

疫学（臨床）研究実施についてのお知らせ

大阪市立大学大学院生活科学研究科

食・健康科学専攻

【研究課題名】

- ・人間ドック受診者を対象とした“アクティブエイジングセミナー”の試み

【研究期間】

- ・2014年 承認日 ～ 2017年 3月 31日

【研究の意義・目的】

・人間ドックとは生活習慣病の予防やがんの早期発見などを目的とした総合的な健康診断であり、50歳代男性においては一般健診と比較して毎年人間ドック健診を受けることで医療費削減効果があることが報告されている⁽¹⁾。しかし、受診者は健康への関心が高く健康保持を希望しているが、受診結果を食生活等への行動変容に結びつけているかはさだかではない。人間ドック受診者の検査結果と食生活との関連についての報告はあるが、受診後の介入による食生活改善効果の評価についての報告⁽²⁾は数少ない。個人の生活習慣を変えるためには「知識の受容」「態度の変容」「行動の変容」の三段階を経るといわれ、「マスメディア」「小集団による働きかけ」「一対一のサービス」が、効果が高いとされている⁽³⁾。健康保持・生活習慣病予防には食生活のみならず運動への介入も兼ねた「健康教室」が有用とされる。また、教育効果としては、教師が生徒に一方的に講義する“教室”方式より、大学、大学院などで行われている講師が少数の学生を対象に講義と質問、議論を経た回答を示す“ゼミナール”形式が勝るとされる。今回我々は、予防医学の一環として人間ドック受診者を対象として、ゼミナール形式を用いた「アクティブエイジングセミナー」を実施し、食生活等に与える影響を検証する。

(1) 福井敏樹, 山内一裕, 丸山美江, 佐藤真美, 高橋英孝, 山門實. 年間医療費削減の観点からの人間ドック健診受診の意義. 人間ドック. 2012; vol. 27. No1. 29-35

(2) 畑中美幸, 山崎緑, 清水正子, 野田晴美, 川原田和子, 金丸正泰, 西村晃. メタボリックシンドローム予防セミナーを受診して: 人間ドック. 2008; vol. 23. No. 4. 766-770

(3) http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21_01.pdf

【研究の方法】

セミナー申込み時に食事記録表を主治医が配布し、3日間の食事記録後、セミナー受講時に提出する。

<セミナーの実施要領>

- A) 教員または有資格者（管理栄養士）による講義を行う
- B) 食事記録の内容確認、カルシウム摂取状況を評価する
- C) 食育 SAT システム（特許：第 3960391）⁽⁴⁾を用い、講義と関連した食品選択の模擬演習を行う
- D) 簡単な測定（InBody、握力等）、ロコモティブシンドロームの評価、運動療法を実施する
- E) 栄養を補給する
- F) セミナー実施後、食事診断の結果と評価を送付
- G) セミナー実施 3 ヶ月、6 ヶ月、1 年後に食事診断、簡単な測定およびロコモ度を再評価する

(4)<http://www.foodmodel.com/category12/index.html>

【研究組織】

研究代表者

大阪市立大学大学院 生活科学研究科 食・健康科学専攻 准教授 安井洋子

【本研究に関する問い合わせ先】

研究責任者：大阪市立大学大学院 生活科学研究科 食・健康科学専攻
准教授 安井洋子

住 所： 〒558-0004 大阪市住吉区杉本 3-3-138

電 話： 06-6605-2854

FAX : 06-6605-2854

E-mail : yasuiy@life.osaka-cu.ac.jp

大阪市立大学・生活科学研究科研究倫理委員会

承認番号（申請番号） 14-33