

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小児 ②野菜 ③ヘルスリテラシー

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¹⁻²⁾。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ず、日本人小児及び保護者の野菜摂取と HL の関連については不明であった³⁾。

II. 目的

青森県では県民の HL の向上が重要な健康課題の一つである。また、小児期からの野菜摂取の習慣化は我が国の重要な課題の一つであり、その摂取には本人だけでなく保護者の影響が大きい。しかし、我が国における小児と保護者の野菜摂取と HL の関連についての報告はなく、得られる成果は今後の教育プログラムのエビデンス構築や健康づくり施策に役立つと考えられる。

そこで本研究では、我が国における小児及び保護者の野菜摂取と HL との関連を明らかにすることを目的とした。

III. 研究方法

2017年1~2月、青森県G市の3小学校及びM市の1小学校に通う5~6年生及びその保護者のペア314組(G市192組、M市122組)を対象に、無記名自記式質問紙調査を実施した。回答の得られた210組(G市91組、M市119組)のうち、全ての質問項目に回答し欠損のなかった150組を解析対象とした。質問紙は無記名としたが、1回目と2回目の調査の回答をペアで解析するため、予め世帯ごとのID番号を付与した調査票を配布した。調査に際しては、質問紙冒頭に調査の目的、内容、個人情報保護等を明記した。なお、本研究は青森県立保健大学研究倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号1548)。

調査項目は、HLに関わる項目、野菜摂取に関わる項目、属性項目を設定した。HLに関わる項目には高泉ら⁴⁾により妥当性及び信頼性が確認されている食生活リテラシー尺度を用いた。野菜摂取に関わる項目は、著者がこれまでに妥当性及び信頼性を検討した学童期の小児とその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、行動)に関する評価尺度を用いた⁵⁾。属性項目は、小児には性別、年齢、保護者には性別、年代、所得、家族構成、職業、家庭の調理担当者の項目を設けた。調査項目は得点化し、野菜摂取項目とHL項目得点の相関関係を Spearman 相関係数により分析した。

IV. 結果

小児の野菜摂取項目得点とHL項目得点間には有意な正の相関関係が認められた($r=0.51$, $p<0.05$)。保護者においても同様の関連が認められた($r=0.49$, $p<0.05$)。また、小児の野菜摂取項目得点と保護者のHL項目得点間、保護者の野菜摂取項目得点と保護者のHL項目得点間においても有意な正の相関関係が認められたが、相関係数は低かった(それぞれ $r=0.21$, $p<0.05$, $r=0.28$, $p<0.05$)。以上の関連は、地域別でも同様であった。

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

小児の野菜摂取皿数と HL 項目得点の間に有意な関連は認められなかったが、地域別にみると M 市では有意な相関関係が認められた ($r=0.28$, $p<0.05$)。保護者の野菜摂取皿数と HL 項目得点の間には有意な正の相関関係が認められた ($r=0.24$, $p<0.05$) が、小児と同様に M 市でのみ有意な関連が認められた ($r=0.22$, $p<0.05$)。また、家庭の世帯収入項目等の属性項目と野菜摂取項目得点、HL 項目得点の間に有意な関連は認められなかった。

V. 考察

本研究は、小児、保護者ともに本人の野菜摂取には本人の HL が強く関連することを明らかにした。一方、小児の野菜摂取に対する保護者の HL、保護者の野菜摂取に対する小児の HL も有意な関連を示したが、その相関係数は低かったことから、小児の野菜摂取向上のための教育プログラムにおいては、本人の HL を高める取組がより効果的である可能性が示唆された。

野菜摂取皿数（野菜摂取量）と野菜摂取に関する知識・態度の項目を分けて、HL 項目得点との関連を分析した結果、野菜摂取量と HL 項目得点の間に有意な関連は認められなかったが、知識・態度の項目得点と HL 項目得点の間には有意な正の相関関係が認められた。このことから、HL の向上により、野菜摂取に関する知識や態度は向上するが、野菜摂取量は直接的には向上しない可能性がある。しかし、地域別にみると、M 市では野菜摂取量と HL 項目得点との間に有意な正の相関関係が認められたため、地域や対象者の背景要因によっては野菜摂取量に HL の向上が直接的に関連する可能性もある。今回調査した属性項目は HL 項目得点に対する関連がみられず、地域差もみられなかったことから、今回調査していない属性項目が関連したのかもしれない。

本研究の限界として、本成果は青森県の 2 地域における限られた小学校の 5~6 年生を対象としたものであり、日本人の同年齢全体の代表集団とすることは難しい。また横断調査に基づく分析のため、野菜摂取と HL について因果関係を述べることはできない。

以上のような限界点はあるが、本研究は小児と保護者の野菜摂取には本人の HL が強く関連することを明らかにした。本成果は横断研究によるものであるため、今後は、介入研究により HL 向上の取組を行った場合に、対照群に比べて取組の前後で野菜摂取の知識や態度、野菜摂取量が向上するかを検討していく必要がある。

VI. 謝辞

本研究の計画及び実施に際し、懇切丁寧なご助言をいただきました青森県立保健大学健康科学部の吉池信男教授に深く感謝申し上げます。また、本研究にあたり、ご協力いただいた地域の教育委員会、小学校の皆様にも厚く御礼申し上げます。

VII. 文献

1. 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)
2. 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)
3. 岩部万衣子: 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, 平成 27 年度研究推進・知的財産センター指定型研究 ヘルスリテラシー促進研究実績報告書 (2016)
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)