

## 地域の子どもの健康・食に関する公衆栄養学的研究

**研究概要** 地域や教育現場における子どもの健康・食に関する栄養疫学研究および健康評価尺度・教材の開発



食環境科学部 健康栄養学科

**佐藤 加代子** 教授 Kayoko Sato

研究キーワード: 地域 子どもの健康づくり 食生活 公衆栄養活動

URL: <http://researchmap.jp/read0001734>

### 研究シーズの内容

今日では、「健康寿命」を伸ばして平均寿命との差を縮めることが重要な課題である。個人、集団の健康の維持・増進と生活習慣病予防、医療費の抑制につなげる公衆栄養活動、特に子どもの健康と食に関する研究を行っている。具体的には栄養疫学研究による子どもの健康・食に関する現状の把握、問題点とその要因の発掘、問題点解決に向けた事業展開、健康評価尺度の開発、効率・効果的な教材開発の検討を行っている。

これまでに子どもの健康は、頭痛、眠い、だるい、気力が出ないなどの体調不快感の訴えが多く、深刻な状況であること。体調不快感の要因分析で、主な要因は「間食」「朝食欠食」「食事時間が楽しくない」、関連要因として、夜型などの生活リズムの乱れ、やせ願望、生活・食習慣の乱れなどであることを立証した。また主要要因をテーマに栄養教育介入としたランダム化比較試験による栄養教育効果と効果の持続性について検討し、教育効果は、3ヵ月まで持続するが6ヵ月までは持続しないことを明らかにした。

今後も地域や教育現場における子どもの健康・食生活に関する基礎的研究に基づいた健康・栄養教育、および評価尺度開発、教材開発を目指した研究を行いつつ、関係者・関係機関の連携、協働による公衆栄養活動の展開予定である。

### 活用例・産業界へのアピールポイント

地域や集団組織や保育園・小学校・中学校などと連携し、健康・食に関する栄養疫学研究および健康づくりを目指した教育効果の実践

特記事項(関連する発表論文・特許名称・出願番号等)