

テーマ

鳥取県におけるライフステージ別の食生活研究（継続2年目）

発表者

○ 野津あきこ 鳥取短期大学 教授

概要

本研究では本助成等による調査研究の成果を活用し、鳥取県における中高年及び子どもや20～30歳代の若い世代などライフステージ別の食の課題を整理し、健康づくりや食育に関する施策への支援および効果的な栄養指導の方法など総合的に食の研究をすすめている。主に21年度に実施した調査結果の報告を行う。

背景と現状

県の食生活に関わる健康づくり施策は「健康づくり文化創造プラン」や「食のみやことっとり～食育プラン～」等。特定健診・保健指導もスタートした。鳥取県は生活習慣病を主要因とする死因が、全国平均より高い。

研究活動・活動内容・調査結果等

目的

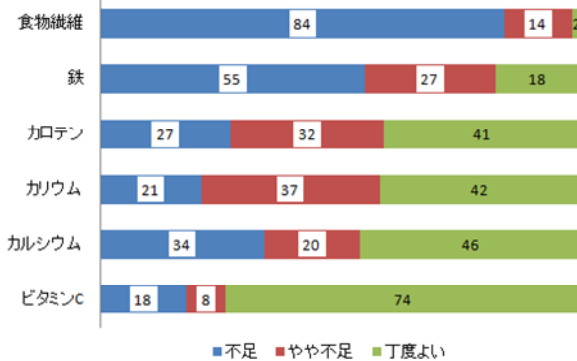
県内食生活調査の実施および基礎資料を効果的に活用するための検討  
多職種・他職域の健康や栄養に係る専門家が連携をとるための食環境整備

BDHQによる食生活調査

対象：中部地区高校生 183人（回収率98.3%）  
実施：21年11月

栄養素等摂取量の分布

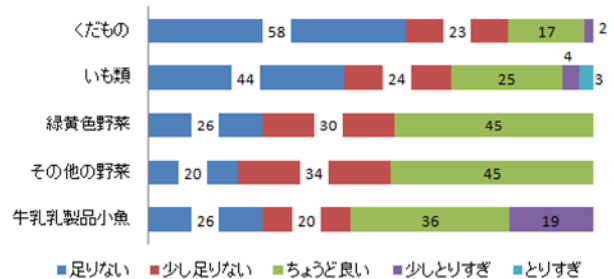
・不足している（不足、やや不足）と推測される栄養素等は、食物繊維（98%）、鉄（82%）が多く、その他カロテン、カリウム、カルシウムなども半数以上の人が不足している。  
・とりすぎている（とりすぎ、少しとりすぎ）と推測される栄養素等は、飽和脂肪酸（83%）、食塩（75%）、脂質（49%）であった。



不足している栄養素等の分布 (%)

食品群別摂取量の分布

・不足していると推測される食品群は、果物（81%）が最も多く、次いでいも類（68%）、緑黄色野菜（56%）、その他の野菜（54%）、牛乳・乳製品・小魚類（46%）であった。  
・とりすぎていると推測される食品群は菓子類（77%）、油脂類（64%）、魚肉卵類（38%）、ご飯・パン・めん（33%）であった。



不足している食品群の分布 (%)

山陰小児・ヤング糖尿病食事療法研究会等

・小児・ヤング糖尿病食事療法研究会の開催 新しい食事指導の試み ～糖尿病食品交換表とカーボカウント～（H21/12/23）  
・小児糖尿病大山サマーキャンプ（H21/8）

おわりに

21年度は、20年度に実施した調査結果を活かして継続的に高校生の食育に取り組み、保護者会などの機会を利用して報告や研修会を行った。また「食の安全・安心を考える 外食・中食・調理冷凍食品に関するアンケート調査」では、とっとり消費者の会（会長福井靖子）が、平成21年度全国消費者フォーラム（平成22年3月31日：東京）の分科会において、調査結果を報告した。

【ライセンス情報】 発明の名称：

発明者：

【産業界へのメッセージ】 鳥取県の健康づくり施策「健康づくり文化創造プラン」「食のみやことっとり～食育プラン～」(いずれも平成20年4月策定)等を推進します。

連絡先： 鳥取短期大学生生活学科食物栄養専攻 教授 野津あきこ

倉吉市福庭854 TEL. 0858-26-1811 E-mail: anotsu@ns.cygnus.ac.jp

分野

その他(栄養・食生活)

プレゼンタイム

有 (無)