

女子学生アスリートの身体発達と食行動の検討

A Study on Physical Development and Eating Behavior in Female College Athletes/

宮方 栄里 (Eri Miyakata) 指導：内田 直教授

I 問題と目的

女性アスリートは一般女性が感じているやせることに対するプレッシャーに加え、競技のプレッシャーがあり摂食障害発症率が非常に高い (Davis et al., 1994; Garner et al., 1998; Halmi, 1996; Skolnick, 1993; Thiel, 1993) といわれている。よって本研究は新体操、体操の女子学生アスリートと特に運動経験のない女子学生の身体発達と食行動の検討を行った。

II 方法

被験者 関東の大学に在籍する女性158名 (平均年齢19.7±0.9歳) を対象とした。うち、新体操 (R群) 45名 (競技年数10.6±1.9年)、体操 (G群) 22名 (競技年数12.9±3.0年)、対照群 (C群) 91名。

調査材料 (1) EDI-2: 神経性無食欲症や神経性過食症患者にみられる摂食行動や心理的特徴を包括的かつ多面的に評価する質問紙。

(2) 独自に作成した質問紙: EDI-2でははかれない項目について、主にアスリートに向けた質問紙。

統計 統計処理はSPSS 13.0Jを用いた。多群間の比較として一元分散分析後、Sheffe法による多重比較、2群間比較としてt検定を用いた。

III 結果

平均BMIはR群19.3±1.4、G群20.8±1.9、C群20.5±3.0であった。R群はC群より低い ($p<0.05$) ことが認められた。

EDI-2において、「多食」ではR群はG群より高い ($p<0.05$)。「身体への不満」はR群はG群より高く ($p<0.05$)、C群はG群より高い ($p<0.05$)。「無力感」はC群はG群より高い ($p<0.05$) ことが明らかになった。

月経において「初経年齢」はR群で14.2±1.9歳、G群15.5±2.8歳、C群12.4±1.6歳であった。R群はC群より遅く ($p<0.001$)、G群はR群 ($p<0.05$)、C群 ($p<0.001$) より遅い。「遅発月経」はR群17名 (71%)、G群15名 (71%)、C群7名 (9%)、「原発性無月経」はR群1名 (3%)、G群5名 (19%)、C群0名であった。

「自由記述」においてR群は「やせたい」という気持ちと食欲のバランスがとれないことがある、G群はコーチの言動に対して多くの不満や悩みがみられた。

IV 考察

i) R群、G群に月経異常が多くみられたが、原因として競技年数・トレーニング強度・過度なダイエット・コーチからのプレッシャーがあげられる。

ii) R群は常に過度なダイエットをしているにも関わらず、多食の傾向がみられた。それは身体への不満から慢性的にダイエットを行い、反動として過食を引き起こす。そしてさらに過度なダイエットの必要性を高める (Herman & Polivy, 1975; Lowe, 1993) に一致している。

iii) R群とG群に競技特性の違いがみられた。体操は新体操ほど外見が審査に影響しない、また体つきの違いがあげられる。

iv) R群・G群は摂食障害発症率が高いとされているが、本研究では必ずしも証明できなかった。R群では過度なダイエットを行い、EDI-2の2サブスケールで有意差がみられたが、診断は難しい。G群では初経遅延の他には目立った問題はみられず、やせるというよりは競技力向上のための努力といえる。

V まとめ

新体操や体操といった競技の世界では幼児体型の若手選手が活躍している。特に、新体操はルール変更に伴い、よりやせた身軽な身体が望まれ、食行動異常、ボディイメージ障害等、摂食障害発症の危険因子が多くみられると推測できる。以上のことから、女子学生アスリートの身体発達と食行動をさらに検討し、摂食障害の予防・援助を行う必要がある。