

## 若年女性における栄養知識と食事摂取量に関する横断研究

### -栄養教育・食育を通じた将来的な生活習慣病予防に向けて-

#### 【助成対象者】

東京大学大学院 医学系研究科社会予防疫学分野  
教授 佐々木 敏

#### 【共同研究者】

東京大学大学院 医学系研究科社会予防疫学分野博士後期課程 3 年  
森 渚  
東京大学大学院 情報学環  
助教 朝倉 敬子

#### 【研究の目的】

【背景と目的】栄養教育は集団における栄養知識を改善し、適切な食習慣を支えることを目的として行うものである。我が国では、2005 年に主に子供を対象とした「食育基本法」が成立した。食育は『「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること』を目的としている。しかし、食育が盛んにおこなわれている反面、栄養知識と食事摂取量との関連を検討した研究は我が国には存在しない。世界的に見ても、疫学的にきちんとデザインされ、妥当性が確認されている質問票を用いて行われた研究は不足している。そこで、本研究は、女子大学生における栄養に関する知識の程度を記述し、栄養知識レベルと食事摂取量との関連を検討することを第一の目的とし、食育をより効果的に行うための介入方法を提案することを第二の目的とした。

#### 【研究の成果】

【方法】2014 年 4 月より、助成対象者らが確立した既存の研究ネットワークを利用して共同研究者の参加校を募り、計 9 大学より協力を得た。当研究室が研究総括事務局となり、各大学の共同研究者を介し、質問票の受け渡しを行った。調査は、2014 年 10 月～12 月に東京近郊・関西の都市部における大学の栄養学科に在籍する 1 年生（381 人）、文系学科に在籍している 1 年生（338 人）を対象に、2 種類の質問票（栄養知識質問票、食事歴法質問票）に回答してもらった（回収率はそれぞれ 59.3%、59.7%）。回収された質問票は共同研究者を介して事務局が回収し、内容確認を行った。不備があった場合は、最大 2 回までの再調査を実施した。紙ベースでの調査であったため、データ入力作業が可能な会社に依頼し、データの電子化を行った。

男子学生（25 名）、年齢が 21 歳以上の者（8 名）、摂取エネルギーが 500kcal/day 未満または

4000kcal/day 以上の者 (1 名) を除外し、計 684 名を解析の対象者とした。年齢、身長、体重は質問票に記入された自己申告の値を使用し、Body mass index (BMI) は、体重 (kg)、身長 (m) の二乗にて算出した ( $\text{kg}/\text{m}^2$ )。居住地、寮生活の有無、食品や料理への興味、栄養への興味、健康への興味、自身の体型への認識、やせ願望、過去一ヶ月間のダイエット歴、朝食摂取頻度、夕食に有する時間、夕食における外食頻度、欠食の影響への考え方、食事の楽しさについて、食習慣を変えることの難しさについて、現在の食習慣改善の必要性、健康や栄養について学ぶことの重要性、健康栄養情報の蔓延に関する主観、フードラベル関連の情報は栄養知識質問票より得た。身体活動の算出はそれぞれの活動の強度 (metabolic equivalent: MET) を当てはめて算出した。睡眠時間は就寝時刻および起床時刻から算出した。すべての変数のうち、連続変数は平均値および標準偏差を、分類変数は割合 (%) を示し、学部別に統計解析を行った。

栄養知識レベルの評価には、基本属性の解析に用いた除外基準を用い、栄養系 354 人、文系学生 330 人を解析対象とした。栄養に関する知識レベルを評価する質問票は、文部科学基盤研究 (C) 「児童と保護者の栄養知識を問う質問票開発及び栄養知識と栄養摂取の関連の定量的評価」 (研究責任者: 朝倉敬子) にて事前に開発を行った 4 つの要素からなる成人向けのものを用いた。「食品中の栄養素」、「栄養素の機能」、「食品の適切な摂取量」、「栄養素と健康影響」、各要素の正答率を求め、全体の正答率を算出した。

食事摂取量の評価には、研究責任者の佐々木が開発し、妥当性の確認されている食事歴法質問票 (DHQ) を用い、各栄養素摂取量、食品群摂取量を算出した。栄養知識レベルの評価にて用いた除外基準を用いて計 684 人を解析対象とした。各栄養素および食品群摂取量は密度法によるエネルギー調整値を算出し、エネルギー、21 種類の栄養素、13 種類の食品群を Student の t 検定を用いて学部間比較を行った。

栄養知識の主な情報源であると考えられるメディアに関する質問項目 (Media Exposure Questionnaire: MEQ) およびメディアのメッセージをどれだけ内面化し影響を受けているかを評価する質問項目 (Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3 (SATAQ-3) の日本語短縮版) も栄養知識質問票に追加し、評価を行った。栄養知識レベルの評価にて用いた除外基準に MEQ の 8 項目のうち、いずれかの質問回答が欠けていた者を除外し 683 名を解析対象とした。

#### 【結果】

- 1) 基本属性: 学部間で統計学的に有意であった項目は、寮生活の有無 ( $p=0.008$ )、居住地域 ( $p<.0001$ )、食品や料理への興味 ( $p<.0001$ )、栄養への興味 ( $p<.0001$ )、健康への興味 ( $p<.0001$ )、欠食の影響への考え方 ( $p=0.04$ )、健康や栄養について学ぶことの重要性 ( $p<.0001$ )、フードラベル関連項目すべてであった ( $p=0.0005$ ,  $p<.0001$ ,  $p=0.0004$ )。栄養学科の学生において、栄養知識と関連のある項目で文系学科よりも高い傾向が見られた。[表 1]
- 2) 栄養知識レベルの評価: 全体における正答率は、57.6%であった。栄養系と文系学生における正答率はそれぞれ 60.3%、54.7%であり、統計学的に有意に異なっていた[表 2]。
- 3) 食習慣の評価: エネルギー摂取量は全体で 1763.3kcal であり、学部間の有差は認められなかった。栄養素摂取量では、ビタミン B1 ( $p=0.006$ ) でのみ学部間で異なっており、食品群では、穀類 ( $p=0.03$ ) および果物類 ( $p=0.008$ ) で有意な差が認められた。[表 3] 学部間での食習慣が大きく異

ならなかったことを受け、学部の違いを考慮せず一つの集団として扱って解析を行った。対象者を栄養知識レベルに応じて低・中・高の 3 分位に分け、各食品群、栄養摂取量を一元配置分散分析(ANOVA)にて 3 群間の有意差を検討した。多変量モデルには栄養知識に影響する因子を栄養知識別に検討した後、学部および身体活動レベル(METS)を加え、傾向性を検討した。学部および身体活動レベルの影響を調整すると、たんぱく質( $p<.0001$ )、ビタミン A( $p=0.01$ )、葉酸( $p=0.03$ )、マグネシウム( $p=0.005$ )、穀類( $p=0.02$ )、野菜類( $n=0.05$ )、乳製品( $p=0.04$ )で有意差が認められたため、栄養知識と食事摂取量との間には関連があると考えられる。

- 4) メディア暴露状況とメディア情報の内在化：学部間で異なっていた項目は、新聞を買う頻度( $p=0.04$ )、月刊雑誌を読む頻度( $p<.0001$ )、健康や病気の予防に関する情報を受け取ったか否か( $p<.0001$ )、インターネット新聞を読むか否か( $p<.0001$ )、ネットニュースを読むか否か( $p=0.04$ )であった。[表 4] 新聞を購入する頻度や雑誌を読む頻度は文系学生で高い傾向にあった。また、インターネット新聞やネットニュースについても文系学生で読むと答えた割合が高かった。次に、メディアの情報の内在化については、栄養知識レベルの評価にて用いた除外基準に SATAQ-3 の 9 項目のうち、いずれかの質問回答が欠けていた者を除外し、683 人を解析対象とした。これについてはすべての項目で学部間の差は認められなかった。[表 5]

**【考察】** 栄養系と文系学生における正答率はそれぞれ 60.3%、54.7%であり、統計学的に有意に異なっていたものの、学部間で異なっていた栄養素はビタミン B のみ、食品群では、穀類および果物類のみであった。この結果より学部間での食事摂取量の差は少ないと考えられる。学部を混ぜての解析では、栄養知識レベルが高いとたんぱく質、マグネシウム、野菜の摂取量が高くなるのは、先行研究の結果と一致している。一方で、栄養知識が高い群で穀類の摂取量が有意に低くなっていたが、これは先行研究とは逆の結果であった。穀類の摂取量が低いという事実は日本のメディアの影響(低炭水化物ダイエット)や若年女性層のやせ願望が強く影響していると考えられ、日本人の若年女性特有の現象である可能性が高い。

#### 【今後の課題】

**【栄養知識と食事摂取量の関連】** 現在は前述のデータを基に、論文執筆を行っている。

**【メディアの暴露状況と食事摂取量の関連】** 現在解析中であるが、メディアの暴露状況(MEQ)の回答を主成分分析にてスコア化し、3分位に分けた上で食事摂取量との関連を検討している。先行研究ではメディアの暴露が多いほど健康的な食事をしていたとの報告があり、メディアを介して健康栄養情報を伝えていく重要性を述べている。しかし、本研究結果よりメディアに多く暴露しているほど、栄養知識が有意に低くなっており、日本では同様の結果は期待できないと考えられる。並行して、メディア暴露レベルと BMI、やせ願望との関連についても検討中である。

**【メディア情報の内在化と諸因子との関連】** これについても SATAQ の解答をスコア化し、3分位に分けた上で食事摂取量、BMI、やせ願望、栄養知識との関連を検討している。

#### 【本研究に関する主な発表論文、投稿等】

現在準備中。

表1. 解析対象者(栄養系学生354人、文系学生330人)の基本属性(平均値±標準偏差または人数および割合(%)).

	全体 (n=684)	栄養系学生 (n=354)	文系学生 (n=330)	p†
<b>年齢</b>	18.6±0.6	18.6±0.6	18.7±0.6	0.52
18歳	272 (39.8)	144 (40.7)	128 (38.8)	0.77
19歳	384 (56.1)	197 (55.7)	187 (56.7)	
20歳	28 (4.1)	13 (3.7)	15 (4.6)	
身長 (cm)	158.2±5.2	158.2±5.1	158.1±5.3	0.71
体重 (kg)	50.9±6.7	51.2±6.6	50.6±6.8	0.25
<b>BMI (kg/m<sup>2</sup>)</b>	20.3±2.4	20.4±2.4	20.2±2.4	0.26
低体重	128 (18.7)	68 (19.2)	60 (18.2)	0.71
標準	531 (77.6)	275 (77.7)	256 (77.6)	
過体重以上	25 (3.7)	11 (3.1)	14 (4.2)	
<b>寮生活</b>				
寮生活をしている	73 (10.7)	27 (7.6)	46 (13.9)	0.008
寮生活をしていない	611 (89.3)	327 (92.4)	284 (86.1)	
<b>居住地域</b>				<.0001
北海道および東北	2 (0.3)	2 (0.6)	0 (0.0)	
関東	202 (29.8)	154 (44.0)	48 (14.6)	
北陸および東海	26 (3.8)	9 (2.6)	17 (5.2)	
近畿	434 (64.0)	181 (51.7)	253 (77.1)	
中国および四国	11 (1.6)	1 (0.3)	10 (3.1)	
九州	3 (0.4)	3 (0.9)	0 (0.0)	
<b>居住市区町村</b>				
区	184 (27.2)	83 (23.8)	101 (30.8)	0.09
市	458 (67.7)	245 (70.2)	214 (64.9)	
町および村	35 (5.2)	21 (6.0)	14 (4.3)	
<b>食品や料理への興味</b>				<.0001
ある	586 (85.7)	352 (99.4)	234 (70.9)	
ない	98 (14.3)	2 (0.6)	96 (29.1)	
<b>栄養への興味</b>				<.0001
ある	559 (81.7)	353 (99.7)	206 (62.4)	
ない	125 (18.3)	1 (0.3)	124 (37.6)	
<b>健康への興味</b>				<.0001
ある	612 (89.5)	351 (99.2)	261 (79.1)	
ない	72 (10.5)	3 (0.9)	69 (20.9)	
身体活動量 (METs時/日)	34.5±7.6	34.0±6.1	34.9±9.0	0.13
<b>自身の体型への認識</b>				0.85
やせている	76 (11.1)	37 (10.5)	39 (11.8)	
ちょうどよい	241 (35.2)	125 (35.3)	116 (35.2)	
太っている	367 (53.7)	192 (54.2)	175 (53.0)	
<b>やせ願望</b>				0.38
ある	493 (72.1)	250 (70.6)	243 (73.6)	
ない	191 (27.9)	104 (29.4)	87 (26.4)	
<b>過去一ヶ月間のダイエット歴</b>				0.73
ある	557 (81.4)	290 (81.9)	267 (80.9)	
ない	127 (18.6)	64 (18.1)	63 (19.1)	
<b>朝食</b>				0.84
毎日食べる	504 (73.7)	257 (72.6)	247 (74.9)	
週に1~3日食べない日がある	142 (20.8)	75 (21.2)	67 (20.3)	
週に4~6日食べない日がある	30 (4.4)	17 (4.8)	13 (3.9)	
まったく食べない	8 (1.2)	5 (1.4)	3 (0.9)	
<b>夕食にかかる時間</b>				0.72
10分未満	10 (1.5)	5 (1.4)	5 (1.5)	
10~30分	411 (60.1)	212 (60.0)	199 (60.3)	
30分~1時間	254 (37.1)	134 (37.9)	120 (36.4)	
1時間以上	9 (1.3)	3 (0.9)	6 (1.8)	
<b>外食の頻度(夕食)</b>				0.19
ほとんどない	89 (13.0)	47 (13.3)	42 (12.7)	
月1回未満	103 (15.1)	59 (16.7)	44 (13.3)	
週1回以下、月1回以上	370 (54.1)	195 (55.1)	175 (53.0)	

週2回以上	122 (17.8)	53 (15.0)	69 (20.9)	
<b>欠食の影響(仕事の能率等)</b>				0.04
とてもそう思う	255 (37.3)	150 (42.4)	105 (31.8)	
そう思う	283 (41.4)	135 (38.1)	148 (44.9)	
あまり思わない	123 (18.0)	57 (16.1)	66 (20.0)	
思わない	23 (3.4)	12 (3.4)	11 (3.3)	
<b>食事をすることは楽しい</b>				0.47
とてもそう思う	471 (68.9)	251 (70.9)	220 (66.7)	
そう思う	197 (28.8)	95 (26.8)	102 (30.9)	
あまり思わない	15 (2.2)	7 (2.0)	8 (2.4)	
思わない	1 (0.2)	1 (0.3)	0 (0.0)	
<b>食習慣は変えるのが難しい</b>				0.72
とてもそう思う	73 (10.7)	37 (10.5)	36 (10.9)	
そう思う	283 (41.4)	150 (42.4)	133 (40.3)	
あまり思わない	308 (45.0)	159 (44.9)	149 (45.2)	
思わない	20 (2.9)	8 (2.3)	12 (3.6)	
<b>現在の食習慣を変える必要はない</b>				0.08
とてもそう思う	30 (4.4)	10 (2.8)	20 (6.1)	
そう思う	140 (20.5)	67 (18.9)	73 (22.1)	
あまり思わない	413 (60.4)	227 (64.1)	186 (56.4)	
思わない	101 (14.8)	50 (14.1)	51 (15.5)	
<b>健康や栄養について学ぶことの重要性</b>				<.0001
とてもそう思う	439 (64.2)	286 (80.8)	153 (46.4)	
そう思う	239 (34.9)	68 (19.2)	171 (51.8)	
あまり思わない	6 (0.9)	0 (0.0)	6 (1.8)	
<b>健康栄養情報が多すぎる</b>				0.18
とてもそう思う	157 (23.0)	86 (24.3)	71 (21.5)	
そう思う	417 (61.0)	219 (61.9)	198 (60.0)	
あまり思わない	104 (15.2)	48 (13.6)	56 (17.0)	
思わない	6 (0.9)	1 (0.3)	5 (1.5)	
<b>フードラベルについて知っていますか</b>				0.0005
知っている	644 (94.2)	344 (97.2)	300 (90.9)	
知らない	40 (5.9)	10 (2.8)	30 (9.1)	
<b>ラベルを見ますか</b>				<.0001
はい	569 (83.2)	318 (89.8)	251 (76.1)	
いいえ	113 (16.5)	35 (9.9)	78 (23.6)	
わからない	2 (0.3)	1 (0.3)	1 (0.3)	
<b>ラベルの内容で買うか買わないか決める</b>				0.0004
はい	468 (68.4)	266 (75.1)	202 (61.2)	
いいえ	210 (30.7)	85 (24.0)	125 (37.9)	
わからない	6 (0.9)	3 (0.9)	3 (0.9)	
睡眠時間(時/日)	6.6±1.8	6.6±2.1	6.6±1.5	0.57

BMI; body mass index, METS; metabolic equivalents.

† 学部間の有意差を検討した。連続変数はStudentのt検定を、分類変数はカイ二乗検定を行った。

表2. 学部別(栄養系学生354人、文系学生330人)の栄養知識質問票の正答率。

栄養知識質問票における4つの要素	全体 (n=684)		栄養系 (n=354)		文系 (n=330)		p <sup>†</sup>
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
食品中の栄養素	69.4	15.0	73.3	13.2	65.4	15.8	<.0001
栄養素の機能	72.3	15.9	75.9	14.7	68.4	16.2	<.0001
食品の適切な摂取量	47.4	21.2	53.2	20.9	41.1	19.6	<.0001
栄養素と健康影響	59.2	13.8	59.9	12.9	58.5	14.6	0.18
全体	57.6	10.0	60.3	9.0	54.7	10.3	<.0001

†学部間で有意差をStudentのt検定にて検討した。

表3. 学部別(栄養系学生354人、文系学生330人)の栄養素および食品群摂取量(密度法によるエネルギー調整済値、平均値±標準偏差).

	全体 (n=684)		栄養系学生 (n=354)		文系学生 (n=330)		p <sup>†</sup>
エネルギー (kcal/day)	1763.3	524.4	1789.9	554.4	1734.8	489.6	0.17
たんぱく質 (% energy)	13.0	2.1	13.1	2.0	12.9	2.3	0.44
脂質 (% energy)	29.7	6.4	30.1	6.0	29.4	6.7	0.15
飽和脂肪酸 (% energy)	8.6	2.4	8.8	2.4	8.5	2.5	0.1
炭水化物 (% energy)	56.0	7.3	55.6	6.7	56.4	7.9	0.17
食物繊維 (g/1000kcal)	6.1	1.8	6.2	1.8	6.0	1.9	0.41
ビタミンA (μg/1000kcal)	257.4	205.6	255.0	162.3	259.9	243.8	0.75
β-カロテン (μg/1000kcal)	1353.2	1057.9	1399.0	1011.5	1304.0	1105.1	0.24
ビタミンD (μg/1000kcal)	2.9	2.1	3.1	2.3	2.8	1.8	0.06
ビタミンB1 (mg/1000kcal)	0.4	0.1	0.4	0.1	0.4	0.1	0.006
ビタミンB2 (mg/1000kcal)	0.7	0.2	0.7	0.2	0.7	0.2	0.35
ナイアシン (mg/1000kcal)	6.9	2.0	6.9	1.9	6.8	2.2	0.78
ビタミンB6 (mg/1000kcal)	0.5	0.1	0.5	0.1	0.5	0.2	0.16
ビタミンB12 (mg/1000kcal)	2.5	1.3	2.6	1.2	2.5	1.4	0.5
葉酸 (μg/1000kcal)	141.2	51.2	140.6	45.0	141.8	57.1	0.76
パントテン酸 (mg/1000kcal)	2.9	0.6	3.0	0.5	2.9	0.6	0.31
ビタミンC (mg/1000kcal)	45.4	23.9	46.3	23.4	44.5	24.5	0.33
ナトリウム (mg/1000kcal)	2063.6	617.4	2076.5	582.0	2049.8	653.9	0.57
カリウム (mg/1000kcal)	1040.5	280.0	1052.1	245.4	1028.0	312.7	0.26
カルシウム (mg/1000kcal)	247.2	88.4	252.3	86.4	241.8	90.2	0.12
マグネシウム (mg/1000kcal)	111.7	26.8	112.5	25.4	110.8	28.4	0.4
鉄 (mg/1000kcal)	3.6	0.9	3.6	0.9	3.6	1.0	0.9
<b>Food intake (g/1000kcal)</b>							
穀類	221.7	72.2	216.2	65.7	227.7	78.3	0.03
めし	153.1	69.7	150.6	63.2	155.9	76.1	0.32
パン	20.8	16.6	20.0	15.8	21.7	17.5	0.16
麺類	40.1	41.5	38.5	36.3	41.8	46.4	0.3
いも類	15.7	11.3	15.8	10.8	15.6	11.7	0.77
砂糖・菓子類	57.3	29.3	59.1	29.9	55.5	28.6	0.11
油脂類	12.7	7.5	12.7	8.0	12.7	6.8	0.92
果物類	29.4	33.8	32.7	35.5	25.8	31.4	0.008
野菜類	97.0	58.6	99.8	55.6	94.1	61.6	0.21
魚介類	22.8	15.0	23.4	14.9	22.2	15.1	0.31
肉類	38.0	19.0	37.9	17.6	38.1	20.4	0.87
卵類	19.6	16.7	20.3	14.9	19.0	18.5	0.31
乳類	22.4	25.0	23.7	25.5	20.9	24.4	0.14

† 学部間で有意差をStudentのt検定にて検討した。

‡ 栄養素および食品群摂取量は密度法にてエネルギー調整を行った。

表4. 学部別(栄養系学生352人、文系学生331人)のメディア暴露状況(人数および割合(%)).

Media Exposure Questionnaireの項目	全体 (n=683)	栄養系学生 (n=352)	文系学生 (n=331)	p <sup>†</sup>
<b>テレビのニュースを見る頻度</b>				0.63
1日に何回も	36 (5.3)	18 (5.1)	18 (5.4)	
毎日	301 (44.1)	162 (46.0)	139 (42.0)	
週に数日	259 (37.9)	133 (37.8)	126 (38.1)	
月に数日	301 (5.4)	18 (5.1)	19 (5.7)	
ほとんど見ない	36 (7.3)	21 (6.0)	29 (8.8)	
<b>新聞を買う頻度(週あたり)</b>				0.04
毎日	150 (22.0)	74 (21.0)	76 (23.0)	
4-5回	7 (1.0)	0 (0.0)	7 (2.1)	
数回	11 (1.6)	5 (1.4)	6 (1.8)	
ほとんど買わない	515 (75.4)	273 (77.6)	242 (73.1)	
<b>新聞を読む頻度(週あたり)</b>				0.65
毎日	13 (1.9)	8 (2.3)	5 (1.5)	
4-5回	7 (1.0)	4 (1.1)	3 (0.9)	
数回	62 (9.1)	28 (8.0)	34 (10.3)	
ほとんど読まない	601 (88.0)	312 (88.6)	289 (87.3)	
<b>月刊雑誌を買う頻度(年あたり)</b>				0.45
月に1回	123 (18.0)	68 (19.3)	55 (16.6)	
年に4回以下	118 (17.3)	64 (18.2)	54 (16.3)	
ほとんど買わない	442 (64.7)	220 (62.5)	222 (67.1)	
<b>月刊雑誌を読む頻度(年あたり)</b>				0.001
月に1回	102 (14.9)	36 (10.2)	66 (19.9)	
年に4回以下	117 (17.1)	68 (19.3)	49 (14.8)	
ほとんど読まない	464 (67.9)	248 (70.5)	216 (65.3)	
<b>健康や病気の予防に関する情報</b>				<.0001
はい	499 (73.1)	282 (80.1)	217 (65.6)	
いいえ	184 (26.9)	70 (19.9)	114 (34.4)	
<b>インターネットで新聞を読みますか</b>				<.0001
はい	118 (17.3)	38 (10.8)	80 (24.2)	
いいえ	565 (82.7)	314 (89.2)	251 (75.8)	
<b>ネットニュースを読みますか</b>				0.04
はい	489 (71.6)	240 (68.2)	249 (75.2)	
いいえ	194 (28.4)	112 (31.8)	82 (27.8)	

† 学部間の有意差をカイ二乗検定にて検討した。



表5. 学部別(栄養系学生354人、文系学生330人)のメディア情報内在化状況(人数および割合(%)).

SATAQの項目	全体 (n=683)	栄養系学生 (n=353)	文系学生 (n=330)	p <sup>†</sup>
テレビや雑誌を見ているとやせなければならないというプレッシャーを感じる				0.74
とても感じる	77 (11.3)	38 (10.8)	39 (11.8)	
たいてい感じる	211 (30.9)	105 (29.8)	106 (32.1)	
どちらでもない	186 (27.2)	104 (29.5)	82 (24.9)	
たいてい感じない	110 (16.1)	57 (16.2)	53 (16.1)	
まったく感じない	99 (14.5)	49 (13.9)	50 (15.2)	
テレビや雑誌を見ているとダイエットしなければならないというプレッシャーを感じる				0.97
とても感じる	70 (10.3)	37 (10.5)	33 (10.0)	
たいてい感じる	190 (27.8)	101 (28.6)	89 (27.0)	
どちらでもない	203 (29.7)	105 (29.8)	98 (29.7)	
たいてい感じない	122 (17.9)	62 (17.6)	60 (18.2)	
まったく感じない	98 (14.4)	48 (13.6)	50 (15.2)	
テレビや雑誌を見ていると体重を減らさなければならないというプレッシャーを感じる				0.53
とても感じる	74 (10.8)	34 (9.6)	40 (12.1)	
たいてい感じる	189 (27.7)	102 (28.9)	87 (26.4)	
どちらでもない	186 (27.2)	102 (28.9)	84 (25.5)	
たいてい感じない	131 (19.2)	67 (19.0)	64 (19.4)	
まったく感じない	103 (15.1)	48 (13.6)	55 (16.7)	
映画に出ている芸能人のような体型・スタイルになりたい				0.21
とても思う	191 (28.0)	86 (24.4)	105 (31.8)	
たいてい思う	288 (42.2)	159 (45.0)	129 (39.1)	
どちらでもない	123 (18.0)	62 (17.6)	61 (18.5)	
たいてい思わない	52 (7.6)	30 (8.5)	22 (6.7)	
まったく思わない	29 (4.3)	16 (4.5)	13 (3.9)	
雑誌に出ていモデルのような体型・スタイルになりたい				0.64
とても思う	185 (27.1)	87 (24.7)	98 (29.7)	
たいてい思う	271 (39.7)	143 (40.5)	128 (38.8)	
どちらでもない	138 (20.2)	73 (20.7)	65 (19.7)	
たいてい思わない	50 (7.3)	28 (7.9)	22 (6.7)	
まったく思わない	39 (5.7)	22 (6.2)	17 (5.2)	
歌のPVに出ているモデルのような見た目になりたい				0.91
とても思う	139 (20.4)	68 (19.3)	71 (21.5)	
たいてい思う	217 (31.8)	117 (33.1)	100 (30.3)	
どちらでもない	203 (29.7)	103 (29.2)	100 (30.3)	
たいてい思わない	83 (12.2)	43 (12.2)	40 (12.1)	
まったく思わない	41 (6.0)	22 (6.2)	19 (5.8)	
雑誌に出ている写真は流行のファッションや“美”に関する重要な情報源である				0.49
とても思う	166 (24.3)	79 (22.4)	87 (26.4)	

	たいてい思う	317 (46.4)	165 (46.7)	152 (46.1)	
	どちらでもない	134 (19.6)	69 (19.6)	65 (19.7)	
	たいてい思わない	50 (7.3)	31 (8.8)	19 (5.8)	
	まったく思わない	16 (2.3)	9 (2.6)	7 (2.1)	
有名人は流行のファッションや”美”に関する重要な情報源である					0.74
	とても思う	128 (18.7)	63 (17.9)	65 (19.7)	
	たいてい思う	287 (42.0)	143 (40.5)	144 (43.6)	
	どちらでもない	182 (26.7)	99 (28.1)	83 (25.2)	
	たいてい思わない	63 (9.2)	36 (10.2)	27 (8.2)	
	まったく思わない	23 (3.4)	12 (3.4)	11 (3.3)	
テレビのCMは流行のファッションや”美”に関する重要な情報源である					0.65
	とても思う	85 (12.5)	38 (10.8)	47 (14.2)	
	たいてい思う	251 (36.8)	128 (36.3)	123 (37.3)	
	どちらでもない	242 (35.4)	131 (37.1)	111 (33.6)	
	たいてい思わない	76 (11.1)	40 (11.3)	36 (10.9)	
	まったく思わない	29 (4.3)	16 (4.5)	13 (3.9)	

† 学部間の有意差をカイ二乗検定にて検討した。