

資料

新型コロナウイルス感染症拡大前後のアスリートの食行動

佐藤 愛^{*1}、井上 瞳^{*2}、木村 典代^{*2}、香川 雅春^{*3}、岩本 紗由美^{*4,*5}、横道 渉^{*6}、高田 和子^{*7}

^{*1} 森永製菓株式会社 in トレーニングラボ、^{*2} 高崎健康福祉大学健康福祉学部、^{*3} 女子栄養大学栄養科学研究所、^{*4} 東洋大学ライフデザイン学部、^{*5} Sports Performance Research Institute New Zealand、^{*6} 自衛隊体育学校、^{*7} 東京農業大学

【目的】

本研究では、COVID-19感染拡大前後で、アスリートの食行動にはどのような違いがみられるのかを男女別に比較検討した。

【方法】

2019年9月～2021年2月に、18歳以上の男女アスリートを対象としてWebによる無記名自記式調査を実施した。解析項目は、主食・主菜・副菜がそろった食事の摂取回数、朝食・昼食・夕食の準備、早朝や深夜に活用可能な飲食店、主食・主菜・副菜がそろった飲食店、コンビニの利用頻度である。感染拡大前208名と感染拡大後1,258名に対し、傾向スコア・マッチングを行った。交絡因子に環境要因を指定し、感染拡大前後から1対1になるようなマッチングのペアを傾向スコアに基づいて複数抽出し、男性は感染拡大前後で143名ずつが比較された。女性は63名ずつが比較された。

【結果】

感染拡大後、男女ともに昼食を自分で用意する選手が多かった。また、飲食店やコンビニの利用頻度が少なかった。男性選手は、感染拡大後に昼食を飲食店（食堂）で食べる選手が少なかった。女性選手は、感染拡大後に主食・主菜・副菜のそろった食事の摂取回数が少ない傾向があった。また、感染拡大後は朝食を飲食店（食堂）で食べる選手が少なく、朝食と夕食を誰かに調理してもらって食べる選手が多く、昼食については購入したものを食べる選手が少なかった。

【結論】

COVID-19拡大後、性別によって食行動に差があることが確認された。

キーワード：新型コロナウイルス感染症 アスリート 食行動

I 緒言

2020年1月以降、我が国では新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の拡大に伴い、食生活に変化がみられている。農林水産省の「食育に関する意識調査」によると、20～30代の約54%は自宅で食事をする回数が増加し、約40%は自宅で料理を作る回数が増加している¹⁾。また、20～60代を対象とした調査では、緊急事態宣言による勤務形態の変化によって自炊頻度、野菜摂取量、中食利用頻度が増加した²⁾。

一方、アスリートは、普段通りの生活ができない状況下においてもトレーニングや試合を考慮した身体作

りやコンディショニング維持がもとめられる³⁾。コロナ禍における大学生アスリートに関する調査では、学内のカフェ・レストランや売店、学外のスーパーや店舗などでの感染に対する不安⁴⁾や、活動自粛期間明けの合宿時に体重管理に関する栄養相談が多かった等の報告⁵⁾がある。

しかしながら、これらはいずれも感染拡大後の調査であり、感染拡大前後に同じ質問紙を用いて、多種類の競技のアスリートの個人要因や環境要因を比較した調査は見られない。

我々は、COVID-19拡大前に、特定非営利活動法人日本スポーツ栄養学会（Japan sports nutrition asso-