

ふりがな 申請者氏名	おだ なおみ 小田 奈緒美
学位(専攻分野)	博士(人間生活科学)
学位記番号	第 2 号
学位授与の日付	平成19年 3月13日
学位授与の要件	大学院学則第13条第1項
研究科・専攻	生活科学研究科・人間生活科学専攻
(学位論文題目)	
<p style="text-align: center;">日常生活における意識ならびに行動に見られる 環境及び健康への配慮に関する研究 —年代別および性別の視点から—</p>	
論文調査委員	<p>主査 大 野 秀 夫 教 授</p> <p>副査 内 藤 通 孝 教 授</p> <p>副査 高 橋 勝 六 教 授</p>

論文内容の要旨

健康と環境に関わる話題は今世紀のグローバル規模の最重要課題である。とりわけわが国は前者について言えば国民の平均寿命が世界一の長寿国として知られる、一方、後者については全エネルギー使用量のうち輸入に頼る割合は90%に上っている。どちらのテーマも国家の重要な関心事であることに違いはない。ところが国民レベルでの実情を見ると各省庁白書にも書かれているように、これらの問題に対して意識的には高いように思われるが実践されている状況は甚だ低いというのが実態と思われる。

本論文は次世代を担う若者に対して健康な長寿社会と地球社会の持続性ある発展の意義について教育を通して習得させる必要があるという視点に立ち、前者に関しては28名の女子大生を対象とした意識・生活行動調査ならびに生体リズムに関連する諸生理量測定を実施し、後者に関しては中高生から高齢者にいたる広範囲な年代層444名を対象としたアンケート調査を行い、学校教育の場における健康教育と環境教育の今後のあり方について検討を行っている。本論文の主な内容は以下のように要約できる。

1 トリレンマ仮説

人の日常的な行動は大方、動機づけ行動であり、快適を求めて起こす行動はその代表例である。これら快適指向行動が時には健康を害し、あるいは地球環境を汚染する場合も少なくないことは周知のごとくである。反面、健康指向行動による環境汚染、環境指向行動による健康影響といった事例についての情報は希薄である。本論文ではこの情報量の希薄さのため快適、健康、環境の3要素間には個々のジレンマに加えて、トリレンマが構成される可能性もあることを提起し、トリレンマの回避策としてはこれら3要素と人間の関わりについての正しい知識があれば避けられる、すなわち環境教育と健康教育の実践年齢と学際的な教育プログラムの必要性を提唱している。

2 健康意識と身体徴候項目アンケート結果

女子大生を対象とした健康に関する意識調査において、健康と意識している度合いと身体徴候項目申告の間には相関が見られることを示した。すなわち日々の生活が気ままと思える若者でも、健康度を低いと回答した学生は高いと回答した学生に比べて不眠などいくつかの具体的な身体不調を感じていることを見出している。

3 生活行動と生体リズムの乱れ

生体リズムの典型として脳血管・心血管事故の好発時間帯といわれる起

床後 3～4 時間の血圧亢進、いわゆる早朝高血圧（モーニングサージ）の出現を生体リズムの 1 つの指標としてとりあげ、28 名の女子大生を対象に起床後数時間の血圧、心拍数及び体温変動を観察している。対象学生の夕食の摂り方に着目し、20～21 時に自宅で摂食するグループを規則型とし、それ以外を不規則型とする 2 群に分けて結果を分析している。結果として規則群は就寝・起床時刻も比較的規則性を持っていたこと；今回の分類における生活の規則・不規則性と起床後の生理量変動の間には一貫性がなかったことを述べている。このことから若い年代では今回設定した夕食の摂り方程度の不規則さは生体リズムに変調をきたす可能性は低いと思われることから、換言すれば不健康な生活を気がつかないまま続ける危険性をはらんでいることを警告している。

4 環境配慮行動への動機づけ

学生及び市民向けアンケートから、地域の環境ボランティア活動への参加は日常の環境配慮行動実践に役立つことが把握され、これは環境配慮行動を習慣化させるきっかけとなる環境ボランティア活動を学校の授業へ取り込む必要性があることを明らかにしたものである。

女子大生に対して大学の授業に環境ボランティア活動導入の是非を問う質問への賛成は多く、しかも単位化よりも環境保全への啓蒙高揚を賛成理由にするものが多かったことから、持続性ある社会の発展には教育への依存が無視できないことを指摘している。