

研究区分	教員特別研究推進（地域振興）
------	----------------

研 究 テーマ	児童の主観的咀嚼状況と心身の健康状態および食生活習慣との関連				
研究組織	代 表 者	所属・職名	食品栄養科学部・教授	氏名	桑野 稔子
	研究協力者	所属・職名	静岡県立大学・助教	氏名	秦 俊貴
		所属・職名	日本女子大学・講師	氏名	亀山 詞子
		所属・職名		氏名	
	発 表 者	所属・職名	食品栄養科学部・教授	氏名	桑野 稔子

講演題目
児童の習慣的咀嚼能力と心身の健康状態および食物摂取状況との関連
研究の目的、成果及び今後の展望
【目的】 本研究は、児童に対する咀嚼能力を高める健康・栄養教育の必要性を裏付けるエビデンスの構築の一助とするために、児童の習慣的咀嚼能力と心身の健康状態および食物摂取状況を客観的に評価し、関連要因について多角的に検討することを目的とした。 【方法】 S 県 S 市内の小学 5 年生 138 名に、咀嚼能力の測定、心身の健康状態に関する自記式質問紙調査、簡易型自記式食事歴法質問票（BDHQ15y）を用いた食物摂取状況調査を実施した。 本人と保護者から書面にて同意の得られた 130 名の内、自記式質問紙への回答に不備があった者などを除き、有効回答を得た 93 名（男子 42 名、女子 51 名）を解析対象とした。 咀嚼能力は咀嚼チェックガムを用いて測定し、咀嚼能力で性別にそれぞれ三分位（低・中・高）にし、心身の健康状態および食事摂取量を性別にそれぞれ咀嚼能力 3 群間で比較した。 【結果及び今後の展望】 男子児童では、咀嚼能力が高いほど体重が有意に低く、抑うつ傾向指標の得点が中群と比較して高群が有意に低く良好であった。食物摂取状況は、咀嚼能力が高いほどエネルギー摂取量が有意に高かった。また、咀嚼能力が高いほど砂糖甘味料類、嗜好飲料類の 1,000 kcal あたり摂取量がそれぞれ有意に高かったが、穀類の 1,000 kcal あたり摂取量が有意に低かった。 女子児童では、咀嚼能力と心身の健康状態に有意な関連は認められなかった。食物摂取状況では、咀嚼能力が高いほどエネルギー摂取量が高かったが、その他の栄養素等摂取量および食品群別摂取量に有意な関連は認められなかった。 本研究の結果より、咀嚼能力が高いことが児童の食事摂取量や特に男子児童の良好な精神的健康状態にかかわる可能性が示唆された。 今後は、対象者を増やし、高い咀嚼能力を形成する要因をより詳細に調査することで、児童の良好な心身の健康状態を育むための健康教育のエビデンスの構築に貢献できると考える。