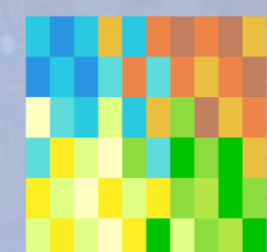




山形大学
Yamagata University

農からおいしく健幸をつくる ～山形から日本各地そして世界へ～



YAAS

YAMAGATA UNIVERSITY
ADVANCED AGRICULTURE SYSTEM
RESEARCH CENTER

五領田小百合 小林優香 遠藤愛梨 小笠原有歩 草野彩佳 高山美波 外塚未夢
保坂浩輔 増田ひかり 菅野帆奏 小林さくら 山沢珠央 我妻由紀乃
山形大学 農学部 食農総合科学研究室



FOLLOW US

@SHOKUNOSOKEN

1 食糧を
なくそう

2 食糧を
ゼロに

3 すべての人に
健康と福祉を

8 働きがいも
経済成長も

11 住み続けられる
まちづくりを

12 つくる責任
つかう責任

15 海の豊かさ
を増やそう



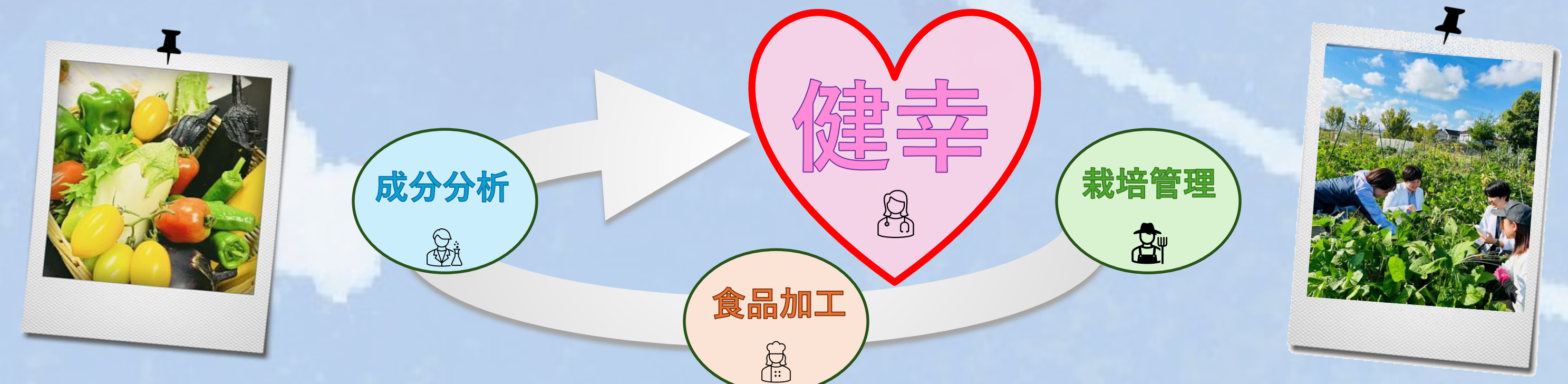
Asian Congress of Nutrition アジア栄養学会 2023 「Best Poster Award」受賞

International Congress of Nutrition 国際栄養学会 2022 採択・農林水産省 「NIPPON FOOD SHIFT 2022」受賞

要旨

山形県産農産物の健康維持・増進効果を実証

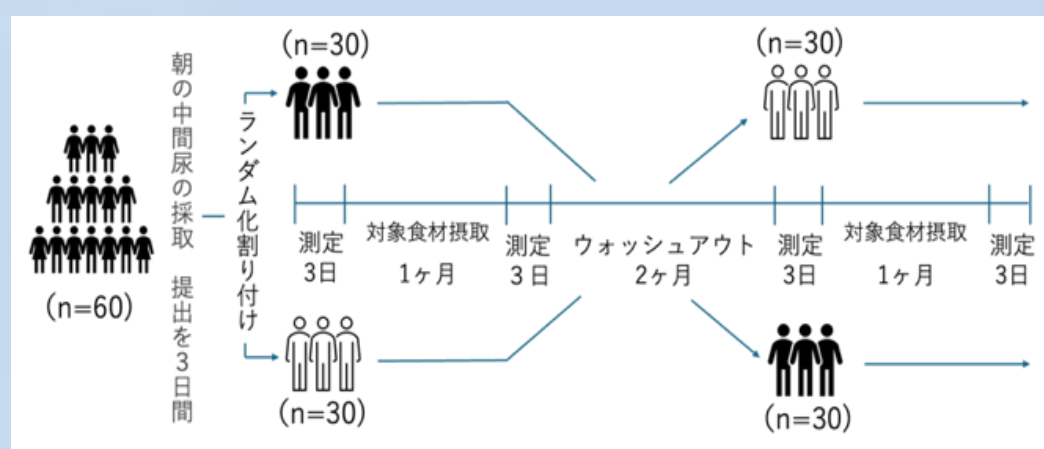
県内の特産物について、栽培管理から食品加工、成分分析の一連の情報を取得したのち、被験者60名に対して食介入試験(ランダム化比較試験)を実施。高血圧の予防効果を認める背景要因を特定した。



県内で栽培可能な農産物を積極摂取することで、**食の楽しみを失うことなく高血圧を予防できる可能性**を見出した。地域食材の付加価値を生み、健康的な食生活を促す負担の少ない方法を検討しながら、農業経営者、食品加工事業者、地域住民といった様々なステークホルダーの健幸と雇用を守る実装研究として、地域社会に貢献したい。

方法

被験者60名（男性25名、女性35名）に対して、質問紙等による参加者の背景（年齢、性別、BMI、食習慣、身体活動量、睡眠状況、ストレス、世帯状況、学歴、既往歴、就労状況等）調査とNa/K比の測定(3日間の早朝第1尿の中間尿の採取)を実施し、介入群と対照群のNa/K比の平均値が同程度になるように割り付けを行った。クロスオーバー試験のデザインで、食介入1ヶ月間とウォッシュアウト2ヶ月間を実施し、Paired t-testならびに混合効果モデルを用いて介入群と対照群のNa/K比を比較し、県産農産物およびその加工品摂取による排塩効果を検討した。山形大学医学部倫理審査委員会承認済。

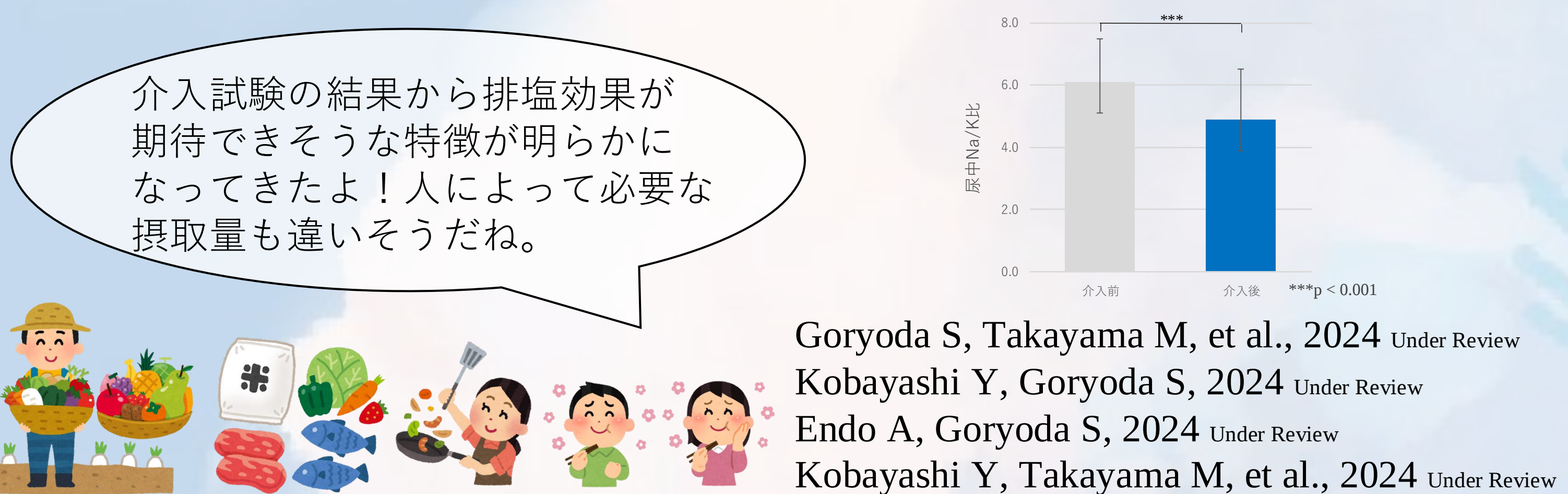


背景・目的

当研究室では、医食農に関わる社会課題を解決する方法を研究している。昨年度の異分野交流学会では、自治体・農家・新聞社・免疫検査機関といった多業種と協働して、一般の方々に健康診断では実施されていない免疫力を測定する機会を提供し、健康的な食行動を促すことで、コロナ禍における食習慣を見直すきっかけを与えることができた社会実装研究事例を報告した。しかしながら、先行研究（Berry SE, et al. *Nat Med.* 2020）で示唆されていた食事に対する反応の特徴（個人差等）について、検証には至れていなかった。そこで本研究では、ランダム化比較試験等の疫学的手法を用いて、地域食材摂取による健康維持・増進効果を個別に検討した。

成果

山形県産農産物摂取による排塩効果を実証 効果が期待される摂取条件・特徴の抽出に成功



現在の取組と展望

Point「行動経済学」を活用して、もっと楽に簡単に社会課題を解決

行動経済学：

人間がかならずしも合理的には行動しないことに着目し、伝統的な経済学ではうまく説明できなかった社会現象や経済行動を、人間行動を観察することで実証的にとらえようとする新たな経済学。人が意思決定する際の環境をデザインし、自発的な行動変容を促す。

ナッジ：

ひじ等でそっと押して注意を引いたり前に進めたりすること。特定の決断や行動をするようにそっと説得・奨励すること。人々が自分自身にとってより良い選択を、自発的に取れるように手助けする手法。

官民学協働でエビデンスを社会実装へ

プロジェクト参加にご興味がありましたらぜひお声掛けください。メールやInstagramのDMでのご連絡もお待ちしております。



地域介入試験を実施し、みなさまに無理なく望ましい行動を促すことで、個人の努力に頼らなくても疾患を予防できる社会に寄与したい。

謝辞

本研究に際し、多大なご支援を賜りました山形大学医学部今田教授、石川講師、國分係長、倫理審査委員会の先生方、工学部長峯准教授、農学部村山副学長、渡部学部長、宮城准教授、叶准教授、市浦助教、高橋コーディネーター、被験者の皆様に感謝申し上げます。研究助成等 JSPS科学研究費助成事業 若手研究、厚生労働科学研究費補助金、YAAS山形大学アグリフードシステム先端研究センター、山形大学Well-Being研究所、YU-COE：山形大学先進的研究拠点 (S)、YU-COE(M)、山形大学と交流する会、山形大学農学部地域産学官連携協議会、大学コンソーシアムやまがた、民間企業共同研究費

※国際学会の写真は各学会HPから引用