

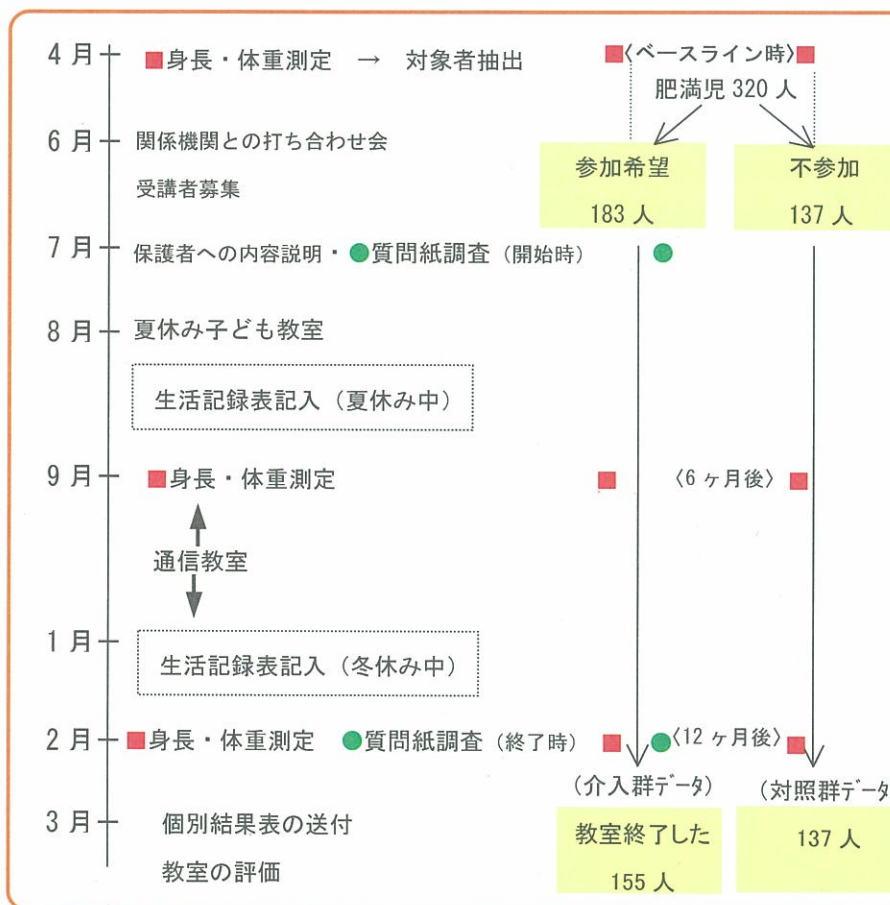
子どもを対象とした食生活・栄養に関わる教育等の効果を検証した研究について 研究デザイン・エビデンスからみた整理(例)

ファイル番号：	161		
論 題：	小児肥満改善教室における体重変動の評価		
著 者：	永井成美、武川公		
掲 載：	栄養学雑誌		
	巻 57	号 4	ページ 211-220
			発行年 1999

◆方法◆

- <研究デザイン> 小児肥満改善教室で栄養・運動指導を行い、対照群との比較によりその介入効果を評価（非無作為化比較試験）
- <対 象> 4歳児～3年生までの小児で、肥満度が20%以上の320人のうち、教室に参加し、終了した者（介入群）155人、参加希望しなかった者（対照群）137人
- <調 査 期 間> 1996年4月～1997年3月
- <指 標> A. 肥満度（変化量と改善者割合） B. 質問紙調査（生活習慣・肥満改善への意欲（開始時）、生活習慣の変化、保護者の反応）

<研究のながれ>



<統計解析>

- ・対応のある t 検定
- ・カイ二乗検定
- ・数量化理論第Ⅱ類分析

◆結果◆

- ・介入群の肥満度の平均は、ベースライン時 30.8%、6ヶ月後 31.5%、12ヶ月後 31.5%であり、6ヶ月後と12ヶ月後までの双方の増加とも 0.7%であった。対照群の肥満度の平均は、ベースライン時 32.3%、6ヶ月時 35.1%、12ヶ月時 35.6%であり、6ヶ月後の増加が 2.8%、12ヶ月後の増加が 3.3%であった。
- ・肥満度を加齢的要因、季節的要因等により調整すると、介入群は対照群に比べ、6ヶ月後で 2.1%、12ヶ月後で 2.7%の有意に減少した（t検定、 $p < 0.001$ ）。6ヶ月後から12ヶ月後の間においても 0.5%の肥満度の減少がみられたが、有意差はなかった（t検定）。
- ・同様に、肥満度調整後、肥満度が4月から翌2月までに減少していた者は、4~5歳児では44人中34人（77.3%）、小学1~3年生では111人中73人（65.8%）、全体では155人中107人（69%）であった。
- ・教室終了時の肥満度改善に有意に関連のある項目としては、“年齢が低い（1年生以下）”、“性別・女”、“肥満発症年齢が2歳以下”、“食欲旺盛でない”、“夕食後の飲食をしていない”、“朝食を欠食しない”、“親に肥満改善への意欲がある”、“夏休み中の取り組みが良好”、“保護者からの返事回数が多い（4回以上）”があった（カイニ乗検定、 $p < 0.05$ ）。また、夏休み後の肥満改善に有意に関連のある項目は、“年齢が低い”、“早食いしない”、“夏休み中の取り組みが良好”であった（カイニ乗検定、 $p < 0.05$ ）。
- ・数量化理論第Ⅱ類により、肥満度の改善・非改善に関わる各要因を、数量化することにより、肥満度増減や質問紙調査に基づく個別対応の可能性が示された。

教室プログラム

平成8年7月から翌年3月までの9ヶ月間にわたり実施した。7月に教室の内容説明と質問紙調査を実施した後、8月に「夏休みこども教室」を各市町ごとに開催し、食事・運動指導を行った。指導内容の実施状況を知るために、夏休み中に家庭生活記録を指定用紙に記入してもらい、回収した。

指導効果を継続させるために、9月から1月までは通信教室を実施し、①表1に示したテーマを各回に取り上げた「たべもの通信」を保健所が作成し、小学校、幼稚園、保育所を通じて保護者へ配布、②保護者が同封の返信用紙に子どもの様子や質問を記入し、学校を通じて保健所に返送、栄養士が返事を書き、次回の「たべもの通信」に同封、という流れで、双方向で継続的な指導を実施した。また、カウンセリング希望者には、保健所において管理栄養士、健康運動指導士が随時対応した。

表1 通信教室で取り上げたテーマ

第1回	夏休みのこんな過ごし方に注意 夏休み生活記録表（提出）
第2回	食事対策のポイント
第3回	好ましい間食の与え方 朝食・間食チェックシート（提出）
第4回	夜型生活にサヨナラしよう
第5回	しっかり動いてダイエット 冬休み生活記録表（提出）
第6回	食品の組み合わせ方のコツ
第7回	おやつエネルギーと上手な食べ方

データの見方—口メモ