

科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和元年6月18日現在

機関番号：32689

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2016～2018

課題番号：16K13033

研究課題名(和文)ブランディング手法を用いた健康づくりの普及・啓発

研究課題名(英文)Branding for health promotion

研究代表者

竹中 晃二 (Takenaka, Koji)

早稲田大学・人間科学学術院・教授

研究者番号：80103133

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、人々に対して、生活習慣病およびメンタルヘルス問題を予防する態度変容および行動変容を促すために、ソーシャルマーケティング方略の一手法である健康ブランディング・アプローチを用い、その評価を行うことである。本研究では、ヘルスプロモーションの普及を超えて、人々の態度変容および行動変容を行わせるために、従来の医療一辺倒からマーケティングに移行することを強調している。ブランディング・アプローチを用いた研究の結果、健康行動について人々の知識、受諾、および行動意図が改善された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

現在、我が国において、国民医療費に占める生活習慣病の割合はきわめて高い割合を占めており、一方、うつ病や不安障害など、いわゆる気分障害を中心とするメンタルヘルス問題は職域、学校、地域、家庭において多くの損失を与えている。従来から、これらの問題について、予防行動の症例が行われてきたものの、人々の態度変容および行動変容にいたるほどに効果をあげていない。本研究では、健康ブランディングの手法を用いて、従来の医療一辺倒の情報提供からマーケティングを用いた普及啓発を行い、その効果を検証した。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study is to apply and evaluate the health branding approach as a social marketing strategy that promotes the attitude and behavior changes in order to prevent the lifestyle-related disease and mental health problems. This study emphasizes the importance of transformation from conventional medical care approach to marketing approach to enhance attitude and behavior changes for people, beyond dissemination of health promotion. The results showed that knowledge, acceptance, and intention to health behavior were improved by this branding approach.

研究分野：応用健康科学

キーワード：ブランディング 健康づくり 普及・啓発 生活習慣病 メンタルヘルス問題 予防活動

1. 研究開始当初の背景

生活習慣病罹患による影響は、いまや、国民医療費の約3割、全死亡者数の約6割を占めており、大きな社会的負担となっている。予防に果たすライフスタイルの変容はきわめて重要とされている一方、従来型の情報伝達型・指示型ポプレーション・アプローチは人々の態度・行動を変容させるほどに十分機能していない。明らかに、行動変容を意図した新しい情報伝達方策が求められている。

2. 研究の目的

心身の健康阻害については、従来から医療情報の提供や指示型のポプレーション・アプローチが行われてきたものの、人々の予防行動を実践させるほど効果を示していない。本研究の目的は、ソーシャルマーケティングの中でも、健康ブランディング・アプローチを用いて、人々の予防行動への認知度を高め、行動変容を生じさせることを目的にした介入研究を行い、その効果を検証することであった。すなわち、生活習慣病予防に果たすライフスタイル変容行動についての推奨情報を、医療を中心とする指示型の知識伝達からマーケティングを用いた行動変容型の情報伝達にパラダイムシフトし、「売りやすい(行動を開始させやすい)」健康づくり戦略を創成することを目指した研究を行った。

3. 研究の方法

1) 平成28年度の研究

平成28年度では、生活習慣について、1) 指導者および対象者を対象にフォーマティブ・リサーチを行い、2) 普及・啓発のための「スモールチェンジ」リーフレットおよび「スモールチェンジ新聞」を開発し、同時に3) ブランド測定および普及・介入・募集に関わる質問票の開発を行った。

2) 平成29年度の研究

平成29年度には、職域・地域において、事前調査を行い、その後介入・地域・事業所にリーフレットをはじめとするブランディング介入を実施した。

3) 平成30年度の研究

事後調査を実施して統制地域・事業所と効果の比較を行った。

事後調査(介入後1年)

地域・職域とも介入・統制群に健康ブランド測定調査および普及・介入・募集に関わる質問調査を実施し、地域・職域とも介入・統制群の比較を行った。

フォーカスグループ・インタビューの実施

地域・職域とも介入群のメンバーを対象に、ブランディング介入の内容について各2グループの調査を行った。

まとめ

平成30年では、平成29年に開始したブランディング介入について研究手法による評価を行った。その内容は、ブランディングの原則に基づく評価はもちろんのこと、ブランディングの効果として普及・介入・募集の効果検証であった。

4. 研究成果

1) 平成28年度の研究

健康ブランド「スモールチェンジ」のブランディング要素を構築することを目的としたフォーマティブ・リサーチ(認知や行動に関する事前調査)

健康ブランド「スモールチェンジ」のリーフレットおよび新聞の開発に伴うフォーマティブ・リサーチでは、対象を指導者(地域:埼玉県ときがわ町保健センター健康づくり担当者・保健師に分け、上記それぞれの所属から若者、中年、高齢者ごとに5グループのフォーカスグループ・インタビューを行い、年齢層に相応しいブランディング要素の内容確認を行った。



ブランド・リーフレットおよび新聞の開発

リーフレットの表面には、ブランディング要素を盛り込み、特に従来行われてきた標準型健康づくりとの差別化を明確にする。リーフレットの裏面には、年齢層別のフォーカスグループ・インタビューで調べた若者、中年、高齢者の3群それぞれで実践可能なスモールチェンジ活動の紹介を行った。また、「ポジショニング」の原理および、スモールチェンジの使い方、および標準的な健康づくりとの違いの記載を行った。

健康ブランド測定尺度および普及・介入・募集質問票の開発

Evansら(2015)が開発した7因子の健康ブランド・エクイティ尺度を基に、「スモールチェンジ」エクイティ尺度を開発した。さらに、ロゴ・キャッチコピーの認知度、健康行動の実践度、各種教室・行事への参加度の測定方法の検討を含む普及・介入・募集に関わる質問票の開発を行った。

2. 平成 29 年度の研究

1) 対象者

埼玉県ときがわ町においては、同規模の介入地域および統制地域を設定し、無作為に50戸ずつを、一方、職域としては、全国健康保険協会岩手支部に加盟する同規模の介入事業所および統制事業所の従業員各60名を対象にしてブランディング介入の効果を検証した。

2) 事前調査

健康ブランド測定調査および普及・介入・募集に関わる質問調査の内容を決定するため、事前に地域および職域に対して聞き取り調査を実施し、それらの内容に応じて質問票を開発した。

3) ブランディング介入

地域・職域とも、介入群に対してスモールチェンジブランド・リーフレットを核に、関連イベントやグッズの提供を加えたブランディング介入を実施し、介入地域および介入事業者は、統制地域および統制事業所と比べて、有意に高いブランド認知、受諾および行動意図の得点が高かった。

3. 平成 30 年度の研究

事後調査（介入後1年）

普及・介入・募集に関わる質問調査の結果、地域・職域とも介入群が統制群と比べて有意にブランド測定（認知）が高まり、行動意図が高くなった。

フォーカスグループ・インタビューの実施

地域・職域とも介入群のメンバーを対象にブランディング介入の内容についてフォーカスグループ・インタビューを行い、特にブランド認知が大きく、記憶に長く残ることが示された。

まとめ

平成30年では、平成29年に開始したブランディング介入について研究手法について全体評価を行った。その結果、ブランディングの原則に基づく評価はもちろんのこと、ブランディングの効果として普及・介入・募集について効果が見られた。

<引用文献>

1 文科 太郎、文科 次郎、 の研究、助成ジャーナル、2 巻、2016、70-85

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計17件)

1 飯尾美沙・成田雅美・二村昌樹・山本貴和子・川口隆弘・西藤成雄・森澤豊・大石拓・竹中晃二・大矢幸弘 改良型小児喘息テイラー化教育プログラムの実用性評価. 日本小児難治喘息・アレルギー疾患学会誌, 14, 2016, 査読有, 257-267.

2 小沼佳代・島崎崇史・高山侑子・竹中晃二 在宅脳卒中者の活動性にあわせた推奨活動の検討. 理学療法科学, 31, 2016, 査読有, 247-251.

3 竹中晃二 体育授業や課外活動で行える“ストレスマネジメント教育” 特集：被災地の子どもの支援に学校体育ができること, 体育科教育 54, 2016, 査読無, 16-19.

4 Shimazaki, T., Iio, M., Lee, Y. H., Suzuki, A., Konuma, K., Teshima, Y., & Takenaka, K. Construction of a Short form of the Healthy Eating Behavior Inventory for the Japanese Population. Obesity Research & Clinical Practice, 10S, 2016 査読有, S96-S102.

5 小沼佳代・島崎崇史・高山侑子・竹中晃二 在宅脳卒中者の活動性が生活の質に影響を与えるプロセス, 理学療法科学, 31, 2016 査読有, 247-251.

6 小沼佳代・島崎崇史・高山侑子・竹中晃二 在宅脳卒中者の活動性にあわせた推奨活動の検討, 理学療法科学, 31, 2016, 査読有, 521-525.

7 Shimazaki, T., Maeba, K., & Takenaka, K. Assessment of citywide health promotion campaign using cross sectional study method: A case report from Japanese suburb community, SAGE Research Methods Case Health, 2017, 査読有, doi.org/10.4135/9781526411792.

8 Iio, M., Hamaguchi, M., Narita, M., Takenaka, K., & Ohya, Y. Tailored Education to Increase Self-Efficacy for Caregivers of Children With Asthma : A Randomized Controlled Trial. Computer Informatics Nursing, 査読有, 35, 2017, 36-44.

- 9 Shimazaki, T., Hujiletu, B., Geer, D., Uechi, H., Ying-Hua, L., Miura, K., & Takenaka, K. Cross-cultural validity of the theory of planned behavior for predicting healthy food choice in secondary school students of Inner Mongolia. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 35, 2017, 査読有, S497-S501.
- 10 Shimazaki, T., Iio, M., Lee, Y., Konuma, K., & Takenaka, K. Exploring physical activity with a low psychological burden and high feasibility in Japan: a qualitative study. *Psychology, Health & Medicine*, 21, 2017, 査読有, 1006-1015.
- 11 Shimazaki, T., Bao, H., Deli, H., Uechi, H., Lee, Y-H., Miura, K. & Takenaka, K. Psychological reactance in smoking cessation among inner Mongolian students. *International Journal of Health Promotion and Education*, 2018, 査読有, DOI: 10.1080/14635240.2018.1522265.
- 12 Shimazaki, T., Matsushita, M., Iio, M., and Takenaka, K. Use of health promotion manga to encourage physical activity and healthy eating in Japanese patients with metabolic syndrome: a case study. *Archives of Public Health*, 2018, 査読有, <https://doi.org/10.1186/s13690-018-0273-5>
- 13 三浦佳代・島崎崇史・竹中晃二 脳卒中者の活動性向上を目的とした介入プログラムの試行 介入時期に着目して. *Journal of Health Psychology Research*, 31, 2018, 査読有, 143-153.
- 14 三浦佳代・島崎崇史・高山侑子・竹中晃二 在宅脳卒中者を対象とした活動および参加状況尺度の開発. *Journal of Health Psychology Research*, 31, 2018, 査読有, 43-51.
- 15 竹中晃二 メンタルヘルス・プロモーション：その普及啓発. *ストレス科学*, 32, 2018, 査読有, 313-322.
- 16 Shimazaki, T., Uechi, H., Bao, H., Deli, G., Lee, Y., Miura, K. & Takenaka, K. Health behavior stage and the prevalence of health risk behaviors in inner Mongolian secondary school students: a cross-sectional study. *Child & Youth Services*, 2019, 査読有, DOI: 10.1080/0145935X.2018.1561265
- 17 竹中晃二・上地広昭・本下菜々・太田裕子・島崎崇史 (2019). 日本版学校エンゲイジメント尺度の信頼性および妥当性の検証. *ストレスマネジメント研究*. 査読有, 印刷中 (掲載決定通知有)

【学会発表】(計 36 件)

- 1 Takenaka, K. (2016). Health Psychological Contribution as Preventive Measures to the Real World: Health Branding. Special Symposium "The Next Move for Health Psychology: What Theory can Drive our Power into Practice?" The 6th Asian Congress of Health Psychology, July 23, Pacifico Yokohama, Yokohama.
- 2 Takenaka, K. (2016). Health Behavior Change Approach in Asia. Symposium The 6th Asian Congress of Health Psychology, July 23, Pacific Yokohama, Yokohama.
- 3 Takenaka, K. (2016). Development of the Expert System aimed at the Healthy Behavior Change for School Children. 31st International Congress of Psychology, July 24-29, Pacifico Yokohama, Yokohama.
- 4 竹中晃二 (2016). シンポジウム「メンタルヘルス・プロモーション：こころのABC活動」, メンタルヘルスが壊れる前に適切に予防をおこなう：健康心理学の予防的知見を現場に. 第29回日本健康心理学会大会, 2016年11月20日, 岡山大学, 岡山市.
- 5 竹中晃二・島崎崇史・小沼佳代 (2016). 「健康行動変容を意図した児童版エキスパートシステムの開発」第29回日本健康心理学会大会, 2016年11月20日, 岡山大学, 岡山市.
- 6 竹中晃二 (2017). 早稲田大学人間総合研究センター主催シンポジウム「予防的メンタルヘルス対策：一次予防からポジティブ・メンタルヘルスの強化まで」, 「メンタルヘルス・プロモーション：普及啓発」.
- 7 竹中晃二・上地広昭・島崎崇史・梶原彩香 (2017). 学校ポジティブ教育のための「強み」評価票の開発-予備的研究-. 第16回日本ストレスマネジメント学会大会.
- 8 梶原彩香・竹中晃二 (2017). メンタルヘルスに関するインターネットを用いた予防介入. 第16回日本ストレスマネジメント学会大会.
- 9 竹中晃二・上地広昭・島崎崇史・三浦佳代・小松沢早桐・梶原彩香 (2017). メンタルヘルス・プロモーションを目的としたeラーニング・プログラムの開発および評価：予備的研究. 日本健康心理学会第30回大会.
- 10 上地広昭・島崎崇史・竹中晃二 (2017). 幼少期における運動・スポーツの継続がGRITに及ぼす影響. 日本健康心理学会第30回大会.
- 11 島崎崇史・上地広昭・竹中晃二 (2017). メンタルヘルスプロモーション行動実施による予防効果の検討. 日本健康心理学会第30回大会.
- 12 竹中晃二 (2017). 健康ブランディングによるカラダとココロの健康づくり. 日本健康心理学会第30回大会ワークショップ.
- 13 三浦佳代・竹中晃二 (2017). 在宅脳卒中者の活動性向上を支援する行動変容型介入プログラムの試行：回復期リハビリテーション病院からの退院者を対象として. 日本健康心理学会第30回大会.
- 14 梶原彩香・小松沢早桐・竹中晃二 (2017). 心理特性と介入がTDA課題における攻撃性に与える影響. 日本健康心理学会第30回大会.
- 15 小松沢早桐・梶原彩香・竹中晃二 (2017). 乳がんサバイバーの心的外傷後成長を促す要因. 日本健康心理学会第30回大会.

- 16 竹中晃二(2017).子どもの身体活動ガイドライン～新しい魅力づくり～. 日本体育学会第 68 回大会体育経営管理専門領域企画シンポジウム「子どもの運動生活をどう変えるか,どのように変えるか」.
- 17 竹中晃二 (2017). メンタルヘルス・プロモーション啓発冊子配布によるプロセス評価: 予備的研究.第 9 回日本ヘルスコミュニケーション学会.
- 18 竹中晃二 (2017). ポジティブ心理学とその普及啓発. 第 33 回日本ストレス学会学術総会シンポジウム「ポジティブ心理学とその普及啓発活動」.
- 19 竹中晃二・梶原彩香 (2018). ポジティブ・メンタルヘルス生成に関わる meaningful activity. 早稲田大学応用脳科学研究所シンポジウム.
- 20 梶原彩香・竹中晃二 (2018). 若年就労者に向けたメンタルヘルス問題の予防アプリの開発及び評価. 早稲田大学応用脳科学研究所シンポジウム.
- 21 Takenaka, K. (2018). Mental health promotion in Japan. Invited Symposia “The next move for Health Psychology in Asia: How theories drive our power into practice.” International Congress of Applied Psychology 2018, Montreal, Canada.
- 22 Takenaka, K., Miura, K., & Tsutsumi, T. (2018). Mental Health Promotion for Japanese City Employees. 32nd Annual Conference of the European Health Psychology Society, Galway, Ireland.
- 23 Miura, K., Takenaka, K., & Tsutsumi, T. (2018). Booklet-based intervention for activity, participation, and QOL improvement of stroke survivors: Quasi-experimental designs. 32nd Annual Conference of the European Health Psychology Society, Galway, Ireland.
- 24 竹中晃二 (2018). 「子どもの心身の健康づくりを支援する健康心理学-現在進行中-」日本健康心理学会第 31 回大会会員企画シンポジウム.
- 25 竹中晃二 (2018). 「ポジティブ・メンタルヘルスの作り方-健康心理学からの提言-」日本健康心理学会第 31 回大会広報委員会企画シンポジウム.
- 26 梶原彩香・竹中晃二 (2018). 勤労者のメンタルヘルス問題への対処行動. 日本健康心理学会第 31 回大会ポスター発表.
- 27 吉田 椋・竹中晃二 (2018). ビデオフィードバックの反復がスピーチ中の心身に与える影響. 日本健康心理学会第 31 回大会ポスター発表.
- 28 竹中晃二・梶原彩香 (2018). ポジティブ・メンタルヘルスに影響を与える Meaningful Activity の役割. 日本健康心理学会第 31 回大会ポスター発表.
- 29 ONG Wei Ling・竹中晃二(2018). A preliminary review of current health promotion strategies among student and professional musicians. 日本健康心理学会第 31 回大会ポスター発表.
- 30 太田裕子・竹中晃二(2018). ストレスに対する有益発見能力がコーピングやストレス反応に及ぼす影響. 日本健康心理学会第 31 回大会ポスター発表.
- 31 高木良奈・竹中晃二(2018). 女性のワークファミリーコンフリクトとメンタルヘルス. 日本健康心理学会第 31 回大会ポスター発表.
- 32 竹中晃二 (2018). 学校ポジティブ教育の立場から. 日本ストレスマネジメント学会第 17 回学術大会シンポジウム「ストレスマネジメント教育の今後を展望する」.
- 33 竹中晃二・上地広昭・梶原彩香 (2018). 学校ポジティブ教育の実践とその効果. 日本ストレスマネジメント学会第 17 回学術大会ポスター発表.
- 34 梶原彩香・竹中晃二 (2018). 若年就労者のメンタルヘルス問題の予防行動に関する意識 計画的行動理論 を用いた尺度開発のための予備的調査 . 日本ストレスマネジメント学会第 17 回学術大会ポスター発表.
- 35 竹中晃二・梶原彩香 (2018). メンタルヘルス・プロモーション冊子の配布による認知的効果. 第 10 回日本ヘルスコミュニケーション学会学術大会口頭発表.
- 36 梶原彩香・竹中晃二 (2018). 若年就労者を対象としたメンタルヘルス問題の予防のための行動調査. 第 10 回日本ヘルスコミュニケーション学会学術大会ポスター発表.

【図書】(計 4 件)

- 1 竹中晃二・島崎崇史(早稲田大学応用健康科学研究室)メンタルヘルス問題の予防活動:こころのABC活動,株式会社サンライフ企画 2016
- 2 竹中晃二,健康心理学:シリーズ心理学と仕事 12. 北大路書房 2017
- 3 竹中晃二,子どものプレイフルネスを育てるプレイメーカー:プレイフルネス運動遊びへの招待. サンライフ企画 2017
- 4 竹中晃二・上地広昭監訳,行動変容を促すヘルス・コミュニケーション(C. Abraham & M. Kools). 北大路書房 2018

【産業財産権】

- 出願状況(計 0 件)
なし
取得状況(計 0 件)

なし

【その他】

ホームページ等 <http://takenaka-waseda.jp/>

6.研究組織

(1)研究代表者

竹中 晃二 (TAKENAKA KOJI)

早稲田大学・人間科学学術院・教授

研究者番号：80103133