

2023年8月31日

各位

公益財団法人古泉財団事務局

2022年度助成対象者（社会科学系）成果報告書の追加公表について

2022年度古泉財団研究費助成金助成対象者の研究成果について、成果報告書を公表いたします。

成果報告書は、助成対象者から提出されたものを加筆修正することなく掲載しております。

研究成果について、ご関心のある方は、研究者が在籍する各大学・研究機関様へご連絡ください。

2022 年度古泉財団研究費助成金成果報告書

(敬称略)

氏名	所属	研究題目
アベウイッカマ ハンサニ マドシカ	新潟大学 医学部 助教	新潟県在住の外国人における移住後の食生活の変化と関連要因

2022年度古泉財団研究費助成金成果報告書

2023年 08月 21日

公益財団法人古泉財団

代表理事 古泉 肇 殿

助成対象者

大学・研究機関名 新潟大学

役職名・研究科/学年 医学部保健学科 助教

氏 名 ABEYWICKRAMA HANSANI MADUSHIKA



貴財団より助成を受けた研究について、得られた成果を次のとおり報告いたします。

1. 研究課題
新潟県在住の外国人における移住後の食生活の変化と関連要因
2. 研究成果
方法 新潟県在住の外国人の移住後の食生活と身体活動（PA）の変化と関連要因を明らかにする 目的で、混合研究法（定量的および定性的アプローチ）を用い、アンケート調査及びインタビュー調査によりデータを収集した。（新潟大学倫理審査委員会（承認番号 2022-0005）。研究対象者は、チラシ、ソーシャルメディア、および機縁法により募集した。データ収集には、人口動態、社会経済的、文化的要因（14項目）、分量の変化の認識、食品消費量（53品目）、準備（7項目）、移民以来の食事行動（14項目）、伝統的な食品の調達と調理に関連するもの（4つの質問）、および移民以来のPA行動の認識された変化（3つの質問）の要因で構成した、紙ベースおよびウェブベースの自記式質問票を使用した。インタビュー調査は、アンケートの最後に面接への参加協力内容を記載し、面接への参加を希望する場合は連絡方法（電子メール、電話番号、住所）を提供するよう依頼した。面接は、半構造化インタビューを対面またはビデオ通話ツール（Zoom）を使用し実施した。得られたデータをもとに量的データと質的データの記述的分析と主題分析を実施した。
結果
1. アンケート調査 アンケート調査では、128件の回答が寄せられた。回答者の基本属性は、女性74名（57.8%）、平均年齢、32.6歳（8.4歳）、参加者の大半はアジア出身者（n=81）、学生（n=85）、未婚の一人暮らし、月収は10～20万円であった。また、日本での平均滞在年数は5年（6.3年）であった。日本に来てからの食習慣の変化については、回答者の約47%が、普段の食事量に変化があったと回答し、うち約58%が「母国と比較して、食事量の大幅な減少」を挙げていた。また、回答者の50%以上の者は、来日後の食事内容の変化について、麺類（ラーメン・うどんなど）、生の魚、海藻類、魚介類、緑茶、醤油、味噌の摂取量が増え、一方、50%程度の者が、果物の摂取量が減ったと回答した。食品の調理方法と食行動については、電子レンジで温める（76.5%）、冷凍食品を使う（64.7%）という習慣の増加が、特に学生で顕著であった。回答者の約半数は、伝統的な食材やレストランに限

られていると答え、約75%は食材の価格が高いと答えた。伝統的な食材を購入する方法としては、日本国内でのオンライン注文と海外ショップが最も一般的であった。73%近くが移住後のPAレベルの変化を報告し、55人(43%)がPAレベルの増加を述べた。これらの変化は、ウォーキング、階段昇降、家事、サイクリングにおいて顕著であった。

2. インタビュー調査

16カ国、21名の参加者にインタビューを実施した。インタビュー対象者の年齢は24歳から55歳で、大半は女性の大学生だった。質的データの主題分析では、3つのカテゴリーに属する食生活の変化に影響する多くの要因が浮き彫りになった：

- 環境（食品の入手可能性、入手しやすさ、購入しやすさ、食品の安全性および食事に関連する情報、気候）
- 個人（生活状況、移住後のライフスタイル、食の嗜好と制限）
- 食生活の変化に影響を与える社会文化的要因（日本人との関係、文化の違い、宗教的影響）

言語習熟度と滞在期間が食事行動を形成。PAの変化の決定要因は、気候、ライフスタイル、日本文化の影響であった。

結論

日本への移住者は、移住後、日本文化や便利な生活様式に関連した食品の消費増加によって特徴づけられる食事やPAの変化を経験し、それらの変化は環境的、個人的、社会文化的要因によって引き起こされた。

論文投稿および発表

1. Abeywickrama, H. M., Uchiyama, M., Sakagami, M., Saitoh, A., Yokono, T., & Koyama, Y. (2023). Post-Migration Changes in Dietary Patterns and Physical Activity among Adult Foreign Residents in Niigata Prefecture, Japan: A Mixed-Methods Study. *Nutrients*, 15(16), 3639. <https://doi.org/10.3390/nu15163639>
2. 第39回日本臨床栄養代謝学会学術集会（JSPEN2024）。2024年2月15日（木）～16日（金）、横浜市に開催いたす。タイトル：Post-migration dietary changes among foreign residents in Niigata prefecture, Japan.