

男子学生における喫煙と食生活状況および 食生活に対する意識との関連性について

ソガベナツコ* マルヤマリエコ* サトウ カズト* ゴセキ ソネ マサエ*
曾我部夏子* 丸山里枝子* 佐藤 和人^{2*} 五関(曾根) 正江*

目的 男子学生を対象として、喫煙者の食生活状況および食生活の実態を把握することを目的とした。

方法 男子学生277人を対象に、自記式調査票を用いて、食行動や食態度、食品摂取頻度や生活習慣に関して調査を行った。さらに、踵骨音響的骨評価値測定、身長、体重、体脂肪測定、握力測定を行った。

結果 本対象者の喫煙率は22.4%であった。体格や握力、骨量では、喫煙者と非喫煙者との差はみられなかった。食生活状況では、「食事を決まった時間にとっている」、「食生活を点検する習慣を持っている」、「健康であるために役立つ食生活のサポートを受けたいと思う」、「かっこよくあるために役立つ食生活のサポートを受けたいと思う」の項目が、喫煙者は非喫煙者に比べて、「はい」と答えた者の割合が有意に低かった（それぞれ $P < 0.05$ ）。欠食状況については、喫煙者が非喫煙者に比べ、欠食する者の割合が有意に高値を示した（ $P = 0.002$ ）。さらに、飲酒習慣がある者の割合は、喫煙者で有意に高く（ $P = 0.001$ ）、運動習慣がある者の割合は、喫煙者が有意に低かった（ $P < 0.001$ ）。

結論 男子学生において喫煙者は、非喫煙者に比べて、食生活が不規則で、欠食率が高いこと、また食生活に対する意識が低いことが示唆された。

Key words : 喫煙, 男子学生, 食行動, 食態度, 食品摂取状況

* 日本女子大学食物学科栄養学研究室

^{2*} 日本女子大学食物学科臨床栄養学研究室
連絡先：〒112-8681 東京都文京区目白台 2-8-1
日本女子大学食物学科栄養学研究室
五関(曾根)正江