

令和 4 年 6 月 14 日現在

機関番号：21601

研究種目：若手研究

研究期間：2019～2021

課題番号：19K19438

研究課題名（和文）ウェイトバイアス尺度の日本語版の作成とそれを用いた効果的な減量指導法の開発

研究課題名（英文）Development of a Japanese version of the Weight Bias Scale and effective weight loss instruction

研究代表者

遠藤 翔太（Endo, Shota）

福島県立医科大学・医学部・助教

研究者番号：90778309

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 1,700,000円

研究成果の概要（和文）：肥満対策が十分な効果を挙げられていない原因の1つとしてウェイトバイアスが近年注目されている。しかしながら、ウェイトバイアスを測定する日本語版の尺度は開発されていなかった。本研究では、肥満者における内在化ウェイトバイアス尺度の日本語版の開発および信頼性と妥当性の検証を行った。またウェイトバイアスと行動活性化との間に弱い負の相関関係があることを確認した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究によって、本邦における肥満者の内在化ウェイトバイアスの測定が可能となった。このことから、減量指導などにおける侵襲性評価の一助となることが期待される。また行動活性化との関連が認められたことから、健康増進事業などにおいてウェイトバイアスに配慮する必要性が示唆された。

研究成果の概要（英文）：We developed a Japanese version of the Weight Bias Internalization Scale and examined its reliability and validity. We also confirmed a weak negative correlation between weight bias internalization and behavioral activation.

研究分野：衛生学・公衆衛生学（実験系を含まない）

キーワード：ウェイトバイアス 肥満

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

## 1. 研究開始当初の背景

肥満対策が十分な効果を挙げられていない原因の 1 つとしてウェイトバイアス (以下、WB) が注目されている<sup>[1]</sup>。これまでの研究によって、肥満者が自分自身のことを「無能である」「魅力的ではない」等と否定的に捉えると、過食や体重増加<sup>[2]</sup>を引き起こすことが報告されている。これらの研究は、肥満者自身の WB が更なる体重増加を招く可能性を示したが、医療従事者の肥満者に対する WB が、肥満者の体重変動に与える影響については十分に検討されていない。先行研究では、看護師<sup>[3]</sup>や理学療法士<sup>[4]</sup>などの医療従事者は、一般集団と比べ肥満者に対してネガティブな考えをもつ傾向にあることが示されている。肥満者は日常生活において「肥満であること」を周囲から指摘され、自覚させられる回数が多いほど、過食<sup>[5]</sup>や運動不足<sup>[6]</sup>、体重増加<sup>[7]</sup>をきたすことが知られている。以上の背景から、保健・医療従事者と肥満者が相対する保健指導や診療などの場面において、医療従事者のもつ WB が肥満者の自分自身に対する WB を増幅させているというような指導の侵襲性については考慮する必要があるものの、十分な検討は行われていない。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は、WB に関する研究基盤を作るとともに、保健指導等の場面で指導者が肥満者に与える WB を予防した効果的な減量指導法を開発することである。そのために本研究では、保健指導を行う医療従事者の WB と肥満者自身の WB の 2 つの尺度の日本語版を作成し、それをを用いて保健師を対象とした WB 予防プログラムによる介入研究を実施する。

## 3. 研究の方法

医療従事者の WB 尺度の原著者から日本語版作成に関する承諾を得ることができず、原著者レビュー等の翻訳に必要な手続きをとることが困難であるため作成を断念した。加えて新型コロナウイルス感染症の流行により、行政保健師での介入研究を実施することができなかった。そこで本研究では肥満者自身の WB 尺度の作成、ならびに行動活性化との関連についての検討を行うこととした。

肥満者自身の WB 尺度として、The Weight Bias Internalization Scale (以下、WBIS)<sup>[8]</sup>の翻訳を行った。原著版である英語の WBIS を順翻訳および逆翻訳、逆翻訳レビュー、原著者との調和化を行い、日本語版 WBIS (下図 1) を作成した。信頼性と妥当性の検証を目的としたオンライン調査を、ベースライン調査と 2 週間後のフォローアップ調査の計 2 回実施した。調査会社の登録モニターのうち、「あなたは自分の体重をどのように思っていますか。」の質問に対して「やや太っている」または「太っている」または「とても太っている」と回答した者 (ベースライン調査 285 人、フォローアップ調査 100 人) を調査対象者とした。日本語版 WBIS、肥満関連 QoL<sup>[9]</sup>、自己肯定感<sup>[10]</sup>、自己効力感<sup>[11]</sup>、抑うつ<sup>[12]</sup>を調査項目とした。信頼性については内的整合性をクロンバックの係数で評価し、再検査信頼性を級内相関係数で評価した。妥当性については構造的妥当性を確認的因子分析により評価し、収束的妥当性を関連項目との相関分析により評価をした。また上記ベースライン調査において行動活性化との検討については健康管理への積極性<sup>[13]</sup>の測定を行い、日本語版 WBIS との相関分析を行った。

#### 4 . 研究成果

ベースライン時の回答者の平均年齢は 47.8 歳 (標準偏差 13.5)、男性 134 人 (47.0%)、女性 151 人 (53.0%) であった。クロンバックの係数は、ベースライン時では 0.91、フォローアップ時では 0.92 であった。ベースライン時とフォローアップ時との級内相関係数は 0.87 ( $p < 0.01$ ) であった。確証的因子分析では適合度は良好 ( $\chi^2 = 158.6$ ,  $df = 44$ ,  $p < 0.01$ 、 $CFI = 0.933$ 、 $RMSEA = 0.096$ 、 $SRMR = 0.051$ ) であり、原版と同じ 11 項目 1 因子構造であることが示された (下図 2)。肥満関連 QoL、自己肯定感、自己効力感、抑うつの変数と日本語版 WBIS の相関はそれぞれ、-0.84、-0.66、-0.45、0.48 (すべて  $p < 0.01$ ) であり、事前に想定された通り、もしくはそれ以上の強い相関があった。以上より、日本語版 WBIS は内的整合性と再検査信頼性、構造的妥当性、収束的妥当性について備わった尺度であることが確認された。また日本語版 WBIS と健康管理への積極性との間に、弱い負の相関が確認された ( $p < 0.01$ )。

#### < 参考文献 >

1. Rebecca M, et al. Am J Public Health. 2010; 100: 1019-28.
2. Schvey NA, et al. Obesity. 2011; 19: 1957-62.
3. Claudia S, et al. Obesity Facts. 2013; 6: 512-22.
4. Jennt S, et al. J Physiotherapy. 2014; 60: 157-62.
5. Araiza AM, et al. Appetite. 2017; 114: 382-90.
6. Lenny LR, et al. Obesity. 2011; 19: 757-62.
7. Haynes A, et al. Obes Rev. 2018; 19: 347-63.
8. Laura E. Durso, et al. Obesity. 2008; 16: s80-6.
9. 笹井 浩行ら. 肥満研究. 2008; 14: 120-7.
10. Mimura C, et al. J Psychosom Res. 2007; 62: 589-94.
11. 坂野 雄二ら. 行動療法研究. 1986; 12: 73-82.
12. 島 悟ら. 精神医学. 1985; 27(6): 717-23.
13. Hibbard JH, et al. Health Serv Res. 2005; 40: 1918-30.

**【対象者スクリーニングのための質問】**

あなたは自分の体重をどのように思っていますか。

- 1 = とても痩せている
- 2 = 痩せている
- 3 = やや痩せている
- 4 = 標準である
- 5 = やや太っている
- 6 = 太っている
- 7 = とても太っている

**【質問票】**

以下の項目について、あなたはどのように思いますか。あてはまるものを選んでください。：

- 1 = とてもそう思わない
- 2 = そう思わない
- 3 = ややそう思わない
- 4 = どちらでもない
- 5 = ややそう思う
- 6 = そう思う
- 7 = とてもそう思う

- 1. 太っている人として、私は他の人と劣らない能力があると思う
- 2. 私は体重のせいで、たいていの人よりも魅力がない
- 3. 他の人が私のことをどう思うか気になるので、太っていることについて不安になる
- 4. 私は、体重を劇的に変えられたらと思う
- 5. 太っていることについていろいろと考えるとき、私は落ち込む
- 6. 太っている自分が嫌になる
- 7. 私の体重は、人としての価値を決める重要な点だ
- 8. 太っているかぎり、私は本当に充実した社会生活を送るにふさわしくないと思う
- 9. 今の自分の体重のままで大丈夫だと思う
- 10. 太っているせいで、本当の自分ではないと思う
- 11. 私の体重のせいで、どうやって魅力的な人が私と付き合いたいと思うか分からない

表 1. 日本語版 The Weight Bias Internalization Scale

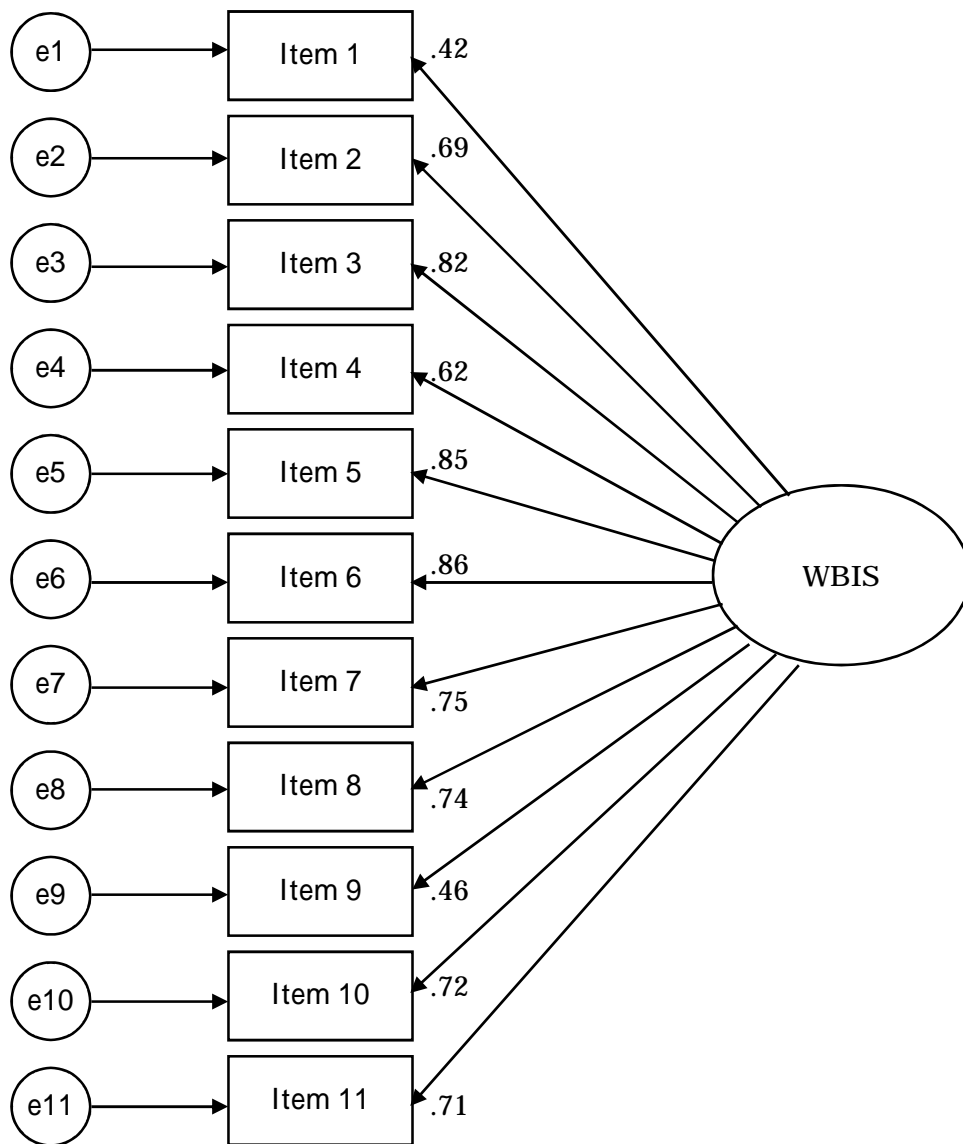


表2. 日本語版 The Weight Bias Internalization Scale の確証的因子分析のパス図

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計1件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 遠藤翔太
2. 発表標題 日本語版The Weight Bias Internalization Scaleの 作成と信頼性・妥当性の検証
3. 学会等名 第80回日本公衆衛生学会総会
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------