

職域における野菜摂取増加を検証した栄養・健康教育の システマティックレビュー ～第2報（レビューの結果と評価）～

いしはらたかこ
○石原孝子¹ 澤田樹美² 今井具子³ (1: 東海大学 2: 結核予防会
生活習慣病予防・研究センター 3: 東海学園大学)

020

【背景と目的】本研究では、第1報で報告した職域における野菜（野菜&果物）摂取増加を検証した栄養・健康教育のシステマティックレビューの採択論文の質的評価をもとに作成したエビデンステーブルの結果を報告する。

【方法】第1報の手順で採択された21件の採択論文よりエビデンステーブルを作成した。項目は、1)介入研究の目的、2)介入方法、3)用いられた理論やモデル、4)対象者、5)調査方法、6)結果指標、7)介入の効果等とした。また、第1報と同様の手順に従い、採択された21件の質的評価を行った。評価項目は、1)RCTもしくはCTであること、2)介入群と対照群が同職種であること、3)妥当性のあるFFQもしくは24時間記録を用いていること、4)対照群との差や割合を比較していること、5)ITT解析であることとした。単独ではなく必ず2名以上の合意を得て採択論文の内容を確認した。

【結果】21件の論文を質的に評価したところ、対照群との差や割合を正しく検定していないもの(n=4)や調査票の妥当性検証のないもの(n=8, 1件は前述の基準に重複)があり、比較的質が良いと判断された論文は10件であった。そのうち5件に野菜摂取増加の効果が認められた。これら5件のうち4件にはトランスセオレティカルモデルに社会認知理論やコミュニティ・オーガニゼーション・アプローチなどを組み合わせたものが、1件にはソーシャルサポートやソーシャルネットワークが用いられていた。

【考察】野菜摂取増加に効果のあったプログラムはそれぞれ A Lifestyle Intervention Via E-mail (ALIVE!), The Health Works for Women (HWW), Seattle 5 a Day Worksite Program (5ADAY), Working Well Trial (WWT) という大

規模プロジェクトに基づいたものであり、個別支援と集団教育、食環境介入を組み合わせた複合的なプログラムの効果が示唆された。また、それらのプログラムはトランスセオレティカルモデルにいくつかの理論を組み合わせで作られており、プログラムの内容とその背景となる理論には、トランスセオレティカルモデルを骨格とした複数の理論をもとにした複合的な要素が必要であると考えられる。

効果のみられなかったプログラムの特徴として、内容が複雑であることや、介入が緩やかであるために対象者に与えるインパクトが低い、介入期間が短いなどの不適切な設定が示唆された。

【結論】海外の職域における栄養・健康教育において、野菜摂取増加に効果の認められたプログラムの多くにはトランスセオレティカルモデルが用いられていた。今後我が国でも、海外の先行研究を参考にし、トランスセオレティカルモデルと複数の理論を組み合わせ、日本人に適した野菜摂取増加のプログラムが必要である。

*本研究は、平成20年度日本健康教育学会栄養教育研究会「文献レビュー委員会」の一環として実施された。

健康・栄養教育分野の方の参加をお願いします。

(連絡先) 石原孝子 (いしはら たかこ)
〒259-1193 神奈川県伊勢原市下糟屋143
東海大学 健康科学部 看護学科
E-mail takakoishihara@tokai.ac.jp
TEL/ FAX : 0463-90-2012