

食事環境が抑うつ度に及ぼす影響

人文社会学部人間社会学科社会人類学教室 大田歩里 (指導教員 北一郎)

背景

生活スタイルの変化
新型コロナ禍 (パンデミック)



孤食 (一人で食事) が増加

メンタルヘルスに影響

家族での食事を推奨する傾向

目的

食事環境 (共食か孤食か) によって抑うつ度に違いはあるのかについて調査すること

共食 = 人と食事をする



孤食 = 一人で食事をする



?



抑うつ度

方法

都立大生を対象に食事環境に関するアンケート調査と抑うつ度測定テストを実施 (Google Form)

- ・ 食事環境 : 共食あるいは孤食の頻度 / 居住形態 / 食事時のテレビ視聴 / 食事に対する満足度、など
- ・ 抑うつ度 : CES-D