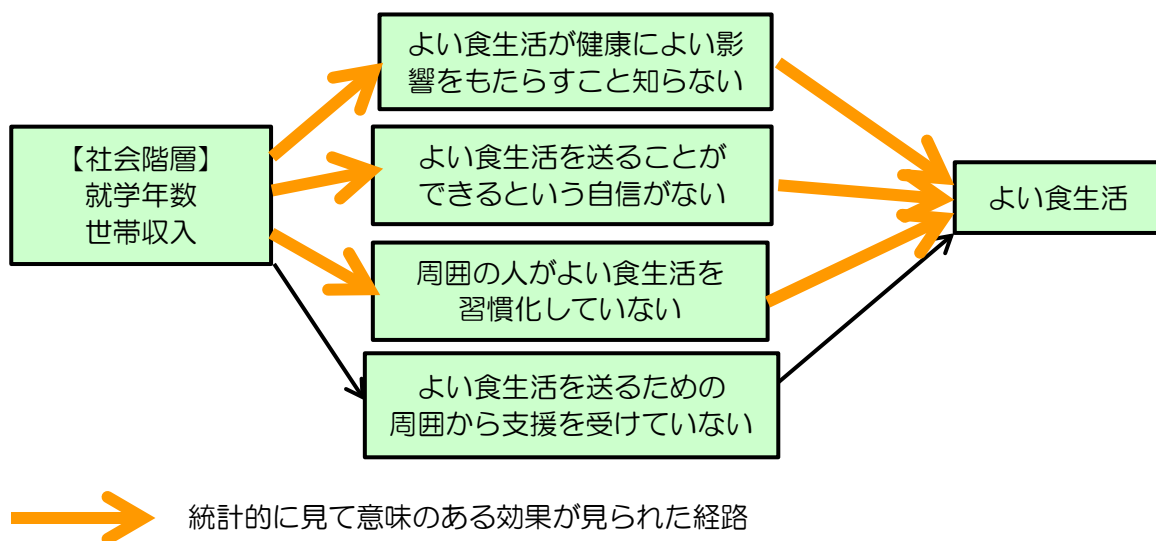


## コラム：社会階層による健康格差はなぜ生じてしまうの？

健康格差が生み出される要因としては、①社会階層が低い人で健康維持に必要な生活習慣や行動をとることが困難であるなど行動学的メカニズム、②社会階層が低い人で生活上のストレスが強く、その曝露時間も長いといった心理認知的なメカニズム、などが作用していると指摘されています。

研究グループでは、図1に示しましたように、食生活について、学歴や収入が低いことが健康によくない食生活につながる要因を、よい食生活が健康によい影響をもっていることを知らない、よい食生活を送ることができるという自信がない、周りの人がよい食生活を習慣化していないなどの心理社会的要因に着目し、分析してみました。分析の結果は、このような心理社会的要因、中でも、周りの人がよい食生活を習慣化していない人が多いことが社会階層が低い人でよくない食生活が多いことに関連していることがわかりました。

図： 食生活の社会階層差を説明するための心理社会的要因



出典： Sugisawa, H., Nomura, T., & Tomonaga, M. (2015) Psychosocial Mediators between Socioeconomic Status and Dietary Habits among Japanese Older Adults, *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 19(2): 130–136.