

RESEARCH REPORT

摂食障害の当事者アンケート調査 報告書

ふくおか摂食障害ともの会

2024年10月



目次

1. はじめに	1
---------	---

2. 調査の概要	2
----------	---

3. 調査結果（単純集計）	3
---------------	---

4. 症状別にみた違い	11
-------------	----

1. 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、摂食障害の当事者を対象として、実態把握のためのアンケート調査を実施しました。

摂食障害の患者数は年々増え続けているものの、特に過食嘔吐などの症状を伴う場合、恥の意識や自責の念、周囲の理解不足等から、困っている声をあげられない当事者が大半と考えられます。治療施設や治療者も不足しており、絶対的な治療法も確立途上の中、多くの当事者が必要な支援や情報に繋がるのが難しく、孤独に陥り、症状が長期化している例も少なくありません。当事者ニーズが顕在化していないことが、支援が行き届かない一因とも考えられ、当事者をめぐる現状を改善する第一歩として、当事者の実態を明らかにし、社会に広く発信していくことが必要と考えます。

そこで、本調査では、当事者をめぐる現状への問題提起のための基礎情報を得ることを目的として、当事者における実態やニーズを把握しました。

その結果、多くの当事者が、心身の不調や社会生活に関する困りごとを抱えている一方、周囲に相談できず、治療につながっていない人も少なくないことが明らかになりました。また、多く当事者が、不安や自分を責める気持ち、みじめさ、孤独、恥ずかしさなどを感じていること、病院探しなど回復への試みに困難さを感じていることが明らかになりました。

ともの会としては、本調査の結果を、医療・福祉・教育・行政等の関係機関の皆様と共有しながら、当事者をめぐる環境改善の第一歩につなげていきます。

調査にご協力下さった全国の皆様に、この場をお借りして御礼申し上げます。

※本調査は、ソーシャル・ジャスティス基金のご支援のもと、実施いたしました。

※当サイト内の文章・画像・図表等の無断転載・複製を禁じます。



2. 調査の概要

【実施概要】

- 目的：当事者の実態を定量的に把握し、支援のあり方や制度・仕組みへの問題提起のための基礎情報を得る。
- 対象：摂食障害の当事者（対象年齢は10代以上、居住地は全国）
- 期間：2024年2月～3月
- 形式：WEBアンケート（Questant（クエスタント）を利用）
- 回答数：155件
- 周知方法：ふくおか摂食障害ともの会のSNSを通じた周知、過去のオンライントーク参加者への呼びかけ、全国の自助グループを通じた情報拡散、新聞記事での紹介等

【調査項目】

分類	設問		掲載ページ
I 回答者の属性	Q.1	性別	P.3
	Q.2	年代	P.3
	Q.3	職業	P.3
	Q.4	居住地	P.3
	Q.5	現在の症状	P.3
II 摂食障害の症状や困りごとについて	Q.6	摂食障害を最初に発症した時期	P.4
	Q.7	摂食障害の継続年数	P.4
	Q.8	医師からの摂食障害の診断の有無	P.4
	Q.9	症状別の継続年数	P.5
	Q.10	摂食障害の影響で困っていること	P.5
III 摂食障害の治療状況について	Q.11	現在の治療状況	P.6
	Q.12	治療内容	P.6
	Q.13	発症から治療につながるまでに要した年数	P.6
	Q.14	現在治療を受けていない主な理由	P.7
IV 摂食障害の相談状況について	Q.15	摂食障害について相談できる人の有無	P.8
	Q.16	摂食障害についての相談相手	P.8
	Q.17	摂食障害について相談できない・しない理由	P.8
V 摂食障害と向き合う心境等について	Q.18	回復のために試みたこと	P.9
	Q.19	回復の試みの困難さ	P.9
	Q.20	摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち	P.10

3. 調査結果（単純集計）

※表中の％は、少数第一位を四捨五入して表示しているため、合計が100%にならない場合があります。

I 回答者の属性

Q1 性別

回答者の性別は、「女性」が多く97%を占めた。

表1 性別

	n	%
男性	2	1%
女性	150	97%
回答しない	2	1%
その他	1	1%
合計	155	100%

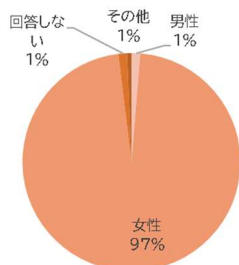


図1 性別

Q2 年代

回答者の年代は、「20代」が最も多く35%を占め、「30代」(26%)、「40代」(17%)が続いた。

表2 年代

	n	%
10代	24	15%
20代	55	35%
30代	41	26%
40代	26	17%
50代	9	6%
合計	155	100%

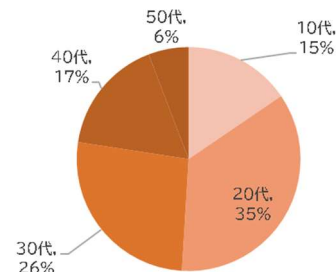


図2 年代

Q3 職業（複数回答）

回答者の職業は、「学生」が最も多く34%を占め、「正社員」(21%)、「無職」(15%)が続いた。

表3 職業（複数回答）

	n	%
学生	53	34%
正社員	32	21%
非正規社員	14	9%
パートタイマー	17	11%
自営業	3	2%
フリーランス	2	1%
主夫・主婦	11	7%
無職	23	15%
その他	8	5%

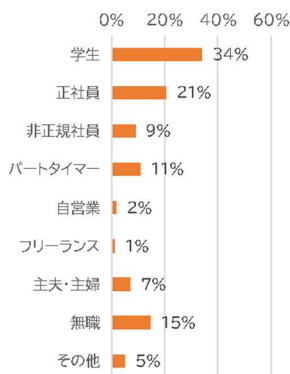


図3 職業（複数回答）

Q.4 居住地

回答者の居住地は、関東が最も多く31%を占め、九州(28%)、中部(17%)が続いた。

表4 居住地

	n	%
北海道・東北	6	4%
関東	48	31%
中部	26	17%
近畿	25	16%
中国・四国	6	4%
九州	44	28%
合計	155	100%

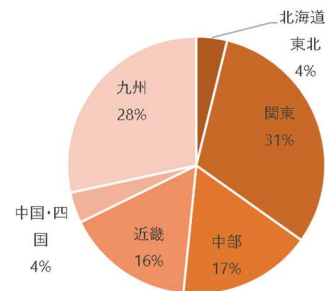


図4 居住地

Q.5 現在の症状

現在の症状について、「拒食」が41%、「過食（嘔吐）」が24%、「過食（非嘔吐）」が14%であった。「その他」としては、完治・寛解等のほか、「拒食と過食の両方」など、何らかの症状がある状態が挙げられた。

表5 現在の症状

	n	%
拒食	64	41%
過食（非嘔吐）	21	14%
過食（嘔吐）	38	25%
その他	32	21%
合計	155	100%

※その他の内容

	n	%
完治・回復	5	16%
緩解・回復中	10	31%
症状あり	17	53%

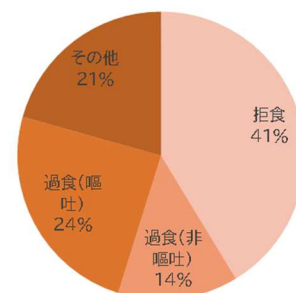


図5 現在の症状

II 摂食障害の症状や困りごとについて

Q.6 摂食障害を最初に発症した時期

※医師の診断の有無に関わらず、思い当たる時期を回答。学校への所属がなかった場合は、年齢をもとに回答。

摂食障害を最初に発症した時期は、「中学生」が最も多く 32%を占め、「高校生 (26%)」、「大学生 (19%)」が続いた。

表 6 摂食障害を最初に発症した時期

	n	%
小学生	10	6%
中学生	49	32%
高校生	41	26%
大学生	30	19%
社会人になってから	23	15%
その他	2	1%
合計	155	100%

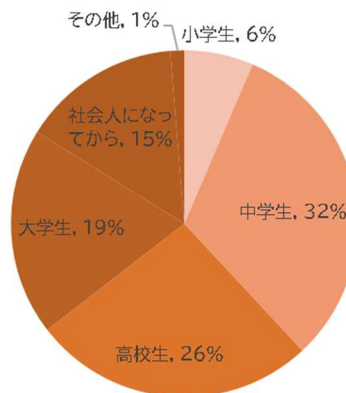


図 6 摂食障害を最初に発症した時期

Q.7 摂食障害の継続年数

症状の継続年数は、「5年未満」が最も多く 35%を占め、「10年以上 20年未満 (22%)」、「5年以上 10年未満 (19%)」が続いた。

表 7 症状の継続年数

	n	%
5年未満	55	35%
5年以上 10年未満	29	19%
10年以上 20年未満	34	22%
20年以上 30年未満	28	18%
30年以上	9	6%
合計	155	100%

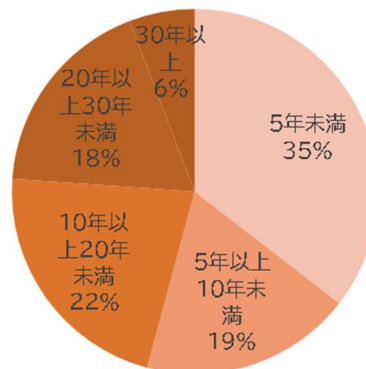


図 7 症状の継続年数

Q.8 医師から摂食障害の診断の有無

医師からの摂食障害の診断について、「診断を受けたことがある」が最も多く 86%を占め、「診断を受けたことがない」は 12%であった。

表 8 医師から摂食障害の診断

	n	%
診断を受けたことがある	133	86%
診断を受けたことがない	18	12%
わからない	4	3%
合計	155	100%

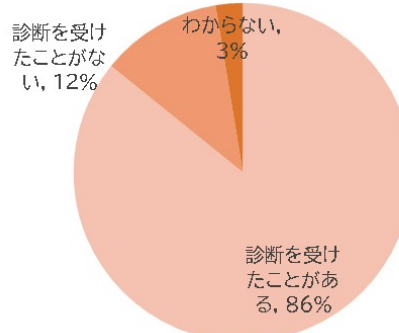


図 8 医師からの診断の有無

Q.9 症状別の継続年数

これまで経験したことがある症状別の継続年数は、「拒食」が平均 4.3 年、「過食（非嘔吐）」が平均 2.7 年、「過食（嘔吐）」が平均 9.7 年であった。

表 9 症状の継続年数

	n	平均(年)	最大(年)
拒食	130	4.3	20
過食（非嘔吐）	51	2.7	30
過食（嘔吐）	65	9.7	40

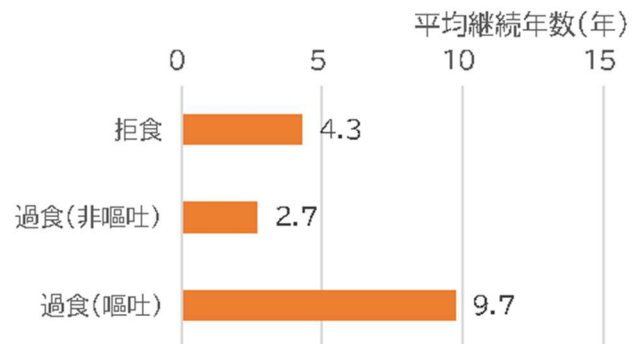


図 9 症状の継続年数（平均）

Q.10 摂食障害の影響で困っていること（複数回答）

摂食障害の影響で困っていることは、「精神的な不調（情緒不安定、抑うつ等）が最も多く 85%を占め、「人との食事が楽しめないこと（75%）」、「体力の低下、疲れやすさ（69%）」が続いた。

表 10 摂食障害の影響で困っていること（複数回答）

	n	%
①消化器系の不調（胃もたれ、便秘など）	97	63%
②血行不良に関する不調（冷え、むくみ、貧血、肩こりなど）	97	63%
③体力の低下、疲れやすさ	107	69%
④集中力の低下	93	60%
⑤不眠	61	39%
⑥月経（止まる、不順）	96	62%
⑦虫歯	40	26%
⑧骨のむろさ	25	16%
⑨精神的な不調（情緒不安定、抑うつ等）	131	85%
⑩金銭的な負担	95	61%
⑪時間がとられること	91	59%
⑫人との食事が楽しめないこと	117	75%
⑬家族関係の悪化	70	45%
⑭友人関係の悪化	54	35%
⑮その他	14	9%

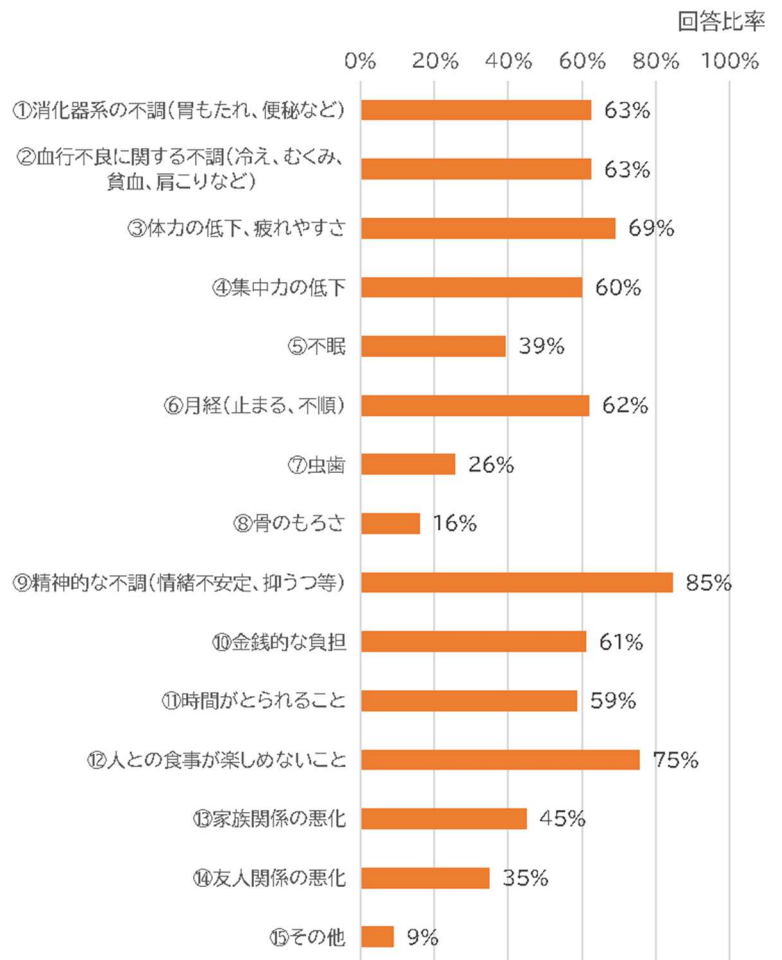


図 10 摂食障害の影響で困っていること（複数回答）

III 摂食障害の治療状況について

Q.11 現在の治療状況

摂食障害の現在の治療状況について、「治療中」は63%、「治療は受けていない」は37%を占めた。

表 11 現在の治療状況

	n	%
治療中	97	63%
治療は受けていない	58	37%
合計	155	100%

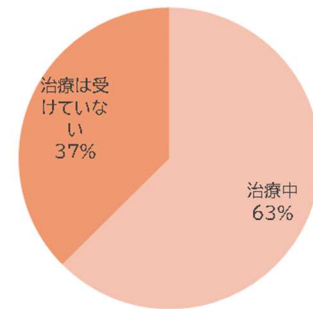


図 11 現在の治療状況

Q.12 治療内容 (Q.10で「治療中」と答えた方 (n=97) / 複数回答)

現在の治療内容について、Q.10で「治療中」と答えた方 (n=97) に複数回答で尋ねたところ、「病院での外来治療」が最も多く88%を占め、「心理療法 (カウンセリング等)」は30%、「病院での入院治療」は20%であった。

表 12 治療内容 (複数回答)

	n	%
病院での外来治療	85	88%
病院での入院治療	19	20%
心理療法 (カウンセリング等)	29	30%
その他	5	5%

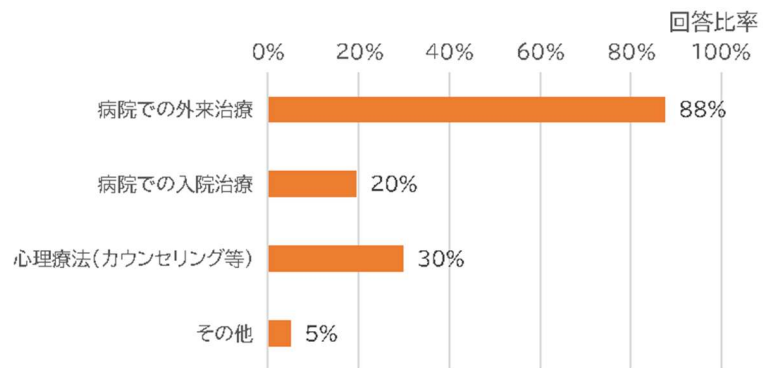


図 12 治療内容 (複数回答)

Q.13 発症から治療につながるまでに要した年数 (Q.10で「治療中」と答えた方 (n=97))

発症から治療につながるまでに要した年数について、Q.10で「治療中」と答えた方 (n=97) に複数回答で尋ねたところ、「1年以上3年未満」が最も多く44%を占め、「5年以上10年未満」、「1年未満」がともに14%であった。

表 13 発症から治療につながるまでの年数

	n	%
1年未満	14	14%
1年以上3年未満	43	44%
3年以上5年未満	12	12%
5年以上10年未満	14	14%
10年以上	12	12%
無回答	2	2%
合計	97	100%

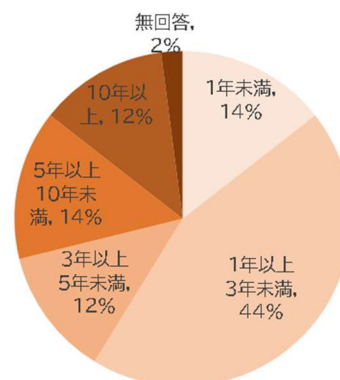


図 13 発症から治療につながるまでの年数

Q.14 現在治療を受けていない主な理由 (Q.10で「治療を受けていない」と答えた方 (n=58) / 複数回答)

現在治療を受けていない主な理由について、Q.10で「治療を受けていない」と答えた方 (n=58) に複数回答で尋ねたところ、「過去に治療を受けたが、治療の効果が感じられなかった」が最も多く 40%を占め、「過去に治療を受けたが、治療者との相性が良くなかった (33%)」、「治療を受ける気持ちがない (24%)」、「治療は受けたいが、治療を受けられる施設が近くにない (24%)」と続いた。

表 14 現在治療を受けていない主な理由 (複数回答)

	n	%
①治療を受ける気持ちがない	14	24%
②治療は受けたいが、治療を受けられる施設が近くにない	14	24%
③過去に治療を受けたが、治療者との相性が良くなかった	19	33%
④過去に治療を受けたが、自身の都合 (転居等) で治療が受けられなくなった	2	3%
⑤過去に治療を受けたが、経済的な負担を負えなくなった	7	12%
⑥過去に治療を受けたが、治療の効果が感じられなかった	23	40%
⑦その他	10	17%

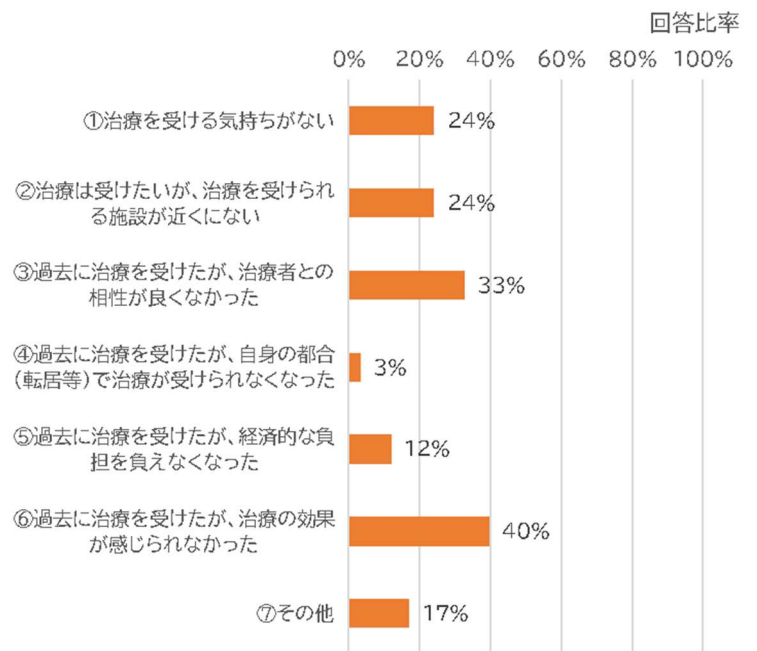


図 14 現在治療を受けていない主な理由 (複数回答)

IV 周囲への相談状況について

Q.15 摂食障害について相談できる人の有無

摂食障害について相談できる人の有無について、「いる」が53%を占め、「いない」が23%、「どちらともいえない」が24%であった。

表 15 摂食障害について相談できる人の有無

	n	%
いる	82	53%
いない	35	23%
どちらともいえない	38	25%
合計	155	100%

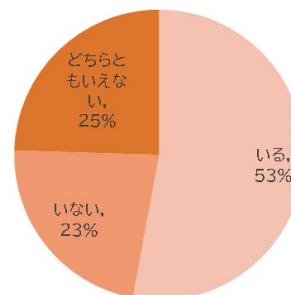


図 15 摂食障害について相談できる人の有無

Q.16 摂食障害についての相談相手 (Q.14 で相談できる人が「いる」と答えた方 (n=82) / 複数回答)

摂食障害についての相談相手について、Q.14 で相談できる人が「いる」と答えた方 (n=82) に複数回答で尋ねたところ、「家族 (親、兄弟、配偶者等)」が最も多く 78%を占め、「医師 (61%)」、「友人 (37%)」と続いた。

表 16 摂食障害についての相談相手 (複数回答)

	n	%
家族 (親、兄弟、配偶者等)	64	78%
友人	30	37%
恋人	5	6%
医師	50	61%
カウンセラー	25	30%
その他	12	15%

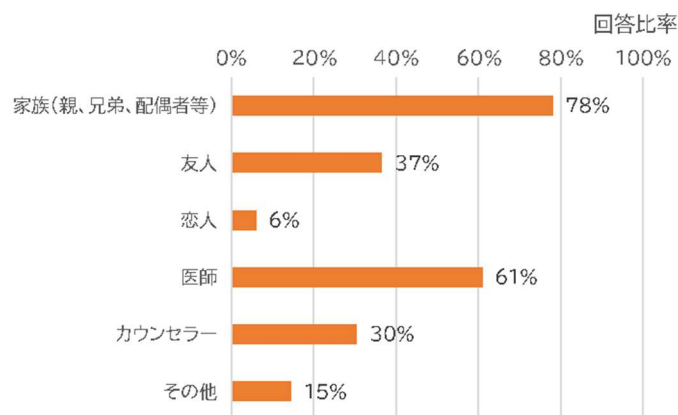


図 16 摂食障害についての相談相手 (複数回答)

Q.17 摂食障害について相談できない・しない理由 (Q.14 で相談できる人が「いない」と答えた方 (n=35) / 複数回答)

摂食障害について相談できない・しない理由について、Q.14 で相談できる人が「いない」と答えた方 (n=35) に複数回答で尋ねたところ、「相談しても意味がない」が最も多く 69%を占め、「理解してもらえない (60%)」、「恥ずかしい (40%)」と続いた。

表 17 相談できない・しない理由 (複数回答)

	n	%
恥ずかしい	14	40%
理解してもらえない	21	60%
相談しても意味がない	24	69%
相談することによって不利益が生じる	9	26%
その他	3	9%

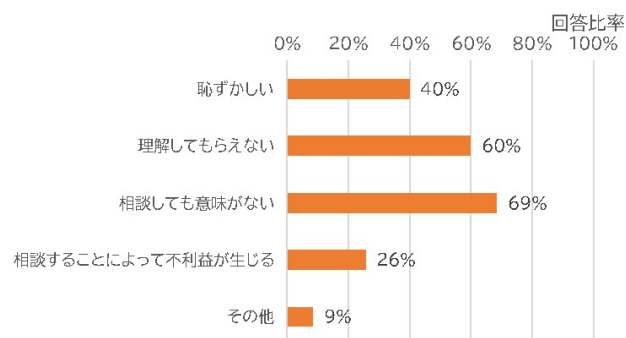


図 17 相談できない・しない理由 (複数回答)

V 摂食障害と向き合う心境等について

Q.18 回復のために試みたこと

回復のために試みたこと（以下の選択肢①～⑥）について、試みたことがあるかどうかを尋ねたところ、「病院を探す」を「試みたことがある」は、72%を占めた。「回復者の体験談を探す」は65%、「回復するための方法を探す」は63%、「カウンセリング機関を探す」は55%が、「試みたことがある」と回答した。

一方、「自助グループを探す」ことを「試みたことがある」は38%、「その他回復支援サービスを探す」ことを「試みたことがある」は28%にとどまった。

表 18 回復のために試みたこと

		試みた ことがある	試みて いる	試みた ことが ない	合計
①病院を探す	n	111	26	18	155
	%	72%	17%	12%	100%
② カウンセリ ング機関を探 す	n	86	17	52	155
	%	55%	11%	34%	100%
③ その他回復支 援サービスを探 す	n	43	11	101	155
	%	28%	7%	65%	100%
④ 自助グルー プを探す	n	59	16	80	155
	%	38%	10%	52%	100%
⑤ 回復するた めの方法を 探す	n	97	48	10	155
	%	63%	31%	6%	100%
⑥ 回復者の体 験談を探 す	n	100	33	22	155
	%	65%	21%	14%	100%

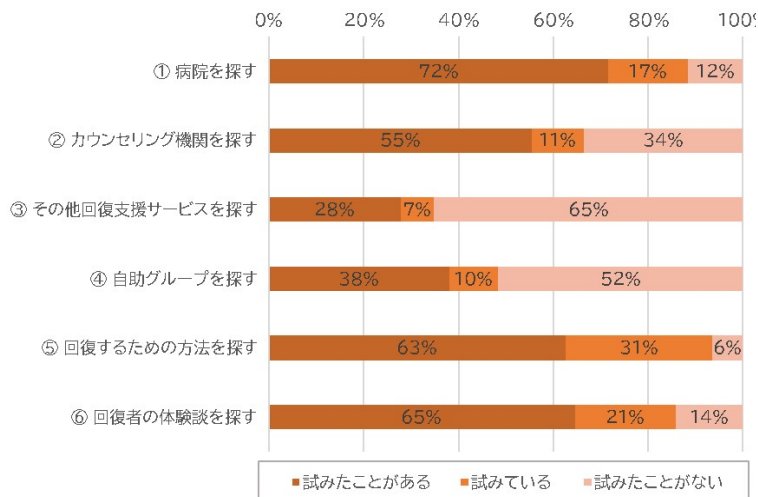


図 18 回復のために試みたこと

Q.19 回復への試みの困難さ

回復のための試み（以下の選択肢①～⑥）について、どの程度困難さを感じたかを尋ねたところ、「回復するための方法を探す」は、「困難（「とても困難」と「やや困難」の合計、以下同様）」が79%を占めた。「病院を探す」は、「困難」が73%、「その他回復支援サービスを探す」は、「困難」が70%、「カウンセリング機関を探す」は「困難」が68%、「自助グループを探す」は「困難」が62%、「回復者の体験談を探す」は「困難」が40%を占めた。

表 19 回復への試みの困難さ

		とても 困難	やや困 難	どちら ともい えない	容易	合計
①病院を探す	n	60	52	33	10	155
	%	39%	34%	21%	6%	100%
② カウンセ リング機関を 探す	n	60	45	41	9	155
	%	39%	29%	26%	6%	100%
③ その他回 復支援サー ビスを探 す	n	69	39	46	1	155
	%	45%	25%	30%	1%	100%
④ 自助グル ープを探 す	n	49	46	57	3	155
	%	32%	30%	37%	2%	100%
⑤ 回復する ための方法 を探す	n	86	37	26	6	155
	%	55%	24%	17%	4%	100%
⑥ 回復者の 体験談を探 す	n	32	30	54	39	155
	%	21%	19%	35%	25%	100%

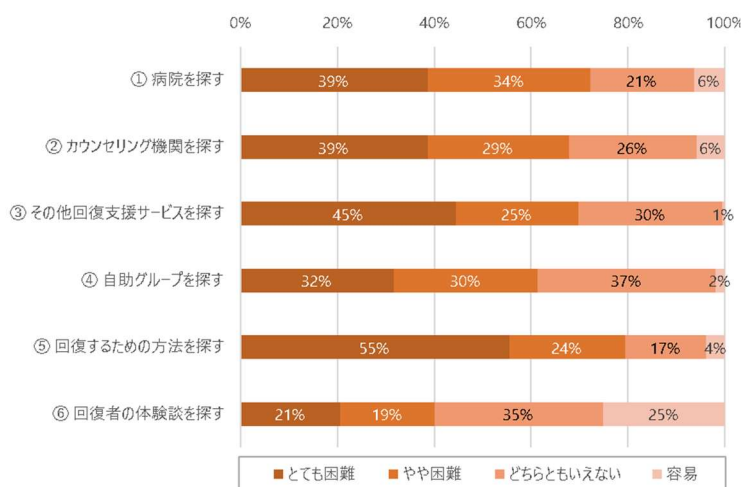


図 19 回復への試みの困難さ

Q.20 摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち

摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち（以下の選択肢①～⑤）について、あてはまるものを訪ねたところ、「不安」を「感じる」（「とても感じる」と「やや感じる」の合計、以下同様）が 96%を占めた。「自分を責める気持ち」及び「みじめさ」を「感じる」は 91%、「孤独」を「感じる」は 89%、「恥ずかしさ」を「感じる」は 80%を占めた。

表 20 摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち

		とても感じる	やや感じる	どちらともいえない	感じない	合計
①自分を責める気持ち	n	108	32	9	6	155
	%	70%	21%	6%	4%	100%
②恥ずかしさ	n	84	40	21	10	155
	%	54%	26%	14%	6%	100%
③不安	n	127	21	6	1	155
	%	82%	14%	4%	1%	100%
④孤独	n	104	34	12	5	155
	%	67%	22%	8%	3%	100%
⑤みじめさ	n	109	32	9	5	155
	%	70%	21%	6%	3%	100%

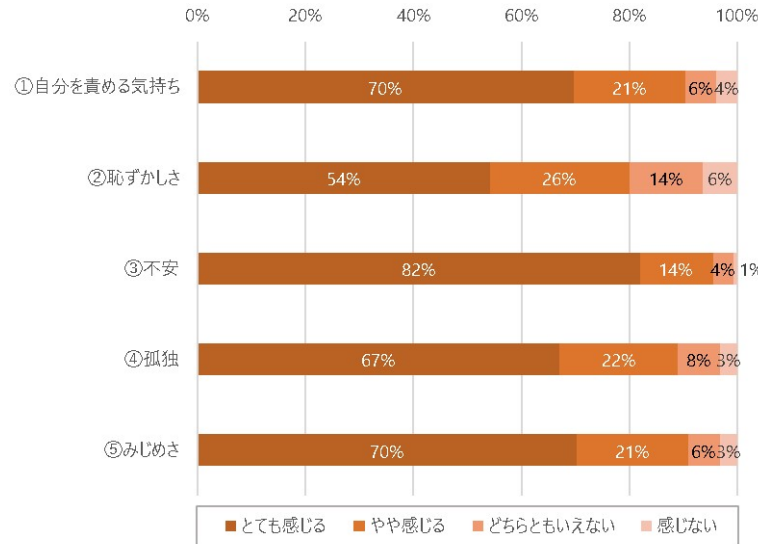


図 20 摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち

4. 症状別にみた違い

各設問について、現在の症状（拒食／過食）別にみたところ、以下の項目において違いがあることが推察された。

なお、現在の症状は、「拒食」、「過食（非嘔吐）」、「過食（嘔吐）」、「その他」の4分類で回答を得たが、「その他」には様々な状態が含まれるため、「拒食（n=64）」及び、「過食（非嘔吐）」と「過食（嘔吐）」を合わせた「過食（n=59）」で比較した。

<現在の症状による違いがみられた項目>

項目	違い
Q.2 年代	• 「拒食」は「10代、20代」に多く、「過食」は30代以上に多い傾向
Q.7 摂食障害の継続年数	• 「過食」の方が、摂食障害の継続年数が長い傾向
Q.10 摂食障害の影響で困っていること	• 「月経」は「拒食」において、困っている人が多い傾向 • 「虫歯」や「金銭的な負担」は「過食」において、困っている人が多い傾向
Q.11 現在の治療状況	• 「治療を受けていない人は、「過食」において多い傾向
Q.15 摂食障害について相談できる人の有無	• 相談できる人が「いない」は、「過食」において多い傾向
Q.20 摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち	• 「恥ずかしさ」を「とても感じる」は、「過食」において多い傾向

Q.2 年代

年代について、「拒食」は「10代、20代」により多い一方、「過食」は「30代以上」により多い傾向にあった。

表 21 年代（症状別）

	10代、20代		30代以上		合計	
	n	%	n	%	n	%
全体 (N=155)	79	51%	76	49%	155	100%
拒食 (n=64)	49	32%	15	10%	155	100%
過食 (n=59)	18	12%	41	26%	155	100%
その他 (n=32)	12	8%	20	13%	155	100%

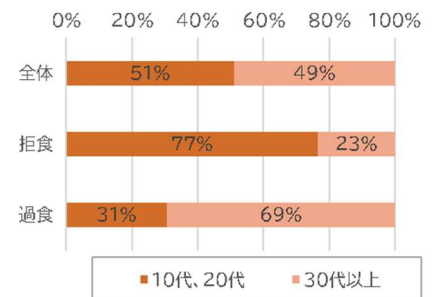


図 21 年代（症状別）

Q.7 摂食障害の継続年数

摂食障害の継続年数について、「5年未満」は「拒食」でより多い一方、「20年以上」は「過食」でより多い傾向にあった。

表 22 症状の継続年数（症状別）

	5年未満		5年以上 20年未満		20年以上		合計	
	n	%	n	%	n	%	n	%
全体 (N=155)	55	35%	63	41%	37	24%	155	100%
拒食 (n=64)	35	55%	23	36%	6	9%	64	100%
過食 (n=59)	15	25%	23	39%	21	36%	59	100%
その他 (n=32)	5	16%	17	53%	10	31%	32	100%

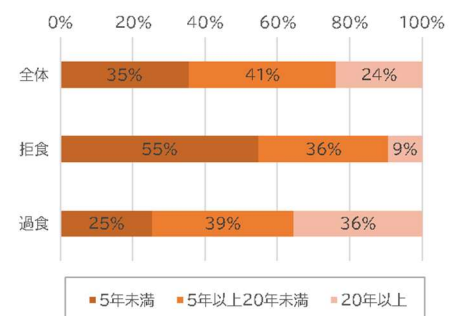


図 22 症状の継続年数（症状別）

Q.10 摂食障害の影響で困っていること（複数回答）

摂食障害の影響で困っていることについて、「②血行不良に関する不調（冷え、むくみ、貧血、肩こりなど）」、「③体力の低下、疲れやすさ」、「④集中力の低下」、「⑥月経（止まる、不順）」などは「拒食」でより多い一方、「⑦虫歯」、「⑩金銭的な負担」などは「過食」でより多い傾向にあった。

表 23 摂食障害の影響で困っていること【症状別】（複数回答）

	全体		拒食		過食		その他	
	N	%	n	%	n	%	n	%
①消化器系の不調（胃もたれ、便秘など）	97	63%	44	69%	31	53%	22	69%
②血行不良に関する不調（冷え、むくみ、貧血、肩こりなど）	97	63%	47	73%	30	51%	20	63%
③体力の低下、疲れやすさ	107	69%	50	78%	32	54%	25	78%
④集中力の低下	93	60%	46	72%	28	47%	19	59%
⑤不眠	61	39%	31	48%	19	32%	11	34%
⑥月経（止まる、不順）	96	62%	52	81%	24	41%	20	63%
⑦虫歯	40	26%	4	6%	26	44%	10	31%
⑧骨のもろさ	25	16%	12	19%	7	12%	6	19%
⑨精神的な不調（情緒不安定、抑うつ等）	131	85%	55	86%	51	86%	25	78%
⑩金銭的な負担	95	61%	31	48%	48	81%	16	50%
⑪時間がとられること	91	59%	35	55%	41	69%	15	47%
⑫人との食事が楽しめないこと	117	75%	53	83%	40	68%	24	75%
⑬家族関係の悪化	70	45%	29	45%	27	46%	14	44%
⑭友人関係の悪化	54	35%	28	44%	15	25%	11	34%
⑮その他	14	9%	3	5%	7	12%	4	13%

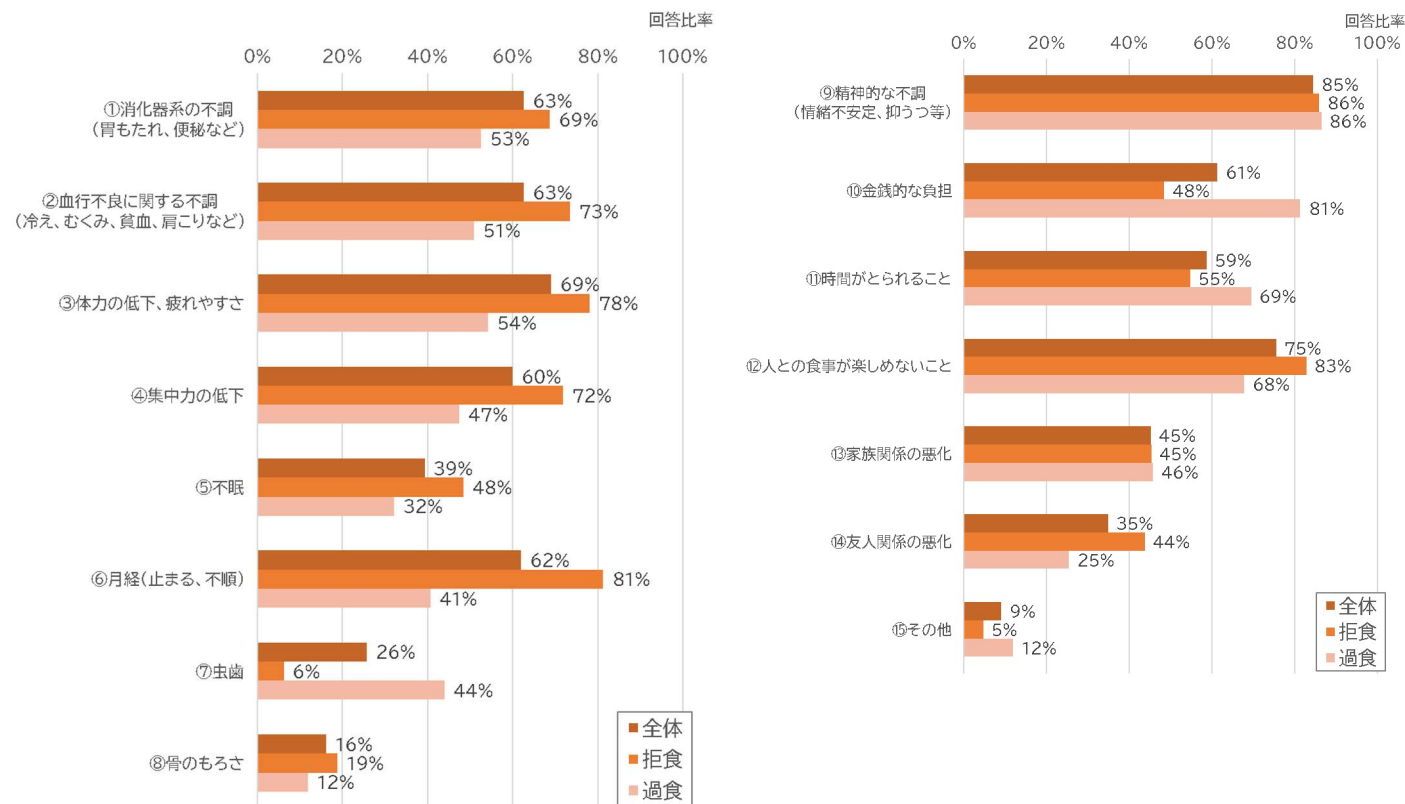


図 23 摂食障害の影響で困っていること【症状別】（複数回答）

Q.11 現在の治療状況

現在の治療状況について、「治療中」は「拒食」でより多い一方、「治療は受けていない」は「過食」でより多い傾向にあった。

表 24 症状の継続年数【症状別】

	治療中		治療は受けていない		合計	
	n	%	n	%	n	%
全体 (N=155)	97	63%	58	37%	155	100%
拒食 (n=64)	47	73%	17	27%	64	100%
過食 (n=59)	31	53%	28	47%	59	100%
その他 (n=32)	19	59%	13	41%	32	100%

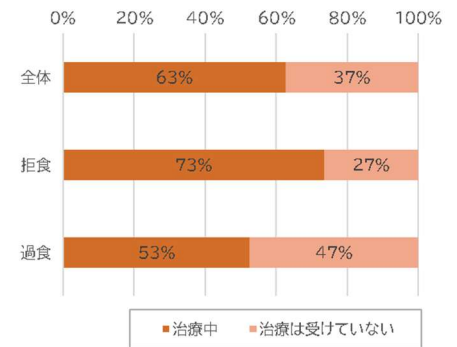


図 24 現在の治療状況【症状別】

Q.15 摂食障害について相談できる人の有無

摂食障害について相談できる人の有無について、「いる」は「拒食」でより多い一方、「いない」は「過食」でより多い傾向にあった。

表 25 摂食障害について相談できる人の有無【症状別】

	いる		いない		どちらともいえない		合計	
	n	%	n	%	n	%	N	%
全体 (n=155)	82	53%	35	23%	38	25%	155	100%
拒食 (n=64)	40	63%	9	14%	15	23%	64	100%
過食 (n=59)	24	41%	19	32%	16	27%	59	100%
その他 (n=32)	18	56%	7	22%	7	22%	32	100%

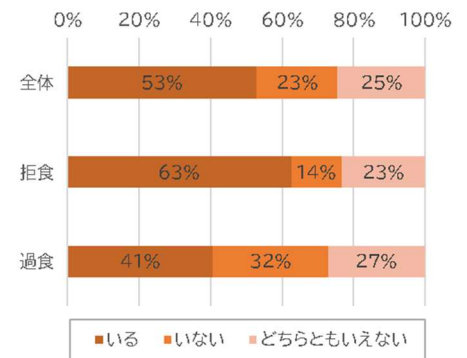


図 25 摂食障害について相談できる人の有無【症状別】

Q.20 摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち

摂食障害を患っている自分自身に対する気持ちのうち、「恥ずかしさ」について、「とても感じる」は「過食」でより多い傾向にあった。

表 26 摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち「恥ずかしさ」【症状別】

	とても感じる		やや感じる		どちらともいえない		感じない		合計	
	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%
全体 (n=155)	84	54%	40	26%	21	14%	10	6%	155	100%
拒食 (n=64)	30	47%	22	34%	9	14%	3	5%	64	100%
過食 (n=59)	37	63%	10	17%	8	14%	4	7%	59	100%
その他 (n=32)	17	53%	8	25%	4	13%	3	9%	32	100%

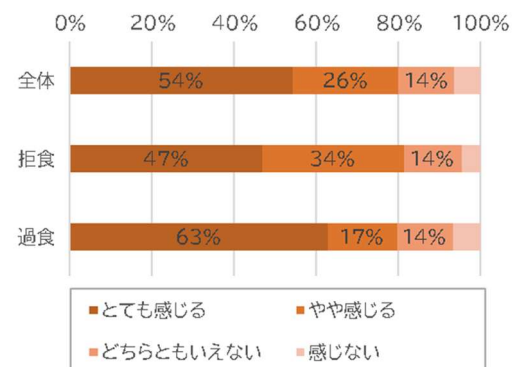


図 26 摂食障害を患っている自分自身に対する気持ち「恥ずかしさ」【症状別】