

若い日本人女性に急増する乳がん発症を大学生の食生活意識調査から考える

松本大学人間健康学部健康栄養学科

○牛山理央奈 吉池佑航

松本大学大学院健康科学研究科

青木雄次

I はじめに

日本国立がんセンターがん情報サービスの全国推定値によると、2005年、2010年、2015年の日本人女性の乳がん年齢階層別発生率は、45～49歳と60～64歳の年齢グループに2つのピークがあり、この10年間で2峰性のパターンのまま増加していることを報告した[1]。とくに若い女性の乳がんは西洋人と同程度へと急増しており、食生活との関係で文献的に検索すると、日本の報告ではその関係は明らかではないが、韓国やイランの報告によると不健康な食生活と閉経前発症乳がんとの関与が示唆されていた。この状況に対し、若い女性に向けた乳がんと食生活に関する啓発用パンフレット作成するとともに[2]、そのパンフレットで用いた第3次食育推進基本計画に示されている若い世代の食に関する課題7項目について[3]、大学生を対象としてアンケート調査を実施した。若い世代の食育の必要性が改めて認識され、若い女性の乳がんとの関係を含め健康的な食生活の意義について情報発信が必要と考えここに報告する。

II 方法

対象は、松本大学人間健康学部健康栄養学科1年生から4年生(計女245名、男52名)および松本大学松商短期大学部1年生と2年生(計女298名、男109名)とした。方法は、農林水産省の第3次食育推進基本計画に示されている若い世代の食に関する課題7項目について、2020年11月～12月にGoogleフォームズを利用してアンケート調査を実施した。アンケートの質問は2択の8つの設問で、性別の選択と“はい”または“いいえ”を選択する次に示す課題7項目である。項目1. 朝食を食べるより寝ていた、項目2. お腹がすいたときに食事の時間、項目3. カレー、パスタ、丼物などの単品メニューを選びがち、項目4. スナック菓子やインスタント食品も食事のうち、項目5. 一人で食事をすることが多い、項目6. 買い物をするとき食品表示を見ていない、項目7. 地元の食材や郷土料理についてあまり知らない[3]。

統計学的解析は、2群間の比率の差について、エクセル統計を用いて2x2分割表の χ^2 検定を行い、 $P < 0.05$ を有意と判定した。

III 結果

アンケート回答率は、松本大学人間健康学部健康栄養学科74.7%。松本大学松商短期大学部52.1%であった。アンケートの性別について、各学年の結果を図1に示す。短大2年生の男性が22%であったが、他は男性11～13%とほぼ同率であった。

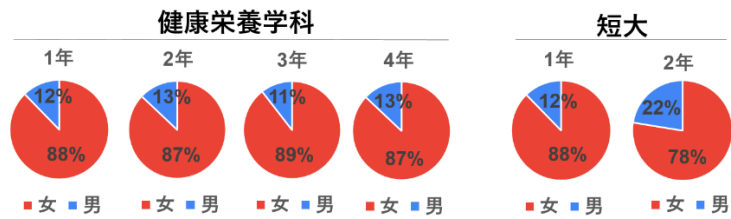


図 1. アンケート回答者の男女の割合。

図 2 に、若い世代の食に関する課題 7 項目についての男女合わせた回答を示す。「7. 地元の食材や郷土料理についてあまり知らない」の割合が、栄養学科で学年とともに減少していたが、他の項目では学年による明らかな傾向はみられなかった。栄養学科で、

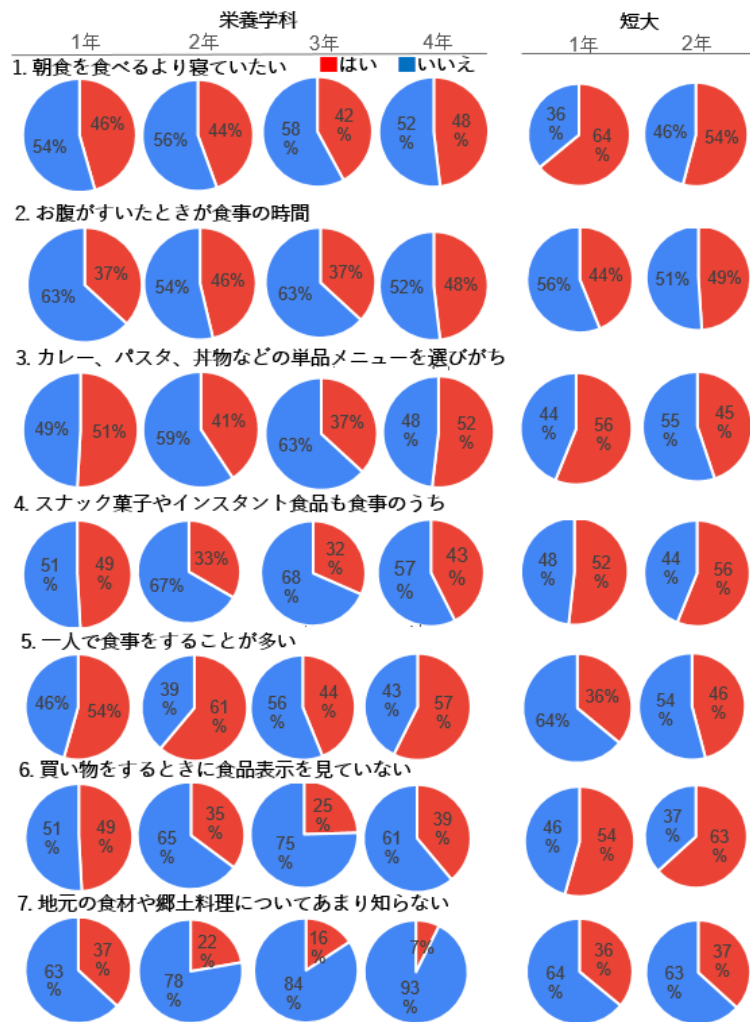


図 2. 若い世代の食に関する課題 7 項目についてのアンケート結果

「4. スナック菓子やインスタント食品も食事のうち」と「6. 買い物をするときに食品表示を見ていない」が各学年で同様の傾向を示したが、2x2 の χ^2 検定では 4 学年全体

の両者の比率に有意な関係はみられなかった (P=0.414)。

ここからは、女子学生のみデータを用いた結果を示す。栄養学科と短大では、課題項目 1、4、5、6、7 が有意な比率の差を示した (図 3)。大学の特性から短大生で一人での食事が有意に少なかった以外には、栄養を専門して学ぶ健康栄養学科の学生で 4 項目についての食に対する意識が高いことが示された。

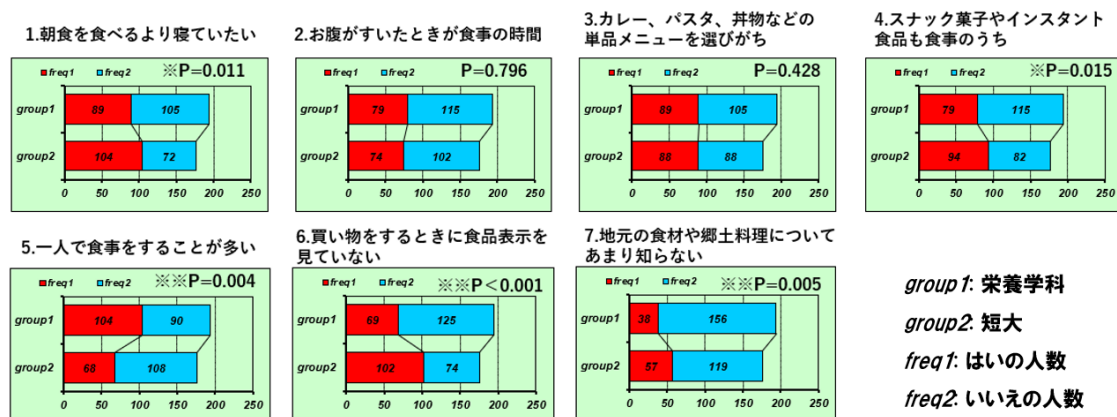


図 3. 健康栄養学科と短大の女子学生における課題 7 項目の回答比率の差

次に、健康栄養学科と短大の女子学生それぞれにおいて、若い世代の食に関する課題 7 項目回答比率の 2 項目間の関係を、 χ^2 検定の P 値で表 1 と表 2 に示す。栄養学科に比べて短大生において多くの項目間に有意な関係がみられ、「6. 買い物をするときに食品表示を見ていない」が、最も多い 4 項目と有意な関係を示した。

表 1. 健康栄養学科女子学生における課題 7 項目回答比率の 2 項目間それぞれの関係

	1. 朝食より寝て	2. お腹がすいた	3. 単品メニュー	4. スナック菓子	5. 一人で食事	6. 表示を見ない	7. 地元の食材
1. 朝食より寝て	—	* P=0.010	P=0.074	P=0.606	P=0.284	P=0.089	P=0.377
2. お腹がすいた	* P=0.010	—	** P=0.004	P=0.083	P=0.918	P=0.376	P=0.846
3. 単品メニュー	P=0.074	** P=0.004	—	P=0.091	P=0.342	P=0.314	P=0.097
4. スナック菓子	P=0.606	P=0.083	P=0.091	—	P=0.438	P=0.135	P=0.846
5. 一人で食事	P=0.284	P=0.918	P=0.342	P=0.438	—	P=0.365	P=0.555
6. 表示を見ない	P=0.089	P=0.376	P=0.314	P=0.135	P=0.365	—	P=0.090
7. 地元の食材	P=0.377	P=0.846	P=0.097	P=0.846	P=0.555	P=0.090	—

表 2. 短大女子学生における課題 7 項目回答比率の 2 項目間それぞれの関係

	1. 朝食より寝て	2. お腹がすいた	3. 単品メニュー	4. スナック菓子	5. 一人で食事	6. 表示を見ない	7. 地元の食材
1. 朝食より寝て	—	P=0.102	P=1.000	P=0.889	P=0.567	* P=0.016	P=0.823
2. お腹がすいた	P=0.102	—	P=1.000	* P=0.022	P=0.088	P=0.203	P=0.736
3. 単品メニュー	P=1.000	P=1.000	—	P=0.227	* P=0.030	* P=0.015	P=0.260
4. スナック菓子	P=0.889	* P=0.022	P=0.227	—	* P=0.017	* P=0.046	P=0.251
5. 一人で食事	P=0.567	P=0.088	* P=0.030	* P=0.017	—	P=0.174	P=0.735
6. 表示を見ない	* P=0.016	P=0.203	* P=0.015	* P=0.046	P=0.174	—	** P=0.009
7. 地元の食材	P=0.823	P=0.736	P=0.260	P=0.251	P=0.735	* P=0.009	—

IV 考察

若い日本人女性に急増している乳がん発症率の増加については、エストロゲンの影響やマンモグラフィーによる早期発見を考慮しても、調整可能な危険因子である西洋化に伴う食生活変化に目を向ける必要がある[1, 2]。世界保健機構は、非感染性疾患に含まれるがんに対しても、予防可能な因子として不健康な食事を挙げており、日本においてもそれを踏まえた活動が行われている[4]。ここで示したアンケート結果は、若い世代の食に対する意識が不十分であることが改めて示された。また、栄養を専門としない一般の学生に対しては、食育の手段として食品表示の利用を上手く取り入れることが有効である可能性が示唆された。

V 結論

最近の若い日本人女性の乳がん発症急増の背景因子は明にされていないが、少なくとも健康的な食事は乳がん予防に大切と考えられた。また、食品表示を利用する若い世代の食育が有用である可能性が示唆された。

文献

1. Tokutake N, Ushiyama R, Matsubayashi K, Aoki Y. Age-specific incidence rates of breast cancer among Japanese women increasing in a conspicuous bimodal distribution. Proc Singapore Healthcare 2020. (online ahead of print)
2. 吉池佑航, 牛山理央奈. 若い女性に向けた乳がんと食生活に関する啓発用パンフレット. (作成日 2020 年 11 月 3 日)
3. 農林水産省. 第 3 次食育推進基本計画. https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/dai3_kihon_keikaku.html (最終アクセス日 2020 年 12 月 29 日)
4. 石川みどり. 日本の経験を応用した“栄養と非感染性疾患 (NCD) に関連する持続可能な開発目標 (SDGs)” のモニタリングの可能性. 保健医療科学 68:402-409, 2019.