

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) (2004 京都大学)
職 名	講師
URL / E-mail	http://www.food.ocha.ac.jp/publichealth/Nutrition%20Education/NEindex.html akamatsu.rie@ocha.ac.jp

◆研究キーワード

健康教育 (栄養教育) / 行動科学 (行動変容) / 公衆衛生学

◆主要業績

総数 (12) 件

- ・特定保健用食品における表示内容に関する検討, 機能性食品と薬理栄養 (2006) 3 (4) ,249-254.
- ・健康・栄養科学シリーズ「公衆栄養学」,
分担執筆 (諸外国の健康・栄養問題の現状と課題及び健康・栄養政策 諸外国の栄養士養成制度), 南江堂,2006
- ・栄養教諭のための学校栄養教育論,
分担執筆 (第Ⅱ章・3 食に関する指導における行動科学の理論と応用), 医歯薬出版, 2006
- ・こんなときどうする?できる管理栄養士 70 のスキルアップ術,
分担執筆 (第3章 行動科学を栄養教育に取り入れる), 化学同人, 2006
- ・栄養・食糧学データハンドブック「第13部 栄養教育・栄養指導」,分担執筆 (食行動と行動変容),同文書院, 2006

◆研究内容

1. 食行動に関する研究
人の食行動に影響すると考えられている認知的な要因を検討している。
 - ・食に関する不合理な信念の研究
 - ・食に対する感謝の気持ちについての研究
2. 栄養教育の効果の検討
行動科学に基づいた教材を作成し、その効果検証を行っている。
 - ・行動科学に基づいた生活習慣改善指導の効果の検討
3. マス・メディアにおける健康・栄養情報の検討
健康情報は人々の健康行動に影響することから、マス・メディアにおける健康情報のあり方を検討している。
 - ・新聞における健康関連記事の検討
 - ・メディアリテラシーに関する研究
4. 食品の安全教育に関する研究
リスクコミュニケーションの考え方を取り入れた、食の安全教育について検討している。
 - ・食の安全に関するリスクコミュニケーションの研究

◆教育内容

- 2006年度学部授業：栄養教育論Ⅰ、栄養教育論Ⅱ、栄養カウンセリング論、栄養カウンセリング論実習 (専門科目)、食物学概論 (共通科目)、食物科学輪講 (専門科目)
- 2006年度大学院授業：栄養教育学特論演習、ライフサイエンス論

◆Research Pursuits

The knowledge and skills through “Nutrition Education” is essential for those who are interested in promoting good health. Our role as the dietitians is to support people find their most preferable healthy diet and how they achieve them. This laboratory conducts survey in schools, medical clinics, communities, and even the mass media.

Current research topic:

Interpretations of and attitudes toward healthy eating among Japanese workers

Relationships between smoking status and readiness to change physical activity patterns in a Japanese community

Health communication by mass media in Japan

Nutrition education in school

◆共同研究例

・食品の安全についての普及啓発のためのツール及びプログラム開発に関する研究・いわゆる健康食品の安全性に影響する要因分析とそのデータベース化・情報提供に関する研究（共に厚生科研/分担研究者）

◆将来の研究計画・研究の展望

行動科学を用いたより科学的な栄養教育の方法論の提案を目指し研究を進めている。子どもの食育が注目されているが、子どもに限らず、生活習慣病予防のための栄養教育に貢献できる研究も今後取り組んでいきたい。また、人の食行動に大きく影響する食環境整備の観点から、特にメディアの食情報を検討し、新しい教育方法を今後提案したいと考えている。

◆受験生等へのメッセージ

ある方が「食育の重要性はもう十分わかった。どうやって食育をやったらいいのを知りたい」と言って私の研究室に来られました。

たとえば、朝食の重要性は多くの方が知っています。しかし、その多くの方が理想とする朝食を食べているかと言ったら、決してそうではありません。頭でわかっていることを実行に移すには、知識以外の個人的要因（朝時間がないなど）や環境（朝食を作ってくれる人がいないなど）の問題を解決することが必要です。

私の専門とする栄養教育学分野では、人の食行動に関連している要因は何かを探り、食行動の変容をどうしたらよいかを検討しています。

このように行動科学の観点から栄養教育を考えると、栄養教育の方法にも新しい発見があります。行動科学を取り入れた栄養教育がこれからもっと増えていくことを願っています。

◆Educational Pursuits

Classes in Undergraduate school,2006: Nutrition education 1, Nutrition education 2, Nutrition counseling, Practice in counseling for health education, Seminar for food and nutrition science (special subjects), Introduction to Food Science

Classes in Graduate school,2006: Seminar Nutrition Education