

Fig. 1 Study and Education process
 Education group(2schools) Comparison group(4schools)

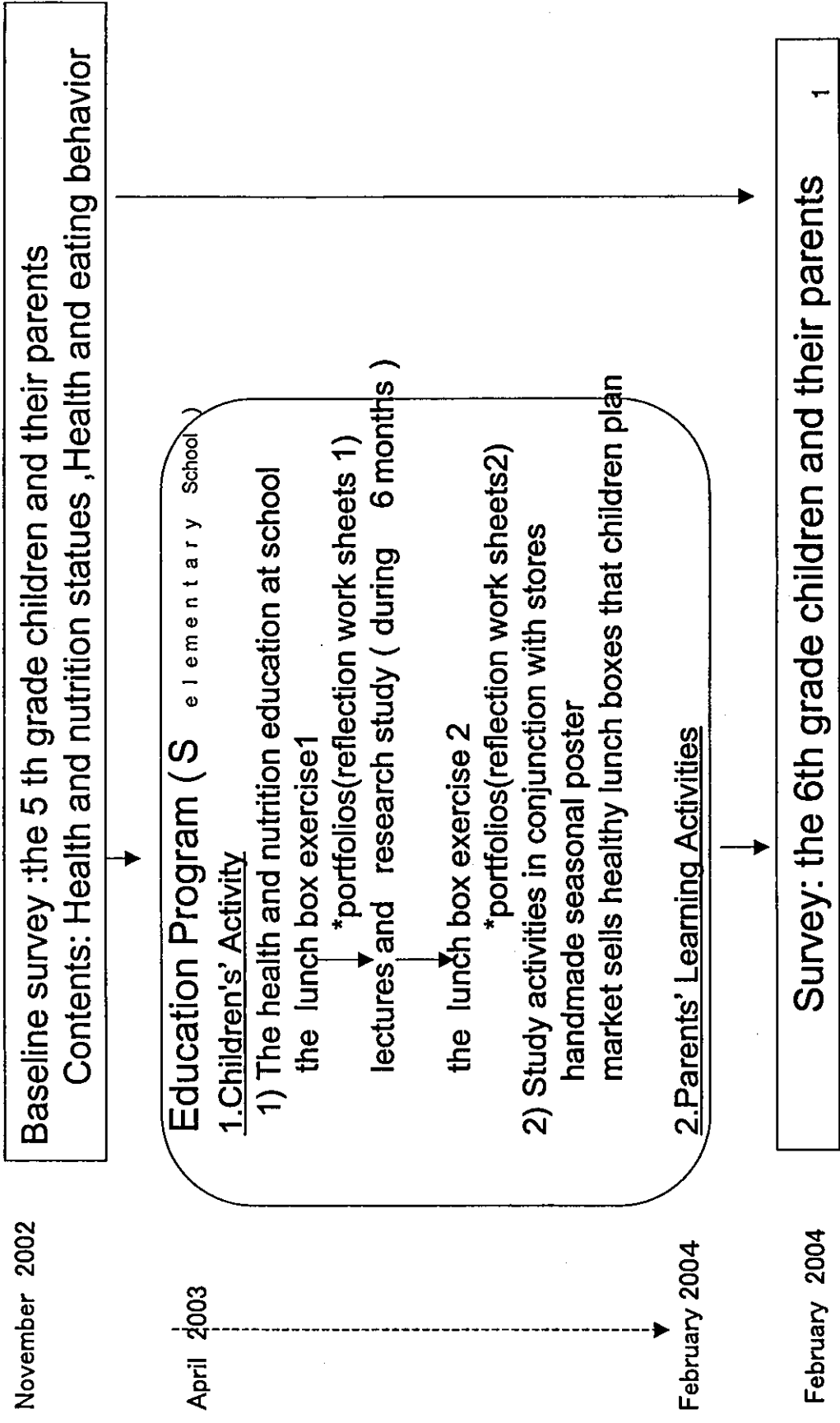


表1 児童の変化

質問		モデル教育群 (N=158)					検定結果	比較群 (N=264)					検定結果	
		1.0	2.0	3.0	4.0	5.0		1.0	2.0	3.0	4.0	5.0		
質問2 自分のことを健康だと思うか	健康である	まあまあ健康である	どちらともいえない	あまり健康ではない	健康ではない		健康である	まあまあ健康である	どちらともいえない	あまり健康ではない	健康ではない			
	事前	32.3	44.3	16.5	3.8	3.2		37.5	43.9	12.1	6.1	0.4		
	事後	20.9	52.5	21.5	5.1	0.0	0.1662	34.5	47.0	12.5	5.3	0.8	0.5437	
質問3 自分のことをしあわせだと思うか	とてもしあわせ	まあまあしあわせ	どちらともいえない	あまりしあわせではない	ぜんぜんしあわせではない		とてもしあわせ	まあまあしあわせ	どちらともいえない	あまりしあわせではない	ぜんぜんしあわせではない			
	事前	38.0	39.9	17.7	2.5	1.9		43.9	37.1	13.3	4.2	1.5		
	事後	38.0	32.9	24.1	3.8	1.3	0.3877	46.6	37.9	13.3	1.9	0.4	*0.046	
質問4 「だるい」とか「疲れた」と感じることもあるか	いつも感じている	時々感じる	どちらともいえない	あまり感じない	ぜんぜん感じない		いつも感じている	時々感じる	どちらともいえない	あまり感じない	ぜんぜん感じない			
	事前	14.6	50.6	9.5	22.8	2.5		7.2	62.1	11.4	16.7	2.7		
	事後	13.9	60.1	10.8	13.9	1.3	*0.0262	10.2	67.1	10.2	11.7	0.8	*0.0039	
質問5 気持ちがぐらぐらになったり、何もやる気がしないことがあるか	よくある	時々ある	どちらともいえない	あまりない	ぜんぜんない		よくある	時々ある	どちらともいえない	あまりない	ぜんぜんない			
	事前	15.8	36.1	15.8	25.3	7.0		6.1	35.6	19.3	33.7	5.3		
	事後	11.4	35.4	19.0	27.2	7.0	0.3706	10.6	45.1	16.3	21.6	6.4	*0.0009	
質問6 食事をおいしく食べているか	いつもおいしくしている	時々している	どちらともいえない	あまりしていない	ぜんぜんしていない		いつもおいしくしている	時々している	どちらともいえない	あまりしていない	ぜんぜんしていない			
	事前	68.4	19.0	9.5	2.5	0.6		76.1	15.9	7.2	0.8			
	事後	65.2	23.4	10.1	1.3		0.9328	73.5	18.6	7.2	0.8	0.5662		
質問7 楽しく食事をしているか	いつも楽しくしている	時々している	どちらともいえない	あまりしていない	ぜんぜんしていない		いつも楽しくしている	時々している	どちらともいえない	あまりしていない	ぜんぜんしていない			
	事前	55.7	29.1	9.5	5.1	0.6		66.3	21.2	8.3	2.7	1.5		
	事後	54.4	26.0	16.5	2.5	0.6	0.6702	59.9	22.4	15.2	2.7		0.1228	
質問8 食事のことで気をつけたり、実行していることがあるか	ある	ない					ある	ない						
	事前	32.9	67.1					51.1	48.9					
	事後	50.6	49.4				*0.0004	53.4	46.6				0.6718	
質問9 朝食を食べるか	毎日	週に4.5日	週に2.3日程度	ほとんど食べない			毎日	週に4.5日	週に2.3日程度	ほとんど食べない				
	事前	89.9	7.6	0.6	1.9			88.3	7.2	1.1	2.7			
	事後	94.9	3.8	0.6	0.6		*0.0393	84.9	7.2	5.3	2.7		*0.0121	
質問10 朝食を大人と食べるか	ほぼ毎日	週に4.5日	週に2.3日	週に1日程度	ほとんどない		ほぼ毎日	週に4.5日	週に2.3日	週に1日程度	ほとんどない			
	事前	39.9	15.2	16.5	8.9	19.6		44.7	11.0	11.0	11.0	22.4		
	事後	39.2	13.3	18.4	8.9	20.3	0.5658	41.7	11.7	11.4	8.0	27.3	0.1844	
質問11 夕食を大人と食べるか	毎日	週に4.5日	週に2.3日	週に1日程度	ほとんどない		毎日	週に4.5日	週に2.3日	週に1日程度	ほとんどない			
	事前	69.0	16.5	9.5	1.9	3.2		65.9	23.1	8.7	1.9	0.4		
	事後	73.4	11.4	9.5	4.4	1.3	0.5797	75.0	14.0	8.3	0.8	1.9	0.1233	
質問12 家族と一緒に食事することは	とても大切	大切だが忙しければたがえない	どちらでもよい	別々がよい	何とも思わない	わからない	とても大切	大切だが忙しければたがえない	どちらでもよい	別々がよい	何とも思わない	わからない		
	事前	31.7	46.8	10.8	0.6	7.0	3.2	46.2	39.0	4.6	0.8	4.6	3.41	
	事後	26.6	54.4	10.8		7.0	1.3	38.3	42.8	11.0	2.7	3.4	1.89	*0.0171
質問13 家で食事するときあいさつするか	いつもする	時々する	たまにする	ぜんぜんしない			いつもする	時々する	たまにする	ぜんぜんしない				
	事前	72.8	17.1	5.7	4.4			74.2	17.4	6.8	1.5			
	事後	76.0	12.7	7.6	3.8		0.6659	71.2	16.3	10.2	2.3		*0.0416	

質問	モデル教育群(N=158)					検定結果	比較群(N=264)					検定結果	
	1.0	2.0	3.0	4.0	5.0		1.0	2.0	3.0	4.0	5.0		
	ほぼ毎日	週に4.5回	週に1.2回	月に1.2回程度	ほとんどない		ほぼ毎日	週に4.5回	週に1.2回	月に1.2回程度	ほとんどない		
質問14 家で食事を作ったり、盛りつけしたり、皿をならべたりするか	事前 41.8 事後 39.9	5.7 4.5	15.8 24.1	48.7 20.9	20.3 10.1	9.5 5.1	0.7481	35.4 35.0	25.0 23.1	21.6 19.7	9.1 9.5	8.0 8.7	0.7097
質問15 家族と一緒に食べ物の買い物をすることがあるか	事前 5.7 事後 3.8	15.8 13.3	48.7 44.3	20.3 24.1	9.5 14.6	*0.0077	6.4 1.5	15.9 11.7	45.1 43.6	20.8 25.8	11.4 17.4	*<.0001	
質問16-1 自分ひとりで食べ物を買うことがあるか	事前 5.7 事後 4.4	19.0 18.4	36.1 36.1	19.6 27.9	19.6 13.3	0.9198	4.2 2.3	13.6 18.6	33.0 34.1	24.6 23.5	24.6 21.6	0.2685	
質問16-2 買い物をする場所は	事前 71.9 事後 77.4	4.2 5.4	21.9 15.1	1.0 2.2	0.6051	82.1 77.2	3.7 3.5	13.4 17.9	0.8 1.4	0.8687			
質問17 近くの店で食べ物や栄養や健康についてのポスターを見たり、お店の人と話したりすることがあるか	事前 14.6 事後 18.4	21.5 27.9	45.6 42.4	18.4 10.8	*0.0129	12.9 10.6	26.1 25.8	48.9 47.7	12.1 15.9	0.1921			
質問18 家族と食事をしながら、食べ物や栄養や健康について話をすることがあるか	事前 9.5 事後 10.1	27.9 29.8	16.5 20.3	28.5 30.4	17.7 9.5	0.1068	11.0 7.6	34.9 33.0	16.3 13.6	25.8 33.7	12.1 12.1	*0.0221	
質問19 友達と、食べ物や栄養や健康について話しをすることがあるか	事前 1.3 事後 1.3	5.1 10.1	10.1 15.2	32.9 39.2	50.6 34.2	*0.0012	0.8 0.4	10.2 9.5	15.2 14.8	42.1 38.3	31.4 37.1	0.1106	
質問20 外食する時や食品を買うときに、食品のラベルやカロリーの表示などをみるか	事前 12.0 事後 10.8	22.2 32.3	19.6 17.1	36.7 36.7	9.5 3.2	*0.0496	13.3 12.5	31.1 35.2	18.2 16.3	29.6 32.6	8.0 3.4	0.257	
質問21 食品やおやつを買う時ラベルやカロリーを見て選ぶことができるか	事前 11.4 事後 13.3	29.1 32.9	27.2 26.0	17.1 17.7	15.2 10.1	0.1215	14.0 11.4	34.1 36.4	30.3 29.9	14.4 12.9	7.2 9.5	0.4766	
質問22-1 あなたが元気で健康な生活をするために「栄養の事を考えて食事すること」を大切だと思うか	事前 58.2 事後 70.3	27.2 22.2	10.1 6.3	2.5 1.3	*0.0011	72.0 67.4	22.0 26.9	5.3 5.3	0.4 0.4	0.4 0.4	0.4172		
質問22-2 あなたが元気で健康な生活をするために「野菜をたくさん食べることを大切だと思うか	事前 55.1 事後 61.4	34.8 29.1	7.0 7.0	1.9 1.9	1.3 0.6	0.2365	66.7 67.1	28.0 29.6	4.9 2.7	0.4 0.8	0.7273		
質問22-3 あなたが元気で健康な生活をするために「給食をきちんと食べることを大切だと思うか	事前 63.3 事後 65.2	29.1 24.7	4.4 7.0	1.9 1.9	1.3 1.3	0.9972	69.3 64.4	26.5 30.7	3.8 4.6	0.4 0.4	0.1903		
質問23-1 あなたは健康のために栄養のことを考えて食事する自信があるか	事前 9.5 事後 19.6	39.2 46.2	29.1 22.2	13.9 9.5	8.2 2.5	*<.0001	14.0 11.7	53.0 44.7	23.1 28.1	8.3 12.9	1.5 2.7	*0.0008	

質問		モデル教育群(N=158)					検定結果	比較群(N=264)					検定結果
		1.0	2.0	3.0	4.0	5.0		1.0	2.0	3.0	4.0	5.0	
質問23-3	あなたが健康のために給食をきちんと食べることに自信があるか	事前 60.8	27.9	5.7	4.4	1.3		61.0	26.5	9.5	1.9	0.8	
		事後 60.8	28.5	8.2	1.3	1.3	0.6696	59.5	25.8	9.9	4.6	0.4	0.1586
質問24	もし朝食が用意されていないから	自分で作って食べる	家にあるものを出して食べる	買いに行つて食べる	食べない	その他		自分で作って食べる	家にあるものを出して食べる	買いに行つて食べる	食べない	その他	
		事前 38.6	48.1	4.4	6.3	2.5		28.4	53.8	2.7	9.9	5.3	
		事後 38.0	51.3	2.5	6.3	1.9	0.7358	35.6	47.7	2.3	11.4	3.0	0.2171
質問25-1	自分の健康を考えておやつを選ぶとしたら	ポテトチップス	くだもの	わからない				ポテトチップス	くだもの	わからない			
		事前 11.4	81.0	7.6				11.0	84.5	4.6			
		事後 24.7	71.5	3.8				9.9	80.7	9.1			
質問25-2	自分の健康を考えておやつを選ぶとしたら	アイスクリーム	シャーベット	わからない				アイスクリーム	シャーベット	わからない			
		事前 26.6	54.4	19.0				28.4	51.5	19.7			
		事後 26.6	60.1	13.3				30.3	54.2	15.5			
質問25-3	自分の健康を考えておやつを選ぶとしたら	お茶	コーラ・炭酸飲料	わからない				お茶	コーラ・炭酸飲料	わからない			
		事前 77.9	15.8	5.1				81.8	12.9	4.9			
		事後 75.3	21.5	3.2				76.1	15.2	8.3			
質問26	体によい食事を作ってくれるように、保護者に頼むことができるか	かなりできると思う	少しできると思う	どちらともいえない	あまりできないと思う	ぜんぜんできないと思う		かなりできると思う	少しできると思う	どちらともいえない	あまりできないと思う	ぜんぜんできないと思う	
		事前 32.3	22.2	26.0	8.9	10.8		31.4	29.9	30.3	6.4	1.9	
		事後 27.9	34.8	24.1	9.5	3.8	0.0597	33.3	29.6	25.4	8.7	3.0	0.8303
質問27	家族はあなたが体に良い食事をすると思ふと思うか	非常に喜ぶと思ふ	少し喜ぶと思ふ	あまり喜ばない	まったく喜ばない	わからない		非常に喜ぶと思ふ	少し喜ぶと思ふ	あまり喜ばない	まったく喜ばない	わからない	
		事前 30.4	35.4	12.0	3.2	19.0		43.2	34.1	5.3	1.9	15.5	
		事後 33.5	44.9	5.7	2.5	13.3	*0.0374	36.7	40.5	6.4	0.8	15.5	0.4652
質問28	家族はあなたが勉強で良い成績をとると喜ぶと思うか	63.9	27.9	2.5	1.3	4.4		65.5	25.4	3.0	1.5	4.6	
		事後 54.4	29.8	7.0	5.7	3.2	*0.0110	51.1	37.1	5.3	2.7	3.4	*0.0074
質問29	健康や体に良い食事について、もっと勉強したいと思うか	とてもしたい	少しはしたい	どちらともいえない	あまりしたくない	ぜんぜんしたくない		とてもしたい	少しはしたい	どちらともいえない	あまりしたくない	ぜんぜんしたくない	
		事前 12.7	25.0	29.8	15.2	16.5		18.2	44.7	27.3	6.4	3.4	
		事後 15.8	32.3	34.8	11.4	5.7	*<.0001	10.2	32.6	39.8	9.1	8.3	*<.0001
質問		モデル教育群(N=158)					検定結果	比較群(N=264)					検定結果
		1.0	2.0					1.0	2.0				
質問30-1	主食ということばを知っているか	はい	いいえ					はい	いいえ				
		事前 79.1	20.9					87.1	12.9				
		事後 99.4	0.6				*<.0001	97.0	3.0				*<.0001
質問30-1a	主食の主な材料となる食品は	右以外	あてはまる					右以外	あてはまる				
	ごはん	事前 35.4	64.6					28.7	71.3				
		事後 1.3	98.7				*<.0001	6.3	93.8				*<.0001
質問30-1b	主食の主な材料となる食品はパン	事前 41.8	58.2					55.5	44.5				
		事後 3.2	96.8				*<.0001	21.9	78.1				*<.0001
質問30-1c	主食の主な材料となる食品は肉	事前 81.7	18.4					81.5	18.5				
		事後 95.5	4.5				*<.0001	82.8	17.2				0.8043
質問30-1d	主食の主な材料となる食品は魚	事前 82.9	17.1					73.6	26.4				
		事後 98.7	1.3				*<.0001	78.1	21.9				0.1654
質問30-1e	主食の主な材料となる食品は野菜	事前 89.9	10.1					80.4	19.6				
		事後 100.0					*<.0001	86.3	13.7				0.0674
質問30-1f	主食の主な材料となる食品はスナック菓子	事前 73.4	26.6					80.4	19.6				
		事後 12.7	87.3				*<.0001	53.1	46.9				*<.0001
質問30-1g	主食の主な材料となる食品はとうもろこし	事前 97.5	2.5					90.9	9.1				
		事後 91.7	8.3				*0.049	94.1	5.9				0.243

質問		モデル教育群 (N=158)				検定結果	比較群 (N=264)				検定結果
		1.0		2.0			1.0		2.0		
		右以外	あてはまる	右以外	あてはまる		右以外	あてはまる	右以外	あてはまる	
質問30-1h 主食の主な材料となる食品は牛乳	事前 事後	91.8 96.8	8.2 3.2			0.0963	86.4 90.2	13.6 9.8			0.2529
質問30-1i 主食の主な材料となる食品はいも	事前 事後	93.0 64.3	7.0 35.7			*<.0001	95.1 89.1	4.9 10.9			*0.0135
質問30-1j 主食の主な材料となる食品はたまご	事前 事後	97.5 94.3	2.5 5.7			0.2668	92.1 93.4	7.9 6.6			0.7283
質問30-1k 主食の主な材料となる食品はぜんぜんわからない	事前 事後	100.0 100.0				1.3392	100.0 97.3		2.7		*0.0156
質問30-2 主菜ということばを知っているか		はい	いいえ				はい	いいえ			
事前	38.6	60.8					33.0	67.1			
事後	98.7	1.3				*<.0001	59.1	40.9			*<.0001
質問30-2a 主菜の主な材料となる食品はごはん	事前 事後	98.1 99.4	1.9 0.6			0.625	98.9 99.4	1.1 0.6			0.625
質問30-2b 主菜の主な材料となる食品はパン	事前 事後	98.7 98.7	1.3 1.3				99.6 97.4	0.4 2.6			0.375
質問30-2c 主菜の主な材料となる食品は肉	事前 事後	91.1 9.6	8.9 90.4			*<.0001	92.8 59.6	7.2 40.4			*<.0001
質問30-2d 主菜の主な材料となる食品は魚	事前 事後	90.5 11.5	9.5 88.5			*<.0001	92.1 59.0	7.9 41.0			*<.0001
質問30-2e 主菜の主な材料となる食品は野菜	事前 事後	67.1 86.5	32.9 13.5			*<.0001	76.6 40.4	23.4 59.6			*<.0001
質問30-2f 主菜の主な材料となる食品はスパゲッティ	事前 事後	98.7 91.7	1.3 8.3			*0.0074	99.3 96.8	0.8 3.2			0.25
質問30-2g 主菜の主な材料となる食品はどうも	事前 事後	96.8 48.7	3.2 51.3			*<.0001	96.6 90.4	3.4 9.6			0.1338
質問30-2h 主菜の主な材料となる食品は牛乳	事前 事後	99.4 68.6	0.6 31.4			*<.0001	100.0 98.7		1.3		0.5
質問30-2i 主菜の主な材料となる食品はいも	事前 事後	95.6 74.4	4.4 25.6			*<.0001	95.9 88.5	4.2 11.5			*0.0286
質問30-2j 主菜の主な材料となる食品はたまご	事前 事後	96.2 37.2	3.8 62.8			*<.0001	98.9 87.2	1.1 12.8			*0.0005
質問30-2k 主菜の主な材料となる食品はぜんぜんわからない	事前 事後	100.0 100.0				-0.6896	100.0 87.8		12.2		*<.0001
質問30-3 副菜ということばを知っているか		はい	いいえ				はい	いいえ			
事前	19.6	79.8					18.2	81.1			
事後	98.7	1.3				*<.0001	42.1	58.0			*<.0001
質問30-3a 副菜の主な材料となる食品はごはん	事前 事後	98.7 100.0	1.3 0.0			0.5	99.6 99.1	0.4 0.9			1
質問30-3b 副菜の主な材料となる食品はパン	事前 事後	98.1 99.4	1.9 0.6			0.5	98.9 98.2	1.1 1.8			1
質問30-3c 副菜の主な材料となる食品は肉	事前 事後	96.2 96.8	3.8 3.2				96.6 93.7	3.4 6.3			1
質問30-3d 副菜の主な材料となる食品は魚	事前 事後	94.9 94.2	5.1 5.8			0.8036	97.4 89.2	2.6 10.8			0.2379
質問30-3e 副菜の主な材料となる食品は野菜	事前 事後	93.7 12.8	6.3 87.2			*<.0001	93.2 59.5	6.8 40.5			*<.0001
質問30-3f 副菜の主な材料となる食品はスパゲッティ	事前 事後	100.0 98.1				0.25	98.9 100.0	1.1			1
質問30-3g 副菜の主な材料となる食品はどうも	事前 事後	91.1 71.2	8.9 28.9			*<.0001	94.7 44.1	5.3 55.9			*<.0001
質問30-3h 副菜の主な材料となる食品は牛乳	事前 事後	96.2 89.1	3.8 10.9			*0.0347	98.1 89.2	1.9 10.8			*0.0352
質問30-3i 副菜の主な材料となる食品はいも	事前 事後	94.3 70.5	5.7 29.5			*<.0001	93.2 48.7	6.8 51.4			*<.0001
質問30-3j 副菜の主な材料となる食品はたまご	事前 事後	94.3 79.5	5.7 20.5			*0.0003	92.8 61.3	7.2 38.7			*<.0001
質問30-3k 副菜の主な材料となる食品はぜんぜんわからない	事前 事後	100.0 98.7				0.5	100.0 82.9		17.1		*<.0001

質問		モデル教育群(N=158)					検定結果	比較群(N=264)					検定結果	
		1.0	2.0	3.0	4.0	5.0		1.0	2.0	3.0	4.0	5.0		
質問31-1	あなたは野菜が好きか	大好き 36.1	まあまあ好き 38.0	どちらともいえない 12.7	やや嫌い 7.0	嫌い 6.3		大好き 39.8	まあまあ好き 36.0	どちらともいえない 14.8	やや嫌い 8.0	嫌い 1.5		*0.0339
質問31-2	あなたは青菜が好きか	39.9	32.9	13.3	7.6	6.3	0.5051	47.7	29.6	14.8	7.2	0.4		*0.0094
質問31-3	あなたはキャベツが好きか	54.4	14.6	10.8	7.0	13.3	0.7388	52.7	19.7	7.2	6.4	13.3		0.0862
質問31-4	あなたはトマトが好きか	31.7	27.2	21.5	6.3	11.4	0.4215	36.4	33.0	18.6	8.3	3.8		*0.068
質問31-5	あなたにはんじんが好きか	56.3	22.8	13.3	3.2	3.2	0.7592	55.3	29.6	8.0	3.0	3.0		*0.0165
質問31-6	あなたはたまごが好きか	70.9	22.2	3.2	3.2	0.6	0.0554	62.9	27.3	7.2	1.9	0.8		*<.0001
質問31-7	あなたはハム・ソーセージ・ベーコンが好きか	29.8	29.1	24.7	9.5	7.0	*0.0347	25.0	34.9	21.6	9.1	8.3		*<.0001
質問31-8	あなたはマヨネーズが好きか	48.1	35.4	10.1	5.1	1.3	0.4496	33.7	33.7	24.2	7.2	1.1		0.8967
質問31-9	あなたはスナック菓子が好きか	44.3	37.3	14.6	3.2	0.6	0.0552	48.1	37.9	11.0	3.0			*0.0005
質問31-10	あなたは揚げ物・炒め物が好きか	よくある	ときどきある	したことがある	したことはない	覚えていない		よくある	ときどきある	したことがある	したことはない	覚えていない		
質問32	あなたはやせたいと思って食事の量を減らしたり、食べなかったりしたことがあるか	3.2	5.7	7.6	76.0	7.6	0.2814	1.5	5.7	13.3	73.5	6.1		0.6485
質問33	現在の体重をどう思うか	もっと太りたい	もっとやせたい	ちょうどよいと思う	どうでもよい			もっと太りたい	もっとやせたい	ちょうどよいと思う	どうでもよい			*<.0001
質問34	学校の体育の他に何か運動しているか	毎日	週に5-6日	週に3-4日	週に1-2日	ほとんどない	0.3534	毎日	週に5-6日	週に3-4日	週に1-2日	ほとんどない		*0.0002
質問35	塾やおけいこに、週何回通っているか	週に5-6日以上	週に3-4日	週に1-2日	通っていない			週に5-6日以上	週に3-4日	週に1-2日	通っていない			*0.0045
質問36	塾やおけいこに行き、夕飯の時間が遅くなったり、2回食べたりする率があるか	よくある	ときどきある	ほとんどない	塾やおけいこに行っていない			よくある	ときどきある	ほとんどない	塾やおけいこに行っていない			*0.0003
質問36	塾やおけいこに行き、夕飯の時間が遅くなったり、2回食べたりする率があるか	22.2	26.0	39.2	12.0		*0.0003	16.7	29.9	43.9	9.1		*<.0001	
質問36	塾やおけいこに行き、夕飯の時間が遅くなったり、2回食べたりする率があるか	11.4	24.7	48.1	15.8			8.7	24.6	49.2	17.4			

質問		モデル教育群 (N=158)			比較群 (N=264)			検定結果	検定結果	検定結果	検定結果	検定結果	検定結果
		1.0	2.0	3.0	1.0	2.0	3.0						
あなたは「健康世田谷プラン」を知っているか	事後	17.7	57.6	24.7				*<0.0001	32.2	62.9	4.9		*<0.0001
質問38 あなたは将来世田谷に住みたいと思うか		将来も住みたいと思う	他の場所へ行って住みたいと思う	わからない					将来も住みたいと思う	他の場所へ行って住みたいと思う	わからない		
	事前 事後	15.2 20.9	48.1 39.0	36.7 41.1				0.8262	0.76 0.38	31.8 25.4	36.0 30.7	31.4 43.6	
質問45-1 タバコを吸ってみたいと思うか		吸ってみたい	吸いたくない	どちらとも思わない					吸ってみたい	吸いたくない	どちらとも思わない		
	事前 事後	7.6 5.1	84.2 86.1	7.6 8.9				0.1848	6.8 2.3	83.3 87.5	9.9 10.2		
質問45-2 タバコはからだに良いと思うか。良くないと思うか		良いと思う	良くないと思う	どちらでもない					良いと思う	良くないと思う	どちらでもない		
	事前 事後	1.3 0.6	97.5 99.4	1.3				1	0.8	98.1 99.2	0.8 0.8		
質問45-3 お酒やビールを飲んでみたいと思うか		飲んでみたいと思う	飲みたいくない	どちらとも思わない					飲んでみたいと思う	飲みたいくない	どちらとも思わない		
	事前 事後	42.4 44.3	39.2 37.3	18.4 18.4				0.7041	27.7 34.9	52.3 42.4	19.7 22.7		
質問45-4 お酒はからだに良いと思うか。良くないと思うか		良いと思う	良くないと思う	どちらでもない					良いと思う	良くないと思う	どちらでもない		
	事前 事後	5.7 7.6	77.2 71.5	17.1 20.9				0.8317	3.0 6.4	78.0 70.8	18.9 22.7		

分析は、モデル教育群・比較群別に事前・事後調査問の比較を符号検定及びウィルコクソンの順位和検定により有意水準5%で行った。

厚生労働科学研究費補助金(健康科学総合研究事業)
分担研究報告書

地域における栄養教育と食環境づくり統合プログラムの評価：
小学生保護者の食生活・ライフスタイルの変化

分担研究者 武見ゆかり 女子栄養大学栄養学部 助教授
研究協力者 嶋田 雅子 女子栄養大学栄養科学研究所客員研究員 管理栄養士
小林 陽子 世田谷区世田谷保健所健康推進課 管理栄養士
大久保公美 (独)国立健康・栄養研究所 技術補助員

研究要旨：

小学校を拠点とした児童と保護者への学習の機会の提供、並びにその学習内容と連動した地域（学区内商店街）の食環境づくりを統合した介入プログラム：通称「ぱくぱく健康キッズ&タウン」の効果を、児童保護者の変化から検討した。

介入校の保護者には、平成15年度に児童の授業参観及び学習支援への参加、子供の学習内容を資料として配布、PTAによる参加型学習会の開催、学校公開行事時の情報提供等を行った。事前調査は児童が5年生の14年11月に、事後調査は6年生の最後16年2月末に実施した。食知識・食態度・食行動、健康状態等に関する無記名式質問紙を、児童を通じて配布、留め置き法にて実施した。

1. 女性では、介入地区で、食知識（1日に摂取する野菜の量、）、食態度（主食・主菜・副菜のそろう食事をする事、脂肪をとり過ぎないことの重要性の認識）、食スキル（栄養情報の正誤を判断すること、栄養成分表示を理解して使用すること）、食行動（家族と一緒に夕食を摂る頻度）、食環境の認識（スーパーや商店街、並びに子どもを通じて学校から健康食の情報が得られているか、栄養サポート店の認知度）、で有意な改善がみられた。また、健康せたがやプランや、地域（世田谷区）に対する認知でも有意に良好な変化がみられた。

対照地区の女性で有意な改善がみられたのは、1日に必要なカロリーに関する食知識、外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にする頻度であり、食卓で家族と食・栄養の話をする頻度、栄養のバランスを考えて食べることの重要性の認識、家族にとっての健康的な食生活の重要性、地域の食学習参加意欲は有意に減少した（介入地区女性は変化なし）。

2. 男性は、介入地区はほとんど変化がなく、むしろ対照地区で食態度（脂肪を取りすぎないことの重要性の認識）食行動（栄養成分表示を参考にする頻度、店から栄養情報を得る頻度）等に有意な改善がみられた。
3. 介入地区の女性では、本プロジェクトの取組みに対する認知、取組みへの参加は多かったが、男性は少なかった。

以上の結果から、児童との接触時間が長く情報交換も多い女性（母親）には、児童の学習の波及効果が期待できるが、男性（父親）では難しいことが示唆された。

A. 研究目的

平成14年度から、健康日本21の世田谷区版である「健康せたがやプラン」の重点事業として、学校を拠点とした児童と保護者への学習の機会の提供、並びにその学習内容と連動した地域(学区内商店街)の食環境づくりを統合したプログラム「ぱくぱく健康キッズ&タウン」を開発・実施してきた^{1) 2)}。本研究では、15年度に学校を拠点とした保護者への学習の場の提供、並びにその学習と連動した地域(学区内商店街)の食環境づくりを行なった効果を検証するため、児童保護者の食生活・ライフスタイルにどのような変化がみられたかを検討することを目的とした。

B. 研究方法

1. 研究デザイン

世田谷区内の小学校区から6校を抽出し、そのうち2校の学区を介入地区、他の4校を対照地区と設定し、プログラムの実施前後で介入地区と対照地区の変化を比較する準実験的デザインとした。介入地区では本研究プロジェクトチームによる児童と保護者への教育的介入と、地区内商店街の協力による支援的環境づくりプログラムを実施した。対照地区では、学校独自の健康や食に関するプログラムは通常通り実施されるが、地域における新しいプログラムは特段実施しなかった。

2. 調査内容

健康状態、食スキル・食態度・食行動、QOLは質問紙調査により、食物摂取面は分担研究者の佐々木が開発した自記式食事歴質問票の簡易版(BDHQ)により、栄養素、食材料の摂取状況を把握した。

また、事後調査では、本プロジェクト「ぱくぱく健康キッズ&タウン」の取組みに対

する認知度や参加状況を把握するための項目を追加した。

3. 対象者(表1, 2)

介入地区2校と対照地区4校の児童保護者を対象とした。児童1名につき、保護者2名(男性1名、女性1名として)の協力依頼を行った。表1に配布数、回収数、回収率、事前・事後調査共に回答の得られた有効回答数、有効回答率を示した。事前、事後の回収率は、ほぼ同程度で、事前、事後ともに女性の回答率が高く、介入地区は93%前後、対照地区は80%前後だった。一方、男性の回答率は介入地区が事前、事後で55%前後、対照地区は40%前後と低かった。

4. 調査方法・時期

事前調査は児童が5年生の14年11月に、事後調査は6年生の最後16年2月末に実施した。調査方法は事前、事後ともに、食知識・食態度・食行動、健康状態等に関する無記名式質問紙を、児童を通じて配布、留め置き法にて実施した。

5. 学習機会提供の内容

介入地区2校の保護者を対象として、保護者会開催時にベースライン調査結果の説明、食に関する授業の参観及び学習への支援の参加、子どもの学習内容を資料として情報提供、子どもの学習成果発表会への参加の機会を提供した。また、保護者会開催時にベースライン調査結果の説明、PTAによる参加型学習会を開催、学校公開行事時にはプロジェクトのブースを出し情報提供等を行った。

また、介入地区では商店街やスーパーを通じて、ポスターやリーフレットによる食情報の提供を行なうなど食環境づくりを行なった。

6. 解析方法

介入地区と対照地区の事前・事後の比較について、ウィルコクソンの符号付順位検定により有意水準5%で行なった。解析にはSAS version8.2を用いた。

C. 研究結果

事前・事後調査の結果を男女別に表3~19に示した。

1. 女性（母親）の変化

1) 介入地区では、食知識（1日に摂取する野菜の量、）、食態度（主食・主菜・副菜のそろそろ食事をすること、脂肪をとり過ぎないことの重要性の認識）、食スキル（栄養情報の正誤を判断すること、栄養成分表示を理解して使用すること）、食行動（家族と一緒に夕食を摂る頻度）、食環境の認識（スーパーや商店街、並びに子どもを通じて学校から健康食の情報が得られているか、栄養サポート店の認知度）、で有意な改善がみられた。また、健康せたがやプランや、地域（世田谷区）に対する認知（個人の主体的な価値判断に基づく健康作りができる、健康づくりに必要な情報が得やすい、協力や助け合いができる、ふるさと意識がもてる）でも有意に良好な変化がみられた。

2) 介入地区、対照地区ともに有意な改善がみられたのは、1日に必要なカロリーに関する食知識、健康せたがやプランの認知度だった。

3) 対照地区では、外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にする頻度で有意な改善がみられたが、食卓で家族と食・栄養の話をする頻度、栄養のバランスを考えて食べることの重要性の認識、家族にとっての健

康的な食生活の重要性、地域の食学習参加意欲は有意に減少した（介入地区女性は変化なし）。

2. 男性（父親）の変化

男性は、介入地区で改善がみられたのは、夕食で主食を摂取する頻度、はほとんど変化がなく、むしろ対照地区で、食態度（脂肪を取りすぎないことの重要性の認識）食行動（外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にする頻度、商店やスーパーから栄養情報を得る頻度）、栄養サポート店の認知等に有意な改善がみられた。

1日に必要なカロリーに関する食知識、健康せたがやプランの認知は介入地区、対照地区ともに有意に増加した。

3. 本プロジェクト「ぱくぱく健康キッズ&タウン」の取組みに対する認知は、男女ともに介入地区で高かったが、内容を知っていると回答した者は、女性74.8%に対し、男性は13.2%と少なかった。また、介入地区の学校別に取り組みへの参加状況を表19に示したが、女性では2校ともに72~85%が何らかの取組みに参加し、その内容について家族との会話も多くみられたが、男性は参加、会話ともに少なく、参加が得られたのは学校行事やお祭りなどのイベントに限られていた。（表18,19）。

D. 考察

女性（母親）では、介入地区で、ベースライン調査で課題となった、食行動、食知識、食態度、食スキルなど多くの改善効果が得られ、児童との接触時間が長く情報交換も多い女性（母親）には、児童の学習の波及効果が期待できるが、男性（父親）では難しいことが示唆された。

父親に波及効果がみられなかった理由の1つに、父親でばくばくの認知の低いこと、取り組みへの参加が少なかったことがあげられる。このことは、小学校での児童の学習活動について、父親との間で情報共有が十分にできていない、逆の言い方をすれば、父親が子どもたちの生活への関わりが少ないという、現代社会の子育の課題を示唆するものにとらえられる。また、介入群より対照群の父親に望ましい変化がみられたことに関しては、父親の有効回答率が対照群で20.6%と極めて低く、恐らく健康や食生活に関心の高い者の回答が多かったであろうという、回答者の偏りの問題が影響していると考えられた。

E. 結論

15年度に食に関する学習を実施した介入校2校、及び対照校4校の児童保護者を対象に、児童が5年生の14年11月と、6年生の最後16年2月末に、食知識・食態度・食行動、健康状態等に関する質問紙調査を実施、介入前後の食生活・ライフスタイルの変化を分析し、プログラムの有効性を検討した。

女性では、介入地区で、食知識・スキル、食態度、食行動、食環境の認識等で有意な改善がみられた。対照地区の女性で有意な改善がみられたのは、1日に必要なカロリーに関する食知識、外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にする頻度のみであり、逆に望ましくない方向への有意な変化がみられた。

男性では、介入地区はほとんど変化がなく、むしろ対照地区で食態度、食行動等に有意な改善がみられた。

以上の結果から、児童との接触時間が長

く情報交換も多い女性（母親）には、児童の学習の波及効果が期待できるが、男性（父親）では難しいことが示唆された。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

1) 武見ゆかり、村山伸子、小林陽子、佐々木敏、岡田加奈子：商店街を巻き込んだ食育の取組み—世田谷区ばくばく健康キッズ&タウンの事例、思春期学 2004; 22, 466-474.

2. 学会発表

1) 嶋田雅子、小林陽子、井出多延子、村山伸子、岡田加奈子、佐々木敏、武見ゆかり：栄養教育と食環境づくり統合のプロセス評価：2報 学童保護者への学習機会の提供、第63回日本公衆衛生学会（2004、10月）

引用文献

- 1) 武見ゆかり：平成 14 年度厚生労働科学研究費補助金健康科学総合研究事業報告書「行動科学に基づく栄養教育と支援的環境づくりによる地域住民の望ましい食習慣形成に関する研究」報告書、2003
- 2) 武見ゆかり：平成 15 年度厚生労働科学研究費補助金がん予防等健康科学総合研究事業報告書「行動科学に基づく栄養教育と支援的環境づくりによる地域住民の望ましい食習慣形成に関する研究」報告書、2004

表1-1 配布・回収状況(女性)

小学校区		事前			事後			事前・事後の有効回答数	有効回答率(%)(事前の依頼件数に対して)
		配布数	回収数	回収率(%)	配布数	回収数	回収率(%)		
介入地区	S小学校	64	60	93.8	65	59	90.8	49	76.6
	Y小学校	117	110	94.0	120	112	93.3	89	76.1
	介入地区計	181	170	93.9	185	171	92.4	138	76.2
対照地区	M小学校	57	46	80.7	57	49	86.0	34	59.6
	K小学校	141	101	71.6	141	118	83.7	50	35.5
	T小学校	47	36	76.6	45	31	68.9	26	55.3
	G小学校	114	97	85.1	112	90	80.4	67	58.8
	対照地区計	359	280	78.0	355	288	81.1	177	49.3

表1-2 配布・回収状況(男性)

小学校区		事前			事後			事前・事後の有効回答数	有効回答率(%)(事前の依頼件数に対して)
		配布数	回収数	回収率(%)	配布数	回収数	回収率(%)		
介入地区	S小学校	64	37	57.8	65	31	47.7	23	35.9
	Y小学校	117	63	53.8	120	69	57.5	47	40.2
	介入地区計	181	100	55.2	185	100	54.1	70	38.7
対照地区	M小学校	57	27	47.4	57	24	42.1	18	31.6
	K小学校	141	53	37.6	141	53	37.6	18	12.8
	T小学校	47	15	31.9	45	16	35.6	11	23.4
	G小学校	114	58	50.9	112	42	37.5	27	23.7
	対照地区計	359	153	42.6	355	135	38.0	74	20.6

表2-1 対象者の属性(女性)

		介入地区 (n=138)			対照地区 (n=177)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
年齢	20歳未満	0.0	0.0		0.0	0.0	
	20歳代	0.0	0.0		0.0	0.0	
	30歳代	32.9	24.6		31.3	24.3	
	40歳代	67.2	71.7		64.8	70.6	
	50歳代	0.0	2.9		4.0	5.1	
	60歳以上	0.0	0.0		0.0	0.0	
職業	自営業	6.0	5.1		4.0	5.1	
	会社員・公務員	17.9	15.9		13.3	16.4	
	主婦・家事手伝い	38.1	37.0		45.1	41.2	
	学生	0.0	0.0		0.0	0.0	
	パート	33.6	36.2		31.2	32.8	
	無職	3.0	2.9		1.2	1.1	
	その他	1.5	2.9		5.2	3.4	
家族構成	一人暮らし	0.0	0.0		0.0	0.0	
	夫婦2人	0.0	0.0		0.0	0.0	
	夫婦と子ども	83.8	84.8		76.6	78.5	
	3世代同居	11.0	9.4		17.1	16.4	
	その他	5.1	5.8		6.3	5.1	

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

表2-2 対象者の属性(男性)

		介入地区 (n=70)			対照地区 (n=74)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
年齢	20歳未満	0.0	0.0		0.0	0.0	
	20歳代	0.0	0.0		0.0	0.0	
	30歳代	17.1	11.4		13.5	10.8	
	40歳代	70.0	71.4		63.5	60.8	
	50歳代	12.9	17.1		23.0	28.4	
	60歳以上	0.0	0.0		0.0	0.0	
職業	自営業	12.9	11.8		13.9	15.3	
	会社員・公務員	84.3	83.8		80.6	79.2	
	主婦・家事手伝い	0.0	0.0		0.0	0.0	
	学生	0.0	0.0		0.0	0.0	
	パート	0.0	0.0		0.0	1.4	
	無職	0.0	0.0		0.0	0.0	
	その他	2.9	4.4		5.6	4.1	
家族構成	一人暮らし	0.0	0.0		0.0	0.0	
	夫婦2人	0.0	0.0		0.0	0.0	
	夫婦と子ども	91.4	94.3		75.3	78.1	
	3世代同居	7.1	4.3		21.9	16.4	
	その他	1.4	1.4		2.7	5.5	

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

表3-1 健康度の自己評価と食関連のQOL(女性)

		介入地区(n=138)		事前・事後 の差	対照地区(n=177)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
主観的健康観	健康である	28.5	29.7		25.0	23.3	
	まあ健康である	66.4	65.9		65.9	70.5	
	あまり健康でない	3.7	4.4		8.0	5.7	
	健康でない	1.5	0.0		1.1	0.6	
食生活に対する満足度	とても満足	10.2	8.0		13.1	11.3	
	まあ満足	64.2	73.9		59.1	65.0	
	どちらとも言えない	17.5	13.0		16.5	15.3	
	あまり満足していない	8.0	5.1		10.8	7.9	
	満足していない	0.0	0.0		0.6	0.6	
食事がおいしい	いつもしている	67.2	63.4		68.2	65.5	
	ときどきしている	27.0	31.2		25.0	23.7	
	どちらともいえない	4.4	3.6		5.7	10.2	
	あまりおいしくない	1.5	0.7		1.1	0.6	
	全くおいしくない	0.0	0.0		0.0	0.0	
食事が楽しい	いつも楽しい	57.7	56.2		57.4	55.4	
	時々楽しい	35.0	39.4		34.1	35.0	
	どちらとも言えない	5.8	3.6		7.4	7.3	
	あまり楽しくない	1.5	0.7		1.1	2.3	
	全く楽しくない	0.0	0.0		0.0	0.0	

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

表3-2 健康度の自己評価と食関連のQOL(男性)

		介入地区(n=70)		事前・事後 の差	対照地区(n=74)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
主観的健康観	健康である	28.6	31.4		25.7	26.0	
	まあ健康である	60.0	54.3		60.8	61.6	
	あまり健康でない	11.4	12.9		10.8	11.0	
	健康でない	0.0	1.4		2.7	2.7	
食生活に対する満足度	とても満足	7.1	15.7		14.9	19.2	
	まあ満足	71.4	61.4		64.9	65.8	
	どちらとも言えない	18.6	17.1		12.2	11.0	P=0.0663
	あまり満足していない	2.9	4.3		6.8	4.1	
	満足していない	0.0	1.4		1.4	0.0	
食事がおいしい	いつもしている	58.6	62.9		58.1	61.6	
	ときどきしている	32.9	27.1		32.4	35.6	
	どちらともいえない	7.1	5.7		8.1	1.4	
	あまりおいしくない	1.4	4.3		1.4	1.4	
	全くおいしくない	0.0	0.0		0.0	0.0	
食事が楽しい	いつも楽しい	41.4	45.7		40.5	39.7	
	時々楽しい	48.6	42.9		47.3	50.7	
	どちらとも言えない	8.6	8.6		9.5	5.5	
	あまり楽しくない	1.4	2.9		1.4	4.1	
	全く楽しくない	0.0	0.0		1.4	0.0	

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

表4-1 身体状況(女性)

		数値:%					
		介入地区 (n=138)			対照地区 (n=177)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
これまでに検診 で指摘された所 見(MA) ^注	高血圧	3.7	2.9		5.6	4.5	
	高脂血症	13.1	11.6		10.7	10.2	
	糖尿病・疑陽性	2.2	1.5		2.8	0.6	
	肥満	15.3	16.7		13.6	15.3	
	貧血	16.8	21.0		21.5	20.9	
BMI	18.5未満	13.0	12.4		18.6	14.1	
	18.5-25未満	76.1	74.5	p=0.0762	71.8	74.6	p=0.0031
	25以上	10.9	13.1		9.6	11.3	

*割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

注:MAは未検定

表4-2 身体状況(男性)

		数値:%					
		介入地区 (n=70)			対照地区 (n=74)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
これまでに検診 で指摘された所 見(MA) ^注	高血圧	14.3	14.3		18.9	23	
	高脂血症	40.0	37.1		33.8	32.4	
	糖尿病・疑陽性	17.1	15.7		9.5	10.8	
	肥満	21.4	27.1		31.1	28.4	
	貧血	2.9	1.4		4.1	2.7	
BMI	18.5未満	1.4	0.0		1.4	2.7	
	18.5-25未満	74.3	75.7		66.2	70.3	
	25以上	24.3	24.3		32.4	27.0	

*割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

注:MAは未検定

表5-1 健康行動(女性)

		数値:%					
		介入地区(n=138)			対照地区(n=177)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
運動習慣	定期的に運動している	23.9	20.1		19.7	18.8	
	たまに運動する	20.9	26.1		24.9	25.6	
	ほとんど運動しないが、 6ヶ月以内にはじめようと 思う	29.1	31.3		25.4	26.7	
	ほとんど運動しないし、今 後もしないと思う	26.1	22.4		30.0	30.0	
喫煙習慣	吸わない	76.6	80.4		86.9	88.1	
	毎日吸っている	18.3	17.4		9.1	8.5	
	時々吸う	3.7	0.7		2.9	1.7	
	1ヶ月以上吸っていない	1.5	1.5		1.1	1.7	
現在、喫煙習 慣がある者		(n=25)		(n=15)			
の禁煙の意 志 ^注	たばこをやめたい		24.0			46.7	
	たばこの本数を減らしたい		44.0			33.3	
	今のままでよい		32.0			20.0	

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

注:保健所の重点事業との関係で、事後調査のみ実施した

表5-2 健康行動(男性)

		数値:%					
		介入地区(n=70)			対照地区(n=74)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
運動習慣	定期的に運動している	15.7	27.1		20.8	29.2	
	たまに運動する	37.1	32.9		33.3	27.8	
	ほとんど運動しないが、 6ヶ月以内にはじめようと 思う	24.3	18.6	p=0.0865	23.6	18.1	
	ほとんど運動しないし、今 後もしないと思う	22.9	21.4		22.2	25.0	
喫煙習慣	吸わない	55.9	53.6		44.6	42.5	
	毎日吸っている	39.7	42.0		54.1	46.6	
	時々吸う	1.5	0.0		0.0	5.5	
	1ヶ月以上吸っていない	2.9	4.3		1.4	5.5	
現在、喫煙習 慣がある者		(n=29)		(n=35)			
の禁煙の意 志 ^注	たばこをやめたい		27.6			22.9	
	たばこの本数を減らしたい		51.7			45.7	
	今のままでよい		20.7			37.1	

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

注:保健所の重点事業との関係で、事後調査のみ実施した

表6-1 主食・主菜・副菜の摂取頻度(女性)

		介入地区 (n=138)		事前・事後 の差	対照地区 (n=177)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
朝食	主食	週に5-7回	85.9	85.5	88.0	89.1	
		週に2-4回	8.9	10.1	6.9	5.1	
		週に1回以下	5.2	4.4	5.1	5.7	
	主菜	週に5-7回	60.3	56.5	58.0	61.7	
		週に2-4回	23.7	27.5	30.5	22.9	
		週に1回以下	16.0	15.9	11.5	15.4	
	副菜	週に5-7回	42.7	39.3	35.8	37.4	
		週に2-4回	31.3	33.3	32.9	31.6	
		週に1回以下	26.0	27.4	31.2	31.0	
昼食	主食	週に5-7回	88.9	89.1	85.1	89.8	
		週に2-4回	10.3	10.9	14.9	9.7	
		週に1回以下	0.7	0.0	0.0	0.6	
	主菜	週に5-7回	56.7	54.4	50.0	53.1	
		週に2-4回	37.3	42.8	40.0	35.4	
		週に1回以下	6.0	2.9	10.0	11.4	
	副菜	週に5-7回	48.5	43.4	37.4	42.8	
		週に2-4回	41.7	44.1	43.9	42.8	
		週に1回以下	9.8	12.5	18.7	14.5	
夕食	主食	週に5-7回	91.2	94.2	96.0	96.6	
		週に2-4回	5.1	5.1	2.9	2.3	
		週に1回以下	2.2	0.7	1.1	1.1	
	主菜	週に5-7回	94.8	94.9	96.6	94.4	
		週に2-4回	5.2	5.1	3.4	5.1	
		週に1回以下	0.0	0.0	0.0	0.6	
	副菜	週に5-7回	92.0	90.6	94.9	93.2	
		週に2-4回	5.1	8.7	5.1	5.1	p=0.1094
		週に1回以下	0.7	0.7	0.0	1.7	

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

表6-2 主食・主菜・副菜の摂取頻度(男性)

			数値:%				
			介入地区(n=70)		事前・事後 の差	対照地区(n=74)	
			事前	事後		事前	事後
朝食	主食	週に5-7回	62.9	70.0	事前・事後 の差	78.1	70.8
		週に2-4回	25.7	17.1		9.6	16.7
		週に1回以下	11.4	12.9		12.3	12.5
	主菜	週に5-7回	42.6	44.9		47.2	47.9
		週に2-4回	30.9	30.4		30.6	26.8
		週に1回以下	26.5	24.6		22.2	25.4
	副菜	週に5-7回	27.9	29.9		25.7	29.2
		週に2-4回	35.3	28.4		31.4	25.0
		週に1回以下	26.8	41.8		42.9	45.8
昼食	主食	週に5-7回	78.3	82.9	事前・事後 の差	89.0	81.7
		週に2-4回	18.8	14.3		6.8	16.9
		週に1回以下	2.9	2.9		4.1	1.4
	主菜	週に5-7回	66.7	69.6		61.1	62.0
		週に2-4回	27.5	23.2		30.6	33.8
		週に1回以下	5.8	7.2		8.3	4.2
	副菜	週に5-7回	51.4	53.0		36.6	42.3
		週に2-4回	37.1	63.4		42.3	40.8
		週に1回以下	11.4	10.6		21.1	16.9
夕食	主食	週に5-7回	78.6	91.4	事前・事後 の差	89.0	90.1
		週に2-4回	15.7	5.7		5.5	8.5
		週に1回以下	5.7	2.9		5.5	1.4
	主菜	週に5-7回	86.8	87.1		84.7	84.7
		週に2-4回	13.2	11.4		13.9	15.3
		週に1回以下	0.0	1.4		1.4	0.0
	副菜	週に5-7回	79.7	72.9		74.6	70.8
		週に2-4回	20.3	24.3		21.1	27.8
		週に1回以下	0.0	2.9		4.2	1.4

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

表7-1 食行動(女性)

			数値:%					
			介入地区(n=138)			対照地区(n=177)		
			事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
作る行動	食事づくりの頻度	ほぼ毎日	92.5	94.2		94.2	93.8	
		週に4, 5日	4.5	2.2		2.3	2.8	
		週に2, 3日	0.8	3.6		2.9	2.8	
		週に1日程度	1.5	0.0		0.6	0.6	
		ほとんどない	0.8	0.0		0.0	0.0	
	家族と一緒に買い物する頻度	ほぼ毎日	3.7	3.6		3.4	6.2	
		週に4, 5日	5.9	4.4		4.6	4.5	
		週に2, 3日	16.9	15.0		21.3	16.7	
		週に1日程度	50.0	48.6		47.7	42.4	
		ほとんどない	23.5	28.3		23.0	32.2	
食べる行動	朝食摂取状況	ほぼ毎日	82.4	84.1		88.0	88.1	
		週に4, 5日	6.6	2.9		1.1	3.4	
		週に2, 3日	6.6	9.4		5.7	1.7	
		ほとんど食べない	4.4	3.6		5.1	6.8	
	家族と一緒に朝食を摂る頻度	ほぼ毎日	49.3	52.9		54.3	54.8	
		週に4, 5日	14.0	11.6		9.7	10.7	
		週に2, 3日	14.0	17.4		13.7	15.3	
		週に1日程度	13.2	9.4		8.0	7.3	
		ほとんどない	9.6	8.7		14.3	11.9	
	家族と一緒に夕食を摂る頻度	ほぼ毎日	73.5	80.4		77.7	79.0	
		週に4, 5日	9.6	8.7		10.3	10.2	
		週に2, 3日	13.2	9.4	p=0.0473	9.7	9.7	
		週に1日程度	2.9	1.5		1.7	1.1	
		ほとんどない	0.7	0.0		0.6	0.0	
食情報交換・活用行動	食卓で家族と、食事や料理、栄養について話す頻度	よくある	17.6	16.7		19.8	17.5	
		時々ある	59.6	60.9		62.8	58.2	
		どちらともいえない	12.5	10.1		5.8	8.5	p=0.0174
		あまりない	8.1	10.9		11.6	13.6	
		全くない	2.2	1.5		0.0	2.3	
	食品購入時にラベル(情報)等を確認する頻度	いつも	63.7	56.5		62.9	60.8	
		ときどき	23.7	31.2		26.5	28.4	
		どちらともいえない	8.1	6.5		7.6	6.8	
		あまりしない	3.7	5.1		2.9	4.0	
		まったくない	0.7	0.7		0.0	0.0	
	外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にする頻度	いつもする	21.3	11.6		14.9	18.1	
		時々する	50.0	59.4		45.4	52.5	
		あまりしない	24.3	26.8		36.8	28.3	p=0.0197
		ほとんどしない	4.4	2.2		2.9	1.1	
商店やスーパーから栄養情報を得る頻度	よくある	5.9	5.8		3.4	3.4		
	時々ある	49.3	54.4		44.8	39.8		
	どちらともいえない	12.5	13.8		10.9	15.3		
	あまりない	26.5	22.5		33.9	31.8		
	全くない	5.9	3.6		6.9	5.7		
マスコミから健康や栄養、食事の情報を得る頻度	よくある	38.2	29.7		37.4	30.5		
	時々ある	52.9	56.5		54.6	59.3		
	どちらともいえない	2.9	8.0		4.0	4.0	p=0.0180	
	あまりない	4.4	5.8		4.0	5.7		
	まったくない	1.5	0.0		0.0	0.6		

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。

表7-2 食行動(男性)

			数値: %						
			介入地区 (n=70)			対照地区 (n=74)			
			事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差	
作る行動	食事づくりの頻度	ほぼ毎日	8.6	8.6		15.1	19.4		
		週に4, 5日	11.4	11.4		4.1	9.7		
		週に2, 3日	20.0	21.4		15.1	15.3	p=0.0961	
		週に1日程度	20.0	20.0		19.2	11.1		
		ほとんどない	40.0	38.6		46.6	44.4		
	家族と一緒に買い物する頻度	ほぼ毎日	0.0	1.4		0.0	2.8		
		週に4, 5日	1.4	2.9		0.0	0.0		
		週に2, 3日	18.6	15.7		20.5	13.9		
		週に1日程度	54.3	55.7		42.5	33.3		
		ほとんどない	25.7	24.3		37.0	50.0		
食べる行動	朝食摂取状況	ほぼ毎日	71.0	74.3		76.7	76.7		
		週に4, 5日	13.0	7.1		2.7	4.1		
		週に2, 3日	7.2	10.0		9.6	6.8		
		ほとんど食べない	8.7	8.6		11.0	12.3		
		家族と一緒に朝食を摂る頻度	ほぼ毎日	40.0	35.7		32.9	28.8	
		週に4, 5日	7.1	7.1		6.8	8.2		
		週に2, 3日	20.0	17.1		15.1	26.0		
		週に1日程度	15.7	21.4		21.9	11.0		
		ほとんどない	17.4	18.6		23.3	26.0		
		家族と一緒に夕食を摂る頻度	ほぼ毎日	22.9	30.0		24.7	30.6	
		週に4, 5日	20.0	15.7		20.5	16.7		
		週に2, 3日	42.9	37.1		42.5	43.1	p=0.0867	
		週に1日程度	11.4	14.3		8.2	8.3		
		ほとんどない	2.9	2.9		4.1	1.4		
	食情報交換・活用行動	食卓で家族と、食事や料理、栄養について話す頻度	よくある	2.9	5.7		15.1	8.3	
時々ある			54.3	42.9		31.5	48.6		
どちらともいえない			15.7	21.4		6.8	12.5		
あまりない			20.0	25.7		26.0	19.4		
全くない			7.1	4.3		6.8	11.1		
食品購入時にラベル(情報)等を確認する頻度		いつも	22.9	20.0		19.2	23.6		
		ときどき	28.6	34.3		34.2	33.3		
		どちらともいえない	11.4	18.6		9.6	9.7		
		あまりしない	25.7	20.0		21.9	20.8		
		まったくない	11.4	7.1		15.1	12.5		
外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にする頻度		いつもする	4.3	2.9		5.5	9.7		
		時々する	30.0	30.0		24.7	38.9	p=0.0281	
		あまりしない	44.3	47.1		47.9	30.6		
		ほとんどしない	21.4	20.0		21.9	20.8		
商店やスーパーから栄養情報を得る頻度		よくある	1.4	0.0		1.4	1.4		
	時々ある	15.7	22.9		4.1	12.5			
	どちらともいえない	10.0	14.3	p=0.0691	11.0	12.5	p=0.0053		
	あまりない	42.9	44.3		42.5	44.4			
	全くない	30.0	18.6		41.1	29.2			
マスコミから健康や栄養、食事の情報を得る頻度	よくある	7.1	7.1		16.4	16.7			
	時々ある	52.9	54.3		45.2	44.4			
	どちらともいえない	10.0	11.4		17.8	9.7			
	あまりない	21.4	24.3		19.2	20.8			
	まったくない	8.6	2.9		1.4	8.3			

* 割合は、無回答を除く合計人数で除して求めた。