ヒトの意思決定へ影響する環境要因の特定の研究

食環境科学部 健康栄養学科
大瀬良 知子 准教授 Tomoko Osera

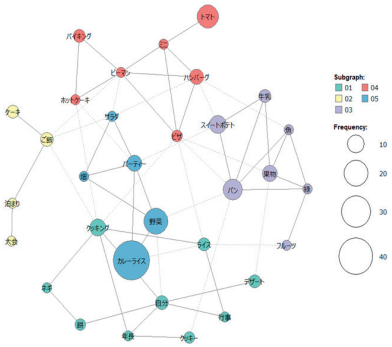
研究概要	ヒトが持つ食意識と食行動・食事内容の関連性を検討している。

研究シーズの内容

人々が持つ食意識と食行動・食事内容の関連性の検討を行っています。これまでは、主に幼児を専門として、好き嫌いの有無とその幼児が持つ食意識の関連性の検討等の研究を実施してきました。その結果、幼児期において、食意識を高める重要性が示唆されました。また、弁当や箸という実生活の身近な指標を用いて、保護者の食意識が幼児の食習慣に与える影響について検討してきました。そして、現在は成長後の児童・生徒に対する食育の効果の検討を行っています。

さらに、人が持つ意識と健康というキーワードから、主観的健康観(Self-rated health: SRH)という指標を活用した研究も進めています。主観的健康観とは、疾病の有無に関わらず対象者自身が健康だと思うかどうかという意識の指標で、高齢者において SRH の高低と死亡率の関連性が報告されています。高校生を対象とした我々の調査結果では、SRH と食習慣が関連している可能性を明らかにしています。

このように、普段何気なく行っている食事や生活とその決定に関わる先行因子だと考えられる食意識やもっと広い視野で捉えた健康意識の関連性について、疫学手法を用いて客観的に評価しています。食生活という特殊で複雑な分野ですが、一つずつ関連性を確認し、研究結果を蓄積していくことで、最終的には意思決定の要因解明に寄与できたらと考えています。



幼児期の給食や食育について覚えている内容
自由記述より抽出した頻出語句の共起ネットワーク図

研究シーズの応用例・産業界へのアピールポイント

「いつ」、「何を」、「どれだけ」だけでなく、どういう意識を持って日々の食事と向き合えば健康になれるのか、人々の普段の食生活に根付いた研究を行っています。食を通じて将来の健康を維持することへ貢献したいと考えます。

特記事項(関連する発表論文・特許名称・出願番号等)

日本衛生学会、日本食育学会、日本栄養改善学会