様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２７ 年　 ９ 月 ２０ 日現在

機関番号：３２６８９
研究種目：基盤研究(B)（一般）
研究期間：2012～2014
課題番号：２４３００２３１

研究課題名（和文）地域の健康行動変容「基本要素」を査定する評価尺度の開発およびメディア情報の検討

研究課題名（英文）Development of characteristic evaluation of imperative constructs for behavior change and effects of media information for community

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）　　8,900,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は，異なる地域と下位集団のために，ヘルス・コミュニケーションにおいて見られる構成概念の特徴に合わせたメディア情報の効果を調べることであった。最初に，人々の健康意識を高め，健康行動の実践頻度を増加させる役割を担う，複数の理論とモデルのから基本的構成概念を明確にした．その後，地域居住者の特徴を考慮した後に，異なる地域とサブグループの特徴に適応させるために，これらの基本的構成概念に適合するメディア情報を提供し，その介入効果を調べた．本研究は，単一の理論・モデルの適用でなく，構成概念の特徴を異なるコミュニティと居住者の特徴に合わせることで人々の健康意識を高めるために効果があることを示した．

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study was to examine the effect of media information forming to a characteristic of imperative constructs in the health communication for different areas and subgroups. First, the imperative constructs appearing repeatedly in plural theories and models in the health communication were distinguished, working as roles in raising health consciousness and increasing practice frequency of health behavior for people. Then, this effectiveness providing the media information was examined to adapt these imperative constructs to a different area and a subgroup, after having considered the characteristic of community residents. This study suggested that matching these imperative constructs to the characteristic of different community and residents but not the application of the single theory or model was effective to a raise of the making of health consciousness for people.

研究分野：健康心理学，応用健康科学

キーワード：ヘルス・コミュニケーション　行動変容　基本要素　ポピュレーションアプローチ　スモールチェンジ活動

１．研究開始当初の背景

(1)ヘルス・コミュニケーション

ヘルス・コミュニケーションとは，行動科学，社会科学，マスコミュニケーション，マーケティングなど様々な研究領域における知見を適用して行う健康行動変容アプローチの一つである（Schiavo，2007）．ヘルス・コミュニケーションでは，対象者を焦点化し，彼らの特徴や健康行動における「行いやすさ」を見極めた上で介入を行うこと，また対象者をある特徴によって複数の下位集団に分け，それぞれの下位集団に応じたアプローチを行うことでそれぞれの健康行動実践の度合いを上げようとしている．

(2)複数の理論・モデルに重複する構成概念

ヘルス・コミュニケーションにおいては，現在，様々な研究領域から生まれた理論・モデルの適用が見られるが，それぞれの構成概念を眺めてみると，内容的にも概念的にも重複した内容がきわめて多く見られる．ヘルス・コミュニケーションを支える理論・モデルとしては，近年，行動変容を目的とした介入研究において頻繁に適用されている健康信念モデル，社会的認知理論，イノベーション普及理論．計画的行動理論，説得的コミュニケーション理論，収束理論，トランスセオレティカル・モデル，ソーシャルマーケティングがあげられるが，中には，内容的に重複，または類似すると考えられる構成概念が多く見られる．これら共通する構成概念を見ると，様々な理論・モデルが異なった研究領域の視点で構築されてきたにもかかわらず，人の行動に共通してみられる原理原則が存在していることが窺える．また，全体としてみれば，構成概念を整理した上で，地域や対象者を見立て，構成概念の特徴に合致する情報を提供できれば，ポピュレーションアプローチの効果は高まりやすくなる．

(3)領域に依存する単一理論・モデルの選択

従来，人々の健康行動変容を意図して行われてきた介入研究では，それぞれ単一の理論・モデルが適用され，複数の理論・モデルを同時に適用されているものはきわめて少ない．個々の理論・モデルはそれぞれの領域における枠組み，たとえばソーシャルマーケティングはマーケティング研究領域の枠組みの中で発展してきたために，研究者が適用する理論・モデルの選択は多分に研究者自身の専門性に依存している．そのため，適用する理論・モデルによっては，行動変容の成果が異なっていたり，たとえ同じ理論・モデルを適用していたとしても結果にばらつきが見られていた．そのため，複数の理論・モデルに含まれる構成概念にそって地域や対象者を査定し，その査定に基づいた介入を行うこと，すなわちそれぞれの理論・モデルにおいて共通する構成概念に基づいて情報提供ができれば地域や対象者との適合性を増強できる．

２．研究の目的

本研究の目的は，行動変容に関わる地域の特徴を考慮した上で，人々の健康意識や健康行動の実践頻度を高めることを目的に，ヘルス・コミュニケーションを支える複数の理論・モデルにおいて重複していたり，特に重要視される構成概念を整理し直した．また，それら構成概念について，背景が異なる地域や下位集団を査定し，構成概念の特徴を基にしたメディア情報を提供し，その効果を検証した．本研究では，地域住民の健康づくり意識の底上げをねらい，単一の理論・モデルの適用ではなく，複数の理論・モデルにまたがる行動変容の構成概念の視点から地域や対象者を『見立て』，その『見立て』に従って情報提供を行うという方法論の確立を試みた．

３．研究の方法

本研究では，平成 24～26 年の 3 年間を費やし，地域およびその下位集団に対して，食事，運動およびメンタルヘルスに関して意識を高め，行動変容につなげるために，ヘルス・コミュニケーションにおける共通構成概念を基にしたメディア情報の開発を行った．

(1)ヘルス・コミュニケーションにおける理論・モデルに共通する構成概念の抽出

平成 24 年度では，ヘルス・コミュニケーションにおける様々な理論・モデルにおける構成概念の内容を検討し，構成概念の整理作業を行った.

(2)メディア情報の開発
平成 25 年度は，ヘルス・コミュニケーションを支える理論・モデルに共通する構成概念のそれぞれについて，メディア（ポスター，リーフレットなど）を用いた住民への提供情報内容を開発した.

(3)フォーカスグループインタビューによるメディア情報の検討
平成 25 年度には，上記の開発に加えて，3 地域の住民の下位集団それぞれに対して評価尺度を実施してもらい，それぞれの下位集団について構成概念によるパターンを明確にした.

1） A 県 T 町住民対象
一般住民調査：男性成人 5 名, 女性成人 6 名；職種別住民調査：男性林業従事者 4 名，男性建設作業員 3 名，男性公務員 2 名，女性パート従業員 2 名，および健康政策担当者への個別調査

2） 全国健康保険協会 A 支部加盟の中小企業従業員
一般住民調査：男性成人 5 名，女性成人 8 名；職種別住民調査：男性会社員 3 名，女性会社員 3 名，女性パート従業員 5 名；健康政策担当者への個別調査

(4)情報提供による効果検証
平成 26 年度には，構成概念のパターンに応じたメディア情報を提供して，評価を行った.

４．研究成果

(1)ヘルス・コミュニケーションの理論・モデルにおける構成概念の検討，および整理
研究協力者 5～10 名と共に，従来，健康行動に関わる介入研究に用いられてきた理論・モデルにおける構成概念の内容を確認し，類似する内容や独自の内容を整理し，研究協力者と確認し合いながら，行動変容の「基本要素」を決定した.

(2)構成概念の質問項目の収集
食事および運動に関連させ，共通する構成概念の内容，および関連する理論・モデルから関連する質問項目を作成し，研究協力者との協議によって 30 項目程度の質問調査表を作成した.

(3)構成概念に基づいたメディア情報の作成
研究協力者との協議により，メディア情報を開発した.

(4)住民への情報提供と調査
2 地域, およびそれぞれの下位集団について，全体のパターンにおける傾向を査定し，地域差, および下位集団の違いを把握した. また，健康政策担当者への個別調査から得られた情報と合わせて，メディア介入の素案を作成した. 背景が異なる 2 地域の住民，そしてさらに背景が異なる下位集団への調査から得た構成概念パターンを基に，ポスター，リーフレットおよびニューズレターなどに組み入れるメッセージ情報を作成した. これらの情報には，それぞれの地域の健康政策担当者，また健康づくり担当部局職員と協議し，地域の特徴や下位集団に特化した内容も付加した.

(5)効果の検証：評価
2 地域，各下位集団の代表による個別面接調査，またフォーカスグループインタビュー，また無作為抽出郵送による質問調査によって，健康づくりに関する知識，態度，試し行動，行動の程度をアウトカム評価とし，メディア情報の理解度，興味，読みやすさなどをプロセス評価とする 2 通りの評価を実施し，両者の関係から食事および運動の行動変容の「基本要素」に基づくポピュレーションアプローチとしての効果を総合的に確認した.

以上の結果の詳細は, 5. 主な発表論文等の

雑誌論文①②⑩⑪⑭⑲⑳に示している．以上の研究を通して，地域およびその下位集団に適合したメディア情報の提供がなされた．

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計 29 件）

①Shimazaki，T. & Takenaka，K.（2015）Evaluation of Intervention Reach on a Citywide Health Behavior Change Campaign: Cross-Sectional Study Results. Health Education & Behavior，査読有，DOI: 10.1177/1090198115579417，1-12.

②島崎崇史，李インカ，小沼佳代・飯尾美沙，竹中晃二（2015）一次予防を目的としたメンタルヘルスプロモーション行動に関する研究–行動の抽出および評価尺度の構成ー．ストレスマネジメント研究，査読有，11-2，75-89

③Lee，Y.，Takenaka，K.，& Kanosue，K.（2014）．An understanding of Japanese children’s perceptions of fun, barriers, and facilitators of active free play. Journal of Child Health Care，査読有，Published Online，31 January 2014 DOI: 10.1177/1367493513519294

④有田真己，竹中晃二，島崎崇史（2014）高齢者における在宅運動セルフ・エフィカシー尺度の開発．理学療法学，査読有，41，338-346.

⑤小沼佳代，島崎崇史，矢作友里，竹中晃二（2014）退院後の脳卒中患者を対象とした社会的活動性尺度および実施意図尺度の開発. 理学療法科学, 査読有, 29 (3), 361-365.

⑥小沼佳代，島崎崇史，矢作友里，竹中晃二（2014）退院後の脳卒中患者における社会的活動と意図の関連性．理学療法科学，査読有，29（5），679-682.

⑦小沼佳代，島崎崇史，矢作友里，竹中晃二（2014）脳卒中患者の退院 6 ヵ月後の社会的活動性に影響をおよぼす要因の検討－Health Action Process Approach の視点から－．査読有,理学療法科学，29（6），989-993.

⑧飯尾美沙，竹中晃二，成田雅美，二村昌樹，濱口真奈，福島加奈子，山野織江，原口純，阪井裕一，石黒精，大矢幸弘（2014）気管支喘息患児の保護者を対象としたテイラー化教育プログラムの開発および効果の検証．アレルギー，査読有，63，187-203.

⑨竹中晃二，青山修司，島崎崇史（2013）．被災地の子どもにおける精神的健康問題の予防を目的とした運動・スポーツ活動の普及啓発活動－ソーシャルマーケティングを適用した『こころのABC活動』　SSFスポーツ政策研究，査読なし，2，　168-175.

⑩島崎崇史，竹中晃二（2013）．生活習慣と健康関連 QOL との関連性の検討　ストレスマネジメント研究，査読有，9，85-96.

⑪島崎崇史，前場康介，飯尾美沙，竹中晃二，吉川政夫（2013）．健康行動変容を目的とした情報媒体の受け入れやすさ・有用性が媒体の閲読行動、健康行動実施に対するセルフエフィカシー，および意図に与える影響 健康心理学研究，査読有，26，7-17.

⑫上地広昭，竹中晃二（2013）行動変容のためのソーシャルマーケティングの活用．健康教育学会誌，査読有，60-69.

⑬島崎崇史，竹中晃二（2013）．生活習慣と健康関連QOLとの関連性の検討．ストレスマネジメント研究，査読有，9，85-96.

⑭島崎崇史，前場康介，竹中晃二（2013）．特定健康診査における行動変容を目的としたニューズレター配布の試み　健康心理学研究，査読有，26，48-60.

⑮有田真己，竹中晃二，島崎崇史（2013）要支援・要介護者における在宅運動の実施に影響を与える要因の検討　理学療法科学，査読有，28，83-88.

⑯島崎崇史，竹中晃二（2013）地域住民を対象としたヘルス・コミュニケーション：身体活動および食習慣の改善を目的としたリーフレット配布の試み　健康心理学研究，査読有，26，119-131.

⑰斎藤めぐみ，島崎崇史，満石寿，竹中晃二（2013）．生活活動量増強を目的とした通信介入に有効な行動変容技法の検討．行動科学，査読有，52，1-13.

⑱斎藤めぐみ，竹中晃二（2013）．わが国の成人を対象とした生活活動の実行可能性と個人的変数との関連：質問紙調査による横断研究　Heath and Behavior Sciences，査読

有，12，1-11.
⑲ 島崎崇史，飯尾美沙，斎藤めぐみ，前場康介，竹中晃二（2012）身体活動実施を支援するメッセージングに関する研究：効果的なメッセージングの要因探索．健康心理学研究，査読有，25，38-48.
⑳島崎崇史，前場康介，斎藤めぐみ，飯尾美沙，細井俊希，竹中晃二，吉川政夫（2012）フォーマティブリサーチによる介入方略の開発：身体活動実施を支援する介入方略の開発に関する実践研究．健康心理学研究，査読有，25，49-59、2012
㉑飯尾美沙，前場康介，島崎崇史，大矢幸弘，竹中晃二（2012）気管支喘息の長期管理に対する保護者用セルフ・エフィカシー尺度の開発．健康心理学研究，査読有，25，64-73.
㉒前場康介，斎藤めぐみ，飯尾美沙，島崎崇史，竹中晃二（2012）高齢者の運動実践と健康関連 QOL に果たす SE の役割．健康心理学研究，査読有，25，60-66.
㉓斎藤めぐみ，竹中晃二（2012）電車通勤者の生活活動量増強を目的とした通信型介入方略の予備的介入．Health and Behavior Sciences，査読有，11，11-20.
㉔斎藤めぐみ，竹中晃二（2012）タブレット型携帯端末で行う行動計画方略の生活活動量における効果検証（予備的研究）．Health and Behavior Sciences，査読有，11，21-28.
㉕前場康介，竹中晃二（2012）セルフ・エフィカシーの強化が高齢者の運動継続に及ぼす効果ーメタ・アナリシスを用いた予備的検討ー．行動科学研究，査読有，18-1，36-40.
㉖前場康介，竹中晃二（2012）高齢者における運動セルフ・エフィカシーの情報源および行動変容ステージとの関連．行動科学研究，査読有，18-1，12-18.
㉗前場康介，竹中晃二（2012）中・高齢者における運動セルフ・エフィカシー情報源の特徴−クラスタ分析に基づく検討−．老年者社会学，査読有，33-4，575-584.
㉘飯尾美沙，二村昌樹，前場康介，大矢幸弘，竹中晃二（2012）地域における気管支ぜんそくを持つ子どもへの支援の現状および課題．日本小児難治喘息・アレルギー疾患学会誌，査読有，9-3，271-277.
㉙竹中晃二 2012 ヘルス・コミュニケーションー効果を高める 10 項目のキーー．日本小児難治喘息・アレルギー疾患学会誌，査読有，9-3，325-327.

〔学会発表〕（計 14 件）
①Takenaka, K.（2014）Recruitment Strategy and Resultant Behavior Change in a Physical Activity Intervention Program. Asian-South Pacific Association of Sport Psychology 7th International Congress, Keynote lecture, Tokyo.
②竹中晃二（2014）メンタルヘルス・プロモーションの実際：プロアクティブな視点．日本健康心理学会第 27 回大会研究推進委員会シンポジウム「健康心理学の研究成果から実践を動かす」，沖縄科学技術大学院大学.
③竹中晃二，島崎崇史（2014）中小企業勤労者の健康状態に影響を及ぼす要因．日本健康心理学会第 27 回大会，沖縄科学技術大学院大学.
④竹中晃二，島崎崇史（2014）地域住民の健康増進を意図したソーシャルマーケティング介入：スモールチェンジ健康づくり．日本ヘルス･コミュニケーション学会大 6 回大会，広島大学.
⑤島崎崇史，竹中晃二（2014）地域住民を対象としたヘルス・コミュニケーション介入の効果：身体活動・食習慣への多要素縦断的介入．日本ヘルス・コミュニケーション学会第 6 回大会，広島大学.
⑥Takenaka,K., Shimazaki, T., Lee, Y., & Konuma, K. (2013). Evaluation of a Needs-Matched Recruitment Strategy in a Physical Activity Intervention Program for Japanese Workers. American Psychological Association Annual Convention. Online Abstruct.
⑦Takenaka, K., Bao, H., Shimazaki, T., Lee, Y., & Konuma, K. (2013). Mental health promotion contributing to resilience for children after Tunami disaster in Japan.

The 5th Asian Congress of Health Psychology, Program & Abstract Book, p165

⑧Iio, M., Shimazaki, T., Hamaguchi, M., Narita, M., Ohya, Y., & Takenaka, K. (2013). Effects of Tailored Family Asthma Education Using a Touch-Screen Computer. American Psychological Association Annual Convention. Online Abstract.

⑨Konuma, K., Takenaka, K., Shimazaki, T., Lee, Y., & Iio, M. (2013). Intention for Participation in Social Activities in a Recovery Rehabilitation Unit. American Psychological Association Annual Convention. Online Abstract.

⑩Shimazaki, T., Lee, Y., Konuma, K., Bao, H., & Takenaka, K. (2013). Population-based health communication: Trial of leaflet distribution for improving physical activity and dietary habit. The 5th Asian Congress of Health Psychology, Program & Abstract Book, p146

⑪Lee, Y., Shimazaki, T., Konuma, K., Bao, H., & Takenaka, K. (2013). An understanding of Japanese school-aged children ' s mental health and active free-play. The 5th Asian Congress of Health Psychology, Program & Abstract Book, p150

⑫Konuma, K., Shimazaki, T., Lee, Y., Bao, H., & Takenaka, K. (2013). Scial activity at three months post-stroke: Comparison of inactive and the highly active group. The 5th Asian Congress of Health Psychology, Program & Abstract Book, p232

⑬竹中晃二（2013）地域住民の健康増進を意図したソーシャルマーケティング介入：スモールチェンジ健康づくり．日本健康心理学会第 26 回大会シンポジウム，北星学園大学

⑭島崎崇史，竹中晃二（2013）ヘルス・コミュニケーションによる地域住民の健康行動変容スモールチェンジによる地域中員の健康行動変容スモールチェンジ方略を用いたキャンペーン型介入の効果．日本健康心理学会第 26 回大会シンポジウム，北星学園大学

〔図書〕（計 2 件）

①竹中晃二（単著）アクティブ・ライフスタイルの構築　―身体活動・運動の行動変容研究―．早稲田大学学術叢書，2015 年早稲田大学出版

② Takenaka, K. & Zaichkowsky, L.D. Organizational and community physical activity programs. In: A. Papaioannou & D. Hackfort (Eds.), Fundamental Concepts in Sport and Exercise Psychology: Taylor & Francis. 2014 March.

〔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

http://takenaka-waseda.jp/

プロモーションビデオの制作

①スモールチェンジ健康づくり
https://www.youtube.com/watch?v=-Fw6D2RUJfc

②こころの ABC 活動　成人版 1
https://www.youtube.com/watch?v=ZipT0Tonk8Y

③こころの ABC 活動 成人版 2
https://www.youtube.com/watch?v=14q12GLchic

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：0103133

(2)研究分担者：なし

(3)連携研究者：なし