

テーマ 鳥取県市町村における食育・健康施策策定のための調査研究

研究者 野津 あきこ(鳥取短期大学)

概要

鳥取県は、急性心筋梗塞の都道府県別年齢調整死亡率(平成27年厚生労働省調査データ)から、男性が福島県、高知県、岡山県に次ぐ4番目、女性は福島県、鳥取県、高知県と2番目のワースト県である。本研究は標準化された栄養調査(BDHQ)及び食育アンケートにより、市町村レベルの栄養・生活習慣の課題を抽出し、健康課題の解決に向けての取り組みの基礎資料を得ることを目的としている。

研究内容

対象及び方法

対象地区および対象者数は、平成29年は鳥取県N町の地域住民4,452名(20歳代～75歳以下)、平成30年は福島県H町の地域住民3,469名(20歳代～74歳)を対象とした。有効回答率は、鳥取県N町は食育に関するアンケートが25.7%、BDHQ(簡易型自記式食事歴法質問票)が22.1%であった。福島県H町は、生活習慣アンケートの有効回答率が、15.3% 515名(男244名、女271名)、BDHQは、15.2% 513名(男242名、女271名)であった。いずれも郵送法で実施した。

結果

本報告は、平成30年度に実施した福島県H町の結果の一部を報告する。

肥満者(BMI \geq 25kg/m²)の比率が、全国平均(平成28年国民健康栄養調査結果)と比較すると男女ともに高い。男性は、全国平均31.3%に対し、H町は43.4%である。女性は、全国平均20.6%に対しH町25.1%であった。年代別では、男性の40歳代が56.3%と最も高く、30歳代及び50～70歳代も41～46.7%と高率であった。男性の腹囲が85cm以上については、40歳代60%、50歳代52.5%、60歳代59.3%であった。脂質異常といわれたことがあるかという質問では、男性50歳代と60歳代の70%程度、女性の50歳代から70歳代が46～59.3%があると答えていた。震災前と現在の体重の増減では、増えたと答えたのが多かったのが男女とも40歳代であり60%を占めた。

食べ方の変化を聞いたところ、ご飯は、20～30%の人が食べ方が減ったと答え、パンが増えたと答えている。野菜は40歳代女性と60～70歳代が増加し、特に60～70歳代では、自家製野菜の摂取が増えたと答えている。漬物は全年代で減ったと答えている。果物は、増えた人と減った人ともに15～20%程度みられた。生の魚は食べなくなったと減ったを合わせると40歳代以上で約40%を占める。肉類も50歳代以上で、20%程度の人が減ったと答えている。50歳以上の牛乳・ヨーグルトは増えている。菓子類は食べなくなった、減ったと答えた人は50～70歳代が多い。特に女性が50～60%と高率であった。スーパーの弁当や惣菜は20～50歳代で増えたと答えた人及び減ったと答えた人が両方とも20%程度あった。60～70歳代では、食べなくなったと減ったと答えたのが40～60%であり、増えたと答えた人は少なかった(図)。

まとめ

生活習慣アンケート等の結果から、男性の肥満者が全国平均よりも高率であり、脂質異常や腹囲の基準値を超えている人も多い。今後は、震災前と現在の食べ方の変化や生活習慣アンケート(意識)とBDHQ(食品群別摂取量及び栄養素等摂取量)と関連付け、性・年代別の食に関する課題を整理し、課題解決にむけて検討を進めていく。

応用分野

公衆栄養、食育、健康づくり

震災前と現在の食べ方変化 スーパーの弁当や惣菜

