（別添３）

厚生労働科学研究費補助金

（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）

「自治体が生活習慣病予防・健康増進の取組を推進するために必要な
「健康に関心が薄い層」への、実装可能な介入方法に関する研究」

令和７年度　総括研究報告書

研究代表者　萩原　加奈子　国立保健医療科学院　生涯健康研究部　研究員

研究要旨

【目的】

我が国では、健康日本 21(第三次)において「誰一人取り残さない健康づくり」の推進が求められているが、健康行動の必要性を認識していても、実際の行動変容に至らない者が一定数存在することが指摘されている。本研究は、健康寿命の更なる延伸、生活習慣病予防・重症化予防および健康づくりの推進に向け、自治体による「健康に関心が薄い層」への実装可能な介入方法を明らかにすることを目的とする。令和 7 年度は、栄養・食生活、運動・身体活動、禁煙の 3 分野において、健康に関心が薄い層の特性および同層を対象とした介入に関するスコーピングレビューに着手し、検索式の構築、データベース検索、重複除去ならびに一次スクリーニングを実施した。

【方法】

PRISMA-ScR に準拠し、PCC(Population:健康に関心が薄い層、Concept:各分野における介入、Context:自治体・地域組織)に基づき、3 分野ごとに検索式を構築した。対象期間は 2000 年(栄養・食生活分野は 2013 年)から 2026 年、対象言語は英語および日本語とし、英語データベース(PubMed、Embase、PsycINFO、Web of Science、CINAHL 等)および日本語データベース(医中誌、JDream Ⅲ、J-STAGE)を用いた。検索結果は Covidence に取り込み、2 名のレビューアが標題および抄録に基づき独立して一次スクリーニングを実施した。不一致については研究分担者間で協議のうえ決定した。

【結果】

3 分野合計で 14,030 件の文献が特定された。栄養・食生活分野では 660 件(重複除去後 461 件)から 60 件、運動・身体活動分野では 8,924 件(重複除去後 5,905 件)から 174 件(1,668 件は一次スクリーニング継続中)、禁煙分野では 4,446 件(重複除去後 2,543 件)から 261 件を、それぞれ二次スクリーニング(全文評価)の対象として確定した。本報告書取りまとめ時点における全文評価対象文献は、3 分野合計 495 件であった。

【結論】

令和 7 年度は、3 分野におけるスコーピングレビューの基盤を整備し、全文評価の対象となる候補文献を整理した。令和 8 年度は、運動・身体活動分野の残余分について一次スクリーニングを完了したうえで、3 分野とも全文評価を実施し、介入内容については Behaviour Change Technique Taxonomy v1(BCT タキソノミー)、実装要因については Consolidated Framework for Implementation Research(CFIR)の枠組みを用いて整理する。これにより、自治体が実装可能な健康課題別の介入の選択肢および実装条件に関する知見を分野横断的に整理し、本研究班全体の最終目的である健康づくり実践事例集の作成に向けた基礎資料を提示する。

研究分担者
横山徹爾　国立保健医療科学院生涯健康研究部　特任研究官
石川みどり　国立保健医療科学院生涯健康研究部　主任研究官
田野ルミ　国立保健医療科学院生涯健康研究部　上席主任研究官
逸見治　国立保健医療科学院生涯健康研究部　主任研究官
畠山典子　順天堂大学医療看護学部　准教授
藤森麻衣子　国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策研究所サバイバーシップ研究部支持・緩和・心のケア研究室　室長
坂口景子　淑徳大学看護栄養学部栄養学科　講師
米倉佑貴　学校法人聖路加国際大学看護学部　准教授

研究協力者
谷木龍男　東海大学体育学部生涯スポーツ学科　准教授
松下宗洋　東海大学体育学部生涯スポーツ学科　講師
齋藤宏子　大妻女子大学　非常勤講師

A. 研究目的

我が国では、健康日本 21(第三次)において、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」とともに、「自然に健康になれる環境づくり」や「誰一人取り残さない健康づくり」の推進が求められている(厚生労働省, 2023)。米国の Healthy People 2030 においても、健康の社会的決定要因(Social Determinants of Health)への対応が示され、誰一人取り残さない健康づくりは国際的にも共通の方向性となっている(U.S. Department of Health and Human Services, 2020)。一方、健康行動の必要性を認識していても、実際の行動変容に至らない者が一定数存在することが指摘されており(Rhodes & de Bruijn, 2013)、意図と行動の乖離を踏まえた介入設計が課題となっている。

本研究では、University College London(UCL) Centre for Behaviour Change が開発した COM-B モデル(Capability, Opportunity, Motivation–Behaviour model)および Behaviour Change Wheel(Michie et al., 2011)を理論的基盤とし、介入内容は Behaviour Change Technique Taxonomy v1(BCTTv1)(Michie et al., 2013)、実装条件は Consolidated Framework for Implementation Research(CFIR)(Damschroder et al., 2009)の枠組みを用いて整理する。

以上を踏まえ、本研究は、健康寿命の更なる延伸、生活習慣病予防・重症化予防および健康づくりの推進に向け、①文献レビュー等により、健康に関心が薄い層の特性および自治体による有効な介入方法を明らかにすること、②自治体への質問紙調査およびインタビュー調査により、当該層に対する有効な介入方法を把握すること、③自治体が介入方法を実装するために必要な条件を明らかにすること、④自治体が実装可能な、健康課題別の健康づくり実践事例集を作成することを目的とする。これらの知見を基に、自治体における健康増進施策への活用を図り、日本全体における持続可能な健康づくりの推進に資することを目指す。

B. 研究方法

本研究では、3 年間の研究期間に 4 つの研究課題を実施し、研究目的の達成を目指している。

[分担研究 1] 健康に関心が薄い層の特性および同層を対象とした介入に関するスコーピングレビュー
[分担研究 2]自治体による健康に関心が薄い層への、健康課題別の有効な介入方法に関する質問紙調査および、先駆的取組を行う自治体へのインタビュー調査
[分担研究 3]自治体による健康に関心が薄い層への、健康課題別の有効な介入の実施に必要な実装条件
[分担研究 4]自治体が実装できる、健康課題別、健康に関心が薄い層を対象とした、健康づくり実践事例集の作成

令和 7 年度は、[分担研究 1]において、研究論文のレビューを実施した。栄養・食生活、運動・身体活動、禁煙の 3 班に分かれて、「健康に関心が薄い層」の特性及び当該層を対象とした介入方法を整理することを目的とし、検索式の確定、データベース検索、重複除去、ならびに一次スクリーニングを実施した。

（倫理面の配慮）

本年度の研究は、公開された文献情報の収集および分析を内容とするものであり、人を対象とする研究には該当しない。したがって、「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」の対象外である。文献の取扱いに当たっては、著作権法を遵守し、引用に際しては出典を明示した。

C. 研究結果

[分担研究 1] 健康に関心が薄い層の特性および同層を対象とした介入に関するスコーピングレビュー

令和 7 年度は、栄養・食生活、運動・身体活動、禁煙の 3 分野において、PRISMA-ScR に準拠して、スコーピングレビューの基盤構築および一次スクリーニングを実施した。各分野の結果は以下のとおりである。

1. 栄養・食生活分野

英語 5 データベース(PubMed、Embase、PsycINFO、CINAHL、Web of Science)および日本語 2 データベース(医中誌、JDream III)を対象に 2013 年から 2026 年までの文献を検索した結果、英語データベースより 549 件(重複除去後 353 件)、日本語データベースより 111 件(重複除去後 108 件)、合計 660 件(重複除去後 461 件)が特定された。Covidence 上で 2 名の研究分担者が独立して標題および抄録によるスクリーニングを実施した結果、包含基準を満たした英語文献 43 件、日本語文献 17 件の計 60 件を二次スクリーニング(全文評価)の対象として確定した。

2. 運動・身体活動分野

英語 5 データベース(PubMed、Embase、PsycINFO、Web of Science、CINAHL)および日本語 3 データベース(医中誌、JDream III、J-STAGE)を対象に 2000 年から 2026 年までの文献を検索した結果、計 8,924 件(PubMed 2,439 件、医中誌 1,937 件、Embase 1,239 件、JDream III 1,193 件、Web of Science 1,000 件、PsycINFO 714 件、CINAHL 401 件、J-STAGE 1 件)が特定された。重複 3,019 件(手動同定 1 件、Covidence による自動同定 3,018 件)を除外し、5,905 件を一次スクリーニング対象として整理した。本報告書取りまとめ時点では 4,237 件のスクリーニングが完了し、174 件を二次スクリーニング(全文評価)の対象として確定した。残る 1,668 件については、引き続き標題および抄録に基づ

く一次スクリーニングを実施中であり、当該分から追加の二次スクリーニング対象が抽出される見込みである。

3. 禁煙分野

英語 5 データベース(PubMed、Embase、PsycINFO、Web of Science、CINAHL)および日本語 2 データベース(医中誌、JDream III)を対象に 2000 年から 2026 年までの文献を検索した結果、計 4,446 件(PubMed 1,808 件、Embase 828 件、PsycINFO 723 件、Web of Science 691 件、CINAHL 202 件、医中誌 109 件、JDream III 85 件)が特定された。重複 1,903 件(手動同定 5 件、Covidence による自動同定 1,898 件)を除外した 2,543 件のうち、一次スクリーニングにより 2,282 件を選定基準に合致しないものとして除外し、261 件を二次スクリーニング(全文評価)の対象として確定した。

以上、3 分野合計で計 14,030 件の文献を検索により特定し、本報告書取りまとめ時点において、栄養・食生活分野 60 件、運動・身体活動分野 174 件(継続中の 1,668 件を除く)、禁煙分野 261 件、合計 495 件を全文評価の対象として確定した。なお、運動・身体活動分野において継続中の一次スクリーニング 1,668 件の判定結果については、令和 8 年度報告書において追加報告する。

D.考察

令和 7 年度は、[分担研究 1]として、3 分野におけるスコーピングレビューの基盤を整備し、検索式の構築、データベース検索、重複除去、ならびに一次スクリーニングを進めた。3 分野いずれにおいても、自治体および地域組織による健康に関心が薄い層を対象とした介入研究について、相応の規模の候補文献が抽出され、令和 8 年度以降の全文評価に向けた基盤が確立された。

方法論上、3 分野に共通する留意事項として、第一に、健康に関心が薄い層の操作的定義が文献ごとに多様である点が挙げられる。健康関心度尺度、行動変容ステージ理論、参加率、健康情報へのアクセス、動機づけ等、異なる評価軸が併存しており、用いられる尺度や閾値も一定でない。二次スクリーニングおよびデータ抽出の段階において、各文献における定義を併記する形で整理する必要がある。第二に、3 分野いずれにおいても、個人への教育的支援に加え、環境整備、地域キャンペーン、健康ポイント事業等、地域・環境レベルに働きかける多様な介入形態が含まれることが想定される。介入内容の整理にあたっては、個人レベルの行動変容支援と地域環境レベルの支援を区別して把握する必要がある。第三に、職域、医療機関および薬局を実施場所とする介入については、自治体からの委託・連携の有無を全文評価において確認する方針とした。

なお、当初プロトコルにおいてはシステマティックレビューとして実施することを予定していたが、本研究班の目的が、自治体において実施されている、または実装可能な介入の範囲、種類および実装条件を包括的に整理することにあることを踏まえ、対象者、介入の種類、実装条件等のマッピングに適したスコーピングレビューへ方針を変更した。

各分野には固有の留意事項も存在する。運動・身体活動分野では、介入の構造、実施頻度、強度、到達度等に関する記述の精粗にばらつきが想定されるため、これらを統一的に整理する枠組みが求められる。禁煙分野では、青少年を対象とした禁煙支援

を採択範囲とする一方、防煙教育は除外する方針としたため、両者の境界が不明瞭な文献については二次スクリーニングにおいて個別に検討する必要がある。栄養・食生活分野については、検索対象期間を健康日本 21(第二次)の開始年に合わせ 2013 年からとしたため、他 2 分野(2000 年から)とは異なる時間範囲となっている点に留意が必要である。

今年度は一次スクリーニング段階までの実施であり、介入効果や実装条件に関する詳細な分析には至っていない。また、健康に関心が薄い層の定義が文献間で統一されていないことから、今後の整理において分類基準の精緻化が必要である。

令和 8 年度においては、3 分野とも全文評価による二次スクリーニングを実施し、健康に関心が薄い層の操作的定義、介入内容、実装条件等を整理する。介入内容については Behaviour Change Technique Taxonomy v1(BCT タキソノミー)、実装要因については Consolidated Framework for Implementation Research(CFIR)の枠組みを用いて分類する。必要に応じて、研究デザインに応じたリスクオブバイアス評価を実施し、介入研究の質を補足的に整理する。

E.結論

令和 7 年度は、栄養・食生活、運動・身体活動、禁煙の 3 分野において、自治体による健康に関心が薄い層の特性および同層を対象とした介入に関するスコーピングレビューに着手し、PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018)に準拠した検索式の構築、データベース検索、重複除去、ならびに一次スクリーニングを進めた。3 分野合計で 14,030 件の文献を検索により特定し、二次スクリーニング(全文評価)の対象として、栄養・食生活分野 60 件、運動・身体活動分野 174 件(継続中の 1,668 件を除く)、禁煙分野 261 件、合計 495 件を確定した。

令和 8 年度においては、運動・身体活動分野の残余分について一次スクリーニングを完了したうえで、3 分野とも全文評価による二次スクリーニングを実施し、採択文献の整理を進める。これにより、自治体が実装可能な健康課題別の介入の選択肢および実装条件に関する知見を分野横断的に整理し、本研究班全体の最終目的である「自治体が実装可能な、健康に関心が薄い層を対象とした健康づくり実践事例集」の作成に向けた基礎資料を提示する。

F.引用文献

Damschroder, L. J., Aron, D. C., Keith, R. E., Kirsh, S. R., Alexander, J. A., & Lowery, J. C. (2009). Fostering implementation of health services research findings into practice: A consolidated framework for advancing implementation science. *Implementation Science, 4*(1), 50. https://doi.org/10.1186/1748-5908-4-50

厚生労働省. (2023). *健康日本 21(第三次)推進のための説明資料*. 厚生労働省健康・生活衛生局. https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/kenkounippon21_00006.html

Michie, S., Richardson, M., Johnston, M., Abraham, C., Francis, J., Hardeman, W., Eccles, M. P.,

Cane, J., & Wood, C. E. (2013). The behavior change technique taxonomy (v1) of 93 hierarchically clustered techniques: Building an international consensus for the reporting of behavior change interventions. *Annals of Behavioral Medicine, 46*(1), 81–95. https://doi.org/10.1007/s12160-013-9486-6

Michie, S., van Stralen, M. M., & West, R. (2011). The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. *Implementation Science, 6*(1), 42. https://doi.org/10.1186/1748-5908-6-42

Rhodes, R. E., & de Bruijn, G. J. (2013). How big is the physical activity intention–behaviour gap? A meta-analysis using the action control framework. *British Journal of Health Psychology, 18*(2), 296–309. https://doi.org/10.1111/bjhp.12032

Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Akl, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garritty, C., Lewin, S., … Straus, S. E. (2018). *PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): Checklist and explanation. Annals of Internal Medicine, 169*(7), 467–473. https://doi.org/10.7326/M18-0850

U.S. Department of Health and Human Services, Office of Disease Prevention and Health Promotion. (2020). *Healthy People 2030*. https://health.gov/healthypeople

G.研究発表

1,論文発表

なし

2.学会発表

なし

H.知的財産権の出願・登録状況

なし