

健康情報認知の関連要因と健康行動への波及効果

中村 好男¹、李 恩兒¹、原田 和弘²、高泉 佳苗²、川口 亜佑子²

(¹ 早稲田大・スポーツ科学、² 早稲田大・院・スポーツ科学)

Related factor of health information awareness and effect to health behavior

Yoshio Nakamura¹, Euna Lee¹, Kazuhiro Harada², Kanae Takaizumi² and Ayuko Kawaguchi²

(¹ Fac Sport Sci, Waseda Univ and ² Grad Sch Sport Sci, Waseda Univ)

健康づくりの研究分野においては、研究成果を国民に対して積極的・戦略的に発信し、普及啓発を図っていくことが求められる。筆者らは本年度、“エクササイズガイド 2006”、“特定健康診査・特定保健指導”、“食事バランスガイド”に注目して、その認知状況と効果的なプロモーション施策の開発について研究した。

研究Ⅰ エクササイズガイド認知の関連要因と身体活動量との関連

【目的】エクササイズガイド 2006 の認知状況と、人口統計学的変数および他の健康づくり施策の認知状況との関連性を検討し、エクササイズガイド 2006 を認知している者の特徴を把握すること。【方法】社会調査モニタ 1613 名に Web 調査を実施した。調査項目は、エクササイズガイド 2006、健康日本 21、食事バランスガイド、特定健診・特定保健指導の認知状況および人口統計学的変数であった。統計解析は、ロジスティック回帰分析を用いた。【結果】全対象者の 12.3% の者が、エクササイズガイド 2006 を聞いたことがあると回答した。50 歳以上、世帯収入 1000 万円以上、運動習慣、健康日本 21 の認知、食事バランスガイドの認知、および特定健診・保健指導の認知が、エクササイズガイド 2006 の認知に有意に関連した。【結論】エクササイズガイド 2006 の効果的かつ具体的なプロモーション手法を開発していくことが求められる。

研究Ⅱ-a 特定健診・保健指導の理解度と健診受診行動との関連

【目的】健康情報の認知情報、運動習慣、身体組成および人口統計学的変数と未受診行動と関連について検証すること。【方法】40-59 歳の勤め人または自営業者の未受診行動と、人口統計学的変数、特定健診・保健指導とメタボリックシンドロームの理解、および身体組成・運動習慣との関連を検討した。【結果】勤め人においては、世帯収入が 500 万未満の者が、有意に未受診者が多い傾向になった。一方、自営業者に関しては、特定健診・特定保健指導を理解していない者と、男性に未受診者が多かった。【結論】自営業者には特定健診保健指導を理解することが健診受診と関

連する。今後は、それぞれの状況に即した受診行動の促進方策の検討が必要である。

研究Ⅱ-b 特定健診・保健指導の認知度の変化に影響を及ぼすメディア

【目的】健康情報を取得するためにどのようなメディアを利用することが、特定健診・保健指導の認知と関連するのかを縦断的に検証すること。【方法】40 歳以上の社会調査会社の登録モニタ 525 名を対象に、2007 年 11 月 (T1) および 2008 年 12 月 (T2) の計 2 回、Web 調査を実施した。【結果】特定健診・保健指導の認知者の割合は、T1 では 47.8%、T2 では 77.3%であった。認知者の割合は、T1 に比べ T2 で有意に高値を示した。T1 から T2 の間で特定健診・保健指導を認知した者は、女性および健康診断受診者で有意な高値を示し、また病院・薬局のパンフレットからの健康情報を参考としている者でも、有意に高いことが示された。認知群は、非認知群より参考メッセージチャネル数が有意に高かった。

研究Ⅲ 食事バランスガイドの認知が食行動及び肥満に及ぼす影響

【目的】食事バランスガイドの認知が食行動及び肥満に及ぼす影響を検証すること。【方法】社会調査モニタ 1726 名に Web 調査を実施した。調査項目は、食事バランスガイドの認知、食知識、食態度、食行動、BMI、人口統計学的変数であった。食事バランスガイドの認知が食行動と肥満に及ぼす影響については、Conceptual Model of Campaign Impact に、BMI と内臓脂肪蓄積を加え、パス解析により検討した。【結果】食知識得点と食行動得点(0.57)が最も強く関連していた。食態度得点は、認知との有意なパスは示されなかったが、食知識得点と食行動得点との関連は認められた。食行動得点と BMI(-0.11) 及び内臓脂肪蓄積(-0.13)に有意な弱いパス係数が認められた。【結論】食行動と BMI、内臓脂肪蓄積に有意なパスが確認され、食事バランスガイドの認知を高めることが、BMI と内臓脂肪蓄積の減少に関連している可能性が示された。