

思春期早期におけるソーシャルネットワーキングサービス (SNS)の使用とやせ願望の関連

東京大学大学院医学系研究科脳神経医学 杉本 徳子

Early exposure to Internet may increase the risk of drive for thinness

Department of Neuropsychiatry,
Graduate School of Medicine, The University of Tokyo, SUGIMOTO, Noriko

要 約

摂食障害は、10代における発症が最も多い。摂食障害のリスク因子の一つであるやせ願望の一部は摂食障害に発展する。やせ願望に影響を与える因子の一つとしてマスメディア（TVや雑誌など）の影響が大きく、多数報告があるが、マスメディアのうち、インターネット、特にソーシャルネットワーキングサービス（SNS）の影響に関する報告はまだ少ない。そこで今回我々は、東京にて思春期早期を開始地点とした大規模一般人口を対象に横断疫学研究のデータを用い、10歳時のインターネットの使用はやせ願望と関連があるという推論を検証した。その結果、SNSを使用する女子でのみやせ願望との関連を認めた。

【キー・ワード】 思春期, やせ願望, インターネット, ソーシャルネットワーキングサービス

Abstract

Eating disorder mostly emerge among teenagers. Drive for thinness (DT) is one of the risk factors for eating disorder. It is already known that various psychosocial factors, especially media exposure such as television and magazines have great effect on DT. However, there is few study which reported the associations between Internet use and DT. Thus, the aims of this study was to examine whether Internet use, especially use of Social Networking Service (SNS) during early adolescence was associated with DT. We conducted a study of which the psychopathologies and lifestyles of children in Tokyo, Japan. We investigated the associations between DT and SNS use among 10-year-old early adolescents. In result, we found significant association between DT and SNS use among girls.

【Key words】 early adolescence, drive for thinness, Internet, Social Networking Service

目 的

思春期は第二次性徴を迎え、体だけでなく脳の発達や精神面の成熟が進む。そして社会の多様な面から影響を受け、自己価値観を形成し、より複雑な人間関係を築いていく、多感な人生のステージであり、また一方で、多様な精神疾患が多発する時期でもある。そのうち摂食障害は、推定発症年齢において10代の占める割合最も多い (Currin et al., 2005)。そして、摂食障害のリスク因子の一つである「今よりもやせたいと思う気持ち」、すなわちやせ願望は、思春期前からみられることが報告されている (Stice 2011)。やせ願望そのものは文化的背景を元に広く認知されており、その大部分は一過性のものとして収束するため、必ずしも病的な心理症状とは断定されないものの、一部の前思春期のやせ願望はその後、持続・反復しながら増悪し、極端な食事制限や過食嘔吐などの行動化を経て摂食障害に発展する。やせ願望の予後、すなわち摂食障害への発展に関与する因子については多様な先行研究があるが、その中の一つとしてマスメディアの影響は極めて大きく、テレビや雑誌との関連は多数報告がある (Becker et al., 2002; Grabe et al., 2008)。しかし、マスメディアのうち、インターネットとやせ願望に関する報告はまだ少ない。インターネットに関しては思春期女子において、ソーシャルネットワークワーキングサービス(SNS)の使用がやせ願望は関連がある (Tiggemann et al., 2013) という横断研究による報告はある。しかし、前思春期から、大規模一般人口における SNS の使用とやせ願望の関連について検討した疫学研究は、まだない。マスメディアの新たな形態として、インターネットは現在若年者の中で急速に広まっていることから、SNS の使用がやせ願望にどのような影響を与えているかを調べることは喫緊の課題であると考えられる。そこで今回我々は、思春期早期の大規模一般人口を対象に横断疫学研究を行い、思春期早期の SNS の使用が自己価値観の一部であるやせ願望に影響を及ぼすことを検証することとした。

方 法

1. 調査対象と参加者

現在我々は、東京都内3自治体(三鷹市・調布市・世田谷区)において児童とその主たる養育者(主に母親)を対象とした精神保健疫学調査を実施している(青春期の健康・発達調査:東京ティーンコホート)。対象者は、該当地域の自治体で住民基本台帳閲覧申請を行い、審査・承認を経て、2012年3月に9歳児童の居住する全世帯から14,570世帯をランダム抽出し、同年9月より書面郵送にて研究協力を依頼した(図1参照)。現在、協力同意の得られた世帯に対して無記名の質問紙調査および自宅訪問による面接調査を施行しており、最終的に4330人のデータとなった。なお、本研究の倫理審査は研究代表者の所属研究機関倫理委員会に申請し、承認を受けた上で実施している。

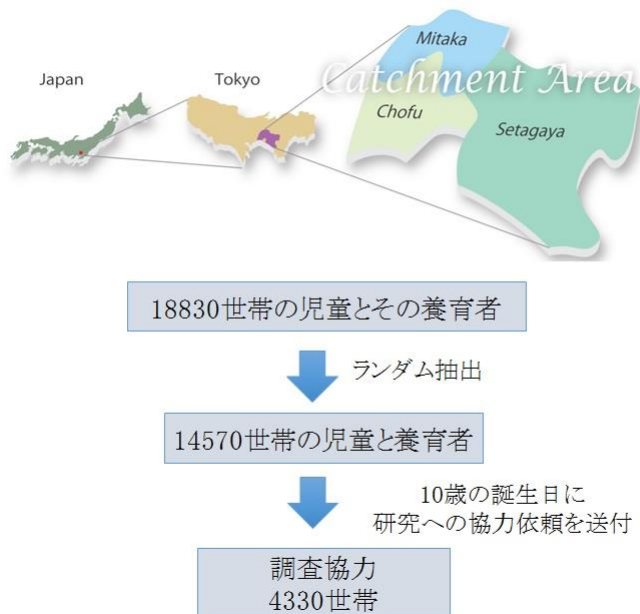


図1 調査協力者

2. 調査内容

調査の内容は、大規模一般人口が対象であることから、精神病理に限局することなく家庭環境、学校生活や人間関係など、子どもの成長にまつわる社会的な因子も含め包括的に聴取している点が特徴的である。当研究に用いるやせ願望やインターネットをはじめ、他メディアの使用形態や頻度、人間関係、精神病理などに関する項目はいずれも自記式の質問紙から情報を取得する。

3. 解析方法

3-1. 項目

やせ願望は、今よりもやせたいと思いますか？という質問に対し、4件法で回答を得た(やせたい、どちらかというはやせたい、どちらかというはやせたくない、やせたくない)。このうち、「やせたい」と回答した者をやせ願望ありとした。また、SNSの使用については5件法で聴取し(一回もない、月に一回より少ない、月に1回以上、週に1回以上、毎日)(表1)、一度以上使用している者をSNS使用経験あり、一度も使用したことがない者を使用経験なし、2群化とした。その他、精神病理は日本語版の Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ) を用い(Angold et al., 1995)、過去2週間の抑うつ傾向を聴取した。児童の体型は実測の身長、体重を元に Body Mass Index を計算して求めた。また、従来のマスメディアとしてテレビ、DVDの視聴時間についても聴取した。

表1 調査項目

項目	質問	回答
やせ願望	いまよりも、やせたいと思いますか？	1. やせたいと思う 2. どちらかという、やせたいと思う 3. どちらかという、やせたいとは思わない 4. やせたいとは思わない
ソーシャルネットワーキングサービス(SNS)の使用	あなたは、Facebook、mixiやプロフなどのインターネットのソーシャルネットワーキングサービスを見ますか？	1.ほとんど毎日 2.1週間に1回以上 3.1か月に1回以上 4.1か月に1回より少ない 5.一度もしたことがない
テレビ視聴時間	お子さんは、学期中の平日に、テレビ番組や映画を1日にどのくらい見ますか。	1.全く見ない 2.1時間未満 3.1時間以上2時間未満 4.2時間以上3時間未満 5.3時間以上5時間未満 6.5時間以上7時間未満 7.7時間以上
児童の体型	調査員が子供の身長・体重を実測	体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
精神病理(抑うつ傾向)	Short Mood and Feelings Questionnaire	13個の質問の総合得点(0-26点)ex)何をしても楽しくなかった、たくさん泣いたなど

3-2. 解析方法

収集したデータを男子と女子の2群に分け、やせ願望やSNSの使用頻度についてロジスティック回帰分析を行った。更に、精神病理(抑うつ)、TV/DVD視聴時間と児童の体型の影響を調整した上で、やせ願望とSNSの使用の関連についてロジスティック回帰分析を行った。

結果

やせ願望は男子の16.6%、女子の21.3%に認めた。また、SNSは男女共におよそ5%が使用した経験があった(表2)。やせ願望とSNSの関連は、女子において有意な関連を認めた。これは交絡因子による調整を行っても有意な結果となった(表4)。一方で男子においては明らかな関連を認めなかった(表3)。

表2 記述統計

	男子	女子
	n=2302	n=2028
やせ願望: n(%)	381 (16.6)	304 (21.3)
SNSの使用: n(%)		
ほとんど毎日	11 (0.5)	5 (0.4)
1週間に1回以上	19 (0.8)	10 (0.7)
1か月に1回以上	17 (0.7)	17 (1.2)
1か月に1回より少ない	72 (3.1)	25 (1.8)
一度もしたことがない	2183 (94.8)	1360 (95.5)
SNSの使用経験あり: n(%)	119 (5.2)	57 (4.5)

SNS: ソーシャルネットワーキングサービス

表3 ソーシャルネットワーキングサービス(SNS)とやせ願望の関連(男子)

	やせ願望			
	Unadjusted		Adjusted	
	OR(95% CI)	p値	OR(95% CI)	p値
SNS	0.96(0.58-1.58)	0.86	1.07(0.60-1.90)	0.83

SNS: ソーシャルネットワーキングサービス

SMFQ: Short mood and feeling questionnaire

Unadjusted: やせ願望とSNSの関連をロジスティック回帰分析で求めたもの

Adjusted: やせ願望とSNS使用の関連を交絡因子(テレビの視聴時間, SMFQ, BMI)で調整したもの

表4 ソーシャルネットワーキングサービス(SNS)とやせ願望の関連(女子)

	やせ願望			
	Unadjusted		Adjusted	
	OR(95% CI)	p値	OR(95% CI)	p値
SNS	1.75(1.12-2.73)	0.014	2.00(1.20-3.33)	0.008

SNS: ソーシャルネットワーキングサービス

SMFQ: Short mood and feeling questionnaire

Unadjusted: やせ願望とSNSの関連をロジスティック回帰分析で求めたもの

Adjusted: やせ願望とSNS使用の関連を交絡因子(テレビの視聴時間, SMFQ, BMI)で調整したものとする。

考 察

本結果より、10歳の一般人口において、女子においてのみ、SNSの使用はやせ願望と関連することが判明した。この結果は、やせ願望と関連があると既に言われている従来のメディアであるテレビの視聴時間、児童の体型や抑うつなどの影響を調整しても尚、有意であった。思春期女子(約14歳)におけるSNSとやせ願望の関連は既に指摘されているが(Tiggemann et al., 2013)、それ以前の時期におけるやせ願望とSNSの使用について言及している研究はない。また、従来のメディアの影響を調整因子として扱っている研究も筆者の調べる限り見当たらなかった。

やせ願望とSNSの関連の因果関係は双方向から説明ができる。1つ目は、SNSをすることでやせ願望が増えるという方向である。SNSでは、使用者同士が(たとえ実際は知人ではなくても)'友達'としてつながることができ、それによってお互いの投稿を共有することになる。SNSの使用によって、'友達'による投稿を見ることは、'友達'と自分の比較につながる。やせ願望は、身近な存在、特に仲間との比較によって生じるといわれている(Lev-Ari et al., 2014)。よってSNSをやることはやせ願望をひき起こす可能性があると考えられる。また、SNSは、写真のアップロードなどで自身を曝すことにもなる。SNSからは、アップロードされた写真の評価を、より簡単な表現方法、つまりイイネやコメントによって受ける。そのため、SNSでは自分の評価を現実世界よりも受けやすくなる。しかも、実際の友人だけでなく、インターネット上でのみ繋がっている他人からも受け、より社会的な評価に晒されやすい。よって、SNSに写真を曝し、評価を受けることでもやせ願望を生じると考えられる

(Keery et al., 2005)。

他人と比較することがやせ願望につながることは、TVや雑誌などのメディアへの暴露がやせ願望につながる過程の研究で多く指摘されてきており (Becker et al., 2002) SNSも他者との比較という点ではTVなどと同様である。しかし、TVや雑誌などのメディアは、SNSと違い使用することによって自分を直接評価されることはない。そのため、SNSはやせ願望へ、より強く、早期に影響を与えている可能性があると考えられる。

2つ目は、元来やせ願望を抱えている女子がSNSをやっている、という可能性である。やせ願望を含む食関連の病理を抱える女子はSNSにおいて、特に外見に関する行動、例えば他の人の写真と自分を比較したり、自分の納得のいかない写真からタグを外したりといった行動に没頭する (Mabe et al., 2014)。また、やせ願望を持つ女子は自己価値観が低いといわれている (Wiseman et al., 2004)。自己価値観が低い女子はSNSの中で興味を満たす画像を探したり、より自分をよくアップすることに執着したりしており (Mehdizadeh et al., 2010) それによって自己価値を高めようとしていると考えられる。よって、やせ願望を抱えている自己価値観の低い女性が、自己価値を満たすためにSNSを早期から使っている可能性がある。

一方、本研究では男子においてはSNSの使用とやせ願望に関連を認めなかった。ボディイメージへのあこがれに関して、男子はやせることより筋肉質になることに憧れがある (McCabe et al., 2005) ことから、SNSの使用がやせ願望と関連しなかったのかもしれない。また、男子は女子に比べマスメディアの影響を受けにくい (Ata et al., 2007) ことも本結果に影響を与えている可能性があると考えた。

現段階では横断データであるため、10歳女子においてやせ願望とSNSの使用には関連があることが判明したのみであり、因果関係を特定することは出来ない。縦断研究を行っていき、思春期早期のSNSの使用が長期的にやせ願望に影響を及ぼし、ひいては摂食障害など病的な発達につながるかを検証することが今後の課題となる予定である。

引用文献

- Angold A, Costello EJ, Messer SC, Pickles A, Winder F, Silver D. (1995). Development of a short questionnaire for use in epidemiological studies of depression in children and adolescents. *Int J Methods Psychiatr*, 5, 237-49
- Becker, A. E., Burwell, R. A., Gilman, S. E., Herzog, D. B., & Hamburg, P. (2002). Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls. *The British Journal of Psychiatry*, 180, 509-514.
- Currin, L., Schimi やせ願望, U., Treasure, J., & Jick, H. (2005). Time trends in eating disorder incidence. *The British Journal of Psychiatry*, 186, 132-135.
- Grabe, S., Ward, M. L., & Hyde, S. J. (2008). The Role of the Media in Body Image Concerns Among Women: A Meta-Analysis of Experimental and Correlational Studies. *Psychological*

Bulletin, 134, 460-476.

- Keery H, Boutelle K, Berg VD P, Thompson KJ. (2005). The impact of appearance-related eating disorder symptoms on family members. *J Adolesc Health*, 37, 120-7.
- Lev-Ari L, Baumgarten-Katz I, Zohar AH, (2004). Mirror, mirror on the wall: How women learn body dissatisfaction. *Eat Behav*, 15, 397-402.
- Marita P. McCabe, Lina A. Ricciardelli. (2004). A longitudinal study of pubertal timing and extreme body change behaviors among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 39, 145-66.
- Mabe AG, Forney KJ, Keel PK. (2014). Do you 'like' my photo? Facebook use maintains eating disorder risk. *Int J Eat Disord*, 47, 516-23.
- Mehdizadeh S. (2010). Self-presentation 2.0: narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 13, 357-64.
- Rheanna N. Ata, Alison Bryant Ludden. (2007). The Effects of Gender and Family, Friend, and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image During Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 1024-37.
- Stice, E. (2002). Risk and Maintenance Factors for Eating Pathology: A Meta-Analytic Review. *Psychological Bulletin*, 128, 825-848.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: the Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46, 630-633.
- Wiseman CV, Peltzman B, Halmi K, Sunday SR. (2004). Risk factors for eating disorders: surprising similarities between middle school boys and girls. *Eat Disord*, 12, 315-20.

謝 辞

本研究に助成いただきました公益財団法人発達科学研究教育センターとスタッフの皆様にご心より御礼申し上げます。

