

令和元年度鳥取県環境学術研究等振興事業

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)、令和元年度は、鳥取県I町住民を4,400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。岩美町(令和元年度)は、食育アンケート回収率26.7%(1,149名)、BDHQは、回収率24.2%(1,042名)となった。いずれも郵送法で実施した。

結果

本報告は、福島県H町のBDHQ結果の一部を報告する。

肥満者は全国平均(H28国民健康栄養調査結果)と比較すると男女とも多い傾向があり、特に男性が多かった(図1)。

男性は、全国平均と比べると運動習慣がある人の比率が低い。

飽和脂肪酸のエネルギー比率は食事摂取基準の目標量7%を上回って摂取している人が、男性45.9%(111人/242人)、女性68.6%(186人/271人)であった。

成人1人1日あたりの食塩摂取量は、男性14.9g、女性11.7gである。年代別では、男性が、若い年代ほど高いのに対し、女性は、おおむね横ばいとなっている。

350g/日以上野菜を摂取していたのが、男性36%、女性39.9%であった。

成人1人1日あたりの食物繊維摂取量は、男性14.7g、女性14.4gであった。年代別では、男性が、ほぼ横ばいであるのに対し、女性では、年齢が上がるごとに摂取量がおおむね増加している。また、食物繊維摂取量が目標量を達成している人の割合は、男性13.9%、女性9.7%であった。

まとめ

本報告は、BDHQ等を用いて東日本大震災後の福島県H町住民のBMI、運動習慣、食習慣等について検討した。震災以降の肥満傾向の人の割合は高く、運動習慣や食塩摂取量、飽和脂肪酸エネルギー比など課題は多い。今後は、福島県H町及び鳥取県N町、鳥取県I町との比較検討を行い、各町の健康課題と食生活・栄養の関連性について検討を行う。



図1. 肥満者 (BMI \geq 25kg/m²) の割合

応用分野

公衆栄養、食育、健康づくり

連絡先

鳥取短期大学生活学科食物栄養専攻 教授 野津あきこ
連絡先(E-mail akknt@ns.cygnus.ac.jp, 電話 0858-26-1811)