

# 県内全域で食や健康に関する調査を実施中 市町単位の栄養摂取状況が把握可能に

>> 静岡県民限定! 食と生活習慣チェック

## 35市町ごとの栄養摂取状況BDHQ調査※は全国初

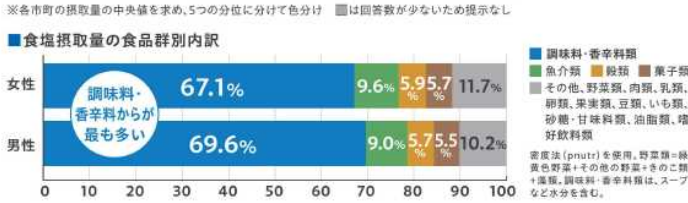
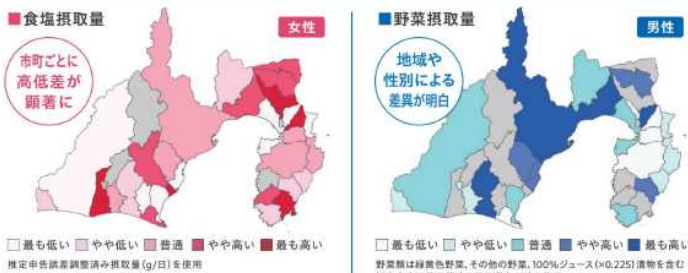
静岡県と本学は、令和4年度から県民参加の「食と生活習慣チェック」を実施しています。栄養摂取状況について詳細データを収集するには100項目以上の質問に回答してもらう必要があり、県内すべての市町で行うことは困難でした。

**全国でも全市町での栄養摂取状況を**

**把握する調査を行なった事例はなく、国内初となる試みです。**これにより、年齢別、男女別の塩分摂取量や野菜摂取量、どの食品から栄養素を摂取しているかだけでなく、がん・循環器疾患になるリスクなどの健康寿命にかかわる項目がわかるようになります。

※BDHQ調査とは…簡単な質問に答えていくだけで、約1か月の食習慣を可視化できる調査のことです。

## 高血圧や糖尿病の原因となる食塩の摂りすぎや野菜不足など調査結果を市町ごとに可視化



回答数がまだ少ない市町もありますので、ぜひご参加ください。

本調査のわかりやすい紹介動画がありますのでぜひご覧ください。→  
静岡SPH 動画 検索

(静岡SPH動画チャンネル)

食と生活習慣チェック調査  
https://rok.rokproject.jp/nr  
静岡SPH 食 検索



▲個人結果をその場で確認できる

市町ごとに抱える健康問題と食習慣の関連性をモニタリングし、毎年、調査・研究を行います。

県主導により35市町ごとの調査が可能に。今後も毎年調査を行う予定です。



## 県や市町の健康づくり施策への実装に期待

このモニタリング研究では、調査結果が個人の健康管理に役立つだけでなく、県内の医療ビッグデータから得られた疾患に関する地域別の結果と、各地域の食生活などの特徴とを比べることで、**健康寿命の延伸につながる施策を市町毎に実装・展開するための基礎資料として役立てられます。**

### 担当教授による研究解説

#### 県民の健康寿命延伸に向けた調査にご協力を

今回実施している「食と生活習慣チェック」は、静岡県民の健康寿命の延伸を目的とした生活習慣の実態調査です。これは全国初の取り組み

で、質問票に沿って答えるとその場で自分の健康状態も確認することができます。ぜひ参加して健康づくりに役立ててください。

静岡社会健康医学大学院大学  
教授(疫学・統計学・ヘルスコミュニケーション)  
博士(保健学)

山本精一郎 教授

前職は国立研究開発法人国立がん研究センターにて、疫学研究や臨床試験に長年従事。

