（独）国立健康・栄養研究所
吉池信男氏　資料

“食環境づくり”が住民の食生活や健康指標等に与える影響に関するエビデンスについて

個人や小集団に対して直接的に行う栄養・食教育ではなく、地域全体で人々の食に関する“情報へのアクセス”や“食物へのアクセス”に働きかけること（＝“食環境づくり”）が、果たして人々の食生活や健康指標、疾病等にどのような影響を与えるのかについて、十分な“エビデンスレベル”をもって示したものは、海外での例を含めても非常に限られている。

例えば、わが国において食塩の摂取量は、学術誌等に発表された限定された地域での調査結果等から、1950 年以降 1970 年にかけて急激に減少したと推測されるが、国レベルでのデータは国民栄養調査で食塩摂取量の値が出されるようになった 1973 年以降である。また、各地域での食塩摂取量の減少が、どの程度、積極的な対策（食環境づくり等）によるもので、どの程度“自然の変化”なのかを区別し、積極的な対策の“真の効果”を知ることは意外と難しい。

そのような“真の効果”に接近するための試みとして、対照群を置いた“地域を基盤とした介入研究”が、欧米諸国においていくつか行われている[1)]。これらは、“Demonstration Project”とも呼ばれ、実際の施策（地域レベル、国レベル）として実施される前に、その有効性や実施可能性について“研究レベル”としていわば試験的に行われたものである。

それらの中でも、もっとも総合的に行われ、多くの論文（エビデンス）が出されている North Karelia Project[2)] に関して、以下、簡単に紹介する。

○ North Karelia Project における食環境づくりと住民の生活習慣、健康指標の変化

1）大規模な地域を基盤とした循環器病予防プログラム（1972 年～）
　主な目的：虚血性心疾患により死亡率の低下　→　主要な慢性疾患の予防と健康増進
2）介入地域：North Karelia（人口約 18 万人）、対象地域：Kuopio（同約 25 万人）、Southwestern Finland（同約 20 万人）
3）介入内容：①情報提供（テレビ、ポスター等によるキャンペーン）、②一次予防のための保健プログラム、③地域社会における組織活動、④環境整備

※この中で食については、①“情報へのアクセス”：メディア、婦人組織との連携、地域におけるプログラム（教室、コンテスト等）、②“食物へのアクセス”：食品産業やスーパーマーケットと連携して低脂肪食品の開発販売、調理油の種類の変更等、生産地において酪農から果物生産へと転換（“ベリー・プロジェクト”）

4）評価指標：①実行可能性（利用可能な資源の量等）、②経過（介入の実施状況、環境要因の変化等）、③影響・結果評価（知識・態度・行動、危険因子、疾病・死亡率の変化）、④コスト
5）成果の概要：①利用されている牛乳の種類（低脂肪乳の増加）、パン、料理等へのバター使用の減少、脂肪摂取量の低下、②血清コレステロールや血圧値の低下、③心疾患死亡率の低下

---

1)　North Karelia Project(ノルウェー)、Stanford Five-City Project (米国)、Minnesota Hearth Health Project(米国)等
2)　① Puska P: Successful prevention of non-communicable diseases: 25 year experience with North Karelia Project. *Public Health Medicine* 2002; 4(1): 5-7, ② Piettinen P, et al: Nutrition as a component in community control of cardiovascular disease (The North Kaleria Project). *Am J Clin Nutr* 1989; 49: 101-24, ③ Piettinen P, et al: Dietary Changes in the North Karelia Project (1972-1982). *Prev Med* 1988; 17: 183-193

女子栄養大学
武見ゆかり委員　資料

イギリス
スコットランド州の栄養政策：
食環境整備の取組み

2004.1.20

女子栄養大学
武見ゆかり

スコットランドの食環境整備

Diet Action Plan for Scotland
: Eating for Health (1996)

・栄養・食生活のとらえ方
　健康との関わり
　産業・経済との関わり
　生活の楽しみとしての食

・**Healthy Eating** とは
　野菜と果物，穀物，魚介類，脂身の少ない肉　をより多く，
　油脂，砂糖，食塩は　控えめに

スコットランドの食環境整備

Diet Action Plan for Scotland
: Eating for Health (1996)

・**Action plan**（行動計画）の考え方
　4つの基本方針
　・住民に健康的な食物選択を奨励し，また，健康的な食物を要求するよう奨励する取組み
　（学習の機会の提供）
　・健康的な食物・食事の提供：生産・加工・外食の場
　（食物へのアクセス面の取組み）
　・健康的な食物に関する情報提供：住民，学校給食の場，飲食業者，行政関係者などへ
　（情報へのアクセス面の取組み）
　・以上の取組みの普及（住民に影響を及ぼすように）
　　行政，スーパーマーケット，ファーストフード

スコットランドの食環境整備

Diet Action Plan for Scotland: Eating for Healthの中で71の提案

・食物生産者（農業，漁業，畜産業，環境）への提案
・食品企業，食品加工業者への提案
・小売り業者への提案
　スーパーマーケットの位置づけ大
・飲食業者への提案
　Healthy Eating Award Scheme の提案
・地域活動，地域保健担当部署への提案
・保育，教育活動（保育所，学校）への提案
・保健担当中央官庁（National Health Service）への提案
・関連部署との連携

The Scottish Healthy Choices Award Scheme

The Scottish Healthy Choices Award Scheme

SHCAの対象：**全ての飲食業**
　サンドイッチバー から レストラン，5つ星ホテル，まで
　職場給食・学校給食

SHCAの運営：
　Administrated by : The Scottish Consumer Council, and
　The Health Education Board for Scotland
　Managed by :
　Local Health Boards and Environmental Health Services

SHCAの有効期間：**2年間**（2年毎に審査を受ける必要あり）

The Scottish Healthy Choices Award Scheme

Award の条件

1) Healthy Eating Environment
   - ・食品衛生管理面
     （照明，換気などの構造，食品衛生，衛生管理体制）
   - ・禁煙対策面（喫煙席が半分，又は1/3以下）
   - ・母乳哺育対策面（授乳可能な環境整備）
2) Providing Healthy Food Choices
   - ・"Healthy Choice"ができるように，健康的な食物が提供されていること
     （脂肪，砂糖，食塩が少なく，食物繊維が豊富なメニュー）
   - ・調理法，サービスが "Healthy Choice" 向きである
3) Promoting Healthy Food Choices
   - ・"Healthy Choice" は目立つように示されていること
   - ・従業員が客にSHCA や "Healthy Choice" の説明できる
   - ・"Healthy Choice" の価格が高くないこと，など

SHCA: 飲食業者用マニュアル

SHCA: ニューズレターによる普及

エプロン，コップ，禁煙マーク
帽子などのロゴ入りグッズもの
も充実

The Scottish Healthy Choices Award Scheme

飲食業者にとっての効果評価

方法：飲食業者69件の担当者／オーナーへの電話インタビュー
6つの施設の担当者への詳細面接（事例調査）
6つの施設の利用者180名へのネット上アンケート調査

結果：
企業イメージの向上：健康的な食事への認識が高まり，
企業のイメージアップに予想以上の効果があった
利益の増加：半数の業者は売上げ増加。他は変化なし。
経費は変化なし：大多数は，この取組みのために
経費の増加はみられなかったと回答。

Source: HBS: Evaluation of Scottish Healthy Choices Award Scheme,2000

The Scottish Healthy Choices Award Scheme

利用者にとっての効果の評価

方法：飲食業者69件の担当者／オーナーへの電話インタビュー
6つの施設の担当者への詳細面接（事例調査）
6つの施設の利用者180名へのネット上アンケート調査

結果：
- ・施設を利用することで，食事がより健康的になったと回答した者は3割
- ・施設において，より健康的な食物（メニュー）選択をするようになったと回答した者は4割

↑

- ・施設において消費（売上げ）が増加した食物
  ブラウンブレッド，低脂肪マーガリン，低脂肪乳，野菜，果物

Source: HBS: Evaluation of Scottish Healthy Choices Award Scheme,2000

元気㊍MINATO モニター店 サービスメニュー

私の店では次のような健康メニューをご用意しています

1 港区推奨健康メニュー
お客様の健康づくりに役立つメニューをお届けします。
- □ バランスメニュー（主食・主菜・副菜がそろっています）
- □ 低カロリーメニュー
- □ 脂肪控えめメニュー
- □ 塩分控えめメニュー
- □ 野菜たっぷりメニュー

2 健康サービス
お客様のご要望にお応えします。
- □ ハーフポーション（半量サイズ）を選べます
- □ 主食の量や種類を選べます
- □ 油脂の種類を選択できます
- □ 調味料、香辛料を選べます
- □ ソースやドレッシングは別添え可能です
- □ 栄養成分表示があります
- □ アレルギーに配慮したメニューがあります
- □ アレルギー表示があります

3 健康空間
受動喫煙防止対策を実施しています。
- □ 禁煙
- □ 完全分煙
- □ 非喫煙者への配慮を行っています

4 お店独自のサービス
お客様のご希望に応じ、独自サービスをご用意しています。
- □ [illegible]メニューを用意しています
- □ 高齢者対応メニューが可能です
- □ 乳幼児対応が可能です
- □ [illegible]を選べます
- □ バリアフリーになっています
- □ その他（　　　　　　　　）

（5 食品衛生管理面のチェック）

元気　食　MINATOは、港区が認定する推進する健康づくりに積極的なお店の愛称です。
おいしく食べて幸せになっていただくために、こんなメニュー、サービスがあったらと思うことを
どうぞ、お店に伝えてください

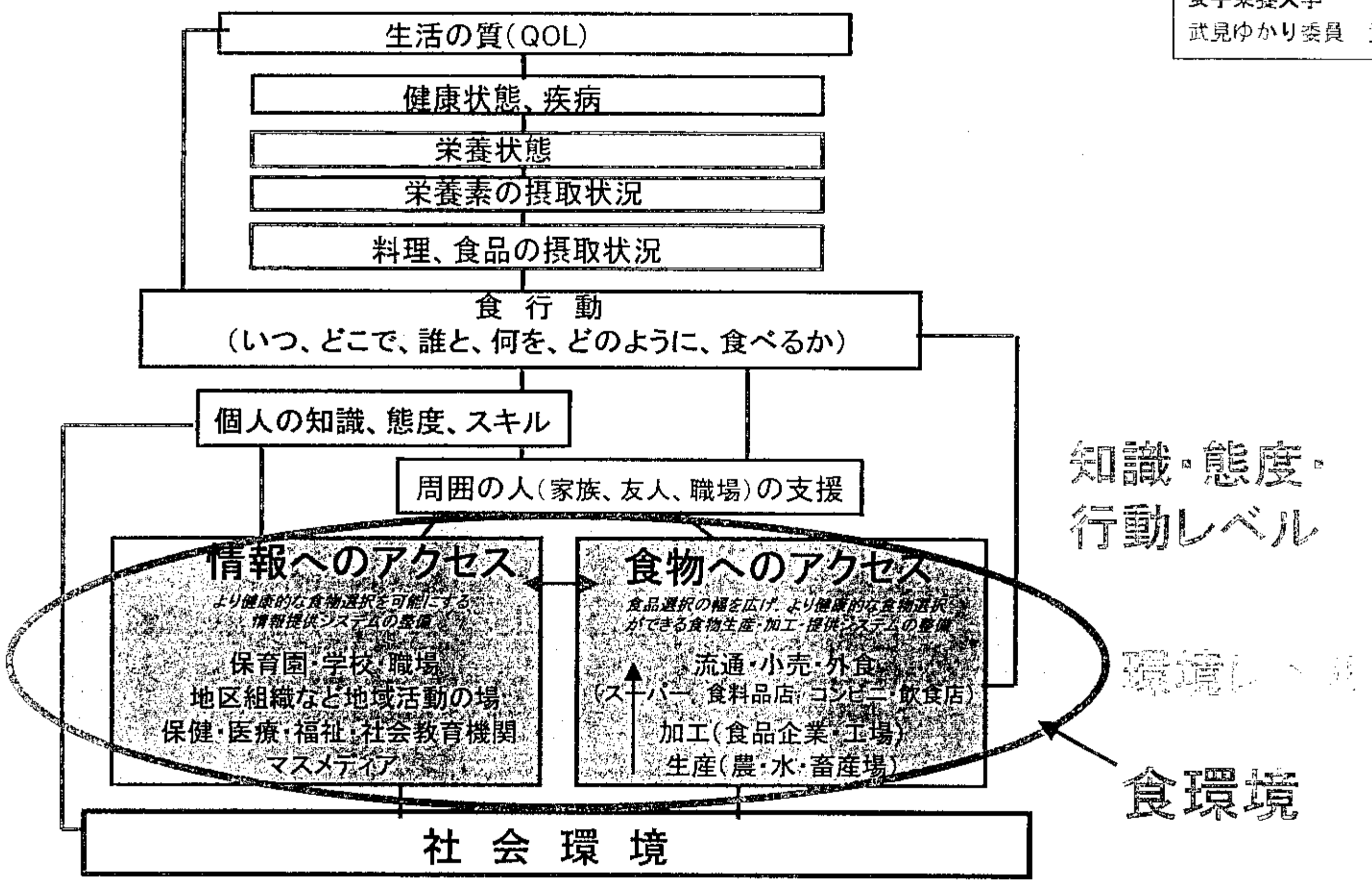
［港区みなと保健所　健康推進課］

港区　健康づくり協力店事業

元気 食 MINATO

- 14年度にガイドライン作成
- 第1案に基づいて，モニター店で取組み
  - 区内の10飲食店（2003年11月～）
  - 区内の10ホテル（2004年1月）
- 利用者へのアンケート，実施店の意見をふまえてガイドラインの修正
- 平成15年度より本格実施

女子栄養大学
武見ゆかり委員　資料



「食環境」のとらえ方

（健康日本21
栄養・食生活分科会報告より）

現状の取り組み

情報へのアクセス
より健康的な食物選択を可能にする情報提供システムの整備

←→（密接な関連が必要）

食物へのアクセス
食品選択の幅を広げ，より健康的な食物選択ができる食物生産・加工・提供システムの整備

- 学習・相談の場の提供（地域，学校，職場，遊園地，など）
- マスメディアによる情報提供
- ホームページによる栄養成分表示等の情報提供

- 加工食品の栄養成分表示
- 外食・給食メニューへの栄養成分表示
- （健康に配慮した食物と情報が得られる施設の設営・開設）

- 栄養管理された給食の提供
- 健康に配慮したメニュー（ヘルシーメニュー）の提供
- 乳幼児期～高齢期までライフステージに応じた食事・食物の提供
- 食品への栄養素の強化等
- 食品ロスの少ない食事・食物の提供

ツール Tool	食事摂取基準　6つの基礎食品群（Food Guide）　食生活指針（ビジュアルデザイン）　食品成分表
資源 Resources	管理栄養士・栄養士　食生活改善推進員　ヘルスサポーター　（栄養教諭） 関連団体・機関：健保組合，国保中央会，日本栄養士会，日本食生活協会，全国飲食業生活衛生同業組連合会，日本フードサービス協会，マスメディア，民間企業・・・・ 国立健康・栄養研究所，大学・・・・・
施策 Policy	外食栄養成分表示ガイドライン　食品の栄養表示基準　（保育所における食育指針）等 21世紀の栄養・食生活あり方検討会報告　健康日本21　健康増進法

食環境整備に関する施策，資源，ツール，現状の取り組み