

RESEARCH REPORT

# 摂食障害に対するイメージ調査 報告書

ふくおか摂食障害ともの会

2025年4月



# はじめに

---

この度、ふくおか摂食障害ともの会（以下、ともの会）では、一般の方を対象として、摂食障害に対するイメージを把握するためのアンケート調査を実施しました※1。

摂食障害の当事者においては、様々な困りごとを抱えているものの、周囲に相談できず、不安や孤独に陥っている場合が少なくありません※2。その理由には、「症状を手放したくない・手放すのが怖い」といった理由のほかに、「相談してもわかってもらえない」、「摂食障害への誤解から、偏見的な目でみられるのではないか」といった不安があることが考えられます。

そこで、本調査では、一般の方における摂食障害に対する理解やイメージに加え、当事者からの開示があった場合の受け入れ意向などを把握しました。

その結果、摂食障害に対するネガティブなイメージや偏見は少なく、当事者からの開示を受け入れる意向がある人も多いこと、開示を受けた場合に相手への見方が悪い方向に変化すると考える人は少ないこと、などが明らかになりました。その一方、当事者との接し方については不安がある人も多く、当事者と関わる際の留意点ができる情報や、病気の基礎知識に関する情報が求められていることが明らかになりました。

ともの会としては、今後、当事者と周囲の人が安心してコミュニケーションをとれる環境をつくるために、摂食障害について具体的に知っていただく機会や、相互理解の場づくりなどを進めていきます。

調査にご協力下さった皆様に、この場をお借りして御礼申し上げます。

※1：本調査は、NPO 二枚目の名刺との共同プロジェクトの一環として、実施いたしました。

※2：詳細は、ともの会が実施した「摂食障害の当事者アンケート調査」の報告書をご参照下さい。

# 1. 調査の概要

## 【実施概要】

- 目的：摂食障害に対するイメージや、当事者と接する場面を仮定した場合の意向等を把握する。
- 対象：一般の方（全国）
- 期間：2025年1月～2月
- 形式：WEB アンケート（Microsoft Forms を利用）
- 回答数：366 件
- 調査主体：ふくおか摂食障害ともの会および NPO 法人二枚目の名刺 共同プロジェクトチーム
- 周知方法：上記のプロジェクトチームメンバーからの情報拡散

## 【調査項目】

分類	設問趣旨		掲載ページ
I 回答者の属性	Q.1	性別	P.2
	Q.2	年代	P.2
	Q.3	職業	P.2
II 摂食障害に対する理解・イメージ	Q.4	摂食障害への理解	P.3
	Q.5	摂食障害に関する情報の入手先	P.3
	Q.6	摂食障害の経験の有無	P.4
	Q.7	当事者との接点	P.4
	Q.8	摂食障害に対するイメージ（自由記述）	P.4
	Q.9	摂食障害に対するイメージ（選択式）	P.5
III 当事者と接する場面を仮定した場合の意向	Q.10	当事者からの開示経験の有無	P.6
	Q.11	開示を受け入れる気持ちの有無	P.6
	Q.12	開示による相手の見方の変化の有無	P.6
	Q.13	Q.12 の変化の内容	P.7
	Q.14	当事者と関わる際の不安の有無	P.7
	Q.15	Q.13 の不安の内容	P.7
	Q.16	当事者と関わりやすくなるために望むサポート	P.8

## 2. 調査結果

※以下、図表中の%は、少数第一位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合や、件数「1」が「0%」と表示されている場合があります。

### I 回答者の属性

#### Q.1 あなたの性別を教えてください。

回答者の性別は、「女性」77%、「男性」が22%を占めた。

表1 性別

	件数	%
女性	282	77%
男性	82	22%
答えたくない	2	1%
合計	366	100%

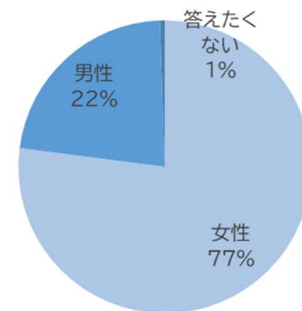


図1 性別

#### Q.2 あなたの年代を教えてください。

回答者の年代は、「50代」が最も多く37%を占め、「40代(27%)」、「20代(14%)」と続いた。

表2 年代

	件数	%
19歳以下	5	1%
20代	51	14%
30代	36	10%
40代	97	27%
50代	137	37%
60代以上	40	11%
合計	366	100%

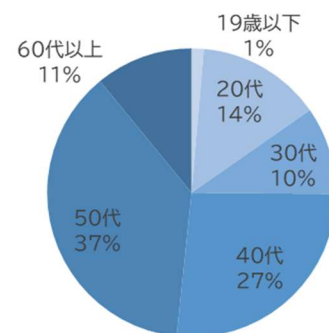


図2 年代

#### Q.3 あなたの職業を教えてください。

回答者の職業は、「社会人」が最も多く74%を占めた。

表3 職業

	件数	%
学生(高校生以下)	5	1%
大学生	34	9%
社会人(働いていない)	27	7%
社会人(働いている)	270	74%
その他	30	8%
合計	366	100%

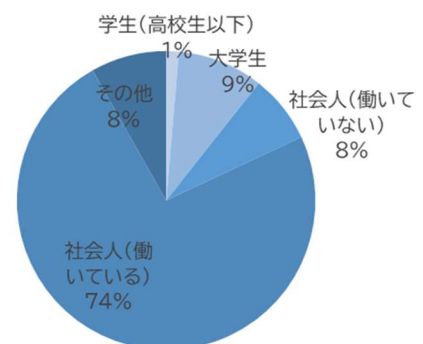


図3 職業

## II 摂食障害に対する理解・イメージ

### Q.4 あなたは、摂食障害という病気を知っていますか。

摂食障害への理解について、「名前は知っていて、何となくイメージがある」が最も多く 68%を占めた。

表 4 摂食障害への理解

	件数	%
知らない、聞いたことがない	6	2%
名前は知っていて、何となくイメージがある	248	68%
名前を知っている程度	46	13%
良く知っており、詳しく理解している	66	18%
合計	366	100%

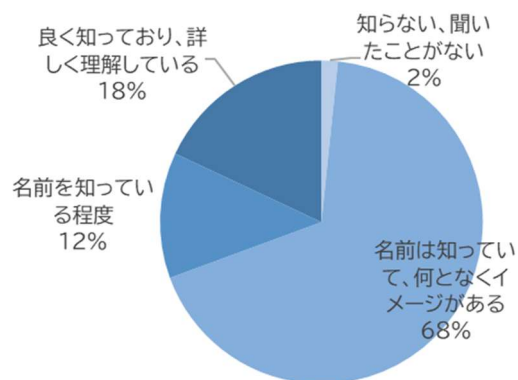


図 4 摂食障害への理解

### Q.5 摂食障害に関して、どこで見聞きしたことがありますか。見聞きしたことがあるものを全て選択してください。(複数回答)

摂食障害に関する情報の入手先は、「テレビ、新聞、ラジオなどのメディア」が最も多く 74%を占め、「ドラマ、漫画未 (22%)」、「人から聞いた (19%)」が続いた。

表 5 摂食障害に関する情報の入手先

	件数	%
テレビ、新聞、ラジオなどのメディア	272	74%
ドラマ、漫画	125	34%
人から聞いた	104	28%
著名人（芸能人、インフルエンサー等）の発信	93	25%
一般の人の SNS (Instagram、X 等)	90	25%
クリニックなど医療機関	73	20%
書籍・文献など	55	15%
学校の授業、会社の研修	30	8%
NPO などの情報 (ホームページ、SNS 等)	23	6%
国などの行政機関の情報 (ホームページ、SNS 等)	21	6%
聞いたことがない	8	2%
摂食障害に関するセミナー	4	1%

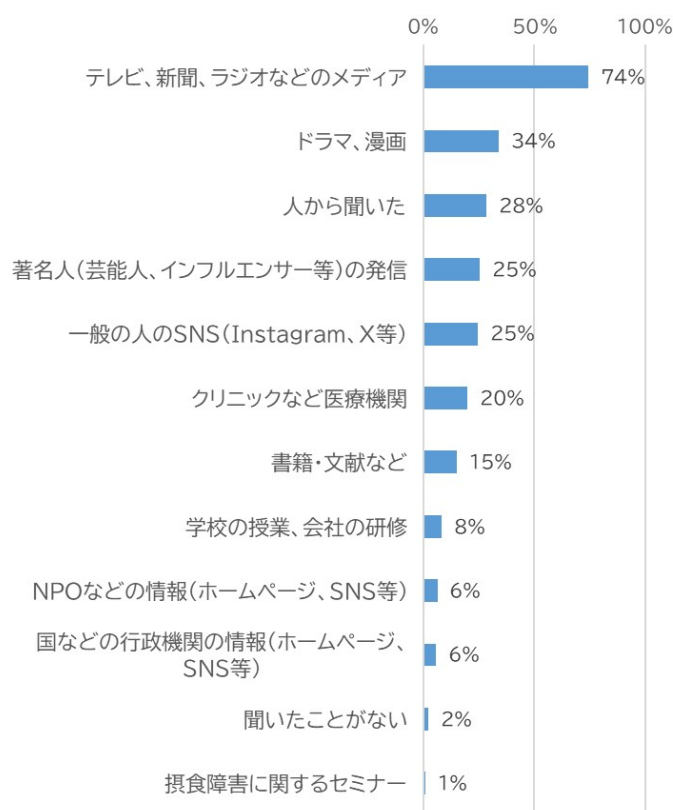


図 5 摂食障害に関する情報の入手先

## Q.6 あなたは摂食障害を経験したことがありますか？

摂食障害の経験の有無について、「ない」が最も多く 88%を占めた一方、「過去に摂食障害を経験した (7%)」、「現在ある (3%)」もみられた。

表 6 摂食障害の経験の有無

	件数	%
ない	324	89%
わからない、答えたくない	13	4%
過去に摂食障害を経験した	26	7%
現在ある	3	1%
合計	366	100%

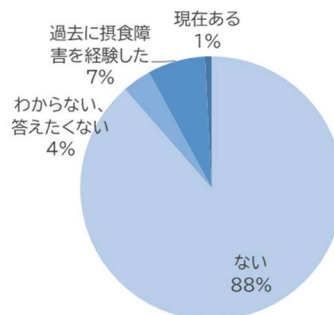


図 6 摂食障害の経験の有無

## Q.7 家族や周囲の人に、摂食障害の当事者がいますか。

家族や周囲の人に職障害の当事者がいるかどうか（当事者との接点）について、「いない」が最も多く 75%を占めた一方、「いる (16%)」、「わからない (8%)」みられた。

表 7 当事者との接点

	件数	%
いない	276	75%
いる	59	16%
わからない	31	8%
合計	366	100%

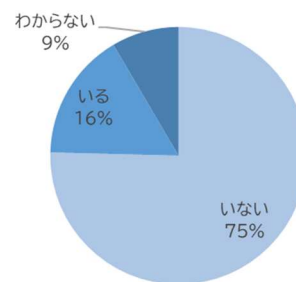


図 7 当事者との接点

## Q.8 摂食障害について、どのようなイメージをお持ちですか？ 思っていることを自由に記載してください。

自由記述の内容を、AI テキストマイニングを活用して分析したところ、以下の通りとなった。（図は、単語の出現頻度が、文字の大きさや色に反映されて図示されている。青字は名詞、赤字は動詞、緑は形容詞を表す。）

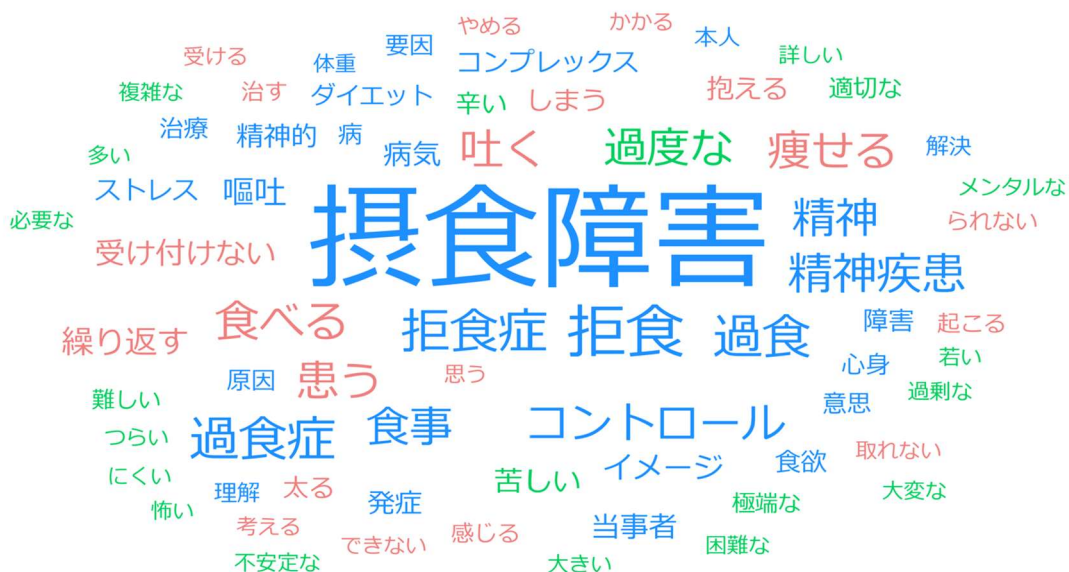


図 8 摂食障害に対するイメージ（自由記述）

**Q.9 摂食障害に関して、以下の各項目はあなたが持つイメージにどの程度あてはまりますか。5段階の中から、あなたの考えにもっとも近いものをそれぞれ選んでください。**

摂食障害に対するイメージについて、各項目がどの程度あてはまるかを尋ねたところ、ネガティブなイメージを支持する回答はごくわずかで、「自己管理不足の人がなる病気」、「わがまま病・お嬢様病」、「なかなか治らないのは治す気がないことの表れ」、「摂食障害にかかるのは自業自得」は、「とてもそう思う」と「そう思う」の合計が5%未満にとどまった。

表8 摂食障害に対するイメージ

		とても そう 思う	そう 思 う	ど ち ら と も い え な い	あ ま り そ う 思 わ な い	全 く そ う 思 わ な い	合 計
過食がやめられないのは意思が弱い	件数	2	18	69	115	162	366
	%	1%	5%	19%	31%	44%	100%
自己管理不足の人がなる病気	件数	1	15	48	106	196	366
	%	0%	4%	13%	29%	54%	100%
わがまま病・お嬢様病	件数	0	7	32	89	238	366
	%	0%	2%	9%	24%	65%	100%
なかなか治らないのは治す気がないことの表れ	件数	1	10	40	107	208	366
	%	0%	3%	11%	29%	57%	100%
摂食障害にかかるのは自業自得	件数	1	3	40	88	234	366
	%	0%	1%	11%	24%	64%	100%
摂食障害にかかることは恥ずかしい	件数	1	18	34	87	226	366
	%	0%	5%	9%	24%	62%	100%
がりがりに痩せているなど、見た目でわかる病気	件数	10	75	135	84	62	366
	%	3%	20%	37%	23%	17%	100%
芸能人などごく一部の人の病気	件数	0	10	30	91	235	366
	%	0%	3%	8%	25%	64%	100%
性別でかかりやすさがある	件数	18	101	105	68	74	366
	%	5%	28%	29%	19%	20%	100%
特定の年代に見られる病気	件数	5	73	108	93	87	366
	%	1%	20%	30%	25%	24%	100%
ダイエットが原因	件数	12	88	133	78	55	366
	%	3%	24%	36%	21%	15%	100%
家庭環境が原因	件数	13	111	150	58	34	366
	%	4%	30%	41%	16%	9%	100%
治すためには強い意志が必要	件数	54	130	101	56	25	366
	%	15%	36%	28%	15%	7%	100%
食べるように勧めるのが治るには効果的	件数	1	4	71	130	160	366
	%	0%	1%	19%	36%	44%	100%

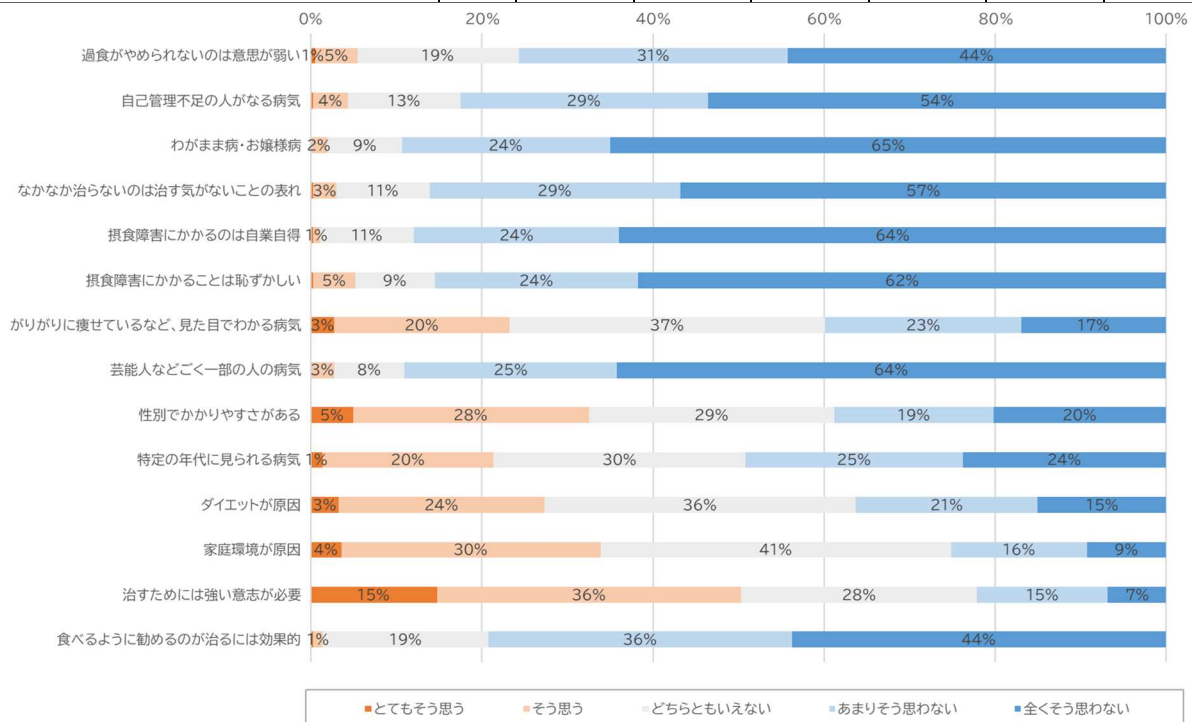


図9 摂食障害に対するイメージ



### III 当事者と接する場面を仮定した場合の意向

#### Q.10 摂食障害の当事者から、摂食障害であることを打ち明けられたご経験がありますか。

当事者からの開示経験の有無について、開示された経験が「ある」が17%、「ない」が83%を占めた。

表9 当事者からの開示経験の有無

	件数	%
ある	64	17%
ない	302	83%
合計	366	100%

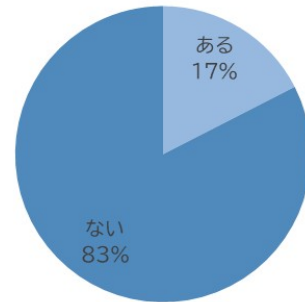


図10 当事者からの開示経験

#### Q.11 あなたが摂食障害の当事者から、摂食障害であることを打ち明けられた場合、受け入れる気持ちはありますか。

開示を受け入れる気持ちの有無について、気持ちが「ある」が最も多く50%を占め、「気持ちがあるが、きちんと話せるか自信がない（経験はあるが、そのとききちんと話せなかった）（43%）」が続いた。

表10 開示を受け入れる気持ちの有無

	件数	%
ある	185	51%
気持ちがあるが、きちんと話せるか自信がない（経験はあるが、そのとききちんと話せなかった）	156	43%
わからない	23	6%
自分にはあまり話して欲しくない	2	1%
合計	366	100%

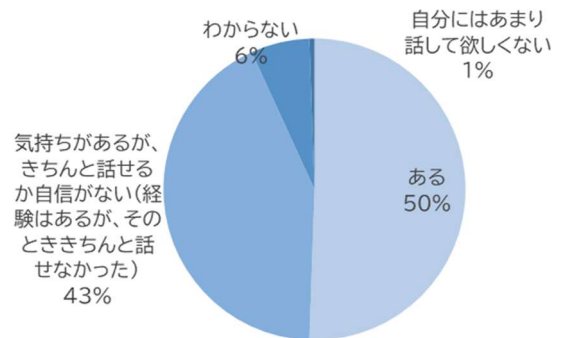


図11 開示を受け入れる気持ちの有無

#### Q.12 あなたが摂食障害の当事者から打ち明けられた場合、相手への見方や距離感に変化は起こりそうですか。

開示による相手の見方の変化の有無について、変化が「起こらない」が83%、「起こる」が17%を占めた。

表11 開示による相手の見方の変化の有無

	件数	%
起こらない	305	83%
起こる	61	17%
合計	366	100%

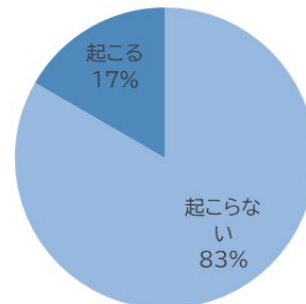


図12 開示による相手の見方の変化の有無



**Q.13 (Q.12 で変化が「起こる」と回答した方) どのような気持ちの変化が起こりそうですか？  
(n=61、複数回答)**

開示による相手の見方の変化について、Q.12 で変化が「起こる」と答えた方 (n=61) に複数回答で尋ねたところ、「相手に何かできたらと思う」が最も多く 74%を占め、「摂食障害について勉強し、相手のことをより深く理解したいと思う (57%)」、「ちょっと驚く (41%)」が続いた。

表 12 開示による相手の見方の変化の内容

	件数	%
相手に何かできたらと思う	45	74%
摂食障害について勉強し、相手のことをより深く理解したいと思う	35	57%
ちょっと驚く	25	41%
どう対応すればよいかわからず、戸惑う	22	36%
自分に打ち明けてくれたことが嬉しい	17	28%
相手と距離を置きたくなるかもしれない	2	3%
より親密になれそうだと思う	0	0%

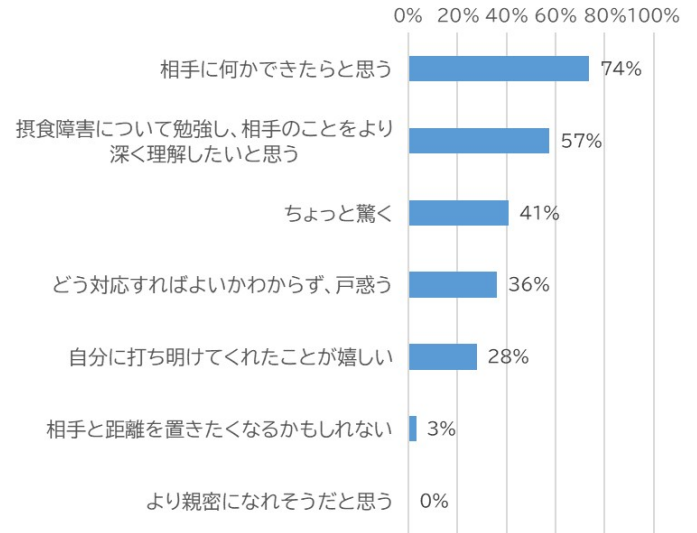


図 13 開示による相手の見方の変化の内容

**Q.14 あなたが摂食障害の人と関わることになった場合、不安はありますか。**

当事者と関わる際の不安の有無について、不安が「ある」が 62%、「ない」が 38%を占めた。

表 13 当事者と関わる際の不安の有無

	件数	%
ある	227	62%
ない	139	38%
合計	366	100%

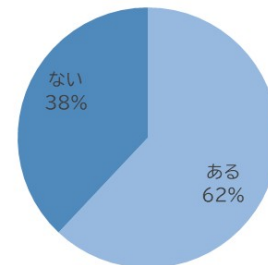


図 14 当事者と関わる際の不安の有無

### Q.15 (Q14で「ある」と回答した方) どんなことに不安がありますか。(n=227、複数回答)

当事者と関わる際の不安の内容について、Q.14で不安が「ある」と答えた方(n=227)に複数回答で尋ねたところ、「好ましくない対応をしてしまうことで、傷つけてしまわないか」が最も多く88%を占め、「自分の対応が、相手の摂食障害の症状を悪化させてしまわないか(59%)」、「コミュニケーションに不安がある(何をしたらよいか、どのように接したらよいか)(48%)」が続いた。

表 14 当事者と関わる際の不安の内容

	件数	%
好ましくない対応をしてしまうことで、傷つけてしまわないか	190	84%
自分の対応が、相手の摂食障害の症状を悪化させてしまわないか	135	59%
コミュニケーションに不安がある(何をしたらよいか、どのように接したらよいか)	110	48%
相談されること自体が自分自身への負担にならないか	11	5%

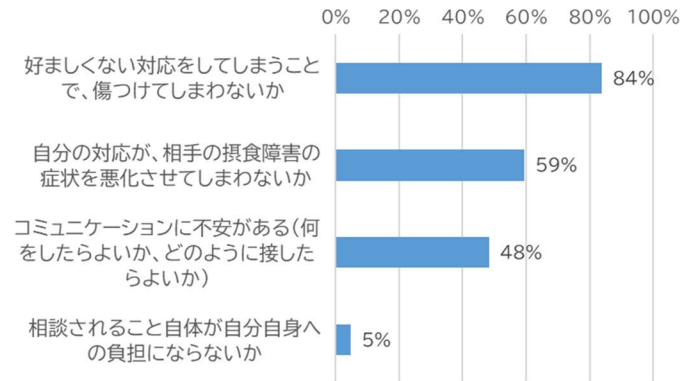


図 15 当事者と関わる際の不安の内容

### Q.16 (Q14で「①ある」と回答した方) どんなサポートがあれば、当事者と関わりやすくなりますか。当てはまるものを全て選択してください。(n=227、複数回答)

当事者と関わりやすくなるために望むサポートについて、Q.14で不安が「ある」と答えた方(n=227)に複数回答で尋ねたところ、「当事者と関わる際の留意点ができる情報(当事者との接し方のようなもの)」が最も多く78%を占め、「病気の基礎知識がわかる情報(68%)」が続いた。

表 15 当事者と関わりやすくなるために望むサポート

	件数	%
当事者と関わる際の留意点ができる情報(当事者との接し方のようなもの)	177	78%
病気の基礎知識がわかる情報	155	68%
当事者と自分の間に入ってくれる支援者(産業医やカウンセラー等)	80	35%
当事者と関わる際の留意点ができる勉強会・研修会	67	30%
当事者とのかかわり方について匿名で相談できる窓口	71	31%
円滑なコミュニケーションを促すツール(コミュニケーションシート等)	51	22%

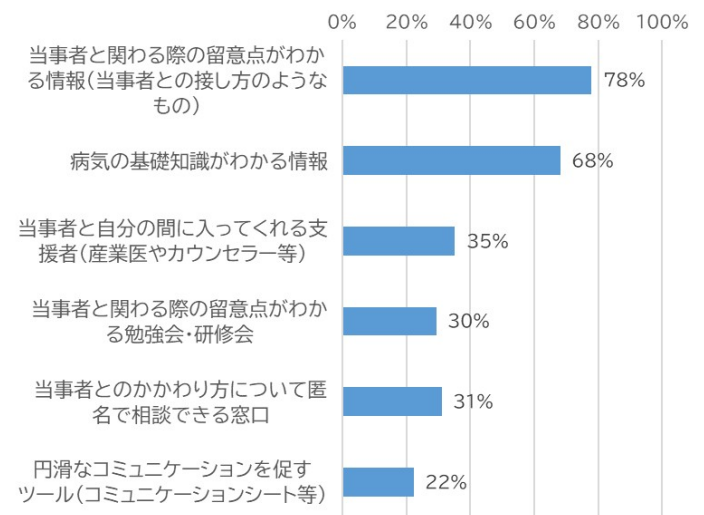


図 16 当事者と関わりやすくなるために望むサポート