

青年期女性の喫煙習慣とライフスタイルに関する研究 (その2) 女子学生と社会人との比較

村松常司 (健康科学選修) 村松園江・秋田 武 (東京水産大学)
片岡繁雄 (北海道教育大学旭川校) 金子修己 (中部大学)

SMOKING AMONG YOUNG FEMALE AND THEIR LIFESTYLE

(Report 2) Comparison between Female Students and Female Workers

Tsuneji MURAMATSU (Department of Health Science)
Sonoe MURAMATSU・Takeshi AKITA (Tokyo University of Fisheries)
Shigeo KATAOKA (Hokkaido University of Education, Asahikawa Campus)
Osami KANEKO (Chubu University)

I. はじめに

近年, 我が国の疾病構造は結核に代表される感染症から, 癌, 脳血管障害, 冠状動脈性心臓病等の慢性疾患に変化¹⁾している。生活習慣と疾病との関連はヒポクラテスの時代から指摘されていることであり, 新しい概念ではないが, 今日までに喫煙, アルコール摂取, 運動不足等が癌, 脳血管障害, 冠状動脈性心臓病等の発症と深く関わっていることは多くの報告が指摘している²⁾⁻⁶⁾。

Breslow⁷⁾は, 成人病予防の視点から重要な7つの健康習慣 (喫煙をしない, 飲酒を適度にするか全くしない, 定期的にかなり激しい運動をする, 適正体重を保つ, 7~8時間の睡眠をとる, 毎日朝食をとる, 不必要な間食をしない) を見出し, これら7つの健康習慣を数多く行っている, いわゆるライフスタイルの良い集団の平均余命は悪い集団のそれよりも明らかに長いことを報告している。従って, 癌, 脳血管障害, 冠状動脈性心臓病等の予防には, 日常生活の中で望ましい健康習慣をどれだけ行っているかにかかってくる。前報⁸⁾では, 青年期女性の喫煙習慣とライフスタイルおよび性格特性にはそれぞれ関連が示唆されたことを報告したが, 青年期女性の生活態度については職業を持つ者と, 学生等の職業を持たない者とは相違があることは十分考えられることから, 本報では, 青年期女性を対象に, 学生ならびに社会人の健康習慣と日常生活行動の特性を追究し, さらに健康習慣と深く関わっている性格特性を, エゴグラムによる自我状態から明らかにしようとした。

II. 調査方法

(1)調査対象

愛知県下の国立大学, 私立女子大学, 私立女子短期大学に在学する女子学生と私立総合病院看護婦, 一般企業に勤務する女子会社員および幼稚園・小・中学校の女子教員の計1070名を対象にして調査を行った。本研究では学生と社会人の比較を行うため, 20~25歳の学生 (332名) 及び社会人 (247名) の合計579名を抽出して分析対象とした。

(2)調査内容

1) 健康習慣 (朝食摂取状況, 間食摂取状況, 起床時間, 就寝時間, 睡眠時間, 体重に気をつけているか, 栄養のバランスに気をつけているか, 運動状況, 飲酒状況, 喫煙習慣)

2) 日常生活行動

①マスメディアとの接触 (雑誌購読, 書籍購読, テレビ視聴時間, CMへの興味, 新聞購読時間)

②日常生活 (1か月の小遣い, 休日の過ごし方, 家族との会話)

③趣味・嗜好 (趣味, 好みの飲料, 好みの酒)

④流行の取り入れ (流行を取り入れる対象, 化粧)

⑤一般的意識 (生活をエンジョイしているか, 周囲の目を気にするか, 伝統・習慣への態度, イライラするか, 女性としての意識)

⑥女性の喫煙に対する意識 (主婦, 乳幼児の母親・妊婦, 教師, 看護婦・保健婦, OL, デザイナー, ウェイトレス, 女子学生, 医師)

3) エゴグラムチェックリスト

今回利用したエゴグラム⁹⁾⁻¹¹⁾は, Dusay が Berne の創始した交流分析を改良し, 初めて考案したものであ

る。交流分析では、性格の構成要素 Parent, Adult, ChildをそれぞれP, A, Cと記号化し、さらにこれを①Critical Parent(CP), ②Nurturing Parent(NP), ③Adult(A), ④Free Child(FC), ⑤Adapted Child(AC)の5つの要素に分類している。調査はこれら5つの要素に対してそれぞれ10項目ずつの質問項目で構成されたエゴグラムチェックリストを使用した。なお、調査の正確性を期すために、MMPIの妥当性尺度¹²⁾を参考に回答の信頼性をチェックする質問項目を作成し、矛盾回答得点とした。

(3)調査時期および調査方法

調査は、平成4年9月～11月と平成5年8月～10月の2回にわたって自己記入による質問紙法で行った。

(4)分析方法

1)健康習慣実施数

Breslow⁷⁾の7つの健康習慣「喫煙をしない」、「飲酒を適度にするか全くしない」、「定期的にかなり激しい運動をする」、「適性体重を保つ」、「7～8時間の睡眠をとる」、「毎日朝食をとる」、「不必要な間食をしない」に、今回「早寝をする」、「早起きをする」、「栄養のバランスに気をつけて食事をする」の3項目を加えた10項目について調査した。以下、本研究ではこの10項目を「健康習慣」とする。各項目のうち「タバコを吸わない、以前吸っていた」、「飲酒を適度にする、しない」、「定期的に激しい運動をする、たまに軽い運動をする」、「体重に気をつけて食事をする」、「7～8時間の睡眠をとる」、「朝食をほとんど毎日とる」、「間食をあまりとらない」、「7時前に起床する」、「12時前に就寝する」、「栄養のバランスに気をつけて食事をする」をそれぞれ1点とし、10項目の合計点(最高10点)を算出した。さらに、その合計点を0～4点、5～7点、8～10点の3群に分類した。

2)エゴグラム

エゴグラムは、①支配的・批判的要素を中心とするCP(Critical Parent), ②成長を促す養育的・母親的要素を中心とするNP(Nurturing Parent), ③事実に基づいて判断し、冷静に計算する合理的要素を中心とするA(Adult), ④感情や身体感覚を自然に体験・表出するFC(Free Child), ⑤外界に順応するために防衛し、妥協するAC(Adapted Child)の5つの自我状態への心理的なエネルギーを視覚的に把かむために、エゴグラムチェックリストの回答を得点化し、グラフで表した。

3)データ処理ならびに比較の方法

データ処理にあたっては、名古屋大学大型計算機センターFACOM M-382を使用し、演算にはSPSS第9版を用いた。なお検定は χ^2 検定、コルモゴロフ・スミルノフ検定およびt検定を用いた。

III. 結 果

(1)健康習慣

表1に示すように、学生と社会人の健康習慣に有意差が認められたのは「朝食摂取状況」、「間食摂取状況」、「起床時間」、「就寝時間」、「睡眠時間」、「栄養のバランスに気をつけている」、「喫煙習慣」であった。すなわち、学生は朝食を毎日とり、間食をよくとり、栄養のバランスに気をつけている者が多く、睡眠時間の長い者が多い。社会人は起床時間、就寝時間が早く、喫煙者が多かった。

表1. 健康習慣 (%)

健康習慣	学生	社会人	合計	両者の比較	
朝食	毎日とる	259(78.0)	164(66.4)	423(73.1)	P<0.01
	あまりとらない	62(18.7)	56(22.7)	118(20.4)	
	とらない	11(3.3)	27(10.9)	38(6.6)	
間食	よくとる	197(59.3)	109(44.3)	306(52.9)	P<0.01
	あまりとらない	126(38.0)	126(51.2)	252(43.6)	
	とらない	9(2.7)	11(4.5)	20(3.5)	
起床	7時前	65(19.7)	132(54.5)	197(34.4)	P<0.01
	7～8時	129(39.1)	101(41.7)	230(40.2)	
	8～9時	106(32.1)	7(2.9)	113(19.8)	
	9時以降	30(9.1)	2(0.8)	32(5.6)	
就寝	12時前	65(19.6)	92(37.9)	157(27.4)	P<0.01
	12～1時	147(44.4)	126(51.9)	273(47.6)	
	1～2時	82(24.8)	20(8.2)	102(17.8)	
	2時以降	37(11.2)	5(2.1)	42(7.3)	
睡眠時間	～6時間	28(8.5)	24(9.7)	52(9.0)	P<0.01
	6～7時間	83(25.1)	91(36.8)	174(30.1)	
	7～8時間	121(36.6)	99(40.1)	220(38.1)	
	8～9時間	89(26.9)	32(13.0)	121(20.9)	
	9時間以上	10(3.0)	1(0.4)	11(1.9)	
体重に気をつけて	食事をする	127(38.4)	81(32.9)	208(36.0)	N. S.
	食事をしない	204(61.6)	165(67.1)	369(64.0)	
栄養のバランスに気をつけて	食事をする	189(57.4)	103(42.0)	292(50.9)	P<0.01
	食事をしない	140(42.6)	142(58.0)	282(49.1)	
運動	定期的にする	26(7.9)	19(7.7)	45(7.8)	N. S.
	たまに運動する	165(50.0)	135(54.9)	300(52.1)	
	ほとんどしない	139(42.1)	92(37.4)	231(40.1)	
飲酒	よく飲む	18(5.5)	16(6.5)	34(5.9)	N. S.
	適度に飲む	209(63.5)	172(69.6)	381(66.4)	
	飲まない	102(31.0)	59(23.9)	161(28.0)	
喫煙	毎日吸う	15(4.6)	17(6.9)	32(5.6)	P<0.05
	時々吸う	6(1.8)	15(6.1)	21(3.7)	
	吸わない	308(93.6)	214(87.0)	522(90.8)	

(2)健康習慣実施数

10項目の健康習慣のうち、何項目を実施しているかを表す健康習慣実施数の平均(標準偏差)は学生では5.0(1.5)、社会人では5.3(1.7)であり、統計的には社会人の方が多く実施していた(P<0.05)。また、表2に示すように、実施数が0～4の群は学生38.0%、社会人28.7%であり、5～7の群は学生57.5%、社会人63.6%、8～10の群は学生4.5%、社会人7.7%であり、学生は社会人に比較して実施数の少ない群が多かった(P<0.05)。

表 2. 健康習慣実施数 (%)

健康習慣実施数	学 生	社会人	合 計
0～4 (悪い)	126(38.0)	71(28.7)	197(34.0)
5～7 (普通)	191(57.5)	157(63.6)	348(60.1)
8～10 (良い)	15(4.5)	19(7.7)	34(5.9)
合計	332(100.0)	247(100.0)	579(100.0)

df= 2, P<0.05

(3)日常生活行動

1) 雑誌, 書籍の購読

雑誌, 書籍の購読状況は表 3, 表 4 に示す。学生, 社会人ともに雑誌を読む者が多いが, 両者を比較すると, 学生の方に読む者が多く (P<0.01), 雑誌の種類を比べると, 学生はファッション誌を読む者が多かった (P<0.01)。一方, 書籍購読をみてみると, 学生, 社会人ともに読まない者が大半を占め, 特に社会人の方に読まない者が多かった (P<0.05)。書籍の種類では, 「純文学」 (P<0.01), 「教育書」 (P<0.01) に差がみられ, ともに学生の方に読む者が多かった。

表 3. 雑誌購読 (%)

購読状況	学 生	社会人	合 計	両者の比較
読まない	86(25.9)	95(38.5)	181(31.3)	P<0.01
ファッション誌	98(29.5)	44(17.8)	142(24.5)	P<0.01
女性誌	55(16.6)	31(12.6)	86(14.9)	N. S.
料理誌	32(9.6)	33(13.4)	65(11.2)	N. S.
一般誌	20(6.0)	20(8.1)	40(6.9)	N. S.
少女コミック	12(3.6)	5(2.0)	17(2.9)	N. S.
芸能誌	9(2.7)	4(1.6)	13(2.2)	N. S.
男性誌	4(1.2)	2(0.8)	6(1.0)	N. S.
少年コミック	4(1.2)	1(0.4)	5(0.9)	N. S.
大人のコミック	2(0.6)	1(0.4)	3(0.5)	N. S.
その他	10(3.0)	11(4.5)	21(3.6)	N. S.
100%N	332	247	579	—

表 4. 書籍購読 (%)

購読状況	学 生	社会人	合 計	両者の比較
読まない	211(63.6)	182(73.7)	393(67.9)	P<0.05
大衆小説	50(15.1)	39(15.8)	89(15.4)	N. S.
純文学	19(5.7)	1(0.4)	20(3.5)	P<0.01
教育書	18(5.4)	1(0.4)	19(3.3)	P<0.01
エッセイ	9(2.7)	7(2.8)	16(2.8)	N. S.
自然科学	7(2.1)	6(2.4)	13(2.2)	N. S.
芸能	8(2.4)	3(1.2)	11(1.9)	N. S.
推理小説	6(1.8)	5(2.0)	11(1.9)	N. S.
How to もの	4(1.2)	3(1.2)	6(1.2)	N. S.
100%N	332	247	579	—

2) 趣味・嗜好

表 5 に示すように, 学生と社会人の間に有意差が認められたのは, 「音楽」, 「読書」, 「楽器演奏」であり, 学生は音楽鑑賞, 読書, 楽器演奏を楽しむ者が多い。「好みの飲料」, 「好みの酒」には有意差は認められなかった。

3) 流行の取り入れ

流行を取り入れる対象については表 6 に示すように, 学生と社会人の間に有意差が認められたのは, 「スポーツをする」, 「旅行」であった。また, 「化粧」にも有意差が認められ, メークアップをする者は社会人 36.9%, 学生 21.9% であり社会人の方が多かった (P<0.01)。

表 5. 趣味 (%)

趣 味	学 生	社会人	合 計	両者の比較
音楽	202(61.8)	116(47.3)	318(55.5)	P<0.01
旅行	148(45.1)	125(51.0)	273(47.6)	N. S.
スポーツ	118(36.0)	108(44.1)	226(39.4)	N. S.
映画	108(32.9)	92(37.6)	200(34.9)	N. S.
読書	126(38.4)	53(21.6)	179(31.2)	P<0.01
自動車運転	80(24.4)	58(23.7)	138(24.0)	N. S.
スポーツ観戦	59(18.0)	49(20.0)	108(18.8)	N. S.
楽器演奏	41(12.5)	16(6.5)	57(9.9)	P<0.05
洋裁	9(2.7)	7(2.9)	16(2.8)	N. S.
ビデオ鑑賞	2(0.6)	1(0.4)	3(0.5)	N. S.
その他	20(6.1)	9(3.7)	29(5.1)	N. S.
100%N	328	245	573	—

表 6. 流行を取り入れる対象 (%)

取り入れの対象	学 生	社会人	合 計	両者の比較
服飾	231(76.0)	158(71.5)	389(74.1)	N. S.
書籍	82(27.0)	53(24.0)	135(25.7)	N. S.
ことば	81(26.6)	43(19.5)	124(23.6)	N. S.
スポーツをする	41(13.5)	45(20.4)	86(16.4)	P<0.05
旅行	34(11.2)	45(20.4)	79(15.0)	P<0.01
女性としての生き方	25(8.2)	12(5.4)	37(7.0)	N. S.
スポーツ観戦	14(4.6)	11(5.0)	25(4.7)	N. S.
スポーツ用品	1(0.3)	2(0.9)	3(0.6)	N. S.
食べ物	2(0.7)	0(0.0)	2(0.4)	N. S.
その他	11(3.6)	2(0.9)	13(2.5)	P<0.05
100%N	304	221	525	—

4) 日常生活

表 7 に示すように, 学生と社会人の日常生活に有意差が認められたのは, 「CMへの興味」, 「新聞購読時間」, 「家族との会話」, 「1か月の小遣い」であった。すなわち, 学生は「CMへの興味」があり, 「新聞購読時間」が多く, 「家族との会話」をよくする者が多く, 社会人は 1か月の小遣いが高額の者が多いことが認められた。

5) 一般的意義

一般的意識については表 8 に示す。学生と社会人の間に有意差が認められたのは, 「生活をエンジョイしている」であり, 学生の方に生活をエンジョイしているとする者が多い。「周囲の目を気にするか」, 「伝統や習慣を残そうとするか」, 「よくイライラするか」, 「女のくせにと言われると腹が立つか」, 「女だからという理由でしたいことを押さえるか」には有意差は認められなかった。

表7. 日常生活習慣 (%)

日常生活習慣		学生	社会人	合計	両者の比較
1ヶ月間に医療機関に行った	行った	56(16.9)	58(23.6)	114(19.8)	N. S.
	行かない	275(83.1)	188(42.6)	463(80.2)	
1日に何時間テレビを見ますか	1時間未満	39(11.9)	20(8.2)	55(9.7)	N. S.
	1~2時間	72(22.1)	74(30.5)	146(25.7)	
	2~3時間	120(36.8)	86(35.4)	206(36.2)	
	3~4時間	68(20.9)	42(17.3)	110(19.3)	
	4時間以上	27(8.3)	21(8.4)	48(8.4)	
ラジオやテレビのCMに興味がある	興味がある	220(66.7)	123(51.0)	243(60.1)	P<0.01
	興味がない	110(33.3)	118(49.0)	228(39.9)	
1日に何分新聞を読むか	読まない	25(7.7)	30(12.5)	55(9.7)	P<0.01
	10分未満	101(31.1)	103(42.9)	204(36.1)	
	10~20分	101(31.1)	51(21.3)	152(26.9)	
	20~30分	79(24.3)	48(20.0)	127(22.5)	
	30分以上	19(5.8)	8(3.3)	27(4.8)	
家族と会話をよくする	よくする	260(78.5)	158(64.8)	418(72.7)	P<0.01
	しない	71(21.5)	86(35.2)	157(27.3)	
1ヶ月の小遣いはいくらかですか	1万円未満	8(2.6)	1(0.4)	9(1.6)	P<0.01
	1~2万円	55(17.6)	4(1.7)	59(10.7)	
	2~3万円	55(17.6)	29(12.3)	84(15.3)	
	3~4万円	86(27.5)	47(19.9)	133(24.2)	
	4~5万円	31(9.9)	26(11.0)	57(10.5)	
	5~6万円	45(14.4)	67(28.4)	112(20.4)	
	6万円以上	33(10.5)	62(26.3)	95(17.3)	
休日には何をしますか	外出する	155(47.0)	131(53.0)	286(49.6)	N. S.
	どちらでもない	88(26.7)	59(23.9)	147(25.5)	
	家でゆっくり	87(26.4)	57(23.1)	144(25.0)	

表8. 一般的意識 (%)

一般的意識	学生	社会人	合計	両者の比較	
生活をエンジョイしている	そう思う	200(60.6)	122(50.2)	322(56.2)	P<0.05
	思わない	130(39.4)	121(49.8)	251(43.8)	
周囲の目を気にする	はい	252(76.4)	173(72.4)	425(74.7)	N. S.
	いいえ	78(23.6)	66(27.6)	144(25.3)	
伝統を残す方が	はい	214(65.4)	140(59.3)	354(62.9)	N. S.
	いいえ	113(34.6)	96(40.7)	209(37.1)	
イライラするほうですか	はい	144(43.6)	112(46.1)	256(44.7)	N. S.
	いいえ	186(56.4)	131(53.9)	317(55.3)	
女のくせにと言われ	腹がたつ	218(66.1)	167(68.7)	385(67.2)	N. S.
	腹がたたない	112(33.9)	76(31.3)	188(32.8)	
女だからと押しさえる	はい	60(18.2)	47(19.3)	107(18.7)	N. S.
	いいえ	269(81.8)	197(81.3)	466(81.3)	

6) 女性の喫煙に対する意識

主婦の喫煙に対して「吸ってもよい」とする割合は、学生35.4%、社会人49.0%であり社会人の方が有意に高く(P<0.01)、また、乳幼児を持つ母親や妊娠中の女性の喫煙に対しては、学生、社会人も否定する割合が多く、それぞれ98.2%、94.7%であった。統計的には両者には有意の差が認められ、学生の方が多い(P<0.05)。また、職業を持つ女性の喫煙の容認度をみたものが表9である。同じ女性でも職業が異なると喫煙の容認度が異なることが認められた。すなわち、デザイナー、OLの喫煙に対しては学生、社会人も容認する割合が75~79%と高く、医師、看護婦の喫煙に対しては容認する割合が44~49%と低い。容認する

表9. 女性の喫煙に対する意識 (%)

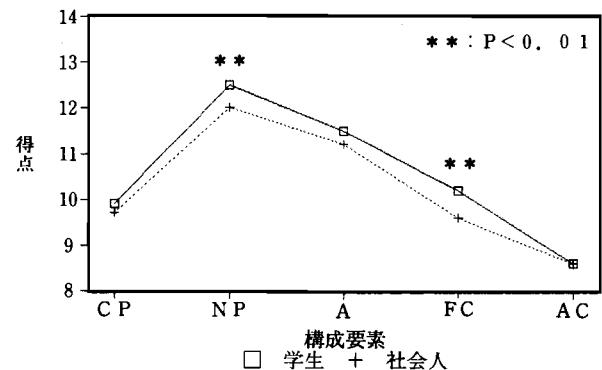
女性の喫煙に対する意識		学生	社会人	合計	両者の比較
デザイナー	吸ってもよい	231(73.8)	179(79.2)	410(76.1)	N. S.
	吸うべきでない	82(26.2)	47(20.8)	129(23.9)	
OL	吸ってもよい	217(68.9)	170(74.9)	387(71.4)	N. S.
	吸うべきでない	96(31.1)	57(25.1)	155(28.6)	
ウェイトレス	吸ってもよい	143(45.8)	137(59.6)	280(51.7)	P<0.01
	吸うべきでない	169(54.2)	93(40.4)	262(48.3)	
女子学生	吸ってもよい	139(44.3)	102(44.2)	241(44.2)	N. S.
	吸うべきでない	175(55.7)	129(55.8)	304(55.8)	
学校の先生	吸ってもよい	113(35.9)	116(50.4)	229(42.0)	P<0.01
	吸うべきでない	202(64.1)	114(49.6)	316(58.0)	
医師	吸ってもよい	85(26.7)	113(49.3)	198(36.2)	P<0.01
	吸うべきでない	233(73.3)	116(50.7)	349(63.8)	
看護婦	吸ってもよい	65(20.2)	100(43.5)	165(29.9)	P<0.01
	吸うべきでない	256(79.8)	130(56.5)	386(70.1)	

割合は女子学生を除く、すべてにおいて社会人の方が高く、ウェイトレス、学校の先生、医師、看護婦において有意な差が認められた。

(4) エゴグラム

図1は学生と社会人のエゴグラムにおけるCP, NP, A, FC, ACの平均得点を図示したものである。両者とも図形はNPを頂点とした類似した山形を示しており、その得点はACを除く各要素において学生の方が高く、NP(養育的・母親的要素)、FC(自由奔放さ)に有意の差が認められた。また、学生、社会人のエゴグラムをそれぞれ健康習慣別の実施数(4以下の群と7以下の群の比較)で比較してみると、両者とも健康習慣実施数の多い群のCP(支配的・批判的)、NP(養育的・母親的)、A(客観的判断力)、FC(自由奔放さ)が高かった。AC(順応性)においては、学生、社会人ともに健康習慣実施数の少ない群の方が高かった。

図1. エゴグラム
学生と社会人との比較



IV. 考 察

近年、戦前の我が国の死因の上位にあげられていた感染症に変わり、癌・脳血管障害・心臓病がその上位を占めるようになった。これらは生活習慣病ともいわれ、日常の生活習慣と大きな関わりをもつことは周知

のことである¹³⁾。本研究では同年齢の学生と社会人との比較を行なった結果、学生は社会人より毎日朝食をとる者が多く、栄養のバランスに気をつけており、喫煙をする者が少なく、また、社会人は学生より起床時間、就寝時間が早く、間食をあまりとらないという結果が得られ、職業を持つ社会人と学生との間には様々な違いが認められた。

Breslow⁷⁾は様々な健康習慣の調査から「適正な睡眠時間をとる」、「喫煙をしない」、「適正体重を維持する」、「過度の飲酒をしない」、「定期的にかなり激しいスポーツをする」、「朝食を毎日食べる」、「間食をしない」の7つの健康習慣が、健康度と有意に関連していることを見いだした。本研究では、この7つの項目に「早起きをする」、「早寝をする」、「栄養のバランスに気をつける」の3項目を加えて10項目として、学生と社会人との比較を行ったところ、社会人の健康習慣実施数は学生のそれより有意に多く、また、その分布も社会人の方が多くの方に有意に分布しており、学生より社会人の方が望ましい健康習慣を多く行なっていることが分った。NHK放送世論調査¹⁴⁾においても、生徒・学生は不健康な生活態度をとっている者が多いという報告がなされており、今回の調査結果と考えあわせると、学生の方が社会人に比べて不健康な生活態度をとっているといえる。日常の健康習慣が身体的健康度を左右することや、精神的健康度との関連が強いことは、森本らの研究¹⁵⁾¹⁶⁾によっても指摘されており、望ましい健康習慣を実施することは健康を守るうえで非常に大切である。健康習慣を根底で規定しているのは、個人の健康に関する意識であり¹⁷⁾、日常生活の中で幾つかの望ましい健康習慣を実践していくためにも、まず、健康意識を高めることが重要となる。

マスメディアとの接触に関しては、雑誌、書籍とも社会人に読まない者が多く、新聞購読時間も社会人の方が短い者が多かった。これは日常生活で比較的時間に余裕のある学生と毎日の勤務で時間的に余裕のない社会人との違いであろう。趣味では、「音楽」、「読書」、「楽器演奏」の3項目において社会人よりも学生の方が取り入れる割合が高く、これについても時間的余裕の差であろう。

流行の取り入れについては「スポーツをする」、「旅行」において社会人の割合が高く、化粧をする者(メイクアップをする)の割合も社会人の方が高かった。旅行やスポーツは他の項目に比べ多額の費用を必要とし、社会人は学生に比べ小遣い金額が多いことに関係していると考えられる。

女性の喫煙に対する意識では、ほとんどの項目で社会人の方が女性の喫煙を容認する者が多かった。社会人は学生に比べ、喫煙場面に会える機会が多いために、喫煙に対し容認する割合が高く、肯定的になると考えられる。今回の学生の喫煙者率は6.4%、社会人の喫煙

者率は12.5%であり、社会人の方が有意に高い割合を示した。

本研究の学生と社会人のエゴグラムは、両者ともNP(養育的、母親的要素)を頂点とするNP優位型の山形を示した。また、それぞれの構成要素では、学生は社会人に比べ、全体的に自己状態が高い値を示しており精神エネルギーが高いといえる。先に報告した喫煙者と非喫煙者のエゴグラム⁸⁾の比較では、喫煙者は、FC(自由奔放さ)が高く、A(客観的判断力)、AC(順応性)が低かった。つまり、相手を認め共感する心を持ち、天真爛漫で活発だが、客観的に判断することを不得意とし、自己中心性が強く協調性に欠けるということになる。喫煙者の外向的性格についての報告¹⁸⁾¹⁹⁾はすでに幾つか行われている。また、大津²⁰⁾は、エゴグラムを使用し、中・高校生の飲酒行動に関する調査を行い、飲酒の促進要因はFCであり、抑制要因はAであったと報告している。

学生、社会人のエゴグラムをそれぞれ健康習慣の実施数(4以下の群と7以下の群の比較)で比較してみると、両者とも健康習慣実施数の多い群のCP(支配的・批判的)、NP(養育的・母親的)、A(客観的判断力)、FC(自由奔放さ)が高かった。AC(順応性)においては、学生、社会人ともに健康習慣実施数の少ない群の方が高かった。今回のエゴグラムからみると、健康習慣実施数の多い群は様々な情報を批判的に見、客観的に判断し、思いやりを持って行動する力があるといえる。健康に関する情報に対してもこのような性格特性で対処していると推測される。健康習慣実施数が8以上のいわゆるライフスタイルの特により群は学生、社会人とも例数が少なく、それらの特徴を把握することが困難であった。以上のことから、青年期女性における健康習慣と日常生活ならびにエゴグラムからみた性格特性は、学生と社会人の間に幾つか特徴ある違いがみられたといえる。

V. 要 約

本研究は、青年期女性579名(学生332名、社会人247名)を対象にして、学生ならびに社会人の健康習慣と日常生活行動およびエゴグラムからみた性格の特性を、無記名質問紙法により、調査(平成4年9月~11月と平成5年8月~10月)し、以下に示す成績を得た。(1)健康習慣については、学生は社会人より毎日朝食をとる者が多く、栄養のバランスに気をつけており、喫煙する者が少ないことが分かった。また、社会人は学生より、起床時間、就寝時間が早く、間食をあまりとらないことが認められた。(2)健康習慣実施数の平均(標準偏差)は学生5.0(1.5)、社会人5.3(1.7)であり、統計的には社会人の方が多く、学生に比べて健康的な生活態度をとっている。(3)日常生活行動では、雑誌、書籍とも社会人の方に読

まない者が多く、新聞購読時間も短く、学生に比べてマスメディアとの接触が薄いことが認められた。また、学生は趣味をよく取り入れ、生活をエンジョイしている者が多く、社会人には小遣い金額が多く、化粧をよくする者が多いことが認められた。また、女性の喫煙に対する意識では学生より社会人の方が容認する割合が高かった。

(4)エゴグラムは、学生、社会人ともNP（養育的・母親的要素）を頂点とするNP優位型の山形であった。要素別の比較では、NP（養育的・母親的要素）とFC（自由奔放さ）において、有意の差が認められ学生の方が高く、また、学生は社会人に比較して自我状態が高い値を示していることが認められた。

(5)以上のことから、青年期女性における健康習慣と日常生活行動ならびにエゴグラムからみた性格特性は、学生と社会人の間に幾つか特徴ある違いがみられた。

参 考 文 献

- 1) 厚生統計協会：国民衛生の動向，厚生指標，40（9），48～61，1993
- 2) Berkman, L. F., et al : Social networks, host resistance and mortality ; a nine year followup study of Alameda County Residents. American Journal of Epidemiology, 109 ; 186-204, 1973
- 3) Breslow, N., et al : Geographic correlation between cancer mortality rates and alcohol-tobacco consumption in the United States. Journal of National Cancer Institute, 53 ; 631-639, 1974
- 4) Enstrom, J. E. : Cancer mortality among Mormons. Cancer, 36 ; 825-841, 1975
- 5) Gordon, T., et al : Death and coronary attacks in men after giving up cigarette smoking. Lancet, 2 ; 1345-1348, 1974
- 6) Pratt, L. : The relationship of socioeconomic status to health. American Journal of Public Health, 62 ; 281-291, 1971
- 7) Breslow, L., et al. : Health and Ways of living, (1983) ; 生活習慣と健康，森本兼義監訳，60～98，HBJ出版局，1989
- 8) 村松常司，村松園江，秋田武，他：青年期女性の喫煙習慣とライフスタイルに関する研究，その1，喫煙習慣とライフスタイルとの関連および性格特性からの比較，愛知教育大学研究報告，第44輯，75～86，1995
- 9) 杉田峰康：交流分析・ゲシュタルト療法，心身医，22（5），420～425，1982
- 10) 東京大学医学部心療内科編著：新版エゴグラム・パターン，TEG（東大式エゴグラム）第2版による性格分析，金子書房，1995
- 11) Dusay J. M. : EGOGRAMS, How I See You and You See Me, (1977) ; エゴグラム，池見西次郎監修，創元社，1983
- 12) 日本 MMPI 研究会編：日本版 MMPI ハンドブック，15～19，三京房，1973
- 13) 森本兼義：ライフスタイルと健康，1. 身体的健康度と精神的健康度，公衆衛生，51（2），63～71，1987
- 14) NHK放送世論調査所：日本人の健康観，日本放送出版協会，22～23，41～44，1981
- 15) 森本兼義：生活習慣と身体的健康度，大学生におけるライフスタイルと身体的ならびに精神的健康度，ライフスタイルと健康，122，医学書院，1991
- 16) 森本兼義：生活習慣の評価と精神的健康度との関連，地域集団のライフスタイルと精神的健康度，ライフスタイルと健康，173～174，医学書院，1991
- 17) 森本兼義：健康意識と健康志向行動，ライフスタイルと健康，33～52，医学書院，1991
- 18) 小川浩：喫煙の心理，公衆衛生，50（4），236～244，1986
- 19) Eysenck, J. H. : 喫煙習慣の継続と性格，喫煙行動，(Dunn, W. L. Jr編)，広田君美監訳，人間の科学社，149～197，1975
- 20) 大津一義：中・高校生の飲酒行動に関する研究，その2，自我状態のパターンと飲酒傾向との関連について，学校保健研究，29（8），377～388，1987

（平成7年9月7日受理）