TV 視聴時間に影響を与える近隣環境要因の解明

Neighborhood environment and TV viewing time among Japanese adults

1K09A030-6

指導教員 主査 岡 浩一朗 先生

伊藤 佑馬

副査 荒尾 孝 先生

【序論】

近年の研究により、TV 視聴を長時間行うことは、過体重や肥満、メタボリックシンドローム、血管疾患や2型糖尿病、総死亡率、精神的不健康のリスクを増加させるといった知見が得られている。しかし我が国の成人において、TV 視聴時間は依然として生活の大きな割合を占めているため、TV 視聴時間を減らす取り組みが必要とされている。

また、環境要因は、全ての人が生活する上で影響を受けるものであることから、ポピュレーションベースで長期的に人々の行動に影響を与えることが期待されている。これまで欧米において、TV 視聴時間と環境要因の関連を検討した研究が実施されてきたが、日本では同様の研究は認められていない。欧米とは環境や文化が大きく異なる日本においても知見の蓄積が重要であると考えられる。

この分野の先行研究においては、環境要因として一様に walkability index が用いられているが、それでは具体的にどのような環境要因が TV 視聴時間に影響を与えているかわからないことや、日本においてこれまでの環境要因に関する知見が乏しいことを考慮に入れ、本研究では walkability index と合わせて、主観的および客観的に評価した環境要因を用いて TV 視聴時間との関連を検討することにした。

そこで本研究では、TV 視聴時間に影響を与える環境要因を特定するために、日本における中高齢者を対象とした、主観的・客観的に評価した環境要因および walkability index と、TV 視聴時間の関連を検討した。

【方法】

40-69 歳の 3,000 名を対象に横断調査を実施した。TV 視聴時間と主観的環境要因は質問紙により調査した。客観的環境要因、walkability index は GIS (Geographic Information System: 地理情報システム) により調査した。また、社会人口統計学的要因および身体活動特異的要因 (性別、年齢、居住地域、身長、体重、教育歴、婚姻状況、居住状況、就労状況、世帯収入、MVPA) を自記式質問紙により調査した。男女別に、社会人口統計学的要因および身体活動特異的要因を調整し、120 分以上 TV 視聴を行っている者に関連する環境要因のオッズ比を算出した。

【結果】

主観的近隣環境の項目においては、目的地へのアクセスが

悪いこと(全体: OR=0.68)、公共交通機関へのアクセスが悪いこと(全体: OR=0.53, 男性: 0.52)が TV 視聴時間の短いことに関連しており、治安が悪いこと(全体: OR=1.80)が TV 視聴時間の長いことに関連していた。客観的近隣環境の項目においては、歩道の距離が短いこと(女性: OR=0.60)、主観的近隣環境と同様に目的地へのアクセスが悪いこと(女性: OR=0.41)、公共交通機関へのアクセスが悪いこと(男性: OR=0.60)が TV 視聴時間の短いことに関連しており、道の接続性が悪いこと(女性: OR=5.08)が TV 視聴時間の長いことに関連していた。また本研究では、TV 視聴時間と walkability index の関連は認められなかった。

【考察】

本研究では、主観的近隣環境のみにおいて、治安が悪いことが TV 視聴時間の長いことに関連しており、客観的近隣環境のみにおいて、歩道の距離が短いことが TV 視聴時間の短いことに、道の接続性が悪いことが TV 視聴時間の長いことに関連していた。また、主観的および客観的近隣環境両方において、目的地へのアクセスが悪いこと、公共交通機関へのアクセスが悪いことが TV 視聴時間の短いことに関連していた。

目的地へのアクセスが悪いこと、公共交通機関へのアクセスが悪いことが TV 視聴時間の短いことに関連していたことは、仮説とは逆の結果であった。また、性別で TV 視聴時間に関連している環境要因が異なっていた。これらの結果は、日本の環境や文化の特徴を表しているものと考えられる。

本研究は、TV 視聴時間と環境要因の関連について、日本において初めて検討を行ったこと、TV 視聴時間と環境要因の関連を検討する際に、walkability index とあわせて、主観的および客観的に評価した環境要因を用いた点において、意義のある研究である。この分野の研究の数はまだ少なく、知見に乏しい。さらに、それぞれの国や地域において環境や文化が異なるため、日本における、TV 視聴時間と環境要因の関連について更なる研究が必要である。また、TV 視聴時間と環境要因の関連を検討するとともに、それらの環境要因が歩行や身体活動に与える影響も同時に検討していくことが重要と考えられる。

TV 視聴時間に影響を与える、日本の特徴を表した環境要因を明らかにした本研究の結果は、今後この分野における研究を進めていくにあたり重要な知見になると考える。