

題目:若年労働者における食生活リテラシー尺度の開発と関連要因の検討

保健医療学専攻・看護学分野・公衆衛生看護学領域

氏名: 清水 信輔

キーワード: 若年労働者, 食情報, 食生活リテラシー, 尺度開発, 関連要因

I. 研究の背景と目的

食えることは、生活に不可欠な営みであり、慢性疾患の予防や管理でも、重要な役割を果たしている。また近年、食生活の多様化から食べるものや時間、場所等を自ら考え、選択する機会が増えている。

食生活の個別化・複雑化が進む中、20～30 歳代の若者は、健康的な食生活を実践する割合が低く¹⁾、日本では、「第3次食育推進基本計画」の中で、若い世代の食育の推進を重点課題としている。

若いときの生活習慣は、その後の生活習慣に影響を与えることから、職業生活を始め、新たな生活を獲得する時期にある20～30歳代前半の若年労働者に対して、健康的な食生活を獲得するための支援が必要である。しかし、若年労働者に対する保健指導の機会は少なく、従来の保健指導では効果が得られにくいといった報告もあり、労働者にとって身近な産業保健の専門職である公衆衛生看護の立場から、新たなアプローチの検討は喫緊の課題である。

社会に情報が氾濫する中で、正しい食情報の取捨選択は、若年労働者にとっても大きな課題である。適切な食選択に関わる能力として、食に関するリテラシーがある。これは、健康的な食生活を実践する上で不可欠なものとされ、日本では主に食生活リテラシーという用語が使われている²⁾。今後、若年労働者が健康的な食生活の実現に向けた支援を考える上で、着眼すべき概念といえる。

しかしながら、食に関するリテラシーは定義がほとんど統一されておらず、研究が希少であること、統合的に評価する尺度も見当たらないことから、明らかになっていないことが多い。

以上から、本研究では、食生活リテラシーの定義をもとに、若年労働者を対象とした食生活リテラシー尺度を作成し、若年労働者における食生活リテラシーの関連要因を検討することを目的とした。

II. 方法

1. 第1段階:若年労働者における食生活リテラシーの有用性の検討

若年男性労働者6名にインタビュー調査を行い、食生活の実態を質的帰納的に分析した。この結果から、食情報を適切に取捨選択する上で必要な能力である食生活リテラシーに着目し、研究者が行った概念分析³⁾を通して、本概念が若年労働者の食生活改善に向けた新たなアプローチの一助となり得るか、その有用性を検討した。

2. 第2段階:若年労働者における食生活リテラシー尺度の開発と関連要因の検証

(1)若年労働者における食生活リテラシー尺度案ならびに関連要因の作成

第1段階を踏まえ、食生活リテラシー尺度原案61項目を作成した。その後、地域看護学・公衆衛生看護学の研究者・実践家6名とディスカッションを行い、内容妥当性を検討した。また表面妥当性の検討のため、(2)と同一条件(20～34歳)の若年労働者にプレテストを実施し、食生活リテラシー尺度案42項目を作成した。関連要因の項目についても同様に検討を行った。

(2)若年労働者における食生活リテラシー尺度の作成と関連要因の検討

研究対象者を20～34歳とし、インターネット調査を実施した。1,065人(男性532名、女性533名)に構成的調査を実施し、以下、調査1～2を行った。

調査1:若年労働者における食生活リテラシー尺度の作成

食生活リテラシー尺度案を用いて、項目分析、因子分析等により、信頼性・妥当性を検証し、食生活リテラシー尺度(Healthy Eating Literacy Scale for young worker, 以下 HELS-Y)を作成した。基準関連妥当性の検証には、高泉らが作成した HEL 尺度を用いた。

調査2:若年労働者の食生活リテラシーの関連要因の検討

調査項目は、HELS-Yと属性20項目、生活習慣8項目、食知識1項目、食行動・食態度18項目、食に関する主観的 QOL(以下、SDQOL)4項目であった。若年労働者全体および、男女別に食生活リテラシーにおける関連要因の影響度、階層的諸条件を把握するため、HELS-Yと有意な関連が認めら

れた属性を含む関連要因を独立変数とし、HELs-Yの合計得点、下位尺度得点を従属変数として、ステップワイズ法による重回帰分析、CHAIDによる決定木分析(以下、CHAID)を行った。

III.倫理的配慮

国際医療福祉大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した(承認番号:18-Ig-104, 20-Ig-89-2)。

IV. 結果

1. 第1段階:

若年男性労働者の食生活の実態として41コード、16サブカテゴリ、5カテゴリが生成された。これらは、働く若い世代の一般的な食生活の特徴が反映されていた。加えて、今回スノーボールサンプリングによるデータ収集で調査対象者がすべて第3次産業で構成されたことから、本研究では、性別や年齢、業種・職種などを含め、若年労働者全体を対象とすることとした。また若年労働者は、食選択に伴う情報の取得に大きな課題があると考え、食生活リテラシー概念に着目した。研究者が実施した概念分析の結果から、この概念は、若年労働者の健康的な食生活実現のために有用な概念であり、本研究では、若年労働者における食生活リテラシーの特徴を明らかにすることにした。

2. 第2段階:

調査1:食生活リテラシー尺度案42項目に、天井効果・床効果を示す項目はなかった。項目分析で除外した残りの38項目に探索的因子分析を実施し、最終的に第1因子「食情報の適用力」、第2因子「食情報の獲得力」からなる28項目をHELs-Yとして採用した。各項目の共通性は、.455～.673、確証的因子分析によるモデルの適合度は、GFI=.867、AGFI=.845、CFI=.929、RMSEA=.066、AIC=2090.061であった。HELs-Yの合計得点とHEL尺度との相関係数は、尺度全体、下位尺度ともに $p<0.01$ 水準で有意な相関がみられた($r=.709\sim.784$)。各因子のCronbachの α 係数は、第1因子が $\alpha=.963$ 、第2因子が $\alpha=.935$ 、尺度全体では、 $\alpha=.970$ であり、内的整合性が確認された。またKaiser-Meyer-Olkinの標本妥当性測度は.981、Bartlettの球面性検定は、23032.094($p<0.001$)であり、因子妥当性が担保された。

調査2:HELs-Yと属性12項目、生活習慣、食知識、食行動・食態度、SDQOLについて重回帰分析を行った結果、尺度全体では、SDQOL、食知識、性別、活用する情報源、職種、勤務先業種、食行動・食態度、居住都市の規模(Adjusted $R^2=.342$)、第1因子では、食知識、SDQOL、性別、職種、食行動・食態度、居住都市の規模(Adjusted $R^2=.315$)、第2因子では、SDQOL、食知識、性別、活用する情報源、勤務先の業種、職種、食行動・食態度、居住都市の規模が有意に影響を受けていた(Adjusted $R^2=.302$)。男女別では、上記に加え、女性の第1因子において、最終学歴、雇用形態が有意に影響を受けていた。CHAIDを行った結果、食知識が高く、SDQOLが高い者のうち、健康的な食行動・食態度をとる若年労働者は食生活リテラシーが高い傾向がみられた。重回帰分析及びCHAID双方で尺度全体と第2因子では食知識よりSDQOLが、第1因子ではSDQOLより食知識が、強く影響を受けていた。

IV.考察

若年労働者の食生活リテラシーには、勤務先の業種・職種など働き方の特徴や個人の食に関する考え、現在の食習慣を踏まえ、適切な働きかけが必要である。また若年労働者が、適切な食情報を獲得するためには、食知識はもちろん、SDQOLを高め、その人自身の食生活の満足度を高める支援の実施、正しい食情報を生活の中に適用するためには、SDQOLだけではなく、食知識の習得に向けた支援の実施など、対象者の食生活リテラシーの段階に合わせて、適切に対応する必要がある。

本研究により、若年労働者の食生活リテラシーに着目することは、健康的な食生活の獲得に向けた公衆衛生看護活動を展開する上で、意義があることが示唆された。

IV.結語

HELs-Yについて、2因子28項目から作成され、一定の妥当性と信頼性が確認された。若年労働者の食生活リテラシーは、SDQOL、食知識、性別、活用する情報源、職種、勤務先業種、食行動・食態度、居住都市と関連があった。また食知識、SDQOLが高い者のうち、健康的な食行動・食態度をとる若年労働者は食生活リテラシーが高い傾向にあった。

引用文献

- 1)厚生労働省.令和元年度国民健康・栄養調査:厚生労働省,2020
- 2)高泉佳苗,原田和弘,中村好男.食生活リテラシーと食情報検索行動および食行動との関連.日本健康教育学会誌.24(3),2016:133-140
- 3)清水信輔,臺有桂.青年期・成人前期における「食生活リテラシー」の概念分析.日本健康教育学会誌.29(1),2021:16-27