

プロジェクトリーダー:金城学院大学 生活環境学部 北森一哉教授

事業実績調書

(1) プロジェクト名	食生活改善を目指した食事指導
(2) プロジェクトの成果 (※そのような成果が得られたかについて具体的に記載)	
<p>2018年度～2019年度 (2年計画) の2年目</p> <p><b>【目的】</b> 2017年は食事調査方法の有効性を検討し簡易的な方法の有効性を示した。2018年～2019年度においては、地域住民への健康教室現場において、教室前後の食事摂取状況の変化及び教室間の違いを明らかにすることを目的とした。</p> <p><b>【成果】</b> 2年計画の2年目である。1年目の教室にて食事調査を実施したデータを、解析し、評価、公表してきた。また、2019年度における食事調査実施内容は、下のプロジェクト実施内容に記載する。 BDHQは、習慣的な食事の詳細な結果が得られるが、実施から結果返却まで、1ヶ月ほどかかるため、ご本人が忘れてしまう可能性がある。SATシステムは、その時の食事のみの結果しか得られないが、その場で結果が得られるため、改善項目を理解しやすい。そのため、楽しくビュッフェ形式で実物大の食品サンプルを選ぶ方法は、不完全ではあるが、効果が高いかもしれない。</p>	
(3) プロジェクト実施内容 (※事業の実施方法、時期、場所、回数、市民への周知方法、参加人員等を含め、その内容を具体的に記載)	
<p>瀬戸市健康福祉部が開催する健康関連教室に参加させていただき、エネルギー及び各栄養素の摂取量が算出できる簡易型自記式食事歴法質問票：brief-type self-administered diet history questionnaire (BDHQ-L) を実施した。個人の食事摂取状況の結果は、対象者ご本人にお返しし現状を報告した。</p> <p>また、自身が食べた食事を、実物大のICチップが内臓された食品サンプル (SATシステム) をビュッフェ形式で選んでもらい食事バランスの結果をその場でお返しした。その結果を踏まえ、改善した食事を選んでもらい改めて食事を選んでもらい、その場で結果をお返しした。また、講話では子どもの食育に関する講話をした後、体験型のSATシステムを実施した。(実施一覧は下記参照)</p> <p>本調査は、金城学院大学ヒトを対象とする研究に関する倫理審査委員会の承認を得て実施した。</p> <p><b>【BDHQ】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1年目の詳細な分析と発表：(4) プロジェクトの今後の課題と展望参照</li> <li>・運動関連教室 運動 (5月) 実施 30名、ヨガ (9月) 実施 35名</li> <li>・女性の健診 (6月、7月) 前半のみ実施 220名</li> </ul> <p><b>【SATシステム】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ロコモ予防 (7月) 実施 30名</li> <li>・子どもの食育講座講話 (10月) 実施 30名</li> <li>・せと健康まつり (11月) 実施 150名</li> </ul>	
(4) プロジェクトの今後の課題と展望	
<p>1年目の結果は、下記のように発表した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「日本栄養改善学会学術総会」で発表 (学生)</li> <li>・「愛知県公衆衛生研究会」で発表 (瀬戸市職員)</li> </ul> <p>2年目に実施した詳細な分析を明らかにして、公表する。</p>	