

平成29年7月13日
国立大学法人琉球大学

「児童の食育から沖縄長寿再生へ」那覇市20小学校で食育スタディがスタート

平素より、本学の教育・研究に格別のご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。
この度、本学では、琉球大学と那覇市教育委員会との「児童の食育から沖縄長寿再生へ」那覇市20小学校で食育スタディを下記のとおり開始いたしますので、お知らせいたします。
つきましては、多忙な折恐縮ではございますが、貴社において取材・報道等御協力くださいますよう、お願い申し上げます。

記

1. テーマ : 児童の食育から沖縄長寿再生へ
2. 研究者 : 等々力 英美 (琉球大学 客員准教授)
3. 対象 : 那覇市立小学校20校の児童(4.5年児童)3500人と参加同意のあった保護者
4. 内容 : 別紙参照
5. 申込締め切り : 平成29年7月20日(木)
6. お問い合わせ先 : 琉球大学 地域連携推進機構 (チャンプルースタディ事務局)
E-mail : todoriki@comb.u-ryukyu.ac.jp
TEL : 098-895-8549
※随時連絡可

児童の食育から沖縄長寿再生へ

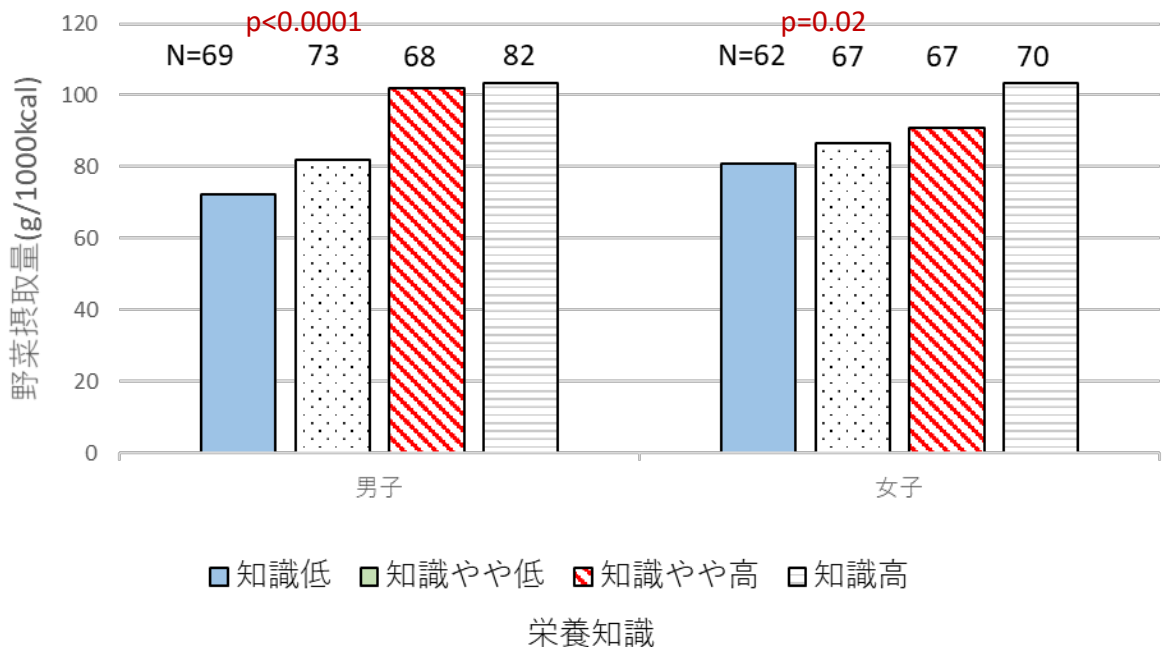
那覇市 20 小学校で食育スタディがスタート

沖縄の長寿再生の実現のために児童の肥満・齲歯の予防を目的として、琉球大学と那覇市が食育授業を実施して、健康的な食事を摂取するかどうかを検証します(通称「那覇市食育スタディ」)。那覇市小学校 20 校の児童約 3,500 名と参加同意をした保護者を対象に、1 年間にわたり家庭と学校で食育を行います。家庭における食育は、食と病気との関係をクイズにしており親子の会話促進や栄養知識の向上を目指します。さらにクイズと関連した食育授業を、学校栄養士と担任教諭が実施、教育効果の前後比較をします。先行研究では、児童の栄養知識が高いほど野菜摂取量が多いなどの結果が得られています。本事業により、食育授業による栄養知識の向上が健康行動改善につながり、沖縄の長寿再生に結び付くことが期待されます。

お問合せ先：琉球大学地域連携推進機構(チャンプルースタディ事務局)
客員准教授 等々力英美 todoriki@comb.u-ryukyu.ac.jp

児童の栄養知識が高いほど野菜摂取は多い

八重瀬食育スタディ N=292(男子),264(女子)



■書誌情報

Asakura K, Todoriki H, Sasaki S.

Relationship between nutrition knowledge and dietary intake among primary school children in Japan: Combined effect of children's and their guardians' knowledge.

J Epidemiol (2017) 27,1-9

■背景

沖縄長寿再生のためには児童からの長期的な取り組みが必要です。しかし、沖縄の児童の健康調査より、肥満と齲歯率が全国でも高位にあり、食事調査からも野菜摂取量が少なく、食塩摂取が過剰であることが分かりました。将来の生活習慣病予防のためには子ども時代に栄養と病気(健康)との関連性を身につけることが重要です。児童の食行動変容を促す効果的な働きかけを行うために食育を活用した新規食育プログラムと教材を使用した介入研究を那覇市において実施します。

■対象と方法

琉球大学は那覇市教育委員会とともに、那覇市立小学校36校のうち、参加希望のあった小学校20校(約7割)の児童4・5年児童、約3,500名と参加同意のあった保護者を対象に食育授業と親子間の会話と栄養知識を促進させる食育教材などを用いて、1年間の介入研究を行います(6月から実施)。小学校を前期と後期介入群に10校ずつ無作為に2グループに分け、各群に食育授業を実施し半年間で交代します。それぞれ質問票と食育クイズを各家庭に持ち帰り保護者と実施します。また、学校給食の時間を利用した7分間程度の食育授業を学校栄養士とクラス担任が実施します。食育クイズは栄養・食事・歯科に関する内容で1か月に1回配布され自宅でクイズを回答の上、保護者が採点し解答資料を参考に児童に説明する形式をとっています。

■結果と考察

食育授業は、沖縄県児童の過剰または不足栄養素である、食塩(過剰)、カルシウム(不足)、食物繊維(不足)、ビタミン(不足)、エネルギー(過剰)、歯科知識(不足)などをとりあげています。先行研究(八重瀬町食育スタディ)の解析結果から、児童・保護者の十分な栄養知識が、児童の健康的な食事と関連することや、さらに家庭における会話の豊富さなどが、栄養知識レベルと関連していることがわかっています。本研究では、先行研究を基に新規開発した教材として「食育クイズ」を使用します。本クイズは児童と保護者が家庭内で行うことを想定しており、①児童と保護者間で対話の促進 ②児童がクイズを答え、それを保護者が採点・解説を行うことで両者の栄養知識レベルの向上が期待できる内容になっています。食育クイズは、生活習慣病と栄養素(カルシウム、食塩、エネルギーなど)の関連性を学べる内容になっています。介入群が非介入群と比較して栄養知識や食行動(野菜摂取など)の改善が介入前後の差を測定することで、食育授業による教育効果が科学的にわかります。

■本研究の意義

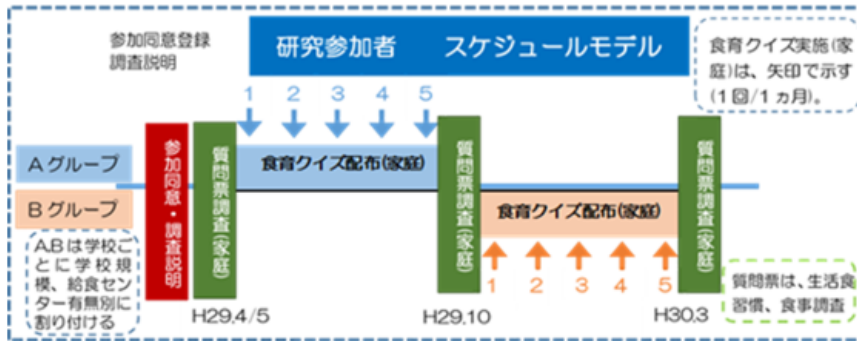
沖縄の長寿再生のためには、児童と保護者の食育は重要ですが、その取り組みはまだ改善の余地があるといえます。那覇市食育スタディでは、学校における食育を補完し、かつ家庭学習を行い、さらに科学的検証が可能となっています。実践としての食育を通じ、子ども時代から食と歯科に関する正しい知識を身につけることにより、沖縄県の将来を担う子どもたちを対象とした取り組みから沖縄長寿再生の実現が近づくものと考えられます。

本研究は文部科学省・日本学術振興会科学研究費基盤研究(B) 16H03047により実施されています。

資料 1

「那覇市食育スタディ」のスケジュールの概略図

那覇市食育スタディ スケジュール



那覇市小学校20校実施。H29/6~H30/3

学校を無作為に2グループ(各10校)に割り付けて、約半年の食育介入を行います。

資料 2 那覇市食育スタディの研究の流れ

那覇市食育スタディの研究の流れ

