

令和元年6月19日現在

機関番号：32620

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2018

課題番号：26350845

研究課題名(和文) 青・壮年期における健康づくり行動のエコロジカル研究

研究課題名(英文) Ecological study of health promotion behaviors among the young and middle-aged population

研究代表者

涌井 佐和子 (SAWAKO, WAKUI)

順天堂大学・スポーツ健康科学部・先任准教授

研究者番号：00360959

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,800,000円

研究成果の概要(和文)：目的：青・壮年期における健康づくり行動のマルチレベルによる影響要因を明らかにすること。主な結果：1) 施策の認知度は青・壮年期の健康行動と関連する、2) 地域環境変数のうち財政指数や市町村規模は健康行動とは強く関係しない、3) ソーシャル・キャピタルの認知は個人内要因調整後も健康行動と強く関係しており、特に男性において顕著であった。4) ソーシャル・サポートの認知は個人内要因調整後も男女ともに身体活動ガイドラインの充足状況と強く関係していた。以上のことから、青・壮年期に対する健康づくり施策の普及や人との関わりの強化策は健康づくり行動の推進に重要であると考えられる。

研究成果の学術的意義や社会的意義

20代～40代にあたる青・壮年期では健康行動の充足率が極めて低い傾向にあり、また集団に焦点をあてた研究は少ない。本研究の結果から、青・壮年期において健康づくり施策の普及や人との関わりの強化策は健康づくり行動推進に重要であることが示された。

研究成果の概要(英文)：Purpose：to clarify the influence factor (multi-level) of health behavior among the young and middle-aged population. The main results are summarized as follows:(1)Health behaviors were determined by influences at health policy levels among the young and middle-aged population.(2)Among regional environmental variables, fiscal capability index and municipal scale were not strongly related to health behavior after controlling for individual factors.(3)Health behaviors were determined by influences at health policy levels among the young and middle-aged population.(4)Health behaviors were determined by influences at inter-individual levels (cognitive social capital, cognitive social support) among the young and middle-aged population after controlling for intra-individual factors.In conclusion, it is considered that the diffusion of health policy and the strengthening connections with others for are important for promoting health promotion behavior young and middle-aged population.

研究分野：健康行動科学、健康管理学、健康教育、測定評価

キーワード：青・壮年期 マルチレベル 健康づくり行動 身体活動 健康づくり施策 環境要因 個人内要因 個人間要因

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

2000年度(平成12年度)に健康日本21がスタートし、2011年(平成23年)10月に最終評価が報告された。この期間、1)健康づくりのための運動基準・指針の策定、普及啓発、2)すこやか生活習慣国民運動、3)Smart Life Projectの実施、4)特定健康診査・特定保健指導の実施、5)健康増進施設認定制度、6)介護予防の推進(介護保険法施行、介護予防事業)が実施された。しかしながら、身体活動・運動の指標である「日常生活における歩数の増加」については、成人・高齢者ともに「悪化」、若い年代である20代、30代の運動実施率は低いままであった。また、食生活においても、全世代の中で、青年・壮年期世代において、依然として好ましくない状況にある。2013年度(平成25年度)からの健康日本21(2次)においては、個人の行動目標に加え、身体活動環境や食環境に関わる目標が定められた。また、これまでのハイリスクアプローチに加え、ポピュレーションアプローチの重要性がより強く指摘され、各地域での事例が取り上げられた。全国パネルデータを用いた地域比較報告、特定地域における介入や職域介入の効果は報告されているが、個人と環境を考慮した複合的な介入方略に役立つ研究のエビデンスは得られていない。

ポピュレーションアプローチの方略を考えるための理論モデルの1つである生態学的観点(ecological perspective)でのアプローチの考え方は、全てのレベル(個人内要因、個人間要因、制度的要因、地域要因、公共政策要因等)の影響要因の相互の関係性が強調され、物理的・社会的文化的環境の相互作用に焦点が置かれている。このモデルは欧米において総合的な健康づくり行動などのポピュレーションアプローチに広く応用されるようになっている。本邦においても影響要因を検討することは有益であると考えられる。

2. 研究の目的

全国規模サンプリングにより、青・壮年期における健康づくり行動を促進するための方策について、マルチレベルでの影響要因を明らかにし、健康づくり行動推進のためのポピュレーションアプローチに役立つ知見を得ることを目的とした。

3. 研究の方法

インターネットリサーチ会社の登録モニターである全国20~49歳386,500名(男性20代61,200名、男性30代70,500名、男性40代42,000名、女性20代66,100名、女性30代91,200名、女性40代55,500名)に対して調査への協力を依頼した。対象者への調査は、H22就業構造基本調査とH24国勢調査の分布割合を基に「性別、年齢階層、学歴」と「居住地域」の層化による割付を行い、最終的な目標回答数を2,000名とした。最終的に最後まで回答した者は2,909名となり(返答率0.75%)、データに欠損のない2,000名を無作為に抽出し分析対象者とした(男性1012名、女性998名)。また人口統計指標により市町村規模(都市部:政令指定都市20または特別区、大都市(都市部以外の県庁所在地、中核都市、特例市または人口20万人以上の都市)、中都市(人口10万人以上20万人未満の市)、小都市A(人口5万人以上10万人未満の市)、小都市B(人口5万人未満の市))のデータおよび市町村財政指数(H27年度統計より)を連結してデータセットとした。

4. 研究成果

(1) 青・壮年期における健康づくりのための施策の認知度:(「健康日本21(2次)」,「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」,「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」,「食事バランスガイド」,「食生活指針」)を性別・年代別に検討したところ、認知度は順に、16.7%、12.8%、42.2%、34.6%、29.7%であった。ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の用語の認知度は性別・年代に関係なく4割以上が認知していた。一方、アクティブガイドの認知度は最も高い20歳代においても20%以下であった。また、施策の認知度は実際の健康行動の遂行状況と関係する傾向が見られた。

(2) 青・壮年期の身体活動に影響する環境要因の検討:分析項目:身体活動量に関しては、世界標準化身体活動質問票(Global Physical Activity Questionnaire:GPAQ第2版(中田ら,2014))により評価した。性、年代、婚姻状況、就業状況、学歴、BMI(身長、体重より算出)運動セルフエフィカシー(岡ら,2003)を個人内要因、財政指数、市町村規模、近隣の身体活動環境(国際標準化身体活動質問紙環境尺度(International Physical Activity Questionnaire Environmental Module:IPAQ-E)(Inoue, et al. 2009)、ソーシャルキャピタルの認知度を環境要因として評価した。23メッツ・時/週以上の身体活動を行っていた者は全体の30.1%であった。個人的要因を調整変数としたロジスティック回帰分析を行ったところ、大都市に比べて小都市在住者では身体活動量を充足している者は少なく、地域SCが高いほど、また、身体活動を推進しやすい環境近隣環境であるほど身体活動量を充足している者は多かった。

(3) 身体活動量の充足状況とソーシャルサポート環境との関連の性差:従属変数:身体活動ガイドラインの基準による充足状況を従属変数、個人的要因(年代、婚姻状況、子どもの有無、就業状況、学歴、喫煙習慣、世帯収入、運動セルフエフィカシー)を調整変数、運動のソーシャルサポート5項目を各々独立変数とした分析を行った結果、男女で関連した共通項目は、運

動のソーシャルサポート4項目(「アドバイスや指導をしてくれる(OR:1.9、1.6)」,「運動に時間を使うことを理解してくれる(OR:1.5、1.5)」,「励ましたり、応援してくれる(OR:1.8、1.7)」,「ほめたり評価してくれる(OR:1.8、1.8)」であった。男性のみ有意であった項目は、「一緒にやってくれる人」がいる(OR=1.5)であった。運動のソーシャルサポートは男女共に身体活動ガイドラインの基準による充足状況と関連しているが、関連するサポートの内容には一部性差のある可能性が示唆された。

(3)身体活動ガイドライン充足状況とソーシャル・ネットワークとの関連:身体活動ガイドラインの基準による充足状況を従属変数、年代、婚姻状況、子どもの有無、就業状況、学歴、喫煙習慣、世帯収入、運動セルフエフィカシー)の個人的要因を調整変数、ソーシャル・ネットワークに関わる項目28項目(心配事や愚痴を聞いてくれる人・心配事や愚痴を聞いてあげる人・病気で数日間寝込んだときに看病や世話をしてくれる人・看病や世話をしてあげる人×配偶者・同居の子ども・別居の子どもや親戚・近隣・友人・その他・いない)を独立変数としたロジスティック回帰分析を行った。結果:身体活動ガイドライン(23 mets・h/week)を充足していた者は男性35.7%、女性24.7%であった。身体活動ガイドラインの充足状況に関連したソーシャル・ネットワークは男性5項目(「心配事や愚痴を聞いてくれる人(近隣)(OR:5.3)」,「心配事や愚痴を聞いてあげる人(近隣)(OR:6.5)」,「心配事や愚痴を聞いてあげる人(いない)(OR:0.6)」,「病気で数日間寝込んだときに看病や世話をしてくれる人(近隣)(OR:4.7)」,「看病や世話をしてあげる人(友人)(OR:1.7)」,女性3項目(「病気で数日間寝込んだときに看病や世話をしてくれる人(その他)(OR:1.6)」,「看病や世話をしてあげる人(その他)(OR:1.6)」,「看病や世話をしてあげる人(その他)(OR:0.6)」)であった。結論:身体活動ガイドラインの充足状況と関連するソーシャル・ネットワークは男女で異なる可能性が示唆された。

本研究の結果から、施策の認知度は青・壮年期の健康行動と関連すること、地域の環境変数のうち財政指数や市町村規模は健康行動と強くは関係していないこと、ソーシャル・キャピタルの認知は健康行動と強く関係しており、特に男性ではその認知が身体活動ガイドラインの充足状況と強く関係する傾向にあること、ソーシャル・サポートの認知は男女ともに身体活動ガイドラインの充足状況と強く関係することが示された。以上のことから、青・壮年期に対する健康づくり施策の普及や人との関わりの強化策は健康づくり行動推進に重要であると考えられる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計0件)

〔学会発表〕(計4件)

涌井佐和子, 黒澤裕子, 萩裕美子. 青・壮年期における健康づくり施策の認知度. 第17回日本体育測定評価学会(2018年3月3日(土)~4日(日) 会場:愛知大学)

涌井佐和子, 萩裕美子. 青・壮年期の身体活動習慣に関連する環境要因の検討. 日本体育学会第69回大会(2018年8月24日(金)~26日(日) 会場:徳島大学他)

涌井佐和子, 萩裕美子, 黒澤裕子, 吉武裕. 青・壮年期における身体活動とソーシャルサポートとの関連の性差. 第73回日本体力医学会(2018年9月7日(金)~9日(日) 会場:福井、AOSSA、ハピリン)

涌井佐和子, 萩裕美子. 青・壮年期における身体活動ガイドライン充足状況とソーシャル・ネットワークとの関連. 日本生涯スポーツ学会第20回大会(2018年11月23日(金・祝)~24日(土) 会場:名桜大学(沖縄県名護市))

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

取得状況(計0件)

〔その他〕

ホームページ等

6. 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名:萩 裕美子

ローマ字氏名:HAGI YUMIKO

所属研究機関名:東海大学

部局名:体育学部

職名：教授

研究者番号（8桁）：20237902

研究分担者氏名：黒澤 裕子

ローマ字氏名：KUROSAWA YUKO

所属研究機関名：東京医科大学

部局名：医学部

職名：講師

研究者番号（8桁）：90623108

研究分担者氏名：吉武 裕

ローマ字氏名：YOSHITAKE YUTAKA

所属研究機関名：鹿屋体育大学

部局名：体育学部

職名：教授

研究者番号（8桁）：00136334

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。