

Ⅲ-5

女性の QOL に関する調査結果

○長谷部 久乃, 石原 克之, 伊藤 政喜

カルビー株式会社

【目的】

近年、女性のライフスタイルは大きく変化し、仕事や結婚、出産などに多様な選択肢ができた。その反面、体や心への負担がかかり、不調を訴える女性は年々増えている。一般的に女性がどのようなことを不調だと感じているのかを調べた大規模調査の例は少ないことから、本研究では女性の QOL に関する調査を行うこととした。また、フルーツグラノーラに対してお腹の調子に関する口コミが多いこと、女性は便秘に悩む人が多いと言われていることから、便秘と感じている女性が抱える他の不調についても同時に調査し、QOL 改善につなげることを目的とした。

【方法】

カルビー株式会社の WEB サイトのマイページ会員のうち、20 代～50 代の女性を対象として、女性のための QOL 調査票（株式会社 LSTT 製）を用いた WEB 調査を行った。年代、フルーツグラノーラ（カルビー社製 フルグラ）の喫食経験の有無なども合わせて確認した。得られたデータに対し、 χ^2 乗検定を用いた内容の検討を行った。さらに、フルグラ喫食経験の少ない回答者を対象に、2 週間フルグラを摂食していただいた後に同様のアンケート調査を再度行い、前後でのスコアの変化を比較した。

【結果】

WEB 調査で 3,460 名より回答をいただき、以下の結果を得た。

(1)年代別でみたところ、20 代は精神面での満足度が低く、周囲との関係に不満を持っている傾向が強かった。30 代は疲労感を強く感じており、睡眠の満足度が低かった。40 代は特に大きな特徴が見られないが、疲労傾向が強かった。50 代は現状に満足している者が他の年代と比べて多いことが分かった。

(2)便秘傾向と自覚している者とそうでない者の群を比べると、他の質問項目の多くで、便秘傾向の者のほうが不調を感じていることが明らかとなった。

(3)フルーツグラノーラを頻繁に摂取している者とそうでない者の群を比べると、精神面での満足度が摂取している群で高く、体調に関する質問項目も満足度が高いものが複数あることが明らかとなった。

(4)169 名の回答者に 2 週間フルグラを自由に摂食していただき、摂食前後でスコアを比較した結果、半数以上の項目で改善が見られた。便秘に関しては、便秘と自覚していた者の約半数で改善していた。

【結論】

一口に女性といっても、年代ごとに各項目への回答は大きく異なっており、QOL 改善のためには年代の観点も重要であることが改めて示された。また、便秘傾向の者は、便秘以外にも多くの不調を抱えていることが分かった。便秘の解消で全体的な QOL が改善される可能性があると考えられる。さらに、元々フルーツグラノーラを摂取している者で精神的および体調に関する項目の満足度が高かったこと、今回 2 週間摂食した方で質問項目の過半数のスコアが改善したことは、大変興味深い結果となった。これらに関して、今後様々な観点から研究を続けていきたい。