の異常値出現率が高いことが報告されているが、隠れ肥満は、体重は標準であるが体脂肪量が過剰であるため、過体重による肥満判定では見逃しやすい。隠れ肥満女性は、そのスリムな体型からは肥満やメタボリックシンドロームなどの傾向は連想しにくく、それゆえ本人も周囲も健康に対する危機感、関心を持ちにくい。隠れ肥満は、過体重を示す肥満と同様に動脈硬化性疾患や糖尿病などの生活習慣病との関連も指摘されているため、隠れ肥満に関わる要因を究明し、その予防策を講じることは健康な生活を維持していくうえで重要な課題である。そこで、隠れ肥満の形成要因ともいわれる痩せ願望から引き起こされる食行動異常の程度を調査し、女子大学生のパーソナリティと心理的ストレスとの関連性について調査することを本研究目的とした。

## 【方法】

**被調査者：**女子大学生に質問紙の回答を依頼し、同意の得られた322名(平均19.20歳, SD=2.36)を分析対象者とした。**質問紙：**(1)Eating Attitudes Test-26(EAT-26)日本語版(2)心理的ストレス反応尺度(Stress Response Scale-18; SRS-18)日本語版(3)Neuroticism, Extraversion, Openness-Five-Factor Inventory(NEO-FFI)日本語版大学生用を用いた。**体組成の測定：**体組成計 Body composition analyzer BC-118(TANITA社製)を使用し、体重、体脂肪率、脂肪量、除脂肪量、体水分量、BMIを測定した。**隠れ肥満の判定：**隠れ肥満の判定には、BMIおよび体脂肪率の両値において判定した。BMIでは、日本肥満学会の判定基準であるBMI18.5以上25未満を標準とし、体脂肪率では、27%未満(18~39歳女性)を適正範囲とした。両値とも適正な範囲内である場合標準群とし、BMIが18.5未満の低値あるいは18.5以上25未満の標準値であっても体脂肪率が27%以上30%未満の場合、隠れ肥満傾向群とした。また、BMIが18.5以上25未満の標準値で体脂肪率が30%以上の者を隠れ肥満群とし、BMIが25以上で体脂肪率が30%以上の場合、肥満群とした。**手続き：**質問紙については、パーソナリティ、食行動、ストレスに関する各尺度の実施において、同意を得られた対象者に回答を依頼し、回収した。体組成の測定については、事前に測定前は食後2時間を空け、測定直前の過剰な水分摂取は控えるよう教示したうえで、1人ずつ

実験室に入室させ、実験内容の説明を行った。また、タイツやストッキングの着用の有無、ペースメーカーの使用がないかを確認し、実験参加への同意書に署名を求め、署名が得られた対象に対して測定を行った。体組成測定前に、両手のグリップおよび足部のセンサをエタノールで消毒し、衣類分の重さである0.5kgを減じるよう設定した。

## 【結果と考察】

パーソナリティ・食行動・心理的ストレスの関連性について検討するため、第1にEAT-26の各下位尺度を従属変数とし、NEO-FFIの各下位尺度をそれぞれ独立変数とする重回帰分析を行った。第2にSRS-18の下位尺度を従属変数とし、EAT-26の下位尺度をそれぞれ独立変数とする重回帰分析を行った。

NEO-FFIとEAT-26の重回帰分析結果において、相反する神経症傾向と外向性が高くなることが、食べ物のことで頭がいっぱいであるなど食事に支配させている感覚が増加する傾向が認められた。相反する2つの傾向が同時に高い状態が影響することは解釈が困難で、今後の課題である。また、新しい経験や知識を追い求める傾向である開放性が低いとダイエット行動が増加し、固定的な行動傾向が関係する可能性が示唆される。さらに、社会的スキルが高く、周囲と上手く人間関係を構築できる調和性が低いと嘔吐傾向と摂食へのネガティブ感情が増加し、この2つの傾向が心理的ストレスを増加させている。隠れ肥満と食習慣および心理的特性の関連性に関して、痩せと隠れ肥満では、外向性が低く、食事妄想と嘔吐傾向と摂食へのネガティブ感情が高いと痩せの傾向があることが認められた。

外向性とは、社交的であるが、社交性が外向性を構成している唯一の特性ではない。人が好きなこと、大きな集団や集会在好きなことに加えて、外向的な人は断行的であり、活動的であり、活動的であり、おしゃべりである。すなわち、興奮することや刺激的なことを好み、しかも気質として快活な傾向があるパーソナリティである。

EAT-26とSRS-18の重回帰分析結果において、食習慣が乱れている場合、抑うつと不安が高く、嘔吐傾向や摂食へのネガティブ感情も高くなる結果から、痩せは外向性とは正反対のパーソナリティであることが考えられる。

利益相反開示；発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。  
(ISHIHARA Shunichi)