

女子短大生の心理的特徴におよぼす食生活の影響 (第2報)

- 栄養素摂取量と欲求不満行動との関連性 -

○石村哲代 近藤淑子 (四條畷学園短大)

目的 前報で、女子短大生を対象に食生活関連の20項目より成る食生活実態調査と絵面欲求不満テスト(P-Fスタディ)を実施し、食生活の適否が学生の欲求不満行動に及ぼす影響について検討したところ、総じて食生活の水準の高い者に主として自己防御型の、又食生活の水準の低い者に主として障害優位型の反応を示す傾向が認められ、不適切な食生活が欲求不満場面における攻撃行動の一因となっていることを示唆する結果を得た。

そこで本報ではこうした学生の欲求不満行動に、食生活のどのような側面がより深く関わっているのかを明らかにしていくための第一歩として、日常の栄養素摂取量との関連性を中心に検討を試みることにした。

方法 調査期間と調査対象は前報と同じ。栄養素摂取量は厚生省健康の指標策定委員会案の食物摂取状況調査結果より1日当たりの概ねのエネルギー、たんぱく質、脂質、食塩摂取量を算出した。一方欲求不満行動の測定は前報と同様にP-Fスタディによった。

結果 ①栄養素摂取量の \bar{x} (標準偏差)は、エネルギーが1434kcal(323.6)、脂質が43g(12.6)、たんぱく質が55g(14.8)、食塩が13g(3.1)であった。②欲求不満行動の中、障害優位型の反応とエネルギー、及び脂質摂取量間には負の相関性が、又自己防御型の反応とエネルギー、脂質、及びたんぱく質摂取量間には正の相関性が認められた。③t検定の結果、エネルギー摂取量が極端に少ない者は所要量摂取の者に比べて障害優位型の反応が有意に多く見られる等、栄養素摂取量の適否の欲求不満行動への影響が認められた。

1) 日本家政学会第51回研究発表要旨集, 170(1999)