

教員名	赤松 利恵 (AKAMATU Rie)
所 属	生活科学部食物栄養学科
学 位	博士 (社会健康医学)
職 名	講師
URL/E-mail	http://www.food.ocha.ac.jp/publichealth/phnindex.htm/ akamatsu@cc.ocha.ac.jp

◆研究キーワード

健康教育 / 行動科学

◆主要業績

総数 (7) 件

- ・ Interpretations and attitudes toward healthy eating among Japanese workers, *Appetite*, (2005) 44(1), 123-129.
- ・ Relationships between smoking behavior and readiness to change physical activity patterns in a community in Japan, *American Journal of Health Promotion* (2005) 19, (6), 406-409.
- ・ 健康的な食生活のための行動カウンセリング (behavioral counseling) 米国予防医学タスクフォースの報告と行動カウンセリングについて, *栄養学雑誌* (2005) 63(2), 105-108.

◆研究内容

主な研究領域：健康教育（栄養教育）、健康心理学、公衆衛生学

2005年度の研究

- ・ 中学生を対象とした間食の過食行動に関わる心理社会的要因の検討—計画的行動理論を用いて—
- ・ 中学生を対象とした間食選択動機調査票の作成
- ・ 健康情報についてのメディア報道の研究

◆教育内容

2005年度学部授業：基礎ゼミ（コア科目）、教職総合演習（教職に関する科目）、栄養教育論Ⅰ、栄養カウンセリング論（専門科目）、食物科学輪講（専門科目）

◆Research Pursuits

Main research field: Health education (Nutrition education), Health psychology, Public health

Studies in 2005:

*Understanding the psychosocial predictors of excessive snacking in Japanese junior high school students using the theory of planned behavior

*A Measure for the Motives underlying Snack Food Selection: Applying the Snack Choice Questionnaire (SCQ) in Junior High Schools

*A study of media coverage about health information

◆Educational Pursuits

Classes in 2005: Basic seminar (core subjects), Seminar for teaching profession (special subjects for becoming teachers), Nutrition education 1, Nutrition counseling, Seminar for food and nutrition science (special subjects)

◆共同研究例

- ・生活習慣改善システムの開発

◆将来の研究計画・研究の展望

- ・健康教育（栄養教育）の実践のベースとなる方法論を提案する研究をすること。その方法論には、行動変容に有効とされる行動科学の考え方を取り入れる。
- ・健康や栄養に関する情報が正しくかつ役に立つ内容である社会にすること。

◆受験生等へのメッセージ

健康や栄養の情報は世の中にたくさんあふれているのに、我々の健康度は高いとはいえないのが現状です。その理由として、役に立つ情報が少ないこと、役に立つ情報であったとしても、なかなかそれを実践できないことが考えられます。人々が健康的な生活を送るためにどんなサポートが必要だろうか、また健康的な生活のために社会はどうあるべきなのだろうか。そんなことをテーマに、研究をすすめています。毎日の食生活と社会に疑問を感じている方、いっしょに取り組んでみませんか。