



食行動科学

～過食とダイエットの心理～



2009年度前期・人文学部心理学専攻科目



「食べること」の理解を通じて、

人間について考える。

1回目	4/7	Projector 不調
2回目	4/14	Projector 故障
3回目	4/21	Projector 修理完了？
4回目	4/28	Projector 稼働？
休み	5/5	-
5回目	5/12	
6回目	5/19	

1回目 4/7 授業紹介・履修注意

* 生物-個体-文化(ヒト-人-人間)

2回目 4/14 序章

* 環境-行動 (日本の50年)

3回目 4/21 1章 生物的・生理的基礎

* nature or nurture

4回目 4/28 2章 味覚・味・おいしさ

休み 5/5

5回目 5/12 3章 学習と好き嫌い

1回目 4/7 授業紹介・履修注意

* 生物-個体-文化(ヒト-人-人間)

2回目 4/14 序章

* 環境-行動 (日本の50年)

3回目 4/21 1章 生物的・生理的基礎

* nature or nurture

4回目 4/28 1章 生物的・生理的基礎

2章 味覚・味・おいしさ

休み 5/5

5回目 5/12 3章 学習と好き嫌い

Nature or Nurture: ネイチャー, ナアーチャー

Nature → 生得的 → “本能” 的 → 生物的

Nurture → 後天的 → 学習

「氏か育ちか」

*ここでは, 「氏」家系とか「血筋」という意味ではなく, 遺伝子レベル, 進化レベルでの「氏」であることに注意!

食は、**生物的行動**か？

Yes & No

Neonatal infants(新生児)



甘味溶液(sweet solution)
苦味溶液(bitter solution)



Smile, acceptance(受容)



Spit out, reject(拒否)

基本味への生得的好悪

Innate responses to basic tastes



詳しくは、「食べることの心理学」有斐閣, P. 72

See “The psychology of eating”, P. 72

甘味・塩味: sweet, salty

酸味・苦み: sour, bitter

▶ 快の表情 Pleasure

▶ 不快の表情 Unpleasure



チーズは好物?

Cheese, Is your favorite food?

雑食性: omnivorous



Food neophobia

Food neophilia

Omnivorous dilemma

食物新奇性恐怖

食物新奇性嗜好

雑食性動物のジレンマ

詳しくは、「食べることの心理学」有斐閣, P. 63



See “ The psychology of eating”, P. 63

特殊飢餓:

人は生得的に食物（栄養）選択能力をもっている (Davis, 1929)



この実験は**問題が多い**。食物選択能力は学習を抜きに説明できない！
(Rozin, 1976; 今田, 1994)



Fig. 6.—Typical type of meal as served.

特殊飢餓:

人は生得的に食物（栄養）選択能力をもっている (Davis, 1929)



この実験は**問題が多い**。食物選択能力は学習を抜きに説明できない！
(Rozin, 1976; 今田, 1994)

1. 看護師（養育者）による無意識の「誘導」。。。。

社会的参照(9ヶ月齢あたり)

間主観性

二次の間主観性

2. 「安全」にバイアスがかかっていた。。。。

追試はできない。。。。

食物新奇性嗜好：food neophilia



+



= ?

食物新奇性恐怖：food neophobia
食物新奇性嗜好：food neophilia



生物的な行動特性：biological behavioral tendency

個人差に注目！

: Pay attention to Individual differences.



心理尺度：Psychological scales to measure...

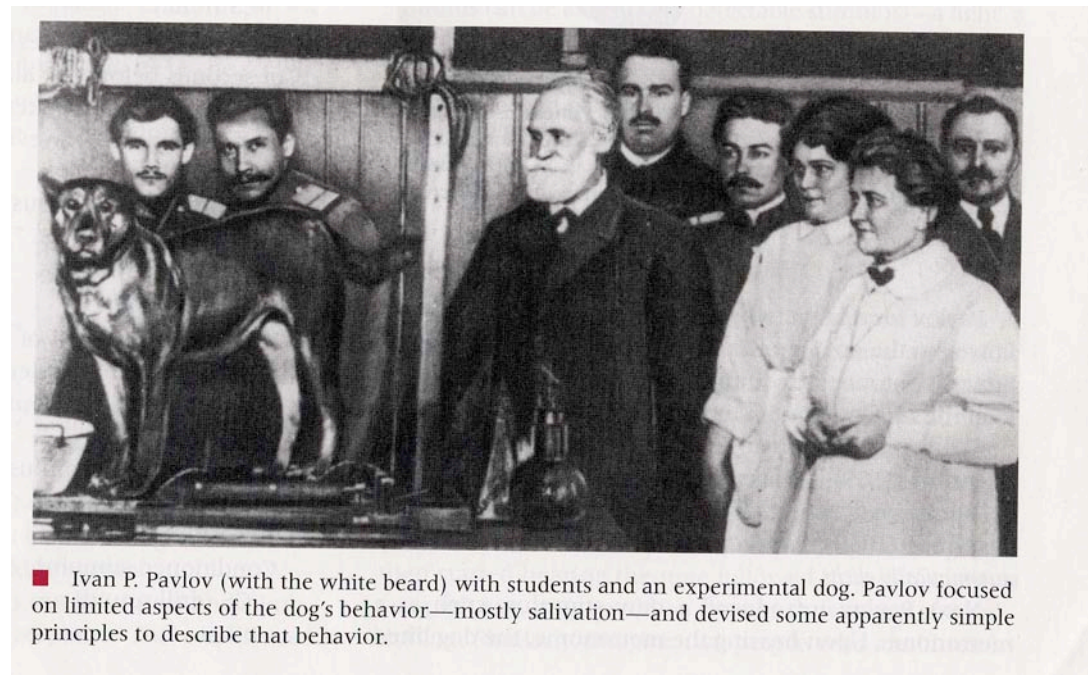
食物新奇性恐怖尺度：Food neophobia scale

(Pliner, 1992; Imada & Yoneyama, 1998)

Pavlov型条件づけ
(古典的条件づけ)

US - UR

CS → CR



dogはヨダレを流しはじめた. . . 際限もなく

CS → 餌 (食物) がもらえるぞ！

栄養(カロリー) → US

油脂(ニオイと触感) → CS

対呈示



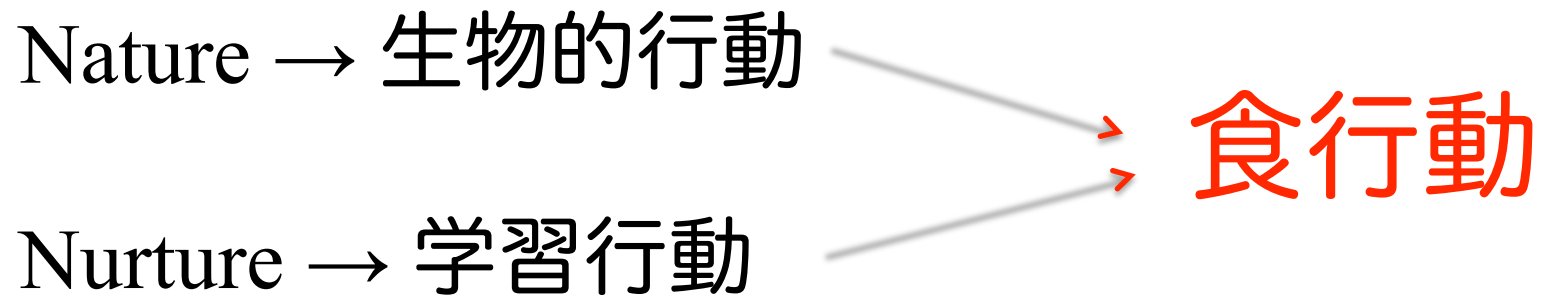
CS → エネルギー（カロリー）がもらえるぞ！

チーズを食べないネズミ
基本味に反応する新生児
“自由に”食べてすくすくと育った赤ちゃん
音によだれを流すイヌ
鶏の唐揚げに対する食欲の個人差（食べものの好き嫌い）
をみてきました。

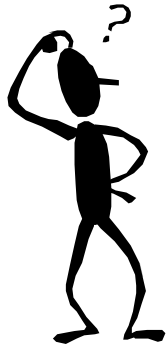
はたして、食行動は生物的行動なのか、学習行動なのか？
答えは。。。。

Yes & No

Nature or Nurture: ネイチャー, ナアーチャー



むずかしいなあ



我々は、動物であり、同時に、人間なのだ。



第1章 キーワード

P. 31-36

エネルギー, セットポイント, ホメオスタシス, 糖質, タンパク質, 脂質, 微量栄養素, 血糖, 血糖値, 視床下部, 副交感神経, グルコース, インスリン, グルカゴン, 糖尿病, II型糖尿病

P. 36-42

末梢説, キャノン, 糖恒常説, 脂質恒常説, 中枢説, VMH, LH, CCK, コレシストキニン, 体重の設定値説, 体重の安定値説, ピネル, 体重の水漏れ樽モデル



第3回講義(APL.21)おわり