

論文概要の和文様式

雑誌におけるタイトル: Association between time-related work factors and dietary behaviors: Results from the Japan Environment and Children's Study (JECS)

和文タイトル: 時間的労働因子と食行動との関連性: エコチル調査全国のデータを用いた研究結果

ユニットセンター(UC)等名: 福岡UC

サブユニットセンター(SUC)名: 産業医科大学SUC

発表雑誌名: Environmental Health and Preventive Medicine

年: 2018 月: 12 巻: 23 (1), 62 頁:

筆頭著者名: 田中 里枝

所属UC名: 福岡UC

目的: 時間的労働因子(労働時間・交代制勤務)と食生活の関連性を調査すること、時間的労働因子に関連した職業従事者の食生活を調査することを目的とする。

方法: 39,315人の男性労働者(エコチル調査の父親参加者)を対象に横断研究を行った。食生活については朝食欠食、外食、インスタント食品摂取、食べ過ぎ、早食いについて質問票調査により評価した。ロジスティック回帰分析を用いて時間に関連した労働因子と食生活との関連性と時間に関連した労働因子に特徴づけられる職業従事者における食生活の傾向を解析した。

結果: 長時間労働と朝食欠食、外食、インスタント食品摂取、食べ過ぎ、早食いとの関連性が認められた。交代制勤務の頻度と朝食欠食、外食、インスタント食品摂取との関連性が認められた。長時間労働や交代制勤務に関連した職業の中には特徴的な食行動が見られたが、時間的労働因子補正後にその傾向が変化する場合もあった。

考察:(研究の限界を含める) 労働時間や交代制勤務を減らすことは食行動を改善するかもしれない。加えて職場の食環境を整えることも健康的な食行動に寄与するかもしれない。研究の限界として、父親となる予定の男性対象であること、参加者は健康への興味・知識がある可能性、自記式質問票に対して過小報告や過大報告がされている可能性、睡眠時間・休憩時間も時間関連因子に影響を受けている可能性、横断研究であること、食品・栄養素摂取については評価していない点、自営業従事者については給与の有無は区別していないという点がある。

結論: 時間に関連した労働因子は労働者の食行動を決める因子となるかもしれない。長時間労働や交代制勤務は不健康な食行動を引き起こす可能性がある。職業に起因する他の因子も労働者の食行動に影響を与えるかもしれない。職場での健康増進を促進する際には、長時間労働や交代制勤務、その他の労働因子を考慮すべきである。