

A. 研究目的

地域住民の望ましい食習慣の形成を、ヘルスプロモーションの視点からおこなう場合、栄養教育と同時に、支援的環境づくりが重要である¹⁾。支援的環境には、食生活分野の場合、食環境づくり（食情報、食物の提供）と地域活動の強化（周囲の人の支援）が含まれる。

健康日本21でも、環境レベルの目標として、食物へのアクセス面では給食施設、レストラン、食品売場におけるヘルシーメニューの提供比率を上げること、食情報のアクセス面では地域・職域で健康や栄養に関する学習の場の提供と参加者の増加、地域活動の強化では地域や職域で健康や栄養に関する学習や活動を進める自主グループの増加、その利用者の増加、をあげている²⁾。支援的環境づくりの有効性については、欧米では、スーパーや町の商店や飲食店などが拠点となって、地域ベースの介入がおこなわれ、評価がおこなわれている^{3)・6)}。しかし、日本においては、外食等の栄養成分表示（食情報）や食生活改善推進員（地域活動の強化）などの個別のプログラムについて、店主や利用者に調査した報告はあるものの、地域ベースで有効性を検証した研究はみられない。また、国際的にみても、商店街の発信者から地域住民への波及を、食情報と食物面から段階的に検証したものはない。そこで本研究では、環境づくりの拠点として商店街を位置づけ、健康的な食情報、食物提供をおこなっていき、効果を確かめることとした。効果としては、小学校と商店街の協働によって、小学生が地域で育つ、小学生の保護者が情報を食や健康情報や食物を入手する、それ以外の地域住民への情報や食物を入手する、店主やそ

の家族自身が望ましい食習慣形成をする、商店街の活性化などが考えられる。

本研究は、介入プログラムによってヘルスプロモーターとして商店街の店主が健康的な食習慣を形成したかを検証することを目的とする。

B. 研究方法

1. 研究デザイン

世田谷区内の小学校区で介入地区2地区と対照地区2地区を設定した。介入地区では、商店街を中心とした支援的環境づくりプログラムと小学校での食教育プログラムを実施し、対照地区では実施しなかった。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。解析は、介入地区と対照地区の店主の食生活の変化を比較した。

2. 調査項目

小学生の保護者、一般住民と同じ調査項目について調査した。

3. 調査対象者（表1）

調査は、該当商店街の全ての店主（各地区約350商店）を対象として実施したうち、事前事後共に回答した商店で、かつ事前事後で店主（回答者）の性別が異なる、または年齢が20歳以上異なる人を除き、ほぼ同一人とみなされる人を解析に用いた。

表1に配布数と回収数、回収率を示す。介入地区の回収数（回収率）は、事前288（77.8%）、事後233（88.9%）であり、146名（男性106名、女性40名）を解析対象とした。対照地区の回収数（回収率）は、事前287（78.6%）、事後187（87.0%）であり、121名（男性83名、女性38名）を

解析対象とした。事前調査時の配布数に対する解析対象者数（有効回答率）は、介入地区 39.5%、対照地区 33.2%であった（表 1）。

4. 調査方法

介入地区と対照地区の商店街の商店主について、自記式質問紙調査を配票法で実施した。商店街の地図と、商店会の名簿をもとに、トレーニングを受けた調査員が訪問し、調査依頼、記入方法の説明、配布し、後日再度訪問して回収した。調査期間は、事前調査は平成 14 年 11 月～平成 15 年 2 月、事後調査は平成 16 年 5 月～6 月に実施した。

5. 解析方法

介入地区、対照地区毎に、事前事後の差について符号付順位和検定をおこない、危険率 5%未満を有意とした。

C. 研究結果

1. 対象者の属性、QOL、健康面、健康行動（表 2、表 3、表 4、表 5）

表 2 に示すように、介入地区、対照地区共に、男性 70%、女性 30%前後で、年齢は、40 歳代、50 歳代、60 歳以上が 80%以上と多かった。家族構成は、両地区とも夫婦と子ども 40～50%、次いで夫婦 2 人が多かった。

表 3 に示すように、健康度の自己評価は、両地区共に、「健康である」が減り、「まあ健康である」が増加した（介入地区 $p=0.0361$ 、対照地区 $p=0.0460$ ）。それ以外の項目では、介入前後で変化はみられなかった。食生活に対する満足度は、「まあ満足」60%、食事は「いつもおいしい」60%、食

事は「いつも」40～50%、または「時々楽しい」30～40%と回答した人が多かった。

表 4 に示すように、これまで検診で指摘された所見で多かったのは、高血圧 20～27%、高脂血症 16～24%と肥満 17～23%であった。自己申告した身長と体重から算出した BMI が 25kg/m^2 以上の方は、17～19%であった。いずれも介入前後で有意な変化はなかった。

表 5 に示すように、定期的な運動習慣がある人は、20%程度であり、一方で「現在ほとんど運動しないし、今後もしないと思う」と回答した人は、介入前後とも 30%おり、運動に対しては実行・関心共に少ない。煙草は、吸わない人が介入地区で 57%から 60%、対照地区で 57%から 62%になったが、いずれも介入前後で有意な変化はなかった。

2. 食事面（表 6）

表 6 に主食・主菜・副菜の摂取頻度を示す。朝食では、主食を週 5～7 回とほぼ毎日食べている人が約 70%いる一方、主菜は 40%～50%、副菜は 40%に満たなかった。昼食では、主食を週 5～7 回とほぼ毎日食べている人が 80%、主菜 50%、副菜 40%前後であった。夕食は、朝食や昼食と比べて主菜、副菜の摂取頻度が高かった。

いずれも、介入前後で変化はなかった。

3. 食行動面（表 7、表 8）

表 7 に食行動の結果を示す。食事づくり行動では、「週 1 回程度」と「ほとんどしない」人をあわせると 40%前後であり、調理をしていない人が多かった。家族と買い物頻度はさらに少なく、「ほとんどしない」人が 50%前後であった。

食べる行動では、朝食を「ほぼ毎日食べる」人の割合は約 70%であり、「ほとんど食べない」人の割合が 10~20%であった。家族と朝食を食べることがほとんど無い人の割合は、30%前後であった。夕食でも 15%の人が家族と食べることはほとんど無いと回答していた。作る行動、食べる行動、共に介入前後の変化はなかった。

食情報の交換・活用行動で、「よくある」、「時々ある」と回答した人の割合が高かったのは、マスコミからの情報入手、次いで食品購入時のラベル、食卓での家族との会話であり、栄養成分表示の確認や商店やスーパーから情報を得ている人は少なかった。しかし、介入地区では、商店やスーパーから食・栄養情報を得る頻度が「よくある」「時々ある」人は、22.0%から 28.1%へ増加した ($p=0.017$)。

表 8 に示すように、最もよく利用する食品の入手場所は、全体として地区内のスーパーが最も多く、野菜、精肉、鮮魚では 40~60%であった。次いで専門店であった。

4. 食生活の行動変容段階 (表 9)

表 9 に、食生活関連の行動変容段階の結果を示す。行動変容段階は Prochaska らの Stage of change model にしたがって、態度と行動の実行状況の両面から判断し、無関心段階から維持段階までの 5 段階とした⁷⁾。定義は参考 1 のとおりである。食生活の改善については、準備段階の人が約半数、維持段階の人は 20%前後であった。副菜摂取については、維持段階が介入地区 39%から 44%、対照地区 37%から 44%になったが、有意な変化ではなかった。脂肪摂取については、約半数が準備段階、30%が維持段階であった。いずれも介入前後で変化はなかつた。

た。

5. 食知識・食態度・食スキル面 (表 10、表 11、表 12、表 13)

表 10 に食知識の結果を示す。表 10 の 6 項目中、正解率が最も低かった項目は、適正体重の目安 (BMI の適正域) であり、 $18.5\text{--}25\text{ kg/m}^2$ と回答した人は介入地区では 11.0%から 18.5%に有意に増加した ($p=0.010$)。また、対照地区のみで変化した項目は、摂取カロリーに占める脂肪の適正な割合 ($p=0.0489$)、1 日に摂取する食物繊維量 ($p=0.0157$) であり、共に、正解者率が減少していた。両地区で変化した項目は、1 日に必要なカロリーで、不明の人が増加した (介入地区 $p=0.0230$ 、対照地区 $p=0.0192$)。

表 11 に食に関する事項の結果期待と自己効力感の結果を示す。Bandura は、「人は、ある行動が望ましい結果をもたらすと思い (結果期待)、その行動をうまくやることができるという自信 (自己効力感) があるときに、その行動をとる可能性が高くなる」としている⁸⁾。

結果期待では、栄養バランス、主食・主菜・副菜をそろえること、副菜を 1 日 2 回以上食べること、脂肪を摂りすぎないようにすることという 4 項目全ての項目で、80%以上の人が「非常に重要」、または「まあ重要」と回答し、重要性は認識しているといえる。同様の 4 項目についての自己効力感は、「かなりできる」、「少しできる」と回答した人は、60~70%であった。両地区ともに介入前後の変化はなかった。

表 12 に食態度の結果を示す。嗜好では、肉加工品を「大好き」、「まあ好き」と回答した人は、介入地区で 67.8%から 76.8%に

増加した ($p=0.0306$)。食に対する価値観について、家族と一緒に食事をするを「重要だ」とする人がほとんどであったが、そのうち「重要だが忙しい場合はそろわなくてよい」とする人も約半数いた。食品購入時に重視することは、「安全性」、「健康・栄養」、「価格」が高かった。食事よりは他のことにお金を使うことについて「強くそう思う」「少しそう思う」人は15%前後であった。以上の嗜好と価値観は、両地区とも介入前後の変化はなかった。

意思・意欲では、地域の学習会へ「是非参加したい」、「少し参加したい」人は20%前後と低く、食環境整備に参加したいと「多いに思う」「少し思う」人は、36.3%から27.4%に減少した ($p=0.0232$)。対照地区では介入前後の変化はなかった。

表13に食スキルの5項目の結果を示す。自分の食事内容の問題を適切に判断すること、栄養情報の正誤を判断すること、食物の選択や食事を整えるのに困らない知識やスキルについては、「かなりできる」、「少しできる」人を合わせると、50~60%であった。一方、栄養成分表示を理解して使用することができる人（「かなり」、「少し」）は、男30%~40%と低かった。両地区とも介入前後の変化はなかった。

6. 周囲の人からの食支援面 (表14)

表14に示すように、健康や食生活の向上に家族が協力的、食生活の向上に対する家族の期待がある、健康的な生活が家族にとって重要とした人（「非常に」、「まあ」）の割合は70%以上と高かったが、家族以外に食について学習する仲間がいる人は30%前後と少なかった。両地区とも介入前後の変化はなかった。

7. 食環境面 (表15)

表15に食環境についてどのように認識しているかの結果を示す。食物の提供面で整っている（「充分」、「まあ」）とした人は、野菜は約80%と多かったのに対し、低脂肪食品は約半数であった。さらに、食品の表示や外食料理のメニューなどが整っているとした人は、40~50%であった。以上では、両地区とも介入前後の変化はなかった。

食情報については食品店や学校から得られているとした人が少なく、食品店から20%、学校から10%であった。栄養サポート店について、「全く知らない」人は、介入地区72.6%から60.3%に減少し、「見たことがある」、「聞いたことがある」人が増加した ($p=0.044$)。対照地区でも、「全く知らない」人が73.6%から61.2%に減少した ($p=0.0262$)。健康世田谷プランの認知度も、「全く知らない」人は、介入地区63.7%から39.7% ($p<0.001$)、対照地区52.9%から41.3% ($p<0.01$)へ減少した。

8. 世田谷区に対する認識 (表16)

世田谷区がどのようなまちかについて、最も「そう思う」という回答が多かったのは、「子どもがのびのび育つまち」、「一人ひとりが自分らしく生きられるまち」、「快適で安心できる環境の中で住み続けられるまち」などであった。両地区とも介入前後の変化はなかった。

9. 「ぱくぱく健康キッズ&タウン」の取り組みに対する関わり (表17)

「ぱくぱく健康キッズ&タウン」について知っている人は、介入地区78.7%、対照地区94.2%と対照地区でも高率であった。

情報の入手先として、最も多かったのは、介入地区ではポスター36%であったが、対照地区でも区報で知った人が25%いた。

D. 考察

1. 事前事後の変化について

介入地区のみで変化が見られた主な項目は、以下であった。

食知識：適正体重についての知識は、正解者が11.0%から18.5%に増加した ($p < 0.05$)。食行動：商店やスーパーから食・栄養情報を得る頻度が「よくある」「時々ある」人は、22.0%から28.1%へ増加した ($p < 0.05$)。食態度：食環境整備に参加したいと「多いに思う」「少し思う」人は、36.3%から27.4%に減少した ($p < 0.05$)。食嗜好では、肉加工品が「大好き」「まあ好き」な人が67.8%から76.8%に増加した ($p < 0.05$)。

介入地区と対照地区の両方で、有意に変化が見られた項目は以下であった。

食知識：1日に必要なカロリーで、不明の人が増加した(介入地区 $p < 0.05$ 、対照地区 $p < 0.05$)。食環境への認識：栄養サポート店について、「全く知らない」人は、介入地区72.6%から60.3% ($p < 0.05$)、対照地区73.6%から61.2% ($p < 0.05$)へ減少した。健康世田谷プランの認知度も、「全く知らない」人は、介入地区63.7%から39.7% ($p < 0.001$)、対照地区52.9%から41.3% ($p < 0.01$)へ減少した。また、「ぱくぱく健康キッズ&タウン」も1年間で介入地区78.7%、対照地区94.2%の人が認知するようになった。

以上の結果の原因として、栄養サポート店や、健康せたがやプランの認知度が両地区で上がったのは、これらの取り組みや広報が世田谷区全体でおこなわれたためと考

えられる。また、「ぱくぱく健康キッズ&タウン」も1年間で80~90%の人が認知するようになったことから、店主は対照地域においてもこのプロジェクトへの関心が高いことが推察される。

一方、介入地域でのみ商店やスーパーから食情報の入手をし、適正体重の知識をもつ人が増えたのは、介入地域の商店街やスーパーでリーフレットの配布(適正体重についてを含む)、ポスター、POP 掲示などの食情報の提供をしたためと考えられる。

このように介入地区では、取り組みの効果がみられた一方で、食環境整備に参加したい人が減少したのは、すでに取り組みに参加しているためと考えられる。

2. ヘルスプロモーション・プログラムの担い手としての商店街の役割と可能性について

本プロジェクトでは、小学校と同時に小学校区の商店街の店主をヘルスプロモーターとして位置づけた点に特徴がある。一部の知識や食行動に変化がみられたものの、変化がなかった項目も多く、食物摂取行動には影響していなかった。この要因として、プロジェクト期間が1年間であり、多くの商店に食情報などが行き渡らなかったこと、食情報は増加しても主体的に参加していないため食物摂取行動の変化にまでいたらなかったことなどが考えられる。

今後は、商店の取り組みの評価とあわせて、プロジェクトへの参加の度合い(ヘルスプロモーターとしての役割を担ったか否か)により、店主の食知識、食態度、食行動が変化しているかを検討する。同時に、主体的な参加を促進する要因についても検討する必要がある。

E. 結論

介入地区では、食知識：適正体重についての知識の正解者率、食行動：商店やスーパーから食・栄養情報を得る頻度が「よくある」と回答した人が増加した。一方、両地区で、栄養サポート店、健康せたがやプランを知っている人が増加した。また、本プロジェクトの認知度は、約1年で80～90%になった。

以上より、小学校と商店街を中心とした1年間の取り組みの結果、商店主については、両地区で栄養サポート店や健康せたがやプラン、「ぱくぱく健康キッズ&タウン」の取り組みの認知度が広まった一方で、介入地区のみで食知識、食情報入手行動の変容が確認され、介入の効果が検証された。

引用文献

- 1) 島内憲夫訳：ヘルスプロモーション－WHOオタワ憲章－、垣内出版、1990.
- 2) 健康日本21企画検討会、健康日本21計画策定検討会：健康日本21、健康・体力づくり事業財団、2000.
- 3) Glanz K., et al.: Environmental intervention to promote healthy eating: A review of models, programs, and evidence, *Health Education Quarterly*, 15, 395-415, 1988.
- 4) Glanz K., et al.: Environmental and policy approaches to cardiovascular disease prevention through nutrition: opportunities for state and local action, *Health Education Quarterly*, 22, 512-527, 1995.
- 5) Puska P., et al: The North Karelia Project, The National Public Health

Institute, Finland, 1995.

- 6) 村山伸子、武見ゆかり：ヘルスプロモーション活動としての食環境整備の手法と効果に関する検討－欧米諸国の地域ベースでの取り組み事例から、日本公衆衛生学会、2001.
- 7) Prochaska JO et al.: The transtheoretical model and stages of change, in Glanz K. et al: *Health Behavior and Health Education*, 3rd ed., pp. 99-120, 2002.
- 8) 松本千明：健康行動理論の基礎、医歯薬出版、2002.
- 9) 健康・栄養情報研究会：国民栄養の現状－平成12年厚生労働省国民栄養調査結果、第一出版、2002.

表1 配布・回収状況

小学校区	商店街	名簿登録数	事前		事後		事前・事後の有効回答数	有効回答率(%)				
			配布数	回収数	回収率(%)	配布数			回収数	回収率(%)		
介入地区	S小学校区	桜通り商店街	55	33	26	78.8	22	21	95.5	12	36.4	
		上町銀座商店街	42	40	32	80.0	24	21	87.5	12	30.0	
		ボロ市通り商店街	111	113	80	70.8	76	70	92.1	40	35.4	
	Y小学校区	用賀商店街	237	184	150	81.5	140	121	86.4	82	44.6	
	介入地区計		445	370	288	77.8	262	233	88.9	146	39.5	
対照地区	M小学校区	下馬商店街	35	29	27	93.1	23	21	91.3	}	15	51.7
		下馬一丁目商店街	41	35	30	85.7	22	20	90.9		13	37.1
	K小学校区	烏山駅前通り商店街	155	157	118	75.2	92	76	82.6	47	29.9	
		烏山商店街	80	38	26	68.4	18	18	100.0	13	34.2	
		烏山西口商店街	76	66	54	81.8	34	29	85.3	17	25.8	
		烏山南口商店街	46	40	32	80.0	26	23	88.5	16	40.0	
	対照地区計		433	365	287	78.6	215	187	87.0	121	33.2	

表2 対象者の属性

		介入地区 (n=146)			対照地区 (n=121)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
性別	男性	72.6	72.6		68.6	68.6	
	女性	27.4	27.4		31.4	31.4	
年齢	20歳未満	0.0	0.0		0.0	0.0	
	20歳代	4.8	3.4		7.4	5.8	
	30歳代	4.8	10.3		9.9	13.2	
	40歳代	17.1	12.3		24.0	21.5	
	50歳代	28.1	26.7		32.2	28.1	
	60歳以上	45.2	47.3		26.5	30.6	
	不明	0.0	0.0		0.0	0.8	
職業	自営業	84.3	82.1		70.3	66.1	
	会社員・公務員	8.2	13.7		19.0	20.7	
	主婦・家事手伝い	2.1	1.4		0.8	1.7	
	学生	0.0	0.0		0.0	0.0	
	パート	1.4	0.7		2.5	2.5	
	無職	0.0	0.0		1.7	0.8	
	その他	4.1	1.4		3.3	6.6	
	不明	0.0	0.7		2.5	1.7	
家族構成	一人暮らし	13.7	13.7		11.6	8.3	
	夫婦2人	28.8	28.8		13.2	14.1	
	夫婦と子ども	39.0	40.4		50.4	50.4	
	3世代同居	8.9	9.6		9.9	12.4	
	その他	7.5	6.2		13.2	13.2	
	不明	2.1	1.4		1.7	1.7	

表3 健康度の自己評価と食関連のQOL

		介入地区 (n=146)			対照地区 (n=121)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
主観的健康観	健康である	29.5	24.0	p=0.0361	33.9	24.8	p=0.0460
	まあ健康である	58.2	60.3		56.2	63.6	
	あまり健康でない	8.9	12.3		8.3	9.9	
	健康でない	2.7	3.4		1.7	1.7	
	不明	0.7	0.0		0.0	0.0	
食生活に対する満足度	とても満足	16.4	15.1		18.2	14.1	
	まあ満足	63.7	63.7		61.2	65.3	
	どちらとも言えない	8.2	15.1		12.4	14.1	
	あまり満足していない	10.3	4.8		6.6	6.6	
	満足していない	1.4	1.4		1.7	0.0	
食事がおいしい	いつもしている	65.1	67.8		66.9	59.5	
	ときどきしている	26.0	22.6		26.5	33.1	
	どちらともいえない	6.9	6.9		4.1	6.6	
	あまりおいしくない	1.4	2.7		2.5	0.8	
	全くおいしくない	0.7	0.0		0.0	0.0	
	不明	0.0	0.0		0.0	0.0	
食事が楽しい	いつも楽しい	48.6	52.1		44.6	43.8	
	時々楽しい	36.3	28.8		38.0	38.8	
	どちらとも言えない	10.3	15.1		14.1	14.9	
	あまり楽しくない	4.1	4.1		3.3	2.5	
	全く楽しくない	0.7	0.0		0.0	0.0	
	不明	0.0	0.0		0.0	0.0	

表4 身体状況

		数値: %					
		介入地区 (n=146)		事前・事後 の差	対照地区 (n=121)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
これまでに検診 で指摘された所 見	高血圧	19.9	20.6		24.8	26.5	
	高脂血症	19.9	16.4		22.3	24.0	
	糖尿病・疑陽性	11.6	8.9		6.6	7.4	
	肥満	17.8	19.2		23.1	21.5	
	貧血	5.5	6.2		9.1	8.3	
BMI	18.5未満	3.4	2.7		3.3	5.8	
	18.5-25未満	78.8	78.8		76.0	73.6	
	25以上	17.1	17.8		19.0	17.4	
	不明	0.7	0.7		1.7	3.3	

表5 健康行動

		数値: %					
		介入地区 (n=146)		事前・事後 の差	対照地区 (n=121)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
運動	定期的に運動し ている	19.2	23.3		17.4	19.0	
	たまに運動する	31.5	30.8		31.4	29.8	
	ほとんど運動し ないが、6ヶ月以 内にはじめようと	15.8	15.8		21.5	16.5	
	ほとんど運動し ないし、今後もし ないと思う	29.5	27.4		26.5	32.2	
	不明	4.1	2.7		3.3	2.5	
	喫煙	吸わない	57.5	60.3		57.0	62.0
	毎日吸っている	36.3	34.9		30.6	28.9	
	時々吸う	2.7	1.4		4.1	2.5	
	1ヶ月以上吸って いない	1.4	1.4		7.4	5.0	
	不明	2.1	2.1		0.8	1.7	
喫煙本数/1日	10本以下	19.3	20.8		19.1	13.2	
	11-20本	54.4	52.8		47.6	60.5	
	21-30本	14.0	13.2		16.7	15.8	
	31本以上	12.3	13.2		16.7	10.5	
受動 喫煙	はい	28.8	23.3		37.2	32.2	
	いいえ	63.0	61.0		52.9	53.7	
	不明	8.2	15.8		9.9	14.1	

表6 主食・主菜・副菜の摂取頻度

		介入地区 (n=146)		事前・事後 の差	対照地区 (n=121)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
朝食	主食	週に5-7回	75.3	69.2	66.1	65.3	
		週に2-4回	11.6	10.3	10.7	15.7	
		週に1回以下	8.9	12.3	18.2	13.2	
		不明	4.1	8.2	5.0	5.8	
	主菜	週に5-7回	50.0	48.6	44.6	47.1	
		週に2-4回	27.4	24.7	22.3	26.5	
		週に1回以下	15.1	17.1	24.8	19.8	
		不明	7.5	9.6	8.3	6.6	
	副菜	週に5-7回	41.1	36.3	28.9	32.2	
		週に2-4回	25.3	30.1	23.1	28.1	
		週に1回以下	24.7	22.6	36.4	26.5	
		不明	8.9	11.0	11.6	13.2	
昼食	主食	週に5-7回	81.5	78.1	81.0	81.0	
		週に2-4回	14.4	18.5	13.2	13.2	
		週に1回以下	4.1	2.1	3.3	4.1	
		不明	0.0	1.4	2.5	1.7	
	主菜	週に5-7回	46.6	52.7	52.9	47.1	
		週に2-4回	39.0	32.9	33.1	38.0	
		週に1回以下	12.3	11.0	9.1	9.9	
		不明	2.1	3.4	5.0	5.0	
	副菜	週に5-7回	37.0	37.0	44.6	43.0	
		週に2-4回	43.2	41.8	36.4	34.7	
		週に1回以下	17.8	16.4	13.2	16.5	
		不明	2.1	4.8	5.8	5.8	
夕食	主食	週に5-7回	82.2	76.0	84.3	78.5	
		週に2-4回	12.3	13.0	7.4	13.2	
		週に1回以下	4.1	8.9	5.8	5.0	
		不明	1.4	2.1	2.5	3.3	
	主菜	週に5-7回	74.0	78.8	80.2	82.6	
		週に2-4回	19.9	15.8	14.9	13.2	
		週に1回以下	5.5	4.1	0.8	2.5	
		不明	0.7	1.4	4.1	1.7	
	副菜	週に5-7回	67.1	69.2	72.7	75.2	
		週に2-4回	26.7	21.9	19.8	19.8	
		週に1回以下	6.2	8.2	3.3	4.1	
		不明	0.0	0.7	4.1	0.8	

表7 食行動

			数値:%						
			介入地区 (n=146)		事前・事後 の差	対照地区 (n=121)		事前・事後 の差	
			事前	事後		事前	事後		
作る行動	食事づくりの 頻度	ほぼ毎日	34.9	36.3		34.7	36.4		
		週に4, 5日	11.0	8.2		12.4	8.3		
		週に2, 3日	12.3	13.7		12.4	19.8		
		週に1日程度	12.3	11.6		13.2	14.1		
		ほとんどない	28.8	29.5		27.3	20.7		
		不明	0.7	0.7		0.0	0.8		
	家族と一緒に 買い物する頻 度	ほぼ毎日	2.7	5.5		0.0	1.7		
		週に4, 5日	4.1	4.8		3.3	4.1		
		週に2, 3日	6.2	6.9		9.1	10.7		
		週に1日程度	29.5	26.7		28.9	29.8		
		ほとんどない	54.8	51.4		56.2	51.2		
		不明	2.7	4.8		2.5	2.5		
食べる行動	朝食摂取状況	ほぼ毎日	75.3	74.0		66.9	69.4		
		週に4, 5日	6.2	4.1		9.9	7.4		
		週に2, 3日	4.1	4.1		2.5	5.8		
		ほとんど食べない	14.4	16.4		19.8	17.4		
		不明	0.0	1.4		0.8	0.0		
		家族と一緒に 朝食を摂る頻 度	ほぼ毎日	42.5	45.9		29.8	35.5	
	週に4, 5日	12.3	8.9		8.3	7.4			
	週に2, 3日	4.8	4.8		8.3	13.2			
	週に1日程度	6.2	7.1		12.4	9.1			
	ほとんどない	32.2	34.3		38.0	31.4			
	不明	2.1	2.1		3.3	3.3			
	家族と一緒に 夕食を摂る頻 度	ほぼ毎日	52.7	51.4		38.8	38.8		
		週に4, 5日	11.6	8.2		20.7	12.4		
		週に2, 3日	8.2	10.3		11.6	19.8		
		週に1日程度	11.0	14.4		12.4	11.6		
		ほとんどない	14.4	14.4		12.4	14.1		
		不明	2.1	1.4		4.1	3.3		
	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	11.0	14.4		17.4	12.4	
			時々ある	47.3	43.2		41.3	47.1	
			どちらともいえない	7.5	6.9		13.2	9.9	
			あまりない	19.9	21.2		17.4	19.8	
			全くない	11.6	10.3		7.4	8.3	
			不明	2.7	4.1		3.3	2.5	
		食品購入時に ラベル(情報) 等を確認する 頻度	いつも	30.1	28.8		35.5	25.6	
ときどき			28.1	28.8		26.5	31.4		
どちらともいえない			10.3	10.3		6.6	13.2		
あまりしない			20.6	17.8		21.5	16.5		
まったくない			10.3	11.0		9.9	12.4		
不明			0.7	3.4		0.0	0.8		
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	5.5	6.9		8.3	7.4		
		時々する	22.6	28.8		36.4	34.7		
		あまりしない	45.2	38.4		40.5	43.0		
		ほとんどしない	26.0	25.3		14.1	13.2		
		不明	0.7	0.7		0.8	1.7		
		商店やスー パーから栄養 情報を得る頻 度	よくある	2.1	1.4	p=0.0170	1.7	2.5	
時々ある			19.9	26.7		25.6	32.2		
どちらともいえない			7.5	8.2		5.8	8.3		
あまりない			36.3	39.0		43.0	37.2		
全くない			33.6	22.6		23.1	19.0		
不明			0.7	2.1		0.8	0.8		
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	25.3	29.5		32.2	24.0		
	時々ある	52.7	48.6		47.1	50.4			
	どちらともいえない	6.2	6.2		5.8	9.9			
	あまりない	12.3	8.9		13.2	11.6			
	まったくない	3.4	5.5		1.7	3.3			
	不明	0.0	1.4		0.0	0.8			

表8 最もよく利用する食品の入手場所

		数値:%			
		介入地区(n=146)		対照地区(n=121)	
		事前	事後	事前	事後
野菜	専門店	23.3	34.3	32.2	38.0
	地区内スーパー	44.5	51.4	43.0	49.6
	地区外スーパー	2.1	2.7	0.8	4.1
	コンビニ	0.0	0.0	0.8	0.8
	生協	4.1	3.4	7.4	4.1
	直売所	0.7	2.1	0.0	0.8
	宅配	0.0	0.7	0.0	0.8
	その他	0.7	0.7	0.0	0.0
	不明	24.7	4.8	15.7	1.7
精肉	専門店	21.9	24.0	38.0	31.4
	地区内スーパー	47.3	65.1	39.7	59.5
	地区外スーパー	2.1	2.1	1.7	4.1
	コンビニ	0.0	0.0	0.0	0.0
	直売所	0.0	0.0	0.0	0.0
	宅配	2.1	0.7	1.7	0.0
	その他	2.1	3.4	3.3	2.5
	不明	24.7	4.8	15.7	2.5
	鮮魚	専門店	13.0	20.6	22.3
地区内スーパー		54.1	64.4	49.6	66.9
地区外スーパー		4.1	3.4	5.0	5.8
コンビニ		0.0	0.0	0.0	0.0
直売所		0.0	0.7	0.8	0.8
宅配		0.7	0.7	0.8	0.8
その他		4.1	5.5	5.8	5.0
不明		24.0	4.8	15.7	0.8
米		専門店	27.4	32.2	30.6
	地区内スーパー	28.1	42.5	32.2	44.6
	地区外スーパー	0.7	2.7	3.3	3.3
	コンビニ	0.0	0.7	1.7	0.8
	直売所	2.7	2.7	0.0	1.7
	宅配	8.2	9.6	7.4	10.7
	その他	4.8	4.8	8.3	9.1
	不明	28.1	4.8	16.5	2.5
	加工冷凍食品	地区内スーパー	48.0	70.6	59.5
地区外スーパー		11.0	10.3	5.8	10.7
コンビニ		0.0	0.7	3.3	1.7
生協		5.5	4.8	9.1	7.4
宅配		0.7	0.7	0.8	1.7
その他		0.7	1.4	2.5	4.1
買わない		2.7	6.9	0.8	6.6
不明		31.5	4.8	18.2	5.0
惣菜		専門店	8.9	12.3	18.2
	地区内スーパー	39.7	56.9	41.3	47.1
	地区外スーパー	2.1	0.7	4.1	5.0
	コンビニ	2.7	2.1	5.0	0.0
	生協	2.1	2.7	3.3	3.3
	その他	2.1	2.7	1.7	2.5
	買わない	8.2	14.4	5.8	9.9
	不明	34.3	8.2	20.7	8.3

事前事後の差は未検定

表9-1 食生活関連の行動変容段階

		数値:%					
		介入地区(n=146)			対照地区(n=121)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
食生活変容段階	無関心段階	17.1	17.1		13.2	13.2	
	関心段階	7.5	6.2		3.3	2.5	
	準備段階	46.6	46.6		52.1	56.2	
	実行段階	5.5	3.4		8.3	3.3	
	維持段階	23.3	26.7		23.1	24.8	
	不明	0.0	0.0		0.0	0.0	
副菜摂取の行動変容段階	無関心段階	7.7	6.3		7.6	5.1	
	関心段階	5.6	7.0		3.4	4.3	
	準備段階	47.6	43.0		51.7	46.2	
	実行段階	0.0	0.0		0.0	0.0	
	維持段階	39.2	43.7		37.3	44.4	
脂肪摂取の行動変容段階	無関心段階	11.8	10.6		13.5	14.4	
	関心段階	4.9	4.2		2.5	3.4	
	準備段階	43.8	47.2		51.3	49.2	
	実行段階	0.0	1.4		0.0	0.0	
	維持段階	39.6	36.6		32.8	33.1	

参考1 行動変容段階の定義

食生活変容段階	無関心段階	現在気をつけていることはないし、今後も気をつけるつもりはない
	関心段階	現在気をつけていることはないが、6ヶ月以内に気をつける
	準備段階	時々食生活に気をつけることはあるが、継続していない
	実行段階	現在気をつけていることはあるが、6ヶ月以上継続はしていない
	維持段階	現気をつけていることがあり、6ヶ月以上継続している
野菜摂取の行動変容段階	無関心段階	副菜を1日に2回以上食べることはほとんど無く、今後も食べようと思わない
	関心段階	副菜を1日に2回以上食べることはほとんど無いが、今後6ヶ月以内に食べようと思う
	準備段階	週に半分くらいは、副菜を1日に2回以上食べる
	実行段階	ほぼ毎日、副菜を1日に2回以上食べるが、未だ実行して6ヶ月未満である
	維持段階	ほぼ毎日、副菜を1日に2回以上食べることを、6ヶ月以上継続している
脂肪摂取の行動変容段階	無関心段階	脂肪をとりすぎないように気をつけていないし、今後もしようとは思わない
	関心段階	脂肪をとりすぎないように気をつけていないが、今後6ヶ月以内にしようと思う
	準備段階	脂肪をとりすぎないように気をつけることはあるが、継続的にはできていない
	実行段階	脂肪をとりすぎないようにいつも気をつけているが、まだ6ヶ月未満である
	維持段階	脂肪をとりすぎないようにいつも気をつけており、6ヶ月以上継続している

表9-2 1日に食べる野菜料理の皿数 (事後調査のみ)

		数値:%					
		介入地区(n=146)			対照地区(n=121)		
		事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
1日に野菜料理は何皿食べるか	①ほとんど食べない		6.2			8.3	
	②1~2皿		61.0			58.7	
	③3~4皿		24.7			21.5	
	④5~6皿		6.2			8.3	
	⑤7皿以上		0.0			0.8	
	不明		2.1			2.5	
①②③に○つけた人	関心がない		56.7			60.8	
	6ヶ月以内に実行しようと思う		13.4			21.5	
	すぐに実行しようと思う		17.9			9.4	
	不明		11.9			8.4	
④⑤に、○をつけた人	6ヶ月未満		0.0			0.0	
	6ヶ月以上継続		100.0			100.0	

表10 食知識

		数値:%					
		介入地区(n=146)		事前・事後 の差	対照地区(n=121)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
1日に摂取する野菜の量	100g程度	1.4	2.7		2.5	0.0	
	200g程度	26.7	17.1		17.4	3.3	
	350g程度	31.5	30.8		41.3	21.5	
	500g以上	10.3	13.7		11.6	40.5	
	わからない	26.0	29.5		21.5	10.7	
	不明	4.1	6.2		5.8	24.0	
摂取カロリーに占める脂肪の適正な割合	15-20%	38.4	22.6		34.7	35.5	p=0.0489
	20-25%	20.6	23.3		31.4	23.1	
	25-30%	3.4	9.6		1.7	5.0	
	30-35%	1.4	2.1		0.8	0.0	
	わからない	31.5	35.6		24.8	33.1	
	不明	4.8	6.9		6.6	3.3	
1日に摂取する食物繊維	10-15g	4.8	4.1		5.0	1.7	p=0.0157
	15-20g	6.9	12.3		16.5	15.7	
	20-25g	33.6	19.9		28.9	24.0	
	25-30g	15.1	19.2		17.4	20.7	
	わからない	34.3	37.7		25.6	34.7	
	不明	5.5	6.9		6.6	3.3	
1日当りの食塩摂取上限	5g未満	25.3	21.9		23.1	24.8	
	10g未満	43.2	39.0		42.2	39.7	
	15g未満	4.8	6.2		8.3	9.9	
	20g未満	1.4	0.7		0.0	0.0	
	わからない	21.2	25.3		20.7	22.3	
	不明	4.1	6.9		5.8	3.3	
適正体重の目安	BMIで12-18.5	3.4	1.4	p=0.0109	3.3	4.1	
	BMIで18.5-25	11.0	18.5		23.1	28.9	
	BMIで25-31.5	2.1	2.1		1.7	2.5	
	BMIを知らない	52.7	50.0		38.8	47.1	
	BMIの適正域を知らない	21.2	11.6		20.7	10.7	
	不明	9.6	16.4		12.4	6.6	
1日に必要なカロリー	1000未満	3.4	1.4	p=0.0230	1.7	3.3	p=0.0192
	1000-1500未満	7.5	4.8		5.8	4.1	
	1500-2000未満	22.6	21.2		24.0	23.1	
	2000-2500未満	13.7	14.4		22.3	13.2	
	2500-3000未満	8.9	8.2		11.6	7.4	
	3000以上	7.5	2.7		3.3	6.6	
	不明	36.3	47.3		31.4	42.2	

表11 食に関する事項の結果期待と自己効力感

			数値: %				
			介入地区 (n=146)		対照地区 (n=121)		
			事前	事後	事前	事後	事前・事後 の差
結果期待	栄養のバランスを 考えること	非常に重要	56.2	55.5	53.7	52.1	
		まあ重要	37.0	36.3	39.7	43.0	
		どちらともいえない	4.1	6.9	4.1	4.1	
		あまり重要でない	1.4	0.7	2.5	0.8	
		重要ではない	0.7	0.0	0.0	0.0	
		不明	0.7	0.7	0.0	0.0	
	主食・主菜・ 副菜をそろえ ること	非常に重要	56.2	54.1	47.9	47.9	
		まあ重要	35.6	39.0	46.3	45.5	
		どちらともいえない	4.8	6.9	4.1	4.1	
		あまり重要でない	1.4	0.0	0.8	0.8	
		重要ではない	0.7	0.0	0.0	0.0	
		不明	1.4	0.0	0.8	1.7	
	副菜を1日に 2回以上たべ ること	非常に重要	43.8	45.2	3.8	36.4	
		まあ重要	38.4	39.0	41.3	46.3	
		どちらともいえない	15.1	14.4	16.5	13.2	
		あまり重要でない	1.4	0.7	2.5	2.5	
		重要ではない	0.7	0.0	0.8	0.8	
		不明	0.7	0.7	0.0	0.8	
脂肪を取り過 ぎないように すること	非常に重要	49.3	42.5	47.9	48.8		
	まあ重要	39.7	43.8	37.2	41.3		
	どちらともいえない	6.2	9.6	9.9	7.4		
	あまり重要でない	0.7	2.1	3.3	0.8		
	重要ではない	2.7	0.7	1.7	0.8		
	不明	1.4	1.4	0.0	0.8		
自己効力感	栄養のバラ ンスを考 えるこ と	かなりできる	18.5	16.4	22.3	14.9	
		少しできる	39.7	43.8	44.6	48.8	
		どちらともいえない	21.2	21.9	19.8	24.0	
		あまりできない	16.4	15.8	11.6	11.6	
		全くできない	4.1	2.1	1.7	0.8	
		不明					
	主食・主菜・ 副菜をそろえ ること	かなりできる	28.6	31.5	30.6	30.6	
		少しできる	43.2	37.7	34.7	33.9	
		どちらともいえない	9.6	15.1	19.0	22.3	
		あまりできない	13.0	13.0	14.9	9.9	
		全くできない	3.4	2.7	0.8	2.5	
		不明	2.1	0.0	0.0	0.8	
	副菜を1日に 2回以上たべ ること	かなりできる	21.9	29.5	27.3	25.6	
		少しできる	45.9	31.5	34.7	39.7	
		どちらともいえない	14.4	21.9	22.3	23.1	
		あまりできない	13.0	13.7	14.9	8.3	
		全くできない	4.1	2.7	0.8	2.5	
		不明	0.7	0.7	0.0	0.8	
脂肪を取り過 ぎないように すること	かなりできる	25.3	27.4	25.6	23.1		
	少しできる	49.3	42.5	42.2	51.2		
	どちらともいえない	16.4	19.9	20.7	19.0		
	あまりできない	4.8	8.9	10.7	5.8		
	全くできない	3.4	0.7	0.8	0.8		
	不明	0.7	0.7	0.0	0.0		

表12 食態度

			介入地区 (n=146)		対照地区 (n=121)		数値: %	
			事前	事後	事前・事後 の差	事前	事後	事前・事後 の差
嗜好	野菜	大好き	45.9	44.5		45.5	45.5	
		まあ好き	43.2	45.2		45.5	38.8	
		どちらとも言えない	8.2	6.2		5.8	10.7	
		やや嫌い	2.1	2.7		2.5	3.3	
		大嫌い	0.7	0.0		0.0	0.0	
		不明	0.0	1.4		0.8	1.7	
	肉加工品	大好き	19.2	24.7	p=0.0306	29.8	25.6	
		まあ好き	48.6	52.1		50.4	47.9	
		どちらとも言えない	24.0	20.6		14.9	19.8	
		やや嫌い	6.9	1.4		4.1	4.1	
		大嫌い	0.0	0.7		0.8	1.7	
		不明	1.4	0.7		0.0	0.8	
	揚げ物・炒め物	大好き	20.6	22.6		20.7	15.7	
		まあ好き	51.4	52.1		55.4	57.0	
		どちらとも言えない	21.2	19.9		19.0	19.8	
		やや嫌い	6.9	4.8		3.3	5.8	
		大嫌い	0.0	0.0		1.7	0.8	
		不明	0.0	0.7		0.0	0.8	
価値観	家族と一緒に食事をする事について	とても重要なので、なるべく一緒に食べる	46.6	40.4		40.5	47.9	
		重要だが、いそがしい場合はそろわなくてよい	39.7	46.6		50.4	46.3	
		どちらでもよい	8.9	6.9		5.0	2.5	
		一緒にないほうがよい	1.4	0.0		0.0	0.0	
		不明	3.4	6.2		4.1	3.3	
	食品購入時に重視すること	健康、栄養	30.1	26.7		41.3	33.1	
		体重コントロール	1.4	4.1		1.7	5.8	
		安全性	37.7	34.3		28.1	29.8	
		価格	20.6	19.9		17.4	19.0	
		鮮度	5.5	10.3		6.6	8.3	
		味	1.4	0.7		3.3	0.8	
		家族の好み	1.4	1.4		0.0	0.0	
		手間がかからない	0.0	0.0		0.0	0.8	
		生産地	0.7	0.7		0.0	0.0	
		季節性	0.0	0.7		0.0	0.8	
	その他	0.7	0.0		0.8	0.8		
	不明	0.7	1.4		0.8	0.8		
	食事よりは他のことにお金を使いたいという考えについて	強くそう思う	4.1	1.4		0.8	2.5	
		少しそう思う	13.7	11.0		14.9	12.4	
		どちらとも言えない	39.0	43.8		46.3	47.1	
		あまりそう思わない	29.5	30.8		25.6	28.1	
		全くそう思わない	12.3	9.6		11.6	9.1	
	不明	1.4	3.4		0.8	0.8		
	意思・意欲	地域の食学習会参加意欲	是非参加したい	3.4	2.1		3.3	2.5
少し参加したい			19.2	15.1		15.7	11.6	
どちらともいえない			39.7	39.7		39.7	44.6	
あまり参加したくない			25.3	28.1		26.5	28.9	
全く参加したくない			10.3	13.0		14.1	10.7	
不明		2.1	2.1		0.8	1.7		
食環境整備に関する参加意欲		多いに思う	4.8	2.1	p=0.0232	5.8	0.8	
		少しは思う	31.5	25.3		19.0	23.1	
		どちらとも言えない	37.0	32.9		47.1	45.5	
		あまり思わない	17.2	28.1		23.1	24.0	
	全く思わない	6.2	8.2		2.5	3.3		
不明	2.7	3.4		2.5	3.3			

表13 食スキル

		数値:%					
		介入地区(n=146)		事前・事後 の差	対照地区(n=121)		事前・事後 の差
		事前	事後		事前	事後	
自分の食事内容 の問題を適切に 判断すること	かなりできる	13.0	14.4		14.1	13.2	
	少しできる	36.3	48.0		47.1	48.8	
	どちらとも言え ない	33.6	19.2		22.3	20.7	
	あまりできない	13.0	16.4		14.9	14.9	
	全くできない	2.7	2.1		0.8	2.5	
	不明	1.37	0.0		0.8	0.0	
栄養情報の正誤 を判断すること	かなりできる	13.7	12.3		14.1	12.4	
	少しできる	33.6	36.3		43.8	47.9	
	どちらともい え	27.4	24.7		23.1	17.4	
	あまりできない	16.9	17.8		13.2	13.2	
	全くできない	2.7	2.7		2.5	4.1	
	マスコミから情 報	2.1	4.1		2.5	4.1	
不明	0.7	2.1		0.8	0.8		
栄養成分表示を 理解して使用する こと	かなりできる	5.5	5.5		6.6	5.8	
	少しできる	21.2	22.6		29.8	34.7	
	どちらともい え	29.5	27.4		28.1	26.5	
	あまりできない	29.5	27.4		24.8	25.6	
	全くできない	13.7	15.6		10.7	6.6	
	不明	0.7	1.4		0.0	0.8	
食物の選択や食 事を整えるのに 困らない知識や スキル	充分ある	8.2	6.9		9.1	8.3	
	まあある	48.0	50.7		46.3	52.1	
	あまりない	36.3	37.7		37.2	37.2	
	全くない	6.9	4.8		5.8	2.5	
	不明	0.7	0.0		1.7	0.0	
人と会食するとき でも、自分が健康 に良いと思う食事 を主張できるか	かなりできる	6.2	8.2		9.9	5.0	
	少しできる	30.1	26.7		28.9	27.3	
	どちらとも言 え	33.6	37.0		27.3	36.4	
	あまりできない	21.9	21.9		28.9	26.5	
	全くできない	7.5	6.2		4.1	5.0	
不明	0.7	0.0		0.8	0.0		

表14 周囲の人からの食支援

		数値:%					
		介入地区(n=146)		事前・事後の 差	対照地区(n=121)		事前・事後の 差
		事前	事後		事前	事後	
健康や食生活の向上に対する家族の協力	非常に協力的	25.3	22.6		25.6	19.8	
	まあ協力的	53.4	54.1		57.9	59.5	
	あまり協力的でない	6.9	6.2		7.4	9.9	
	全く協力的でない	0.7	2.7		1.7	1.7	
	わからない	10.3	11.0		4.1	6.6	
	不明	3.4	3.4		3.3	2.5	
食生活の向上に対する家族の期待	非常に期待している	39.0	30.8		28.1	27.3	
	少し期待している	36.3	50.0		57.0	54.6	
	あまり期待していない	8.9	6.2		8.3	5.8	
	全く期待していない	2.1	1.4		0.0	0.8	
	わからない	10.3	8.2		3.3	9.1	
	不明	3.4	3.4		3.3	2.5	
健康的な食生活が家族にとって重要なか	非常に重要	51.4	43.8		46.3	41.3	
	まあ重要	29.5	30.8		31.4	38.8	
	どちらとも言えない	15.1	18.5		17.4	16.5	
	あまり重要でない	0.7	2.1		0.8	0.8	
	全く重要でない	0.7	0.7		0.0	0.0	
	不明	2.7	4.1		4.1	2.5	
食について学習する仲間(家族以外)	たくさんいる	4.8	2.1		4.1	1.7	
	少しいる	25.3	26.0		33.9	28.9	
	どちらともいえない	14.4	13.7		10.7	19.8	
	あまりいない	33.6	32.2		37.2	33.9	
	全くいない	20.6	23.3		12.4	15.7	
	不明	1.4	2.7		1.7	0.0	

表15 食環境への認識

			数値: %					
			介入地区 (n=146)		対照地区 (n=121)		事前・事後の差	
			事前	事後	事前	事後		
食物	食品店などの野菜の選びやすさ	充分整っている	22.6	15.8	15.7	12.4		
		まあ整っている	62.3	65.1	71.1	71.1		
		あまり整っていない	6.2	10.3	5.8	8.3		
		全く整っていない	0.0	0.0	2.5	2.5		
		わからない	7.5	7.5	4.1	5.0		
		不明	1.4	1.4	0.8	0.8		
	食品店などの低脂肪食品の選びやすさ	充分整っている	6.9	6.2	2.5	4.1		
		まあ整っている	45.2	47.3	45.5	42.2		
		あまり整っていない	30.8	26.0	33.1	33.1		
		全く整っていない	2.1	2.1	4.1	2.5		
		わからない	16.7	17.1	12.4	17.4		
		不明	1.4	1.4	2.5	0.8		
	食物と食情報	自分に合った食物を選択するのに食品の表示や外食料理のメニューなどが整った	充分整っている	2.7	2.1	0.8	2.5	
			まあ整っている	41.8	48.6	38.0	44.6	
あまり整っていない			46.6	44.5	53.7	47.9		
全く整っていない			5.5	3.4	5.0	5.0		
不明			3.4	1.4	2.5	0.0		
食情報	食品店などからの食・健康情報収集	充分得られている	1.4	0.7	0.0	0.8		
		まあ得られている	19.2	24.7	12.4	21.5		
		どちらとも言えない	33.6	40.4	52.1	41.3		
		あまり得られていない	32.2	19.9	28.1	30.6		
		全く得られていない	12.3	12.3	5.8	5.0		
		不明	1.4	2.1	1.7	0.8		
	学校から子どもを通じた食・健康情報収集	充分得られている	0.0	0.0	0.8	0.0		
		まあ得られている	10.3	12.3	10.7	14.1		
		どちらとも言えない	17.8	19.9	28.1	24.8		
		あまり得られていない	13.0	13.0	18.2	18.2		
		全く得られていない	9.6	9.6	9.9	9.9		
		不明	49.3	45.2	32.2	33.1		
	栄養サポート店の認知	利用したことがある	4.1	4.1	0.8	1.7	p=0.0440	
		見たことはあるが利用したことはない	8.2	14.4	5.0	12.4		
		聞いたことはあるが見たことはない	15.1	21.2		23.1		
		全く知らない	72.6	60.3	17.4	61.2		
		不明	0.0	0.0	73.6	1.7		
					3.3			
世田谷プランの認知	内容を知っている	4.1	8.2	4.1	5.0	p<0.0001		
	聞いたことはあるが内容は知らない	30.8	51.4	39.7	52.1	p=0.0077		
	全く知らない	63.7	39.7	52.9	41.3			
	不明	1.4	0.7	3.3	1.7			

表16 世田谷区に対する認識

		数値:%				
		介入地区 (n=146)		事前・事後の差	対照地区 (n=121)	
		事前	事後		事前	事後
子どもがのびのび育つまち	そう思う	36.3	37.0		24.0	28.1
	どちらともいえなし	53.4	50.7		59.5	52.9
	そう思わない	7.5	9.6		11.6	14.1
	不明	2.7	2.7		5.0	5.0
一人ひとりが自分らしく生きられるまち	そう思う	29.5	32.2		27.3	24.8
	どちらともいえなし	63.7	56.9		57.0	60.3
	そう思わない	4.1	8.9		9.9	9.9
	不明	2.7	2.1		5.8	5.0
病気や障害があっても自分らしく生きられるまち	そう思う	21.2	24.0		19.0	19.0
	どちらともいえなし	69.9	65.1		64.5	62.0
	そう思わない	6.2	8.9		10.7	14.1
	不明	2.7	2.1		5.8	5.0
個人の主体的な価値判断に基づく健康づくりができるまち	そう思う	27.4	21.9		14.9	21.5
	どちらともいえなし	67.1	65.8		67.8	61.2
	そう思わない	3.4	8.9		11.6	12.4
	不明	2.1	3.4		5.8	5.0
健康づくりのために必要な情報が得やすいまち	そう思う	23.3	26.7		14.1	22.3
	どちらともいえなし	67.8	61.6		65.3	58.7
	そう思わない	5.5	8.9		14.9	14.1
	不明	3.4	2.7		5.8	5.0
人との出会い、支えあいが広がるまち	そう思う	28.1	28.1		22.3	26.5
	どちらともいえなし	58.1	58.2		56.2	57.9
	そう思わない	9.6	10.3		15.7	10.7
	不明	3.4	3.4		5.8	5.0
健康づくりや生きがいなど、グループ活動が活発なまち	そう思う	15.8	15.1		16.5	23.1
	どちらともいえなし	73.3	71.2		64.5	62.8
	そう思わない	7.5	10.3		13.2	9.1
	不明	3.4	3.4		5.8	5.0
地域や地区で協力、助け合いができるまち	そう思う	24.0	24.7		25.6	25.6
	どちらともいえなし	63.7	63.0		55.4	61.2
	そう思わない	8.2	8.9		13.2	8.3
	不明	4.1	3.4		5.8	5.0
快適で安心できる環境の中で住み続けられるまち	そう思う	39.7	34.9		31.4	33.9
	どちらともいえなし	50.7	54.8		52.1	51.2
	そう思わない	8.2	7.5		10.7	9.9
	不明	1.4	2.7		5.8	5.0
ふるさと意識がもてるまち	そう思う	33.6	24.0		21.5	28.1
	どちらともいえなし	54.1	62.3		56.2	45.5
	そう思わない	8.9	10.3		16.5	21.5
	不明	3.4	3.4		5.8	5.0
世田谷区に対する愛着	感じている	47.3	39.0	p=0.03*	39.7	35.5
	まあ感じている	41.1	44.5		33.9	43.0
	どちらとも言えなし	9.6	14.4		19.0	14.9
	あまり感じていない	1.4	2.1		3.3	3.3
	全く感じていない	0.7	0.0		1.7	1.7
	不明	0.0	0.0		2.5	1.7