

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書 (Web 公開用)

申請者 (ふりがな)	矢口 舞 (やぐち まい)
所属・資格 (※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載)	修士課程 1 年
発表年月 または事業開催年月	2026 年 3 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	第 24 回大会日本発育発達学会
発表者 (※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること)	矢口 舞, 青山 友子, 徐 桜晗, 扇原 淳, 渡邊將司, 引原有輝, 若林斉, 田中茂穂
発表題目 (※学会発表の場合のみ記載)	食事バランスガイドスコアを用いた小学生の食事の質 —小学 1 年から 5 年までの 4 年間のトラッキング—
発表の概要と成果 (抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。)	
<p>【目的】食習慣はライフコースを通じて健康に影響する重要な生活習慣であり、その形成過程や安定性を明らかにすることは、食環境の整備を検討する上で重要である。欧米諸国では小児期における食事の質のトラッキング (持ち越し) に関する縦断研究が報告されているが、日本の子どもを対象に食事の質を総合的に評価し、持ち越しを検討した研究は限られている。そこで本研究では、日本の小学生を対象とした縦断研究により、食事バランスガイドに基づく食事の質の持ち越しの程度を明らかにすることを目的とする。</p> <p>【方法】2012 年開始の小学 1 年生対象前向きコホート研究において、小学 1 年時 (6~7 歳、2012 年 7・8 月) および 5 年時 (10~11 歳、2016 年 7・8 月) に簡易型自記式食事履歴質問票 (BDHQ10y) を実施し、小学 5 年時未回答者 14 名を除外した 234 名 (男子 142 名、女子 92 名) を解析対象とした。BDHQ10y により推定した食品群別・栄養素摂取状況から、食事バランスガイドに準拠した食事の質スコア (JFGST スコア) を算出し、総合スコア (0~70 点) および料理区分 (主食、主菜、副菜、果物、牛乳・乳製品、総エネルギーおよび菓子・嗜好飲料由来のエネルギー摂取量) 別スコア (各 0~10 点) について、両時点間の相関係数を用いて持ち越しの程度を評価した。</p> <p>【結果】JFGST スコアの平均値 (標準偏差) は、小学 1 年時で 54 (7.3) 点、小学 5 年時で 52 (7.4) 点であった。総合スコアの 4 年間のトラッキングは弱く ($r = 0.24$)、性別では男子 ($r = 0.17$) より女子 ($r = 0.29$) で統計学的に相関係数が有意に高い傾向が認められた。料理区分別では、副菜 ($r = 0.35$)、果物 ($r = 0.38$)、牛乳・乳製品 ($r = 0.33$) について統計学的に有意な中程度の正の相関が認められた。一方、主食 ($r = 0.14$)、主菜 ($r = 0.26$)、菓子・嗜好飲料からのエネルギー摂取量 ($r = 0.15$) では統計学的に有意な弱い正の相関にとどまり、総エネルギー摂取量では相関はほとんど認められなかった ($r = -0.001$)。</p> <p>【結論】日本の小学生における食事の質は、小学 1 年時から 5 年時にかけて完全に固定されず、全体では弱いトラッキングを示した。一方、副菜や果物では持ち越しが比較的強く、これらの食習慣は学齢期を通じて一定の安定性を有する可能性が示唆された。</p>	

※無断転載禁止