

研 究

中学生の便通と学校のトイレに関する意識調査

松浦 和代¹⁾、國本 正雄²⁾

研 究

中学生の便通と学校のトイレに関する意識調査

松浦 和代¹⁾、國本 正雄²⁾

論文要旨]

中学生 542 名を対象に、便通と学校トイレに関する実態調査を行った。中学生の排便回数は「1 日 1 回」が最も多かったが、その割合は半数以下であった。排便状態の自覚については、7 割以上が「快便」と回答した。だが、女子では「便秘傾向」の割合が 26.8% と高く、男子に対して有意の差があった ($p < 0.01$)。排便関連因子のうち、排便抑制については男女とも 7 割以上が「時々我慢する」と回答し、ダイエットと精神的ストレスの 2 因子については女子が有意に高かった。学校トイレの種類の希望については、男子では半数以上が「洋式」であったが、女子では「和式」の希望もみられた。8 割が学校トイレでは排便を「しない」と回答しており、今後の啓蒙活動と環境整備について課題が残された。

Key words 中学生、排便、便秘、学校トイレ

はじめに

便通は、小児の日常生活における健康管理の主な指標のひとつである。日々支障のない便通は、小児の身体面のみならず、精神衛生面にも大きな影響を与えていると思われる。

我々は、小学生・中学生を対象に便通の実態と学校トイレに関する意識調査を行い、小学生の結果については、既に報告した¹⁾。

本稿では、中学生の調査結果をまとめ、その実態と問題点を明らかにする。

対象と方法

調査対象は、北海道旭川市内の中学校に通う中学生であり、調査協力に同意の得られたものとした。1996 年 8 月～9 月に、当該地域の学習塾に調査を依頼し、同塾に通う中学生に無記名自記式留置法によるアンケートを実施した。

調査票は、前報¹⁾に準じ、便通の実態、排便関連因子、家庭および学校のトイレ状況とそれに関する意識についての項目により構成した。設問はすべて多肢選択式としたが、回答選択肢の数は設問の内容により異なった。

統計学的有意差の検定は χ^2 検定による。

結果

543 名に依頼し、542 名より回答が得られた (回収率 99.8%)。男女別、学年別の人数を表 1 に示す。

表 1 分析対象 (人)

| | 男子 | 女子 | 計 |
|-----|-----|-----|-----|
| 中 1 | 102 | 106 | 208 |
| 中 2 | 86 | 84 | 170 |
| 中 3 | 78 | 86 | 164 |
| 計 | 266 | 276 | 542 |

1. 便通の実態

中学生の便通の回数は「1 日に 1 回」が 47.1% であり、男女とも最も多かった (表 2-1)。これに続いて、男子では「1 日に 2 回以上」が多いのに対して、女子では「2 日に 1 回」「3 日に 1 回」であった。

排便状態の自覚についての質問に、男女とも 7 割以上が「快便」と答えていた (表 2-2)。だが、「便秘傾向」との回答も 18.2% あり、特に女子では 26.8% で、男子の 9.2% よりも有意に高率だった ($p < 0.01$)。「下痢傾向」との回答は、「便秘傾向」に比して低率ながら、男子は 5.6% であり女子の 1.9% よりもやや高い傾向がみられた。

表2 排便状態についての回答 (%)

| | 男子 | 女子 | 計 |
|------------|---------|---------|---------|
| 1. 排便の回数 | (N=260) | (N=266) | (N=526) |
| 1日に2回以上 | 20.4 | 7.9 | 14.1 |
| 1日に1回 | 51.5 | 42.9 | 47.1 |
| 2日に2回 | 18.8 | 33.8 | 26.4 |
| 3日に1回以下 | 9.3 | 15.4 | 12.4 |
| 2. 排便状態の自覚 | (N=251) | (N=261) | (N=532) |
| 便秘傾向 | 9.2 | 26.8 | 18.2 |
| 快便 | 85.2 | 71.3 | 78.1 |
| 下痢傾向 | 5.6 | 1.9 | 3.7 |
| 3. 便秘の発症年齢 | (N=22) | (N=61) | (N=83) |
| 6歳以下 | 13.7 | 11.4 | 12.0 |
| 7~9歳 | 13.6 | 6.6 | 8.5 |
| 10~12歳 | 40.9 | 55.7 | 51.8 |
| 13~15歳 | 31.8 | 26.2 | 27.7 |

「便秘傾向」のものの初発年齢は、男女とも10~12歳が最も多かった(表2-3)。

2. 排便関連因子

朝食(表3-1)は、男女とも6割以上が「毎朝必ず食べる」、2割台が「だいたい食べる」と答えていた。便意の抑制(表3-2)については、男女とも7割以上が「時々我慢する」と答えていた。ダイエット(表3-3)について、「している・したことがある」の合計でみると、女子は44.3%であり男子の14.6%よりも有意に高率だった($p<0.01$)。精神的ストレスの認識(表3-4)については、「常を感じる・時々感じる」の合計でみると、女子は79.3%であり、男子の69.4%よりも有意に高かった($p<0.05$)。

表3 排便関連因子についての回答 (%)

| | 男子 | 女子 | 計 |
|---------------|---------|---------|---------|
| 1. 朝食摂取 | (N=265) | (N=274) | (N=539) |
| 毎朝必ず食べる | 66.4 | 63.9 | 65.1 |
| だいたい食べる | 23.8 | 27.7 | 25.8 |
| あまり食べない | 7.5 | 5.8 | 6.7 |
| 全く食べない | 2.3 | 2.6 | 2.4 |
| 2. 便意抑制 | (N=255) | (N=261) | (N=516) |
| よく我慢する | 8.6 | 3.8 | 6.2 |
| 時々我慢する | 72.9 | 70.9 | 71.9 |
| 我慢しない | 18.4 | 25.3 | 21.9 |
| 3. ダイエットの経験 | (N=261) | (N=273) | (N=534) |
| している | 2.3 | 11.0 | 6.7 |
| したことがある | 12.3 | 33.3 | 23.0 |
| したことがない | 85.4 | 55.7 | 70.2 |
| 4. 精神的ストレスの認識 | (N=264) | (N=275) | (N=539) |
| 常を感じる | 13.3 | 17.1 | 15.2 |
| 時々感じる | 56.1 | 62.2 | 59.2 |
| 感じない | 30.7 | 20.7 | 25.6 |

3. 家庭および学校のトイレ状況とそれに関する意識

自宅トイレの種類(表4-1)については、「洋式」が最も多かった。対象の通学圏の中学校はすべて水洗トイレであり、学校の大使用トイレの種類(表4-2)は6割が和式と洋式の「両方」を備えていた。

学校の大使用トイレの種類に対する希望(表4-3)は、男子の半数以上が「洋式」、3割が「両方」と答えたのに対して、女子では「両方」「洋式」「和式」のそれぞれに意見が分かれた。

表4 トイレについての回答 (%)

| | 男子 | 女子 | 計 |
|--------------|---------|---------|---------|
| 1. 自宅のトイレの種類 | (N=267) | (N=273) | (N=530) |
| 和式 | 9.3 | 6.6 | 7.9 |
| 洋式 | 87.9 | 91.6 | 89.8 |
| 両方 | 2.7 | 1.8 | 2.3 |
| 2. 学校のトイレの種類 | (N=260) | (N=272) | (N=532) |
| 和式 | 31.2 | 29.8 | 30.5 |
| 洋式 | 9.6 | 7.0 | 8.3 |
| 両方 | 59.2 | 63.2 | 61.3 |
| 3. 学校のトイレの希望 | (N=259) | (N=271) | (N=530) |
| 和式 | 12.0 | 26.9 | 19.6 |
| 洋式 | 56.4 | 35.1 | 45.5 |
| 両方 | 31.7 | 38.0 | 34.9 |
| 4. 学校での排便 | (N=263) | (N=275) | (N=538) |
| する | 16.3 | 9.8 | 13.0 |
| しない | 76.4 | 84.0 | 80.3 |
| その他 | 7.2 | 6.2 | 6.7 |

表5 学校で排便しない理由 - 複数回答 - (%)

| | 男子 | 女子 | 計 |
|----------|------|--------|------|
| 便意がない | 38.0 | 55.1** | 46.7 |
| 恥ずかしい | 35.3 | 31.2 | 33.2 |
| 落ちつかない | 25.9 | 21.4 | 23.6 |
| 臭い | 21.4 | 19.2 | 20.1 |
| 汚い | 18.4 | 11.6* | 14.8 |
| 冷やかされる | 21.1 | 6.9** | 13.8 |
| 休憩時間が短い | 13.9 | 11.6 | 12.7 |
| 他人がたむろする | 12.4 | 12.0 | 12.2 |
| 遊びで忙しい | 9.0 | 10.9 | 10.0 |
| いじめられる | 6.4 | 2.2* | 4.2 |

** ; $p<0.01$, * ; $p<0.05$ (χ^2 検定)

学校で排便をするかの質問には、8割が「しない」と答えた(表4-3)。その理由として、男女合計では「便意がない」「恥ずかしい」「落ち着かない」「臭い」「汚い」の順に多かった。また、女子では「便意がない」、男子では「汚い」「冷やかされる」「いじめられる」が有意に高い理由であった。

考察

小児の便秘は、排便回数が少なく、排便困難を伴う場合と定義されている²⁻⁵⁾。一方、厚生省の国民生活基礎調査⁶⁾では、便秘を消化器系の自覚症状のひとつとして広義に解釈し、その有訴者数を調査している。本調査においても、便秘を日常的な愁訴もしくは不快症状のひとつとして扱った。

さて、健康な小児の排便回数に関して、天野ら⁷⁾は8~14歳未満では「1日1回」が63.2%と報告している。小学生に関しては、要ら⁸⁾は「1日1回」が66.6%、我々の前報¹⁾では53.0%であった。今回、比較的大きな標本数を調査した結果、中学生の排便回数は「1日1回」が最も多いが半数を割っており、次いで男子では1日の排便回数が増す傾向が、女子では減少傾向が認められた。

排便状態の自覚としては、中学生の7割以上が「快便」と評価しているが、「便秘傾向」の割合も18.2%を占めた。平成7年度国民生活基礎調査⁹⁾では、5~14歳階級の便秘の有訴者率は2.9(人口千対)であり、これに比較すると本結果は非常に高率である。だが、前報¹⁾では小学生の「便秘傾向」の割合は12.9%であり、深井ら¹⁰⁾の報告でも12.7%となっている。さらに國本ら¹¹⁾によれば、勤労女性の「便秘傾向」の割合は53.9%であった。したがって、今回の中学生の結果は、これら2年代間の中間的な値と解釈し得る。

「便秘傾向」の割合は、女子が有意に高く、男子の2倍以上であった。女子の便秘傾向は小学4年生から発現し⁸⁾、6年生で明確な変化が認められ、月経発来との関連性が示唆されている¹⁰⁾。他方、男子では「便秘傾向」の割合が低いことに加えて、わずかながらも「下痢傾向」がみられた。こうした中学生の男子と女子の違いはすでに成人の排便傾向の性差に一致するものである^{9, 12)}。

次に、排便関連因子として4因子に注目した。このうち朝食の摂取は、胃結腸反射を刺激し登校前の排便を促進する因子と考えられるが、男女とも比較的良好に摂取していることが把握された。また抑制因子としては、便意抑制は7割以上に認められた。ダイエットと精神的ストレスの認識については女子に有意に高かった。したがって、本結果にみられる思春期女子の便秘傾向は、便意抑制の習慣化、不適切なダイエットの試行、および精神的ストレスの認

識の増大の3つの抑制因子が関与し助長されていくのではないかと、と思われる。

トイレの種類については、自宅では「洋式」が定着し、学校も水洗であり、その半数以上が「両方」を備えていた。学校トイレの種類に対する希望については男女で意見が分かれ、女子では「和式」の希望も多い。この差異の理由について、現時点では明確ではないが、家庭に「洋式」が普及した反面、小児の清潔志向が高まり他人との洋式便座の共有に抵抗を感じるためではないかと、との見方もある¹³⁾。

学校での排便については8割が「しない」と回答し、その理由としては、便意がないこと心理的な問題、そして学校トイレの衛生管理上の問題があげられた。トイレ内でのいじめに対する恐れ、排便に対する羞恥心や抵抗感の払拭については、時間をかけた啓蒙活動が必要と思われる。しかしながら、こうした心理的な問題の背景にある学校トイレの環境問題は早急に取り組みたい課題である。学校トイレの実態は、我が国の衛生水準に大きく立ち後れた感がある。便器の種類だけでなく、日常的なメンテナンスの改善についても検討すべき点が多い。物理的な整備から快適な学校トイレづくりを見直し、中学生の排便の実態や変調に対処していくことも一策ではないかとと思われる。

文献

- 1) 國本正雄, 他 . 小学生の便通とトイレに関する意識調査 . 日本医事新報 1996 ;3781 :49-51 .
- 2) 野末富雄, 小林昭夫 . 便秘 . 小児内科 1992 ;24 : 249-251 .
- 3) 尾上昌弘 . 習慣性便秘 . 小児内科 1997 ;29 : 145-147 .
- 4) 小野栄一郎 . 便秘 . 小児内科 1993 ;25 :285-287 .
- 5) 篠原公一, 山城雄一郎 . 便秘をしやすい子 . 小児科 1995 ;36 :353-357 .
- 6) 厚生省大臣官房統計情報部(編). 国民生活基礎調査 第4巻 . 厚生統計協会 1997 ;114-136 .
- 7) 天野信一, 他 . 小児の排便について . 三重看護 1984 ;5 :31-34 .
- 8) 要匡, 他 . 学童の排便に関する調査 . 小児保健研究 1989 ;48 :461-464 .
- 9) 厚生統計協会(編). 国民衛生の動向 . 厚生統計協会 1998 ;45 :455 .
- 10) 深井喜代子, 他 . 日本語版便秘評価尺度による小学生の便秘評価 . 日本看護研究学会雑誌 1997 ;20 : 57-62 .
- 11) Kunitomo, M., Nishi, M., Sasaki, K . The relation between irregular bowel movement and the lifestyle of working women . Hepato-Gastroenterology 1998 ;45 : 956-960 .
- 12) 塚原貴子, 人見裕江, 深井喜代子 . 健康成人の便秘評価—日本語版便秘評価尺度による検討— . 川崎医療短期大学紀要 1994 ;14 :35-38 .
- 13) 北海道新聞 . 和式か洋式か, 学校のトイレ割合さまざま . 1998年11月28日(朝刊)掲載 .