

平成20年度 厚生労働科学研究費補助金  
循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業

食育を通じた健康づくり及び  
生活習慣病予防戦略に関する研究

報告書

2009年3月31日

主任研究者 荒井 裕介  
(独立行政法人国立健康・栄養研究所)

平成20年度 厚生労働科学研究費補助金  
循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業

**食育を通じた健康づくり及び  
生活習慣病予防戦略に関する研究**

**報 告 書**

2009年3月31日

**主任研究者 荒井 裕介**  
(独立行政法人国立健康・栄養研究所)

## 目 次

総括研究報告書	食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究 荒井 裕介 ..... 1
分担研究報告書	健康づくり・生活習慣病予防のための「食育研究データベース」の構築 三好 美紀 ..... 9
	健康づくりに向けた「食育」取組データベースの構築 荒井 裕介 ..... 16
	文献データベース及び双方向型ネットワークシステムの構築に関する研究 廣田 晃一 ..... 65
	諸外国のポピュレーションストラテジーの事例調査 三好 美紀 ..... 74
	カナダ (British Columbia州)、アメリカ (New York州) における食教育を含む肥満予防プログラムの事例及び情報収集 坪倉 もえ ..... 79
	アジア諸国におけるポピュレーションストラテジーの事例収集に関する研究 橋本 令子 ..... 94
参考資料	非伝染性疾患予防の成功：フィンランドのノース・カレリア・プロジェクトの25年に及ぶ経験 Pekka Puska (Public Health Medicine 2002; 4(1):5-7の仮和訳) ..... 105
	非伝染性疾患予防を目的として公衆栄養に影響を与える：地域介入から国家的プログラムへ——フィンランドの経験 Puska Pekka, Pietinen Pirjo and Uusitalo Ulla (Public Health Nutrition: 5(1A), 245-251の仮和訳) ..... 113

## 総括研究報告書

### 食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究

主任研究者 荒井 裕介（独立行政法人国立健康・栄養研究所栄養疫学プログラム）

#### 研究要旨

##### I. 研究目的

本研究班では生活習慣病予防、特に肥満予防を目的としたポピュレーションストラテジーの一手段として、効果的な「食育」プログラム開発に資するエビデンス及び事例蓄積（データベース化）を行い公開するとともに、「食育」を健康づくり、生活習慣病予防にどのようにいかすことができるのかその戦略を研究する。これにより、根拠に基づく、効果的な実践活動の促進への支援とすることを目的にしている。

##### II. 研究内容

エビデンス及び事例蓄積は、「文献データベース」「食育研究データベース」「行政取組データベース」「諸外国事例データベース」の4つのデータベースにより構成し、本年度はそれぞれのデータベース構築を進めた。

##### III. 研究結果

###### 1. 健康づくり・生活習慣病予防のための「食育研究データベース」の構築

「健康づくり・生活習慣病予防のための食育研究」の事例を体系的、網羅的に収集することを目指しており、そのための事例収集の一環として、特定非営利活動法人日本栄養改善学会の食育推進企画検討会の協力を得て、同学会評議員を対象に郵送式アンケート調査を実施した。事例の詳細情報は「食育研究データベース」として、ホームページにより公開する準備を進めている。今後、これらの詳細情報の精査を行い、健康づくりのためのより効果的な「食育研究」のプロセスについて検討を重ねる予定である。

###### 2. 健康づくりに向けた「食育」取組データベースの構築

本研究では、全国自治体の健康づくりを目的とした「食育」に関する取組を「健康づくりに向けた『食育』取組データベース」としてデータベース化し、登録された事例の中から、先進的、効果的と評価される事例（ベストプラクティス）を抽出し、具体的な事例に基づく成果を出す取組方策を提示することを目的としている。これにより、効果的な取り組みを共有し、相互に情報を利活用することにより、さらに幅広く取り組みが実践され、「食育」及び「健康日本21」等の推進に役立てることを目指している。本年度は、取組データベースへの事例登録から公開までを行った。取組データベース運営の今後の課題として、関係機関の協力を得てより多くの自治体の参加を得るとともに、特定健診・保健指導等、ニーズの高い取組にターゲットを絞り、事例数を増やし、ツール等、参考資料の掲載の充実を図る。評価項目が十分に記載されていない事例が多いた

め、適切な支援を検討する。また、ユーザビリティの改善を進め、自治体担当者間の横のつながりを強化する機能（メーリングリストなど）についても充実できるよう検討する予定である。

### 3. 文献データベース及び双方向型ネットワークシステムの構築に関する研究

食育の取組みについて、国内外の事例(文献)を体系的、網羅的に収集し、抽出されたエビデンスを効率的に取り扱うためのデータベース化と、それらを管理栄養士等の食育を実践する専門家に対してインターネットを通じて公開し、継続的な事例の蓄積が可能な双方向型ネットワークについて検討をおこなった。

### 4. 諸外国のポピュレーションストラテジー事例調査（諸外国事例データベースの構築）

海外における「食育」に関連する研究や、政策、取組等については、文献の精読のみでは把握が困難とされる、対象者への具体的なアプローチ手法、成果などの実態に関して、現地の関連機関で情報収集を実施した。今年度には、カナダ、アメリカ、フィンランド、ドイツ、オーストリアにおいて現地調査を行った。またアジア諸国におけるポピュレーションストラテジーに関する事例については、メールでのインタビュー調査とインターネットからの情報収集を行った。特にフィンランドのNorth Karelia Projectでは、マスメディアを通じた食生活に係る行動変容を目指したキャンペーンと並行して、食環境整備を目指した取り組みが中心に行うとともに、女性団体など各コミュニティで主体となって活動している団体と連携して各プログラムが実施され、大きな効果を得ている。これらNorth Karelia Projectの食環境整備に向けた民間企業や公共セクターおよび地域団体との連携によるポピュレーションアプローチ及びその評価手法について、我が国が学び得るところは多く、文献等では把握できない貴重な情報を得ることができた。

これら調査により得られた各国の情報は、我が国の食育活動の参考となるようデータベース化を行い、インターネットを通じて公開する。

#### 【研究組織】

##### 分担研究者

橋本 令子

（和洋女子大学生活科学系）

三好 美紀

（独立行政法人国立健康・栄養研究所国際産学連携センター）

坪倉 もえ

（日本女子大学家政学部食物学科）

廣田 晃一

（独立行政法人国立健康・栄養研究所情報センター）

##### 研究協力者

澤村 薫

（和洋女子大学生活科学系）

由田 克士

（独立行政法人国立健康・栄養研究所栄養疫学プログラム）

古池 直子

（独立行政法人国立健康・栄養研究所情報センター）

梅沢 淳

（独立行政法人国立健康・栄養研究所情報センター）

佐藤 美津代

(独立行政法人国立健康・栄養研究所情報センター)

角倉 知子

(独立行政法人国立健康・栄養研究所国際産学連携センター)

## A. 研究目的

平成20年度からメタボリックシンドロームに着目し、主にをターゲットした健診・保健指導の充実が図られて実施されている。しかし、メタボリックシンドロームや糖尿病等の増加を抑えるためには、より若い時期から正しい生活習慣に関する普及啓発等(ポピュレーションアプローチ)を通じて、予防行動を実践させる事が重要である。また40歳~74歳を対象とした「特定健診・特定保健指導」の制度においても、継続して健康的な生活習慣が維持できるよう、ポピュレーションアプローチによる支援がうたわれている。

一方、内閣府が平成20年3月に実施した調査において、「食育に関心がある」と回答した国民は、75%に上り、「食育基本法」が制定されてから3年という期間を考えると、「食育」は急速に浸透し、特に子供への取組もあいまって、子育て世代である若年層にも食への関心を高めたのではないかと考えられる。

行政では、昨年度実施したアンケート調査結果から、健康増進計画策定時に比べて、食育推進計画策定時では、農林水産、教育、食品安全など多方面と連携を図っていることが明らかになった。

国民の「食育」への関心の高さや、農林水産、教育、食品産業など従来に比べ、多くのチャンネルを通じて取り組みが行われやすくなっていることから、「食育」を健康づくり及び生活習慣病予防に効果的に活用することは有効な手段になると考えられる。

本研究班では生活習慣病予防、特に肥満予防を目的としたポピュレーションストラテジーの一手段として、効果的な「食育」プログラム開発に資するエビデンス及び事例蓄積(データベース化)を行い公開するとともに、「食育」を健康づくり、生活習慣病予防にどのようにいかすことができるのかその戦略を研究する。これにより、根拠に基づく、効果的な実践活動の促進への支援とすることを目的としている。

本年度はエビデンス及び事例蓄積を行う「文献データベース」「食育研究データベース」「行政取組データベース」「諸外国事例データベース」の4つのデータベースの構築を中心に行った。

## B. 方法

(1) 健康づくり・生活習慣病予防のための「食育研究データベース」の構築  
「健康づくり・生活習慣病予防のための食育研究」の事例を体系的、網羅的に収集することを目指しており、そのための事例収集の一環として、特定非営利活動法人日本栄養改善学会の食育推進企画検討会の協力を得て郵送式アンケート調査を実施した。昨年度に実施した文献レビューの成果を踏まえて質問紙を作成し、2段階で事例収集を行った。

(2) 健康づくりに向けた「食育」取組データベースの構築

本研究では、全国自治体の健康づくりを目的とした「食育」に関する取組を「健康づくりに向けた『食育』取組データベース」としてデータベース化し、登録された事例の中から、先進的、効果的と評価される事例(ベストプラクティス)を抽出し、具体的な事例に基づく成果を出す取組方策を提示することを目的としている。これにより、効果的な取り組みを共有し、相互に情報を

利活用することにより、さらに幅広く取り組みが実践され、「食育」及び「健康日本21」等の推進に役立てることを目指している。本年度は、取組データベースへの登録から公開までを行った。

本データベースには、全国各自治体で実施されている健康づくりを目的とした「食育」に関する取組を収集した。具体的には、自治体における「食育推進基本計画」、「健康日本21」の「栄養・食生活分野」等の目標項目に関する各種事業等の取組を扱う。

収集にあたっては、厚生労働省、社団法人日本栄養士会全国行政栄養士協議会の協力を得て、全国自治体へ依頼した。

データベースのユーザビリティ等に関するアンケート（無記名）は、平成21年1月現在にデータベースに登録された自治体の担当者に対して実施した。

### （3）文献データベース及び双方向型ネットワークシステムの構築に関する研究

食育の取組みについて、国内外の事例（文献）を体系的、網羅的に収集し、抽出されたエビデンスを効率的に取り扱うためのデータベース化と、それらを管理栄養士等の食育を実践する専門家に対してインターネットを通じて公開し、継続的な事例の蓄積が可能な双方向型ネットワークについて検討をおこなった。

### （4）諸外国のポピュレーションストラテジーの事例調査

海外における「食育」に関連する研究や、政策、取組等について、文献の精読のみでは把握が困難とされる、対象者への具体的なアプローチ手法、成果などの実態に関して、現地の関連機関で情報交換を実施した。今年度については、アメリカ、カナダ、フ

ィンランド、ドイツ、オーストリアについて現地調査を行った。

またアジア諸国におけるポピュレーションストラテジーに関する事例については、やメールでのインタビュー調査とインターネットからの情報収集を行った。

### （5）倫理的な配慮

事例収集にあたっては、「独立行政法人国立健康・栄養研究所研究倫理委員会疫学研究部会」の承認を得た。

## C. 結果と考察

### （1）健康づくりに向けた「食育」取組データベースの構築

第1回調査で53事例が収集できた。内容を1) QOLの向上、2) 栄養状態の改善、知識・態度の習慣や行動変容、望ましい食習慣の形成、3) 食環境づくりの推進、4) 推進体制の整備、4課題に分けると「2) 栄養状態の改善、知識・態度の習慣や行動変容、望ましい食習慣の形成」が最も多かった(60.8%)。対象者の年齢層は子ども、特に小学生が最も多く、成人を対象とした事例では「中高年」を対象とした事例が多かった。

得られた事例を精査・検討した結果、全53事例を第2回調査の対象とし、詳細研究内容を調査中である。

「食育研究データベース」構築に向けて今後より多くの研究事例を蓄積していく必要がある。その一環として、現在、学会抄録集から抽出した研究事例の詳細情報の収集調査も行っている。

### （2）健康づくりに向けた「食育」取組データベースの構築

取組データベースへの事例登録は、平成20年10月より開始し、平成20年12月末より公開を始めている。平成21年3月現在、163

団体（市町村、保健所等）、310事例を公開している。平成21年3月現在までに総アクセス数が約2万件、平日1日平均では約400件のアクセスがある。

公開に際して登録団体担当者に対して行ったユーザビリティ等に関するアンケートでは、取組データベースが業務に役立つと回答した者が95.6%に上り、特に事業計画や見直し等の業務に役立つという意見が多かった。また検索方法や効率、閲覧画面の見やすさについてのアイデアやニーズ等の意見が多く得られたので、これを参考に改善を図っていく予定である。

取組データベース運営の今後の課題として、関係機関の協力を得てより多くの自治体の参加を得るとともに、特定健診・保健指導等、ニーズの高い取組にターゲットを絞り、事例数を増やし、ツール等、参考資料の掲載の充実を図る。評価項目が十分に記載されていない事例が多いため、適切な支援を検討する。また、ユーザビリティの改善を進め、自治体担当者間の横のつながりを強化する機能（メーリングリストなど）についても充実できるよう検討する予定である。

### （3）文献データベース及び双方向型ネットワークシステムの構築に関する研究

FileMakerPro6を用い、「健康づくり・生活習慣病予防のための「食育」事例データベース」（以下、事例データベースとする）および「健康づくりに向けた『食育』取組データベース」（以下、取組データベースとする）の2つのデータベースを構築した。作成にあたっては、レイアウト上にポップアップリストやラジオボタン、特定の機能を持たせたボタン等を設置した。これにより、入力時の正確性の向上と省力化が実現された。

取組データベースでは登録者がいつでも自分の登録したデータの修正をオンラインで行えるようにした。そのため、登録・修正時に個々にパスワードと登録内容の一覧をメール送付した。登録者が自分の登録内容を修正する際には、パスワードの入力を行うことで確認を行うものとした。これにより、データを登録した本人以外の者は内容の修正が不可能になり、プライバシーの保護とセキュリティの向上が図られた。また取組データベースの公開に当たっては、様々な検索条件を設定して絞り込み検索と個々のデータの詳細の閲覧を可能にしている。

今後の課題として、アクセス数の増加、セキュリティ向上に対応するため、より高度なシステムへの移行が必須と思われる。

### （4）諸外国のポピュレーションストラテジーの事例調査

#### ①カナダ・アメリカ

カナダ（British Columbia州）、アメリカ（New York州）にて食習慣改善や肥満予防を目的とする介入プログラムの事例収集と共に、文献の精読のみでは把握が困難とされる、対象者への具体的なアプローチ手法、成果などの実態に関して、現地の関連機関にて情報交換を実施した。カナダ、アメリカでの「食教育」を含む肥満予防の介入研究やプログラムは、主に児童の肥満を予防するものに注目が集まり、成人を対象とするものは少なかった。成人を対象としたプログラムでは食教育よりも、人々の身体運動、健康的な食品へのアクセスを向上し、多くの人に効果をもたらす環境整備にプログラムの重点が置かれていた。特にカナダでは、冬季オリンピック開催を前に国民の健康増進、生活習慣病の予防が政府、行政機関全体の問題として据えられ、それぞれのセクターが連携するトータルアプロ

一歩を進めており、今後の展開が期待される。

## ②フィンランド・ドイツ・オーストリア

海外のポピュレーション・ストラテジーの事例の具体的な手法や成果について情報収集を行うことを目的にフィンランド、ドイツ、オーストリアにて現地調査を行った。いずれの国においても肥満および慢性疾患は主要な健康問題であり、これまでのエビデンスを踏まえ、地域別政策のもと様々な取り組みが進められている。これらの国では同じ言語圏共通のツールを効果的に取り入れたポピュレーションアプローチが特徴的であった。

フィンランドのNorth Karelia Projectでは、マスメディアを通じた食生活に係る行動変容を目指したキャンペーンと並行して、食品産業との連携による新商品（例：低脂肪食品）の開発および栄養表示の強化、そして価格調整などの食環境整備を目指した取り組みが中心であった。また特徴の一つとして、女性団体（例：Martha Association）など各コミュニティで主体となって活動している団体と連携して各プログラムが実施されたことが挙げられるが、このアプローチによる効果が報告されている。これらNorth Karelia Projectの食環境整備に向けた民間企業や公共セクターおよび地域団体との連携によるポピュレーションアプローチ及びその評価手法は（人口条件の違い等を考慮しても）我が国が学び得るところは多いと考えている。

同じ言語圏であるドイツ、オーストリア、スイスでは、各国連携により、共通の栄養教育ツール開発が進められている。この共通の取り組みの他に各国の現状・課題に対応した独自のアプローチも展開されている。

今後、これまでに得られたEU全体および

国別の事例の精査を継続し、評価指標および国内における取り組みへの活用の可能性を更に検討する。

## ③アジア諸国

近年では、アジア諸国を含むいくつかの発展途上国では、栄養不良の一方で、飽食と食の欧米化による生活習慣病の罹患率の増加が新たな問題となっており、肥満と低栄養状態の双方が存在する状況である。この背景には、経済発展による都市化、食の欧米化を主とするライフスタイルの近代化が影響しており、アジア諸国に生活習慣病を蔓延させている。つまり、アジア諸国では、これまで途上国で焦点が当てられてきた栄養改善だけでなく、食生活改善や生活習慣改善の普及も重要である。そこで、アジア9か国の食生活指針とフードガイドをまとめ、生活習慣病予防戦略および食育に関する施策、事例について韓国に焦点をあて情報を収集した。

食生活指針とフードガイドの特徴としては、Double Burdenの存在する国が多いことから、先進国と同様に、多様な食品をバランスよく食べること、体重をコントロールすること、健康的な生活習慣を送ること、油脂や塩分、糖分を控えること、といった生活習慣病予防を目的とする項目が掲げられている一方で、乳児栄養法や食品衛生に関する項目が共通としてみられている。

これまでアジアの多くの国では、栄養改善プログラムの推進やその活動が多かったが、Double Burden of Malnutritionという現状を踏まえ、今後は生活習慣病予防を目的とした施策や活動（栄養教育や食育活動）が普及され、実施されることが考えられる。したがって、わが国で盛んに行われている食育活動のように、アジア諸国においてより幅広く国民の健康維持増進のための食育活動が実践されることを期待した

い。

#### D. 結論

本年度の研究により、食育に関するデータベース構築の基盤を整えることができた。

今後は、食育研究及び取組データベースに登録された事例を分類、整理し、先進的、効果的と評価される事例（ベストプラクティス）を抽出し、その抽出過程を通じて、より効果的な研究、取組を展開するためのプロセスを検討する。効果的事例の抽出やプロセスの検討は文献レビュー等の成果を踏まえながら、研究者及び行政担当者等を交え検討を行う。さらに本研究成果を踏まえ、エビデンスに基づく予防を重視した健康づくりが国民運動として展開されるよう、普及啓発活動を行う予定である。

さらに諸外国における食・栄養分野の有効なポピュレーションストラテジーの事例は、これまでの成果を整理し、「諸外国事例データベース」を構築する。

4つの事例データベース（文献、食育研究、行政取組、諸外国）を統括するウェブページを構築し、管理栄養士等が食育活動を進めるために必要な情報を相互に情報交換・共有できるよう、ソーシャル・ネットワークワーキング・サービス（SNS）エンジンを利用して双方向型ネットワークシステムの開発を試みる。公開に際しては、諸外国への"Shokuiku"の発信についても検討する。また企業等での取組事例の収集についても検討する。

本研究において、国内外の事例を体系的、網羅的に収集、評価、整理することにより、健康づくり及び生活習慣病予防、特に肥満予防に向けた「食育」活動のためのエビデンスを、食育を実践する管理栄養士等の専門家に提供でき、予防を重視した効果的な健康づくりの国民運動の展開に寄与するこ

とができると考える。

#### E. 健康危険情報

本研究において、健康危険情報に該当するものはなかった。

#### F. 研究発表

##### 1. 論文発表

なし

##### 2. 学会発表

- 1) 食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究（第2報）海外のポピュレーション戦略について. : 三好美紀、坪倉もえ、荒井裕介、吉池信男. 第55回日本栄養改善学会学術総会. 平成20年9月. 神奈川県鎌倉市
- 2) Strategies for Health Promotion and Lifestyle-related Diseases Prevention by Shokuiku: Part I - Systematic Review and Application of Overseas Evidences. : Miyoshi M, Tsubokura M, Arai Y, Okubo H, Hashimoto R, Nozue M, Koike N, Hirota K, Yoshita K, Yoshiike N. The 15th International Congress of Dietetics. 2008.9. Yokohama.
- 3) 食育を通じた生活習慣病予防戦略に関する研究：欧州のポピュレーション戦略の事例調査. : 三好美紀、荒井裕介、由田克士、吉池信男 第67回日本公衆衛生学会総会. 平成20年10月. 福岡
- 4) 食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究（第1報）－都道府県の食育推進に関する調査－ : 荒井裕介、三好美紀、野末みほ、由田克士、第55回日本栄養改善学会学術総会、2008.09.07、鎌倉市
- 5) Strategies for Health Promotion and Lifestyle-related Diseases Prevention by Shokuiku: Part II - Current Sta

tus of the Prefectural Basic Plan for Promotion of Shokuiku : Arai Y , Miyoshi M , Okubo H , Hashimoto R , Tsubokura M , Nozue M , Koike N , Hirota K , Yoshita K , 15th International Conference of Dietetics , 2008 .09 .09 , Yokohama , Japan

- 6) 食育を通じた生活習慣病予防戦略研究 : 食育計画策定への行政栄養士の関わり等について : 荒井裕介 , 三好美紀 , 野末みほ , 由田克士 , 第67回日本公衆衛生学会 , 2008 .11 .06 , 福岡市

#### H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

## 健康づくり・生活習慣病予防のための「食育研究データベース」の構築

分担研究者 三好美紀（独立行政法人国立健康・栄養研究所）  
 分担研究者 荒井裕介（独立行政法人国立健康・栄養研究所）  
 協力研究者 角倉知子（独立行政法人国立健康・栄養研究所）  
 協力研究者 佐藤美津代（独立行政法人国立健康・栄養研究所）

### 研究要旨

本研究では国内外の「健康づくり・生活習慣病予防のための食育研究」の事例を体系的、網羅的に収集することを目指しており、そのための事例収集の一環として、特定非営利活動法人日本栄養改善学会の食育推進企画検討会の協力を得て郵送式アンケート調査を実施した。事例収集は2段階で行い、第一回調査で得られた53事例について、現在、第2回調査を実施中である。事例の詳細情報は「食育研究データベース」として、ホームページにより公開する準備を進めている。今後、これらの詳細情報の精査を行い、健康づくりのためのより効果的な「食育研究」のプロセスについて検討を重ねる予定である。

### A. 研究目的

本研究では国内外の「健康づくり・生活習慣病予防のための食育研究」の事例を体系的、網羅的に収集し、「食育」を実践及び研究する管理栄養士等の専門家に向けてデータベース化・公開するとともに、その考え方「戦略」を検討することを目指している。そのための事例収集の一環として、日本の実践栄養学研究者が一堂に会している特定非営利活動法人日本栄養改善学会の食育推進企画検討会の協力を得て郵送式アンケート調査を実施した。

### B. 研究方法

本調査では収集を目指した「食育」事例は以下のとおりである。

短期目標が健康づくりに直接関係していなくとも、中・長期的に個人または集団の健康づくりに寄与することが期待でき、子どもから高齢者まで生涯を通じて行われる、「食」に関係したすべての取り組み。特に複数の組織等が連携をした地域に根ざした取り組みが望ましい。

ここでは、「食」に関係したすべての取り組みの中で、健康づくりに関連した指標により事業評価をおこなっている取り組みを「健康づくりに向けた『食育』」として捉えることとした。

昨年度に実施した文献レビューの成果を踏まえて質問紙を作成し、2段階で事例収集を行った。まず、平成20年7月末に実施した第一回調査（ステップ1）では、日本栄養改善学会評議員（370名）を対象に、「登録用紙1（別紙1）」

を郵送し、①自薦事例（記入者自身が中心となって関わった事例）と②他薦事例（記入者以外の人他機関が中心となって実施した事例）について情報提供を依頼した。「登録用紙1」の郵送に先立って、オンライン登録用サイト

（<http://www.nutritio.net/shokuiku/enq/>）を開設（別紙2）、登録方法をオンライン登録、メール添付、郵送の3通りとした。

さらに、得られた事例を精査・検討した結果、すべての事例を第2回調査（ステップ2）の対象とし、平成21年3月に全53事例を対象として「登録用紙2（別紙3）」をメール添付または郵送にて送付、詳細情報の提供を依頼した。

本調査を実施するにあたり、日本栄養改善学会理事会ならびに「独立行政法人国立健康・栄養研究所研究倫理委員会」の承認を得た。

### C. 研究結果

#### 1) ステップ1の結果

得られた53事例のうち、自薦事例は40、他薦事例は13であった。表1に登録方法別の登録数を示した。

表1 ステップ1登録状況

	登録者数	登録事例数
郵送	11	20
メール添付	5	9
オンライン登録	18	24
合計	34	53

内容を1) QOLの向上、2) 栄養状態の改善、知識・態度の習慣や行動変容、望ましい食習慣の形成、3) 食環境づくりの推進、4) 推進体制の整備、4 課題に分けると「2) 栄養状態の改善、知識・態度の習慣や行動変容、望ましい食習慣の形成」が最も多かった(60.8%) (別紙4)

対象者の年齢層は子ども、特に小学生が最も多かったが、成人を対象とした事例では「中高年」を対象とした事例が目立った。(別紙5) また、「食育研究」の実施場所としては(子どもが対象の事例が多かったことから) 保育園や小学校が多かったが、外食産業等を通じた特徴的な食環境整備の事例も見られた。(別紙6)

#### 2) ステップ2の結果

ステップ1で得られた53事例のうち、自薦40事例については、記入者にメール添付にて「登録用紙2」を送り、詳細情報の提供を依頼した。一方、他薦13事例については、7名の情報提供者に連絡を取り、了承を得た8事例について実施機関にメールまたは郵送にて該当事例の情報提供を依頼した。このうち、自薦14事例、他薦6事例について回答が得られた。(平成21年3月31日現在)

ステップ2で得られた事例の詳細情報は今後、「食育研究データベース」として、ホームページ <http://ebis.nutritio.net/shokuiku/home.php> にて公開する予定である。

#### D. 考察

「食育」は多面的なアプローチを強みとする一方で、その多面性から各研究・事業の評価が困難となる傾向が指摘されているが、このことは本調査でも明らかになった。

現在、ステップ2の経過途中であるため、今後、得られる事例を精査し、先進的・効果的と評価される事例(ベストプラクティス)を抽出、その抽出過程を通じて、より効果的な「食育研究」を展開するためのプロセスを検討していく。今回のステップ1では十分な回答数が得られなかったため、「食育研究データベース」構築に向けて今後より多くの研究事例を蓄積していく必要がある。その一環として、現在、学会抄録集から抽出した研究事例の詳細情報の収集調査も行っている。

このようにして、本研究班で作成した「文献データベース」、「行政取組データベース」と合わせて、「食育」を実践・研究する管理栄養士等に必要な情報を提供・共有できる「食育研究データベース」の構築を目指している。これらの成果を踏まえ、本研究の目的である「食育」を健康づくり対策にどのように生かすことができるか検討を重ねていく。

#### E. 研究発表

##### (1) 論文発表

なし

##### (2) 学会発表

※分担報告書「諸外国のポピュレーションストラテジーの事例調査」に記載

#### F. 参考文献

別紙1 ステップ1 登録用紙

**記入者**

ご氏名: \_\_\_\_\_

ご連絡先: \_\_\_\_\_

自宅  勤務先(名称) \_\_\_\_\_ )

住所: \_\_\_\_\_

TEL/番号: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

\*自宅または勤務先のいずれかにチェックの上、ご記入ください。

※記入に際しては、本登録用紙表紙および別紙「登録用紙の書き方」をご参照ください。

**事例1** 【おのいづれかに○を添付ください】 1. 学術事例 2. 企業事例

研究・事業名			
主催機関	(共同実施者: あり 無し)		
目的			
対象者	【年齢区分】 【属性】		
概要			
実施事業	なし	あり	
参考文献			
目標	指標	評価	留意点
短期			
中期			
長期			

**登録用紙1 (別紙)**

**登録用紙の書き方(記入例・留意点)**

**記入例 1**

本研究・事業の継続として実施された事業がございましたらご記入ください。

各目標について、評価方法、評価項目、対象者、数値の変化を簡単に記入ください。

**事例1** 【おのいづれかに○を添付ください】 ① 学術事例 2. 企業事例

研究・事業名	A幼稚園における食育プログラム実施の試み		
主催機関	B大学〇〇学係△△学院 (共同実施者: あり 無し)		
目的	保護者の食育への意識を高めること		
対象者	【年齢区分】 【属性】 A幼稚園年長組園児と保護者		
概要	A幼稚園年長組園児とその保護者48組を対象とした、プログラムに先立って、園児の食生活および保護者の意識に関するアンケート調査を行った。3か月間のプログラム期間中に、園児による園児を対象とした食育クラス、保護者を対象としたセミナーをそれぞれ3回行った。3か月後に再度アンケート調査を実施した結果、園児の朝食欠食率の低下、保護者の子供の食に対する意識改善が認められた。		
実施事業	なし	あり	
参考文献	〇〇雑誌 vol. 65 No.3, pp 5-13, 2007 (添付資料参照)		
目標	指標	評価	留意点
短期	保護者の食育への関心の向上	*対象保護者全員を対象に前後比較 *「食育」の意識改善(3ヶ月後: 60%→90%)	
中期	園児の朝食欠食率の低下	対象園児全員を対象に前後比較および半年後のフォローアップ(6ヶ月後: 48%→20%)	
長期	小学校入学後も規則正しい食育の継続	小学校入学1年後のフォローアップ調査予定	

【年齢区分】【属性】のいずれか、または両方を記入ください。

設定・集計方法、評価方法、主要成果を簡単に記入ください。

webサイト(⇒URL)、報告書(⇒題名・出版元)、学会・論文発表(⇒学会名・種別名) ※ご提供いただける資料がございましたらご記入ください。

質問項目以外で特筆したいことなど自由にお書きください。

**記入例 2**

本研究・事業の継続として実施された事業がございましたらご記入ください。

各目標について、評価方法、評価項目、対象者、数値の変化を簡単に記入ください。

**事例2** 【おのいづれかに○を添付ください】 1. 学術事例 ② 企業事例

研究・事業名	職場における食生活改善に向けた取り組み:従業員食費を中心に		
主催機関	〇〇株式会社健康増進センター (共同実施者: あり 無し)		
目的	職場における食生活改善を促進して、中高年男性の食生活改善を図る		
対象者	【年齢区分】 40歳以上男性 【属性】 従業員全員が対象となるが、特に上記年齢層		
概要	2007年6月に従業員食堂におけるメニューの栄養表示を改善し、新たに自律作りメニューメニューを導入した。同時に、管理栄養士による個別セミナーを定期的に実施した(月2回、6ヶ月間)。2007年5月と2007年12月に40歳以上の男性従業員358人を対象にアンケート調査を実施、食への意識の変化を検証した。		
実施事業	なし	あり	半年のパイロットプログラムであったが、現在も食堂における取り組みは継続している。
参考文献	〇〇学会報告書, pp 30-30, 2008 (添付資料参照)		
目標	指標	評価	留意点
短期	従業員食堂メニュー選択への意識向上	メニュー選択の際の栄養表示参照の有無の割合を前後比較(5ヶ月後: 60%→90%)	
中期	日常の食生活改善(ランチ以外の昼食)	朝食摂取量が食生活改善前と比較して増加した(5ヶ月後: 40%→50%)	
長期	定時勤務における身体指標の改善	会社の定時勤務にてフォローアップ実施	

【年齢区分】【属性】のいずれか、または両方を記入ください。

設定・集計方法、評価方法、主要成果を簡単に記入ください。

webサイト(⇒URL)、報告書(⇒題名・出版元)、学会・論文発表(⇒学会名・種別名) ※ご提供いただける資料がございましたらご記入ください。

質問項目以外で特筆したいことなど自由にお書きください。

別紙2 ステップ1 オンライン登録サイト

<http://www.nutritio.net/shokuiku/enq/>

健康づくり・生活習慣病予防のための食育事例登録

食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究

「食育」事例登録トップ

登録内容について >> 「健康づくり・生活習慣病予防のための食育事例」ご提供のお願い

登録票の書き方

登録票



私たちは厚生労働科学研究循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業として、「食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究」研究班を組織し、国内外の「食育」の事例を体系的、網羅的に収集し、それらをデータベース化・ホームページでの公開を行うとともに、健康づくり・生活習慣病予防に向けて「食育」をどのように活用していくのかの検討を行っています。

この度、国内の「食育」事例収集にあたって、日本栄養改善学会食育推進企画検討会(吉池信男委員長)に協力を求め、同学会理事会の承認を得て、評議員の皆様方に「健康づくり・生活習慣病予防のための食育事例」の提供をお願いすることとなりました。

オンライン登録票：連絡先の入力画面

健康づくり・生活習慣病予防のための食育事例登録

食育を通じた健康づくり及び生活習慣病予防戦略に関する研究

「食育」事例登録トップ

登録内容について >> 登録票

登録票の書き方

登録票

オンライン登録票

「食育」事例記入例 (PDF形式) / (WORD形式)

「食育」事例記入開始にあたり、まずご入力者のお名前、ご連絡先等の入力をお願い致します。  
内容を記入後、ページ下部の「確認画面へ」ボタンをクリックして下さい。

ご氏名		
	<input type="radio"/> 自宅 <input checked="" type="radio"/> 勤務先 >> 名称	
ご連絡先	住所	
	電話番号	
	FAX番号	
	Email	

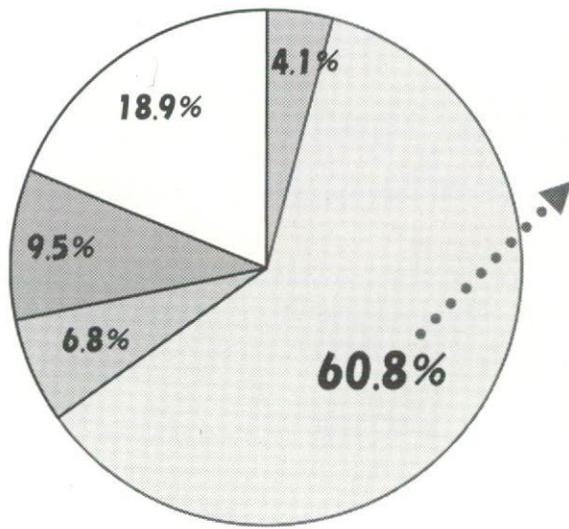
オンライン登録票：事例登録のイメージ

自薦/他薦	<input type="radio"/> 自薦事例 <input checked="" type="radio"/> 他薦事例
研究/事業名	職場における食生活改善に向けた取り組み：従業員食堂を中心に
主催機関	〇〇株式会社健康管理センター
共同実施者	<input type="radio"/> あり <input checked="" type="radio"/> なし
目的	職場における食環境整備を通して、中高年男性の食生活改善を図る
対象者	【年齢区分】 40歳以上男性
	【職性】 従業員全員が対象となるが、特に上記年齢層
概要	2007年6月に従業員食堂におけるメニューの栄養表示を改善し、新たに日替わりヘルシーメニューを設置した。同時に、管理栄養士による関連セミナーを定時後に開催した(月2回、6ヶ月間)。2007年5月と2007年12月に40歳以上の男性従業員
後続事業	<input type="radio"/> なし <input checked="" type="radio"/> あり >> 半年のパイロットプログラムであったが、現在も食堂における取り組みは継続している
参考資料	〇〇〇検討会報告書, pp 30-50, 2006 (添付資料参照)



別紙4

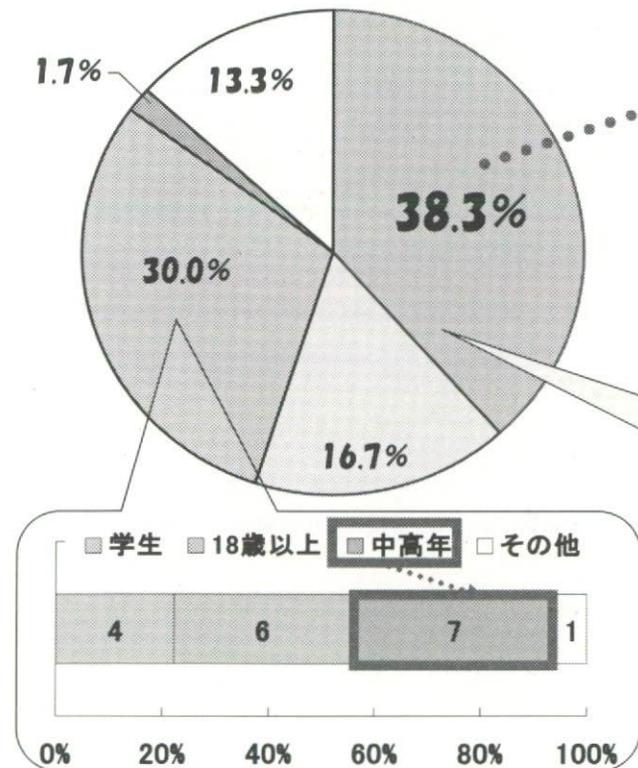
ステップ1登録事例の内訳：課題項目別



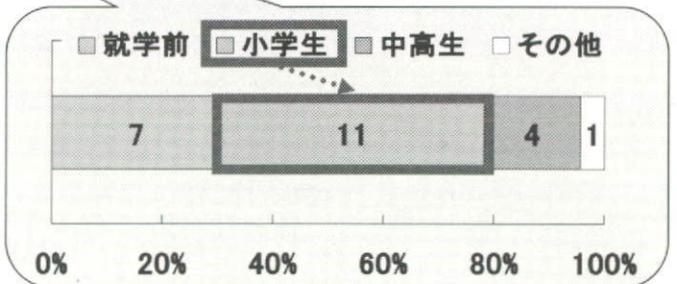
	事業課題項目	事例数 (件)
(1)	<b>QOLの向上</b> 〔「心の豊かさ」、「豊かな人間性を育む」など含む〕	3
(2)	<b>栄養状態の改善、 知識・態度の習慣や行動変容、 望ましい食習慣の形成</b>	45
(3)	食環境づくりの推進	5
(4)	推進体制の整備	7
(5)	その他 〔(1)~(4)に含まれない課題〕	14

別紙5

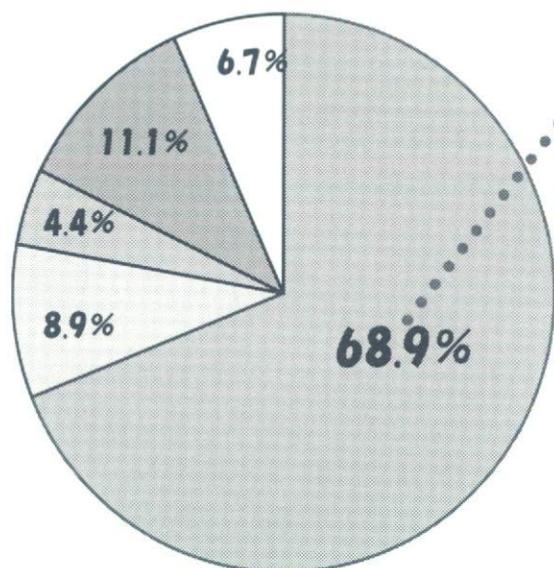
ステップ1登録事例の内訳：年齢層



	事業課題項目	事例数 (件)
(1)	<b>子ども</b> 〔※小学生以下〕	23
(2)	<b>子どもと保護者</b> 〔※小学生以下の子ども〕	10
(3)	大人	18
(4)	三世代	1
(5)	その他 〔(1)~(4)に含まれない課題〕	8



別紙6 ステップ1登録事例の内訳：実施場所



	事業課題項目	事例数 (件)
(1)	<b>教育機関</b> 〔※保育園～大学〕	31
(2)	<b>医療機関</b>	4
(3)	<b>地域〔公共施設〕</b> 〔※公民館・子育て支援センター等〕	2
(4)	<b>地域〔商業施設〕</b> 〔※外食産業・スーパーマーケット等〕	5
(5)	<b>その他</b>	3

## 分担研究報告書

### 健康づくりに向けた「食育」取組データベースの構築

分担研究者 荒井 裕介 (独立行政法人国立健康・栄養研究所)  
分担研究者 三好 美紀 (独立行政法人国立健康・栄養研究所)  
協力研究者 角倉 知子 (独立行政法人国立健康・栄養研究所)

#### 研究要旨

本研究では、全国自治体の健康づくりを目的とした「食育」に関する取組を「健康づくりに向けた『食育』取組データベース」としてデータベース化し、登録された事例の中から、先進的、効果的と評価される事例（ベストプラクティス）を抽出し、具体的な事例に基づく成果を出す取組方策を提示することを目的としている。これにより、効果的な取り組みを共有し、相互に情報を利活用することにより、さらに幅広く取り組みが実践され、「食育」及び「健康日本21」等の推進に役立てることを目指している。本年度は、取組データベースへの登録から公開までを行った。

取組データベースへの事例登録は、平成20年10月より開始し、平成20年12月末より公開を始めている。平成21年3月現在、163団体（市町村、保健所等）、310事例を公開している。平成21年3月現在までに総アクセス数が約2万件、平日1日平均では約400件のアクセスがある。

公開に際して登録団体担当者に対して行ったユーザビリティ等に関するアンケートでは、取組データベースが業務に役立つと回答した者が95.6%に上り、特に事業計画や見直し等の業務に役立つという意見が多かった。また検索方法や効率、閲覧画面の見やすさについてのアイデアやニーズ等の意見が多く得られたので、これを参考に改善を図っていく予定である。

取組データベース運営の今後の課題として、関係機関の協力を得てより多くの自治体の参加を得るとともに、特定健診・保健指導等、ニーズの高い取組にターゲットを絞り、事例数を増やし、ツール等、参考資料の掲載の充実を図る。評価項目が十分に記載されていない事例が多いため、適切な支援を検討する。また、ユーザビリティの改善を進め、自治体担当者間の横のつながりを強化する機能（メーリングリストなど）についても充実できるよう検討する予定である。

#### A. 研究目的

本研究班では生活習慣病予防、特に肥満予防を目的としたポピュレーションストラテジーの一手段として、効果的な「食育」プログラム開発に資するエビデンス及び事例蓄積（データベース化）を行い公開する

とともに、「食育」を健康づくり、生活習慣病予防にどのようにいかなることができるのかその戦略を研究することを目的としている。

本研究では、全国自治体の効果的な取り組みを共有し、相互に利活用することによ

り、さらに幅広く取り組みが実践され、「食育」及び「健康日本21」等の推進に役立てることを目指し、食育に関する取組を「健康づくりに向けた『食育』取組データベース」としてデータベース化するものである。データベースに登録された事例の中から、先進的、効果的と評価される事例（ベストプラクティス）を抽出し、その抽出過程を通じて、具体的な事例に基づく成果を出す取組方策を提示することを目的としている。本年度は、取組データベースを構築し、公開するまでを行った。

## B. 研究方法

### (1) 収集対象

全国各自治体で実施されている健康づくりを目的とした「食育」に関する取組を収集した。なお、本研究班が収集する「食育」を下記のように設定した。

#### 研究班として収集を目指す「食育」事例

短期目標が健康づくりに直接関係していなくとも、中・長期的に個人または集団の健康づくりに寄与することが期待でき、子どもから高齢者まで生涯を通じて行われる、「食」に関係したすべての取組み。

特に複数の組織等が連携をした地域に根ざした取組みが望ましい。

#### 除外する例

- ・ 特定食品の摂取によって改善を試みる取組
- ・ 臨床領域における取組
- ・ マナーや地場産物利用率などを評価指標にしている取組

具体的には、この「取組データベース」では、自治体における「食育推進基本計画」、

「健康日本21」の「栄養・食生活分野」等の目標項目に関する各種事業等の取組を扱う。

### (2) 収集方法

毎年10月に実施される食生活改善普及運動の実施している。これにあわせて、厚生労働省からの事務連絡(平成20年9月22日付)を通じて、本運動の実施内容や、各自治体での食育活動の取組を登録を呼びかけた。

また社団法人日本栄養士会全国行政栄養士協議会からの協力を得て、平成18年度及び19年度に協議会が作成した「行政栄養士による活動事例集」に掲載された事例の登録を依頼するとともに、掲載以外の各自治体での食育活動の取組の登録を依頼した。

### (3) 登録方法

登録にあたり、ウェブオンライン登録を行うサイトを構築した(別途報告を参照)。

登録方法は、①オンライン登録、②メール添付、③ファックスの3通りとした。登録方法に関する留意点や、オンライン登録ガイドなどを作成し、依頼状とともに送付した。

### (4) 登録用紙等の検討

データベース登録用紙について、事前に自治体管理栄養士数名に協力をもらい、項目やボリュームなどについて検討を行った。

また先行研究として実施されている「健やか親子21取組データベース」を運営する山縣然太郎山梨大学医学部教授に協力を頂き、データベースの整合性にも配慮した。

### (5) ユーザビリティ等アンケート

平成21年1月現在の取組データベース登録担当者(161名)に対し、データベース