小児及び保護者の野菜摂取に関わるヘルスリテラシー向上のための教育プログラムに関する研究

岩部万衣子[1)]

１）青森県立保健大学

Key Words　①野菜　②ヘルスリテラシー　③教育プログラム

Ⅰ．はじめに

近年，国外では野菜摂取量の増加にヘルスリテラシー（Health Literacy，HL）の向上が関連すると報告されている[1-3)]。小児の食教育では保護者も含めたアプローチが重要であり，小児の野菜摂取の促進に有効な教育プログラムを開発するためには,小児と保護者の HL の向上に焦点を当てたプログラム作成が必要である。しかし，これまで小児と保護者の野菜摂取に関わる HL の向上に着目した我が国の報告はみられない。HL 向上のための効果的なアプローチを検討することで，青森県の健康課題である健やか力（HL）向上の解決に寄与できると考えられる。

Ⅱ．目的

本研究では,小児と保護者の野菜摂取に関わる HL の向上に効果的な教育プログラムの内容について検討する。まず仮説設定のために，小児と保護者の野菜摂取に関わる HL の向上を目的に実施された国内外の論文の系統的レビューを行う。次に仮説検証のため,青森県内で HL 向上の取組をしている小学校の小児と保護者に調査を実施し，取組の効果について分析する。

本年度は,系統的レビューによる仮説の設定及び調査方法について検討を行ったので報告する。

Ⅲ．研究方法（研究の経過）

１．系統的レビュー

論文検索には PubMed，医学中央雑誌（医中誌），CiNii を用いた。検索式は先行研究[1)]を参考に，「対象（小児，保護者に関する検索語）」「野菜」「HL」の 3 語群を設け，それらを掛け合わせた。論文のスクリーニングのための除外基準は①総説または解説，②3 歳未満 12 歳以上（中学生以上）の小児，③小児の保護者以外の成人，④患者集団やアスリート等の特殊集団，⑤野菜摂取に関わる HL と明らかに関連しないと判断されるもの，採択基準は①査読付雑誌，②3～11 歳の小児，③小児の保護者，④野菜摂取と HL の教育プログラムに関する内容とした。論文のスクリーニングでは，まず検索により抽出された論文について重複論文の除外，表題及び抄録から除外基準に基づき精査し，次に本文を精読して採択基準に基づき採択論文を決定した。

２．小児の野菜摂取に関わる HL 向上のための教育プログラムに関する調査方法の検討

結果の詳細は後述するが今回は採択論文がなかったことから，小児の野菜摂取に関わる HL 向上の取組をしている小学校の取組内容の把握と，その小学校の小児と保護者に対する野菜摂取に関わる HL の質問紙調査を行い，それらを総合的に分析することで小児の野菜摂取に関わる HL 向上に効果的な教育プログラム実施のための根拠データを得ることとした。そのため，調査に向けた質問紙の検討を行った。質問紙の作成においては，小児と保護者の食情報に関する HL が高いほど野菜摂取に関する知識，態度，行動も高いという関係がみられると仮定し，この関係を分析するための項目を検討した。検討の結果，案として設定した質問項目を結果に示す。

Ⅳ．結果および考察

１．系統的レビューによる論文抽出について

論文抽出件数は PubMed で 22 件，医中誌で 123 件，CiNii で 10 件であった（医中誌と CiNii は

*連絡先：〒030-8505　青森市浜館間瀬 58-1　E-mail: m_iwabe@auhw.ac.jp

抽出件数が限られたため検索式を対象と HL で再検索）が，採択基準に合う論文はなく，野菜摂取に関わる HL 向上のための教育プログラムに関する報告はみられなかったが，これまでに成人の HL の高さと野菜摂取量が関連することは報告されている[2,3]。しかし，これらは HL の 3 つのレベル（機能的，相互作用的，批判的）のうち，基本的な読み書き能力である機能的リテラシーとの関連をみたものが多かった。我が国は識字率が高いため，機能的リテラシーよりも相互作用的（異なるコミュニケーションから情報を引き出したり適応したりする能力），批判的（情報を批判的に分析して生活上の出来事や状況に活用する能力）リテラシーを重視すべきであると考えられる。

２．小児の野菜摂取に関わる HL 向上のための教育プログラムに関する調査方法（質問紙）の検討

“HL に関わる項目”として，高泉ら[4]は相互作用的，批判的リテラシーを重視した食生活リテラシー尺度（計 5 項目から構成）を開発しており，本研究ではこの尺度を採用した。「あなたは，もし必要になったら，健康に関連した食情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思いますか。」と問い，「新聞，本，インターネットなど，いろいろな情報源から食情報を集められる」「たくさんある情報の中から，自分の求める食情報を選び出せる」「食情報がどの程度信頼できるかを判断できる」「食情報を理解し，人に伝えることができる」「食情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる」に対して，「全くそう思わない（1 点）」～「強くそう思う（5 点）」の 5 段階で回答を求め，5 項目の平均得点を尺度得点とする。

“野菜摂取に関わる項目”として，著者はこれまでに小児と保護者を対象とした野菜摂取行動とその関連因子（知識，態度）の評価尺度を検討し，妥当性及び信頼性を確認した[5]。この尺度から，知識として野菜料理の摂取皿数と摂取量に関する 2 項目，態度として野菜の嗜好，残食態度，摂取量の認識，重要性，自己効力感の 6 項目，行動として野菜摂取量（皿数）の 1 項目を設けた。全て順序尺度で得点化し，より良い知識・態度・行動であるほど得点が高くなるように設定した。

“属性等の項目”として，個人の HL には家庭の所得が関連し，交絡因子となる可能性があるため，家庭の所得の項目を先行研究[6]から採用し，保護者の質問紙に設けた。その他，小児には性別，年齢，保護者には性別，年代，家族構成，職業，調理担当者の項目を設けた。

Ⅴ．今後の検討

本年度は研究計画を立て青森県立保健大学研究倫理委員会に申請し承認を得た（承認番号 1548）。次年度は調査実施の適切なフィールド確保と，十分な倫理的配慮をした研究実施方法を検討する。

Ⅵ．文献

1. Spronk I.,Kullen C.,Burdon C.,et al: Relationship between nutrition knowledge and dietary intake,*Br.J.Nutr.*,111,1713-1726(2014)
2. von Wagner C.,Knight K.,Steptoe A.,et al: Functional health literacy and health-promoting behavior in a national sample of British adults,J.Epidemiol Health,61,1086-1090(2007)
3. Reisi M.,Javadzade S.H.,Heydarabadi A.B.,et al: The relationship between functional health literacy and health promoting behaviors among older adults, *J. Educ. Health Promot*, 3:119(2014)
4. 高泉佳苗，原田和弘，柴田愛，他：健康的な食生活リテラシー尺度の信頼性および妥当性-インターネット調査による検討-，日本健康教育学会誌，20，30-40（2012）
5. 岩部万衣子：学童の野菜摂取行動に影響を及ぼす因子の検討～指標の開発と妥当性の研究～，平成 22-24 年度科学研究費助成事業（日本学術振興会科学研究費補助金）研究成果報告書（2013）
6. 村山伸子，西信男，林芙美，他：日本人の食生活の内容を規定する社会経済的要因に関する実証研究，厚生労働科学研究費補助金　循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業平成 24 年度総括・分担研究報告書（2013）