

## 2023年度 JESMA 研究支援制度 研究成果報告書

一般社団法人 日本経験サンプリング法協会 殿

京都大学大学院 情報学研究科 知能情報学専攻  
内藤 里佳

標記の件について、研究結果を下記の通りご報告致します。

研究課題名：日本人における食の捉え方とインターネット・SNS 利用状況の関係

目的：

現代社会において食べるものの意味は多様化し、個人の価値観や周囲の情報をもとに人はそれぞれ「食の捉え方」を持っている。また、「食の捉え方」は行動とも密接に関わっていると考えられる。これまでに「食の捉え方」を測る尺度を開発し、インターネットやSNSの利用状況・目的とも関連があることが示唆されていた。

しかし、これまでに行った調査は自己申告によるものであったため想起バイアスがあると考えられることから、経験サンプリング法を用いてインターネットやSNS の利用状況を調べることで、バイアスの少ないデータが得られると期待し調査を実施した。

方法：

クラウドソーシングを利用して参加者を募り、48名から有効な回答を得た。

参加者に対して調査の前に「食の捉え方尺度」を測定した。その後経験サンプリング法により1日に5回、3日間インターネット・SNS利用状況の調査を行った。調査の内容は、前回回答時以降に投稿・閲覧を行なったSNSプラットフォームの種別、また閲覧を行なっていた場合はそのコンテンツ種別である。

データ解析においては、性別・年代で調整を行なった後にプラットフォームの種別ごとの利用率やコンテンツ種別の割合と食の捉え方尺度の相関係数を計算した。

結果：

食事において他者との関わりを重視するコミュニケーション活性性は、インターネット・SNS利用においても投稿・閲覧ともに高い相関係数を示した。また、食に対してネガティブな感情を持つ食事無関心性や食事嫌悪性は、投稿とは負の相関を示す一方で閲覧とは正の相関を示した。

また、精神充実性や食べ物敬意性が高いほど食に関わるコンテンツを閲覧する割合が高まる一方で、食事無関心性や食事嫌悪性が高まると食に関わるコンテンツを閲覧する割合が下がるという結果が得られた（表1）。

表1. 食の捉え方尺度とインターネット・SNSで閲覧したコンテンツの内容の関連

	ニュース	芸能	スポーツ	ビジネス	食
精神充実性	0.148	0.074	0.236	0.037	0.362
コミュニケーション活性性	0.167	0.127	0.106	0.147	0.158
理想実現性	-0.089	0.119	0.300	0.161	0.083
エネルギー補給性	0.028	0.030	0.214	0.103	-0.072
食べ物敬意性	0.131	0.080	0.052	-0.022	0.344
食事無関心性	0.136	0.128	0.185	0.224	-0.239
食事嫌悪性	-0.175	0.137	0.021	0.319	-0.479

結論：

摂食障害尺度やうつ病尺度との関連が示唆されている精神充実性や食事嫌悪性において、特にインターネット・SNSの利用の仕方や閲覧しているコンテンツとの関連が見られた。

食の捉え方や食行動に対してインターネットやSNSの利用状況がどのように影響するかを明らかにすることで、摂食障害をはじめとする異常な食行動の一次予防に資する成果を得ることが期待される。