

博士（栄養学）学位論文要旨

中学生の食に関するメディアリテラシー尺度の開発

Development of the Diet-related Media Literacy Scale
among Junior High School Students

2 0 1 2 年

指導教員 武見 ゆかり教授

氏名 中西 明美

NAKANISHI, Akemi

女 子 栄 養 大 学

子どもの食物選択要因の 1 つにメディアの影響が挙げられる。メディアのうち、日本の中学生のテレビ視聴時間は約 3 時間で、米国や韓国に比べて長い。欧米では、テレビの視聴時間が長い子どもは菓子やソフトドリンクの摂取が多く、逆に野菜や果物の摂取量が少ないとの報告がみられる。テレビ視聴時間が食生活と関連している要因の 1 つに、食品広告等、メディアからの食情報の影響があるとされる。従って、子どもの望ましい食習慣形成のためには、メディアからの食情報を鵜呑みにせず、自身の健康を考え、客観的、主体的に判断する力の形成を目的とするメディアリテラシー教育が必要と考える。しかし関連する研究は国内外共に未だ少なく、子どもの食に関するメディアリテラシーを測定する指標としては間食に限定されたものだけしかない。

そこで、本研究の目的は、食事全体の望ましい習慣的な摂取と関連づけた、中学生の食に関するメディアリテラシー尺度を開発することである。本研究のメディアリテラシーの定義は「子どもがメディアからの食情報を鵜呑みにせず、食品表示等を用いて客観的・主体的に読みとる力」とした。

第 1 章では、中学生のテレビ視聴時間と食物摂取量、食行動、食態度との関連を明らかにすることを目的に、埼玉県 S 市内中学校全 8 校の中学 2 年生 787 名を対象に質問紙調査を実施した。テレビ視聴時間群別に、中学生・高校生用簡易型自記式食事歴法質問票 (BDHQ15y) を用いて把握した食品群別摂取量及び栄養素摂取量、食行動、食態度との関連を男女別に解析した。その結果、テレビ視聴 4 時間以上群は、男女共に、野菜類、その他の野菜類、鉄、食物繊維の摂取量が有意に少なく、望ましくない食事をして

いることが明らかになった。また、食行動、食態度（男子のみ）でも望ましくない傾向がみられた。

第 2 章では、食に関するメディアリテラシー尺度を作成し、その信頼性と妥当性の検討を目的に、東京都 M 市内中学校 3 校及び埼玉県 S 市内中学校 2 校の中学 1～3 年生 2,064 名を対象に調査を実施した。尺度の信頼性は、内的整合性と再検査法により確認した。妥当性は、「間食選択動機」調査票、一般的なメディアリテラシー尺度との関連から併存的妥当性と、メディア利用状況との関連から構成概念妥当性を検討した。探索的因子分析の結果、批判的思考を示す「食品広告・販売促進からの影響」と「食に関するメディアからの情報への批判的認識」、食の自律的判断を示す「食品表示活用」、「栄養バランスの判断」、以上の 4 因子構造 16 項目の尺度が得られた。さらに、確証的因子分析の結果、高い適合度 ($GFI=0.964$ 、 $AGFI=0.950$ 、 $CFI=0.960$ 、 $RMSEA=0.049$) が得られた。信頼性では、クロンバックの α 係数は十分に高く ($\alpha=0.763\sim0.833$)、再検査法による時間的安定性も確認された。妥当性では、上記の 2 尺度との併存的妥当性が確認された。また、各因子得点を目的変数とした重回帰分析の結果、「食品広告・販売促進からの影響」は、平日のテレビ視聴時間、テレビに対する保護者の肯定的意見と負の関連 ($\beta=-0.216\sim-0.107$) がみられた。一方、他の 3 因子は、テレビに対する保護者の批判的意見と正の関連 ($\beta=0.068\sim0.140$) がみられ、構成概念妥当性が確認された。

第 3 章では、中学生の食に関するメディアリテラシー尺度と食物摂取との関連を明らかにすることを目的に、食に関するメディアリテラシー 4 因子の得点と、BDHQ15y を用いて把握した習慣的

な食品群別摂取量との関連を検討した。対象は第2章と同じである。その結果、男子では、批判的思考を示す「食品広告・販売促進からの影響」得点別では、菓子の摂取量は、高群(33 g/1,000kcal)が、中群(39)、低群(40)に比べ有意に少なかった。

「食に関するメディアからの情報への批判的認識」でも清涼飲料類の摂取量は、得点が高い方が有意に少なかった。自律的判断を示す「食品表示活用」得点別では、野菜類の摂取量は、高群(87 g/1,000kcal)が低群(73)に比べ有意に多く、「栄養バランスの判断」でも野菜類や豆類等の摂取量は、得点が高い方が有意に多かった。女子では、批判的思考及び自律的判断の因子得点が高い方が、野菜類、果実類、魚介類等の摂取量が多く、さらに、自律的判断の因子得点が高い方が菓子類の摂取量が少なかった。以上より、因子得点と食物摂取の関連は男女により一部異なるが、食に関するメディアリテラシーの高い生徒は、低い生徒に比べ、野菜類や豆類といった健康のために推奨される食品群の摂取が多く、逆に菓子類と清涼飲料類といった摂り過ぎへの注意喚起がされる食品群の摂取が少ないことが明らかになった。

以上から、信頼性と妥当性の確認された4因子構造16項目で構成される「食に関するメディアリテラシー尺度」を開発できた。本研究は、食に関するメディアリテラシーと習慣的な食物摂取の関連を示した初の研究であり、中学生の望ましい食習慣の形成に向けて、従来、家庭科等で実施されてきた栄養バランス等の自律的判断の学習に加え、メディアからの食情報に対する批判的思考を育てる学習の必要性を提示するものである。