親子の飲行動に関する一考察

—女子（中学生・高校生・大学生）とその両親—

A Study on Drinking Behaviors about Parents and Children Different of girl students and Their Parents

原 田 ま つ 子

Harada Matsuko

(東京家政大学)

はじめに

近年、飲料の市場は生産量も種類も増加し、多様化の傾向にある^{1,2)}。本来飲料の位置づけは水分補給が原点であったが、その目的やニーズも、単なる水分補給のみではなく嗜好や美容、健康志向に変容しつつある。また、飲料はしばしばコミュニケーションややすらぎの場にも登場する。さらに、家庭では冷蔵庫の大型化に伴い何種類かの飲料のペットボトルを常在し、外では自動販売機やコンビニエンスストアなどの増設で手軽にいつでもどこでも入手可能である。このような社会背景は日頃の生活に豊かさや便利さを提供している反面、安易な飲行動を生み、とくに甘い飲み物の飲行動は、食生活を乱し、栄養のアンバランスや肥満などの問題が危惧される。

このような視点から中学生・高校生・大学生とその両親（父母）の飲行動および嗜好、さらに肥満度と肥満意

識、食習慣および自覚症状について都市近郊の私立女子中学生（以下中学生という）、私立女子高校生（以下高校生という）、家政・食物系の女子大学生（以下大学生という）とその両親^{3,4,5)}を対象に1994年4月～5月に調査、対象飲料は日常よく飲まれている緑茶・ウーロン茶、健康飲料として注目されている牛乳、乳酸菌飲料、低脂肪牛乳、野菜ジュース、食物繊維飲料、若者に好まれている果実飲料、コーラ・炭酸飲料、コーヒー・紅茶砂糖（入り・なし）など甘味飲料、スポーツ飲料など11品目を取りあげた。

さらに、これらの飲料がどこで、いつ、どんな理由で飲まれているかについて、図1の流れ図に沿って分析を試みた。また、好き・嫌いかの嗜好と飲む・飲まないの狭義の飲行動と食習慣、肥満度、肥満意識、自覚症状との関連について検討した（図2）。その結果を報告する。

図1 飲行動（広義）の流れ図

本稿は第18回大会の主題講演を纏めたものである。

図2 嗜好と飲行動(狭義)および肥満度と肥満意識および自覚症状の流れ図

1. 対象者の特性

対象者特性は^{3,4,5)}中学生父親が40・50代に、母親が30・40代に90%以上が集中していた。高校生父親は40代が約70%, 50代が約25%で、母親は40代に集中していた。大学生の父親は40代と50代で半々であった。母親は女子中学の父親と同じ世代の傾向である。

肥満度は、やや肥満・肥満・肥満傾向が6%前後のグループに高校生とその母親、10~16%が中学生とその母親、高校生父親、大学生とその両親である。25%が中学生父親で肥満傾向が多かった。一方、やせについて、やせの多い順位は、大学生母親、高校生母親、中学生、高校生、中学生母親、高校生父親、大学生、中学生父親、大学生父親で、また、25~28%がすべて子の母親で、あとは10~20%がやせであった。

肥満意識は子は13~18%, すべて子の両親が23~32%と太り過ぎを意識していた。

職業の有無は、すべて子の母親の約50%が職業をもっていた。

2. 親と子の飲行動の相違

(1) 親子の飲料の摂取状況

日頃飲んでいる飲料の摂取比率について、すべての親子は緑茶・ウーロン茶約90~97%, 牛乳約75~85%で親子とも高い比率であった。甘味飲料は乳酸菌飲料、果実飲料、コーラ・炭酸飲料、コーヒー・紅茶(砂糖入り)は親よりも子がいずれも高率で、子が約80~97%, 父親約50~75%, 母親約55~60%と摂取していた。健康志向の代表のスポーツ飲料は母よりも父親、父親より子供が高率で、子が約67~84%, 父親約40~61%, 母親約26~43%で、いずれの飲料もすべての親子が同じ傾向を示し

ていた。また、親子の差の検定は緑茶・ウーロン茶や牛乳は大学生が子>父親($p<0.05$)、甘味飲料と健康志向のスポーツ飲料はすべての親子が父親<子、母親<子の方が有意に飲んでた($p<0.01$) (図3)。

(2) 親子の飲行動

飲料をどこで、いつ、どのような理由で飲むか飲行動^{3,4,5)}をみると、どこで飲むか場所について、すべての親子は牛乳・乳酸菌飲料・低脂肪牛乳を家庭内で飲む比率が50%以上で、また、中学生とその母親、高校生母親、大学生両親が緑茶・ウーロン茶も家庭内で飲む比率が高く、さらに、すべての子の母親は家庭内で50%以上と高比率で飲む飲料が、中学生母親が9種類、高・大学生母親が8種類と多種類を飲み、特にコーラ・炭酸飲料とコーヒー・紅茶砂糖(入り・なし)を飲む比率が高く、一方、家庭外で飲む高比率の飲料はすべての子と父親がコーラ・炭酸飲料、スポーツ飲料、すべての父親と大学生はコーヒー・紅茶砂糖(入り・なし)、食物繊維飲料で、母親は家庭の生活時間、一方、子や父親は外での生活時間が長いことが飲料の摂取有無の相違に現れたものと推測される。

いつ飲むのかについて、食事時に飲む比率が高い飲料は、すべての親子が緑茶・ウーロン茶で、また、中学生は緑茶・ウーロン茶、果実飲料、牛乳、低脂肪牛乳、野菜ジュースを、高校生も同様の飲料にコーヒー・紅茶砂糖入りが加わり、さらに大学生はコーヒー・紅茶砂糖なしを加え、子は年齢が上がるにつれ種類が増加し、大学生になるにしたがって親より独立した食生活に移行していくものと思われる。すべて親子はすべての飲料を食事に飲む比率が高かった。

摂取理由をみると、すべての親子は体により理由で牛乳、低脂肪牛乳、野菜ジュースを高比率で意識的に選

図3 女子（中学生・高校生・大学生）と両親における飲料の摂取状況（飲む）

	飲料を飲む		どこで		いつ		どんな理由で
中学生	果実飲料	↔		↔	食事時 食事外	↔	好き 喉が渴く
中学生の父親	コーラ・炭酸飲料	↔	家庭で	↔		↔	
中学生の母親		↔		↔	食事外	↔	好き
高校生母親	コーヒー・紅茶砂糖入り	↔		↔		↔	好き
大学生母親		↔		↔		↔	喉が渴く
子	果実飲料	↔	外で	↔	食事時 食事外	↔	好き 喉が渴く
中学生の父親	コーラ・炭酸飲料 コーヒー・紅茶砂糖入り	↔		↔		↔	喉の渴き
中学生母親	コーヒー・紅茶（砂糖入り） （砂糖なし）	↔	家庭で 外で	↔	食事時	↔	好き 楽しみ
大学生母親		↔		↔	食事外	↔	好き 楽しみ 喉の渴き
父親	野菜ジュース 乳酸菌飲料	↔	家庭で 外で	↔	食事時 食事外	↔	体によい 体によい 喉が渴く
子・両親	緑茶・ウーロン茶	↔	家庭で 外で	↔	食事時	↔	好き 喉が渴く 習慣
子	牛乳	↔	家で	↔	食事外	↔	体によい 好き 喉が渴く 習慣
両親		↔		↔		↔	体によい
子	スポーツ飲料	↔	外で	↔	食事時 食事外	↔	好き 喉の渴き
父親		↔		↔	食事時	↔	喉の渴き

図4 女子（中学生・高校生・大学生）と両親の飲行動パターン

択していた。好きな理由での飲料は、すべての親子が緑茶・ウーロン茶とコーヒー・紅茶（砂糖入り）を、また、子は果実飲料、コーラ・炭酸飲料、乳酸菌飲料など甘味飲料や牛乳、母親はコーヒー・紅茶（砂糖なし）を選択理由に挙げる者の比率が高い。喉が渴いた時にすべての親子は果実飲料、コーラ・炭酸飲料、緑茶・ウーロン茶、スポーツ飲料、食物繊維飲料を飲む比率が高く、清涼感のある飲料のほかに甘味飲料もまた飲む者が多い傾向であった。

子は牛乳・コーヒー・紅茶砂糖（入り・なし）を喉が渴いた時に飲む比率が高かった。習慣ではすべての親子が緑茶・ウーロン茶を飲む比率が高く、日本の伝統的飲料である緑茶と同様に、ウーロン茶もまた伝統的飲料に定着しつつあると推測される。子は牛乳もまた習慣で飲

む比率が高く、両親の育ってきた世代の相違が現れているものと思われる。

(3) 親子の飲行動イメージパターン

表1は親子の飲行動を一覧にし、イメージパターンで表し、また、図4に飲行動をパターン化したものを示した。

牛乳や緑茶・ウーロン茶は親子とも高比率で飲み、食事時だけでなく食事外にも飲んでた。健康志向のスポーツ飲料は子が75%以上と高比率で飲む者が多いが、食物繊維飲料や低脂肪牛乳・野菜ジュースは50%以下の者が多く、父親が野菜ジュースを高比率で体によい意識で飲む者が多く、父親の野菜不足⁷⁾の意識が反映しているように推測される。

また、果実飲料やコーラ・炭酸飲料・コーヒー・紅茶砂糖入り・乳酸菌飲料の甘味飲料は75%以上の高比率で

表1 親子の飲行動イメージパターン一覧

		飲む			家で			外で			食事時			食事後			体のよい			美容のため			好き			楽しみ			喉が渇く			習慣で		
		中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大			
緑茶・ウーロン茶	子	◎	◎	◎	○	●	●	●	○	○	◎	◎	○	○	○	●						●	●	○			○	○	○	●	●	●		
	父	◎	◎	◎	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	◎						●	●	●			●	●	●	●	●	○			
	母	◎	◎	◎	○	○	○		●	●	○	◎	◎	○	○	○						●	●	●			●	●	●	○	○			
牛乳	子	◎	◎	◎	◎	◎	◎				○	○	○	○	○	○	○	○	○			●	●	●			●	●	●	●	○	○		
	父	◎	◎	○	◎	◎	◎				●	●	○	○	○	○	○	○	○										●		●	●		
	母	◎	◎	◎	◎	◎	◎				●	○	○	○	○	○	◎	◎	◎													●		
果実飲料	子	◎	◎	◎	●		●	●	○	○	○	○	○	○	○						○	○	○			●	●	●						
	父	◎	○	○	●	○	○	●	●	●	●	●	○	○	○		●				●	●	○			●	●	○						
	母	◎	○	○	○	◎	◎						○	○	◎						○	●	●			●	●	●						
コーラ・炭酸飲料	子	◎	◎	◎	●			○	○	◎	●		○	◎	◎						○	●	●			●	○	○						
	父	○	○	○	●	●	●	○	○	○			◎	◎	◎						●	●	○			○	○	◎						
	母	◎	○	●	○	○	○	●	●	●			○	◎	◎						●	●	○			○	○	○						
コーヒー・紅茶砂糖入り	子	◎	◎	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○						○	●	○			●	●	●						
	父	○	○	○	●	●		○	○	○	●	●	○	○	◎						●	●	○								●	●		
	母	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○	○	○	○	◎						●	●	○	●	●									
乳酸菌飲料	子	◎	◎	◎	◎	○			●	●	●	○	○	○	○	●		●			●	●	○			●								
	父	○	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	○	○	○	○	●	●	○						●	●	●							
	母	○	○	○	◎	◎	◎				●	●	○	○	○	●	●	●				●				●	●	●						
スポーツ飲料	子	◎	◎	○	●			○	○	◎	●	●	●	○	○	○					●	●				○	○	◎						
	父	○	○	●				○	○	◎					◎						○					◎	○	◎						
	母	●	●	●	●	●	●	○	○	◎				○	○	◎										○	○	◎						
野菜ジュース	子	●	●	●	◎	◎	◎				○		○	○	●	○	○	○	○		●	●	●			●								
	父	○	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	○	○	○	○	○	○	○								●							
	母	●	●	●	◎	◎	◎				●	●	○	○	○	○	○	○	○															
食物繊維飲料	子	○	●	○	○	○	●	○	○			◎	○	○	○	○	○	○	○			●	○	●			○	○	○					
	父	●	○			○	○	○	○				◎	○	○	○	○	○	○			○				○	○	○						
	母	●			●	○	○	●	○	○			●	○	○	◎	○	○	○			●				○	○	○						
コーヒー・紅茶砂糖なし	子	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						●		○			○	○	○						
	父	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	◎	○						●		○						○	○	○			
	母	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◎							○	○	○		○	○	○		○	○	○			
低脂肪牛乳	子	●	●	○	◎	◎	◎				○	○	○	○	○	○	○	○	○							○	○							
	父	●	●	○	◎	◎	◎				○	○	○	○	○	○	○	○	○															
	母	●	●	○	◎	◎	◎				○	○	○	○	○	○	○	○	○															

◎ 75%～

○ 50～74.9%

● 25～49.9%

飲む子が多く、親も50%以上が飲み、清涼飲料の伸び率とも併せてみると¹⁾これらの甘味飲料が多種類に渡り、量を多く飲まれていることが推測される。また、子はこれらの飲料を外で食事後だけでなく食事時に飲み、外での自動販売機やコンビニエンスストアの24時間入手可能な食環境が影響していることが染谷ら⁷⁾や佐藤ら⁸⁾の調査からも推測され、また、これらに若者がテレビや雑誌等の情報に敏感に反応し⁹⁾、ファッション性も加味し時間に関係なく手軽な容量のペットボトルなどを口に入れていることが推測される。

コーヒー・紅茶砂糖(入り・なし)を飲む母親は、家庭と外で食事後や食事時に楽しみに飲む者が多く、母親のコミュニケーションの場にコーヒーや紅茶が登場して

いることが推測される。

3. 親子の飲料の嗜好

(1) 親子の飲料の嗜好

親子の飲料の嗜好を好きと嫌いについて、すべての親子が好きな飲料は緑茶・ウーロン茶、牛乳、甘味飲料の果実飲料や乳酸菌飲料で、子のみがコーラ・炭酸飲料やスポーツ飲料、中学生のみが食物繊維飲料、子と中学生父親と大学生両親がコーヒー・紅茶砂糖入り、父親のみが野菜ジュースを好んでいた。甘味飲料の代表である果実飲料は父親<母親<子の方が「好き」と回答している者の比率が高く、子は甘味飲料を好む傾向である。一方、すべての親子に共通していた嫌いな飲料は低脂肪牛乳で

表 2 女子 (中学生・高校生・大学生) と両親の嗜好 (%)

	中学生	高校生	大学生	父 親		母 親									
				中	大	中	大								
嗜好	緑茶・ウーロン茶	55.8	緑茶・ウーロン茶	72.9	緑茶・ウーロン茶	94.2	緑茶・ウーロン茶	58.3	56.9	59.4	緑茶・ウーロン茶	71.7	69.9	69.7	
	牛乳	32.6	牛乳	38.9	牛乳	40.6	牛乳	32.1	38.3	35.1	牛乳	23.6	58.1	31.0	
	乳酸菌飲料	48.4	乳酸菌飲料	56.9	乳酸菌飲料	56.1	乳酸菌飲料	23.3	27.1	25.8	乳酸菌飲料	23.0	22.1	25.8	
	果実飲料	79.3	果実飲料	80.4	果実飲料	96.4	果実飲料	34.4	28.0	25.8	果実飲料	29.0	31.3	31.0	
	コーラ・炭酸飲料	55.8	コーラ・炭酸飲料	45.2	コーラ・炭酸飲料	31.0	コーヒー・紅茶砂糖入り	32.5	31.3	コーヒー・紅茶砂糖入り	33.4	32.1			
	コーヒー・紅茶砂糖入り	51.4	コーヒー・紅茶砂糖入り	46.1	コーヒー・紅茶砂糖入り	41.3	コーヒー・紅茶砂糖なし	32.8		コーヒー・紅茶砂糖なし	49.6	42.5	32.5		
	スポーツ飲料	54.0	スポーツ飲料	45.2	スポーツ飲料	28.8	野菜ジュース	26.6	27.1	26.2					
	食物繊維飲料	34.4	コーヒー・紅茶砂糖なし	29.2	コーヒー・紅茶砂糖なし	29.9									
	野菜ジュース	57.1	野菜ジュース	50.0	野菜ジュース	45.0	食物繊維飲料	36.1	40.4	41.3	低脂肪牛乳	47.2	41.3	31.0	
	コーヒー・紅茶砂糖なし	50.7	低脂肪牛乳	33.7	食物繊維飲料	21.0	コーヒー・紅茶砂糖入り	34.5			野菜ジュース	46.7	34.6	36.4	
	低脂肪牛乳	46.1	食物繊維飲料	22.3	低脂肪牛乳	25.1	低脂肪牛乳	30.2	32.5	27.3	コーラ・炭酸飲料	31.3	31.0	38.4	
							コーヒー・紅茶砂糖なし				33.1	37.3	スポーツ飲料	43.0	48.5
						スポーツ飲料	25.7	32.5	31.4	食物繊維飲料	42.2	45.8	43.9		

注) %は中学生・父親・母親 n=276, 高校生・父親・母親 n=332, 大学生・父親・母親 n=271 に対する比率

表3 女子(中学生・高校生・大学生)と両親の嗜好と飲む理由および飲む比率(%)

	中学生			高校生			大学生			中学生父親			大学生父親			中学生母親			高校生母親			大学生母親		
	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)	理由(上限)	好む(下限)	好む(上限)
嗜好	緑茶・ウーロン茶	好む	93.5	緑茶・ウーロン茶	好む	95.6	緑茶・ウーロン茶	好む	92.4	緑茶・ウーロン茶	好む	90.0	緑茶・ウーロン茶	好む	93.8	緑茶・ウーロン茶	好む	97.3	緑茶・ウーロン茶	好む	96.3	緑茶・ウーロン茶	好む	96.3
	牛乳	好む	83.0	牛乳	好む	82.7	牛乳	好む	80.1	牛乳	好む	74.5	牛乳	好む	82.2	牛乳	好む	84.3	牛乳	好む	79.3	牛乳	好む	79.3
	乳酸菌飲料	好む	82.2	乳酸菌飲料	好む	82.7	乳酸菌飲料	好む	58.7	乳酸菌飲料	好む	51.7	乳酸菌飲料	好む	62.0	乳酸菌飲料	好む	61.1	乳酸菌飲料	好む	64.6	乳酸菌飲料	好む	64.6
	果実飲料	好む	96.7	果実飲料	好む	93.7	果実飲料	好む	75.0	果実飲料	好む	55.7	果実飲料	好む	76.0	果実飲料	好む	71.0	果実飲料	好む	64.6	果実飲料	好む	64.6
	コーラ・炭酸飲料	好む	84.3	コーラ・炭酸飲料	好む	81.6	コーラ・炭酸飲料	好む	60.9	コーラ・炭酸飲料	好む	58.7	コーラ・炭酸飲料	好む	53.3	コーラ・炭酸飲料	好む	64.2	コーラ・炭酸飲料	好む	58.7	コーラ・炭酸飲料	好む	58.7
	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	79.4	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	72.3	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	61.2	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	41.7	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	74.3	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	70.5	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	61.6	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	61.6
	スポーツ飲料	好む	84.4	スポーツ飲料	好む	75.3	スポーツ飲料	好む	56.9	スポーツ飲料	好む	50.6	スポーツ飲料	好む	55.7	スポーツ飲料	好む	50.6	スポーツ飲料	好む	50.6	スポーツ飲料	好む	50.6
	食物繊維飲料	好む	55.4	食物繊維飲料	好む	64.2	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7
	野菜ジュース	好む	31.6	野菜ジュース	好む	34.6	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5
	低脂肪牛乳	好む	41.8	低脂肪牛乳	好む	43.1	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2
嫌い	緑茶・ウーロン茶	好む	93.5	緑茶・ウーロン茶	好む	95.6	緑茶・ウーロン茶	好む	92.4	緑茶・ウーロン茶	好む	90.0	緑茶・ウーロン茶	好む	93.8	緑茶・ウーロン茶	好む	97.3	緑茶・ウーロン茶	好む	96.3	緑茶・ウーロン茶	好む	96.3
	牛乳	好む	83.0	牛乳	好む	82.7	牛乳	好む	80.1	牛乳	好む	74.5	牛乳	好む	82.2	牛乳	好む	84.3	牛乳	好む	79.3	牛乳	好む	79.3
	乳酸菌飲料	好む	82.2	乳酸菌飲料	好む	82.7	乳酸菌飲料	好む	58.7	乳酸菌飲料	好む	51.7	乳酸菌飲料	好む	62.0	乳酸菌飲料	好む	61.1	乳酸菌飲料	好む	64.6	乳酸菌飲料	好む	64.6
	果実飲料	好む	96.7	果実飲料	好む	93.7	果実飲料	好む	75.0	果実飲料	好む	55.7	果実飲料	好む	76.0	果実飲料	好む	71.0	果実飲料	好む	64.6	果実飲料	好む	64.6
	コーラ・炭酸飲料	好む	84.3	コーラ・炭酸飲料	好む	81.6	コーラ・炭酸飲料	好む	60.9	コーラ・炭酸飲料	好む	58.7	コーラ・炭酸飲料	好む	53.3	コーラ・炭酸飲料	好む	64.2	コーラ・炭酸飲料	好む	58.7	コーラ・炭酸飲料	好む	58.7
	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	79.4	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	72.3	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	61.2	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	41.7	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	74.3	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	70.5	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	61.6	コーヒー・紅茶砂糖入り	好む	61.6
	スポーツ飲料	好む	84.4	スポーツ飲料	好む	75.3	スポーツ飲料	好む	56.9	スポーツ飲料	好む	50.6	スポーツ飲料	好む	55.7	スポーツ飲料	好む	50.6	スポーツ飲料	好む	50.6	スポーツ飲料	好む	50.6
	食物繊維飲料	好む	55.4	食物繊維飲料	好む	64.2	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7	食物繊維飲料	好む	62.7
	野菜ジュース	好む	31.6	野菜ジュース	好む	34.6	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5	野菜ジュース	好む	32.5
	低脂肪牛乳	好む	41.8	低脂肪牛乳	好む	43.1	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2	低脂肪牛乳	好む	43.2

注) 体: 体により、美: 美容のため、好: 好き、楽: 楽しみで、喉: 喉が渇く、習: 習慣で

飲むの数は中学生・父親・母親 n=276, 高校生・父親・母親 n=332, 大学生・父親・母親 n=271 に対する比率

表4 女子（中学生・高校生・大学生）と両親の肥満と肥満意識

肥満意識			肥 満 度						χ^2 値	検定
			痩せ (人)	(%)	普通 (人)	(%)	肥満傾向 (人)	(%)		
中学生	太り過ぎと思う	n =45	2	4.4	26	57.8	17	37.8	37.064	***
	太り過ぎとは思わない	n =192	65	33.9	113	58.9	14	7.3		
高校生	太り過ぎと思う	n =43	1	2.3	28	65.1	14	32.6	48.124	***
	太り過ぎとは思わない	n =179	71	39.7	102	57.0	6	3.4		
大学生	太り過ぎと思う	n =48	0	0.0	25	52.1	23	47.9	59.304	***
	太り過ぎとは思わない	n =194	47	24.2	137	70.6	10	5.2		
中学生父親	太り過ぎと思う	n =76	0	0.0	22	28.9	54	71.1	82.786	***
	太り過ぎとは思わない	n =181	42	23.2	125	69.1	14	7.7		
高校生父親	太り過ぎと思う	n =78	0	0.0	47	60.3	31	39.7	66.491	***
	太り過ぎとは思わない	n =200	59	29.5	130	65.0	11	5.5		
大学生父親	太り過ぎと思う	n =63	1	1.6	32	50.8	30	47.6	81.579	***
	太り過ぎとは思わない	n =181	35	19.3	134	74.0	12	6.6		
中学生母親	太り過ぎと思う	n =89	2	2.2	54	60.7	33	37.1	82.786	***
	太り過ぎとは思わない	n =168	54	32.1	113	67.9	1	0.6		
高校生母親	太り過ぎと思う	n =78	2	2.6	59	75.6	17	21.8	66.491	***
	太り過ぎとは思わない	n =195	83	42.6	110	56.4	2	1.0		
大学生母親	太り過ぎと思う	n =81	1	1.2	56	69.1	24	29.6	81.579	***
	太り過ぎとは思わない	n =173	75	43.3	97	56.1	1	0.6		

*** p < 0.001

あった。野菜ジュースは子や母親が嫌いが約45～50％と多く、父親は好きな飲料に挙げていた（表2）。

(2) 親子の飲料の嗜好と飲む理由

嗜好と飲む理由について、子や母親は嫌いな飲料の野菜ジュースや低脂肪牛乳を意識して体によいことで摂取していた。さらに、両親は必ずしも嗜好上の好きが選択理由とは限らず、牛乳や乳酸菌飲料は体によい喉が渇く理由で選択し、子は嗜好上好きな飲料を摂取理由でも同様に選択していた。特に子は甘い飲み物の甘味飲料を飲む比率も高く、嗜好上と摂取理由が同一の好きで、飲料を嗜好や意識の上で好きを優先して飲んでいく傾向であった（表3）。

4. 親子の飲行動および食習慣と肥満度・肥満意識および自覚症状

(1) 親子の肥満度と肥満意識

肥満度と肥満に対する意識について、中・高・大学生と中学生母親、高・大学生両親は肥満度がややせや普通であるのに、肥満を意識している者が約50～70％と多く、自己体型を過大認識している傾向で、高校生¹⁰⁾・女子大学生^{11～15)}の報告でも同様であった。また、中学生父親は肥満傾向を肥満意識している者が71.1％と自己体型を正しく判定していた（表4）。

(2) 親子の飲料（飲む）と嗜好・飲行動（狭義）・食習慣・肥満度と肥満意識および自覚症状について

飲料の摂取（飲む）が嗜好や肥満度・肥満意識および食習慣・自覚症状とに関連があるかみるため、飲料を甘味飲料と緑茶・ウーロン茶、牛乳、スポーツ飲料についてみると、緑茶・ウーロン茶を飲む者はすべての親子に嗜好上約60～78％の高比率で好まれていた。甘味飲料や

図5 親子の飲料(飲む)と嗜好・肥満度・肥満意識および食習慣(朝食・間食)

表5 女子（中学生・高校生・大学生）と両親の飲料（飲む）と自覚症状（％）

間食	対象者	平 均	緑茶・ウーロン茶	牛 乳	甘味飲料	スポーツ飲料
風邪をひきやすい	中	12.8	14.0	12.7	13.2	11.3
	高	11.5	12.3	12.4	12.2	8.9
	大	18.1	17.8	18.3	18.5	17.6
	中父	6.8	6.7	8.1	6.3	6.0
	高父	7.4	7.5	6.1	7.8	8.2
	大父	7.5	7.4	7.4	7.0	8.3
	中母	8.7	8.1	8.4	6.5	11.9
	高母	13.0	11.1	11.8	12.7	16.5
	大母	8.9	7.3	7.0	8.2	13.0
便秘しやすい	中	10.4	8.1	18.5	7.9	7.0
	高	2.6	0.0	10.5	0.0	0.0
	大	29.9	34.7	14.9	34.5	35.3
	中父	4.2	3.1	7.5	3.3	3.0
	高父	5.6	6.2	6.2	5.1	5.0
	大父	8.2	7.4	9.8	8.4	7.3
	中母	18.2	21.6	12.4	20.0	18.6
	高母	18.9	21.7	7.3	22.8	23.9
	大母	18.3	23.0	7.0	21.4	21.7
めまい	中	11.7	10.9	11.4	10.7	13.9
	高	21.0	21.8	19.6	20.0	22.5
	大	13.3	13.5	12.5	13.8	13.5
	中父	1.5	1.2	1.4	1.7	1.8
	高父	3.0	3.2	1.8	2.6	4.4
	大父	3.2	2.0	2.5	1.9	6.4
	中母	13.3	13.5	12.3	13.6	13.6
	高母	13.6	13.3	13.6	13.6	13.8
	大母	11.8	9.6	9.3	12.2	15.9
だるい	中	14.8	12.8	15.3	13.7	17.4
	高	19.0	18.6	18.9	18.8	19.7
	大	13.9	13.9	13.8	13.6	14.1
	中父	15.8	14.9	13.6	16.6	17.9
	高父	11.8	12.0	11.5	11.2	12.6
	大父	10.7	9.8	9.4	11.8	11.9
	中母	14.4	15.1	13.7	15.0	13.6
	高母	12.9	11.8	11.4	12.8	15.6
	大母	11.0	10.7	11.6	10.1	11.6
疲労	中	26.0	26.4	26.2	24.2	27.0
	高	38.7	38.5	38.9	38.1	39.4
	大	35.0	34.7	35.3	33.9	35.9
	中父	17.1	16.5	15.4	18.0	18.5
	高父	14.0	14.3	13.3	13.2	15.1
	大父	13.3	13.9	13.9	12.7	12.8
	中母	34.6	32.8	33.5	34.6	37.3
	高母	34.9	34.7	33.6	37.3	33.9
	大母	29.5	28.0	27.0	28.0	34.8

注) n値は表2飲料の摂取人数（飲む）、中・高・大および両親の値である。

表6 親子の飲行動イメージパターン

		嗜好(好き)		肥満傾向		太り過ぎを意識		朝食欠食		間食												自覚症状																				
										主食代わり			洋菓子			和菓子			スナック菓子			果物			風邪をひきやすい			便秘しやすい			めまい			だるい			疲労					
		中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大	中	高	大					
緑茶・ウーロン茶	子	◎	◎	◎				△						●	●	●																					●	●	●			
	父	◎	◎	◎	●			●	●	●	●	●	●							○	○	○																				
	測者母	◎	◎	◎				●	●	●							△	△	△																			●	●	●		
牛乳	子	◎	◎	◎				△	△					●	●	●																						●	●	●		
	父	◎	◎	◎	●			●	●	●	●	●	●							○	○	○																	●	●	●	
	母	◎	◎	◎				●	●	●							●	●	●																					●	●	●
甘味飲料	子	○	○	○				△						●	●	●																							●	●	●	
	父	●	●	●	●			●	●	●	●	●	●							●	○	○																		●	●	●
	母	●	●	●				●	●	●							△	△	●																					●	●	●
スポーツ飲料	子	○	○	●				●	△	△	●	●	●	●	●	●				●	●	○																	●	●	●	
	父	●	●	△	●			●	△	●	●	○	○							○	○	○																		●	●	●
	母	△	△	△				●	●	●							△	△	△				△																	●	●	●

◎ 75%～

○ 50～74.9%

● 25～49.9%

△ 20～24%

スポーツ飲料を飲む者は嗜好上好きに両親が約40%、子が約61～68%で両親より子が好きで飲む者が多い。子が対象飲料のすべてを飲む者は間食に主食代わりのおむすび、ラーメン・ヌードル、調理パンや果物を食べる者が多く、飲料が食事時や外に牛乳を除いて外で飲む傾向が窺え、また、自覚症状ではめまい・だるい・風邪をひきやすい・疲労を訴える者がこれらの飲料を飲む子に多く、清涼飲料水や糖含有食品の多い摂取者に自覚症状の出現の報告^{16,17)}とも併せて、本調査でも栄養のバランスが崩れ、低栄養に陥っていることが示唆される。

肥満傾向の者の中学生父親は肥満意識があるが甘味飲料だけではなく緑茶・ウーロン茶、牛乳、スポーツ飲料を飲む者が多く、中学生父親が40代に集中し、自覚症状の訴えが少ない年代であるため、肥満意識と肥満度が飲料の摂取に明確に出現していないものと思われる。

肥満意識のあるすべての母親は肥満傾向の者が少なく、洋菓子を食べる者が多く、疲労を訴える者(約30%)に飲料を飲む者が多く、肥満を意識しつつ高脂肪・高カロリーの洋菓子や飲料を飲む傾向であるが、自己管理により肥満者が少ないことが推測される。肥満意識があるすべての父親は、飲料を飲む者に和菓子やスナック菓子を食べる者が多く、朝食の欠食者が約30～70%で、酒の肴に塩分や油脂含有量の多いスナック菓子が登場していることが推測され、父親は肥満意識はあるが食事の自己管理がされていないことが示唆される(図5、表5)。

(3) 親子の飲行動イメージパターン

表6は図5と表5を一覧にし、イメージパターンで表した。子は緑茶・ウーロン茶、牛乳、甘味飲料、スポーツ飲料が好きな飲料で、間食に主食代わりの物や果物を食べる者にこれらの飲料を飲む者が多く、鈴木ら¹⁸⁾と同様に補元関係のあるものと思われる。

父親は子と同様の飲料を好み、間食にスナック菓子を食べる者、朝食の欠食をする者、肥満を意識している者にこれらの飲料を飲む者が多く、特に中学生父親は肥満傾向の者がこれらの飲料を飲んでた。

母親は緑茶・ウーロン茶、牛乳、甘味飲料を好み、肥満を意識しながらこれらの飲料を飲む者が多い。

6. まとめ

以上の結果から飲料を取り巻く社会背景は日頃の生活に豊かさや便利さを提供してくれる反面、飲行動の視点からみると、年代の相違や社会や家庭環境が飲料の摂取に影響し、ひいては甘味飲料等からの糖分の摂取が多いという食生活上の問題は、飲料のみの摂取だけではなく食習慣、生活習慣にも影響し、肥満や健康状態の重要な指標である自覚症状の訴えを増加させる要因となることが推測され、栄養のバランスが崩れ、低栄養に陥る。しかし、今回の調査では女子学生という特性もあり、ダイエットにも関心が深いことから、肥満意識が強く肥満度および自覚症状はそれほど多くなかったが、清涼飲料

水の大量摂取による若者の「ペットボトル症候群」¹⁹⁾が急増していることも無視することが出来ない。

なお、本研究は栄養指導研究会の活動によるものである。ご協力いただきました研究会員の皆様に謝意を表します。

文 献

- 1) (社)全国清涼飲料工業会：清涼飲料関係統計資料 平成10年 p.2～11 (1998)
- 2) (財)食品産業センター：食品産業統計年報 平成10年度版 p.80～84 (1998)
- 3) 加藤栄子，原田まつ子，関口紀子，東愛子，斉藤禮子，下川千代子，五十嵐益恵，副島敏子，三石禮子，高木廣文：親子の飲行動に関する一考察—女子中学生とその両親—，日本食生活雑誌 9 53～63 (1998)
- 4) 関口紀子，原田まつ子，加藤栄子，東愛子，斉藤禮子，下川千代子，五十嵐益恵，副島敏子，三石禮子，高木廣文：親子の飲行動に関する一考察—女子高生とその両親—，日本食生活雑誌 9 39～51 (1998)
- 5) 原田まつ子，関口紀子，加藤栄子，東愛子，斉藤禮子，下川千代子，五十嵐益恵，副島敏子，三石禮子，高木廣文：親子の飲行動に関する一考察—女子大学生とその両親—，日本食生活雑誌 8 48～59 (1997)
- 6) 厚生省保健医療局健康増進栄養課：国民栄養の現状 平成5年度成績，p.85 (1995) 第一出版
- 7) 染谷理恵，根岸由紀子，水野清子，武藤静子：女子短大生の食生活の実態 栄養学雑誌47, 251～258 (1989)
- 8) 佐藤紀子，白田久美：女子短大生の飲料利用状況について，聖徳栄養短期大学紀要23 35～41 (1992)
- 9) 林淳一：同志社女子大学学術年報 43, 2, 20～42 (1992)
- 10) 小林幸子：女子高校生の体型別食意識と愁訴：栄養学雑誌45 197～207 (1987)
- 11) 百瀬義人，畝博：青年期学生の体脂肪率と生活習慣および食習慣との関連 学校保健研究 40 150～158 (1998)
- 12) 宮城重二：女子学生・生徒の肥満度と食生活・健康状態及び体型意識との関係 栄養学雑誌 56 33～45 (1998)
- 13) 亀崎幸子，岩井伸夫：女子短大生の体重調節志向と減量実施及び自覚症状との関連について 栄養学雑誌 56 347～358 (1998)
- 14) 宇和川小百合，原田まつ子，大関政康：女子大生の肥満意識：第41会栄養改善学会 (1994)
- 15) 今井克己，増田隆，小宮秀一：青年期女子の体型誤認と“やせ志向”の実態 栄養学雑誌 52 75～82 (1994)
- 16) 門田新一郎：中学生の健康状態と食生活との関連について 栄養学雑誌 45 209～222 (1987)
- 17) 原田まつ子，加藤栄子：中学生における・カルシウム・リン含有量の多い食品の摂取頻度と自覚症状との関連について，栄養学雑誌 53 41～47 (1995)
- 18) 鈴木章子，滝口徹，前口愛子，川南勝彦，佐藤加代子，清水裕幸：栄養学雑誌 54, 341～352 (1996)
- 19) 星賢二：ペットボトル症候群とは何だ，食生活，6月号，pp.14～21 (1993)