

称号及び氏名 博士(保健学) 黒川 通典

学位授与の日付 平成25年3月31日

論文名 地域住民の食生活介入のための地域診断に関する研究

論文審査委員 主査 小川 由紀子

副査 邨次 誠

副査 吉田 幸恵

## 論文内容の要旨

地域住民の健康増進を目的として、食育推進計画などの行政計画を策定することは健康施策の一般的な手法であるが、比較的小さな自治体では地域診断を活用して地域の実態に適応した行政計画を策定することは少ない。

本研究では、小規模な自治体である大阪府泉南郡岬町の健康指標を改善することを目的に、食生活介入を行政計画として実施するための地域診断を試みた。健康政策として地域の健康状態を把握するためには、人口動態統計等の行政統計を活用して客観的な指標を算出することから始まる。しかし、本研究の対象地区である岬町は、すでに、がんによる年齢調整死亡率が高いなどの健康課題が明確となっている。そこで本研究では、生活習慣改善のための「効果的な食生活介入方法」を検討することに主眼を置き、食育や地域住民の主観的健康度・食意識など概念的要素を取り入れて分析することとした。また、味覚検査を取り入れることや、因子分析、共分散構造分析を用いた分析など、これまでの地域診断にはない多面的な検討を試みた。

岬町住民を対象に食育アンケートを実施し、得られた1,365名の結果を乳幼児、小学生、中学生、成人の世代別に比較した。また、内閣府が調査した食育アンケートとの比較も併せて行った。その結果、岬町住民は朝食欠食率などの指標は全国に比べて高くないものの、家族揃って食べる「共食」の頻度が低く、特に中学生においてその傾向が顕著であった。乳幼児では、朝食と夕食で共食の背景が異なり、特に母親の食意識が大きく影響する朝食共食の頻度を高めることが食育の推進に寄与するものと示唆された。

次に、中学生で特に低い朝食の共食頻度の背景を調べるため、各世代について共分散構造分析を行った。その結果、乳幼児、小学生については朝食共食の頻度と食教育との関係が強かったのに対し、中学生においては「食卓が楽しい」ことが、共食頻度へ影響していることが示唆された。

岬町住民の食生活実態は明らかとなっていない。そこで成人を対象に食事調査を行った。その結果、ほぼ理想的な食生活を実施していると考えられる地域と比較して、野菜の摂取量が少ないこと、女性で肉類の摂取量が多く、そのため脂肪の摂取量が多くなっていることが明らかとなった。また男性では穀類、魚介類の摂取量が少なく、エネルギー摂取量が不足気味であることが明らかとなった。次に食事調査と併せて実施した食生活アンケートとの関連を調べた。その結果、居住年数や「食育」等の知識の有無で栄養素摂取量や食品群別摂取量に差はなかった。また、健康に不安を感じているかなど漠然とした健康感と食事内容で関連はなかった。しかし、「塩分のとりすぎに注意している」などの具体的な食行動である健康意識は食品や栄養素の摂取内容に反映されており、そうした者は緑黄色野菜の摂取量が多いなど望ましい食事傾向が示された。また「腹 8 分目を心がけている」者はエネルギー摂取量が少なく、「緑黄色野菜を多く食べるようにしている」者は緑黄色野菜の摂取量が多かった。また、「魚を多く食べるようにしている」者も、魚介類の摂取量が多く、食材レベルでの食行動意識が食品摂取量に反映されていることが明らかとなった。しかし、塩分、動物性脂肪については摂取を控えていると回答した者でも、それらの摂取量に反映されていなかった。

本研究により年代別に明らかとなった課題とその解決のために実施すべき食生活介入の提案は下記のとおりである。

#### I. 乳幼児・小学生

食生活が保護者の管理下にあるため、食事が食教育の場となっている側面がある。そのため、保護者の食生活に対する意識が乳幼児・小学生の食生活に大きな影響を与えていることが示唆された。味覚形成についても保護者の影響は大きいため、保護者である母親の食意識に訴求する啓発が必要であると考えられた。また、その意識の結果が大きく反映される「朝食の共食」を推進することが、望ましいと考えられた。

#### II. 中学生

食生活が保護者の管理から独立しつつある時期であり、食生活においては「楽しい」ことが重要な指標であると示唆され、そのことが共食頻度に大きく影響していると考えられた。岬町では中学生の朝食の共食頻度が他の世代と比べてかなり少なく、改善の余地があると考えられることから、「楽しい食卓」を演出し、朝食の共食頻度を高めていくことが重要であると考えられた。

#### III. 成人

食事調査の結果から、男性ではエネルギー不足に注意すること、女性では肉類（特にハム、ソーセージ）の摂取量に注意することが必要と考えられた。食生活上の意識としては「緑黄色野菜を多く食べる」などの具体的な目標を掲げることが重要と考えられた。しかし、塩分摂取量や動物性脂肪については、塩分摂取量を減らすための方法や、動物性脂肪の摂取量を減らすための方法を具体的に示していくことが必要と考えられた。

## 学位論文審査結果の要旨

本論文は、小さな自治体である大阪府岬町をモデルとして地域住民の様々なデータを収集、分析することにより地域診断を試みたものである。小規模自治体においては住民の健康づくりに必要な行政統計が十分に整備されていないことが多い。従って、既存の行政統計のみで地域診断が行われることは少ない。また、小規模自治体が独自に調査を行うことも多くはなく、十分な根拠を持たないまま施策決定されることもまれではない。本研究はそうした背景をもとに、小規模自治体において地域住民を対象に、客観的および主観的な健康情報を収集するとともに、多様な分析による地域診断を試みるという意欲的な取り組みである。第1章では岬町住民を対象とした食育アンケートの調査結果から、世代別に、また内閣府が行った食育アンケートの結果を踏まえて分析を行なっている。解析方法として因子分析や共分散構造分析を用いて健康課題を絞り込んでいる点は、先見的な試みとして評価できる。第2章では食事調査を実施し、住民の食生活上の問題点を明らかにしている。また、食生活アンケートの結果とあわせて、住民の主観的健康感と食事内容との関連に言及している。これらの分析にあたっては、先行研究を十分に踏まえており、とりわけ大規模コホートの疫学手法を取り入れている。食事調査として半定量食物摂取頻度調査法を用いているが、調査票については妥当性の確認も行なっており、結果の解釈に反映されている。

本論文で用いた研究方法は、これまでの疫学研究に基づいた丁寧な手法であるとともに、少地域の特性把握を行う上で効果的と考えられる手法を積極的に取り入れるなど独創的な面を併せ持っている。また、本研究の成果は行政計画に反映させることを前提としており、そのため行動計画の根拠になりうるための科学的な解釈が行われている。論旨は一貫しており、本研究テーマの方法論として評価できる。さらに、本研究の手法は、これまでの一般的な地域診断のように行政統計に依存することなく、住民感覚を重要視し、小規模自治体の課題を住民視点で明確にしている。こうした手法は小地域の特徴を生かした住民の特性把握方法としては新たな試みであり、市町村支援のあり方を提示するモデルとなっている。

以上の評価を踏まえ、本論文は博士（保健学）の学位に値するものと判断する。