

令和4年度神奈川 ME-BYO リビングラボ 実証事業実施結果報告

1 実証事業の概要

- (1) 実施事業者：カゴメ株式会社（愛知県名古屋市）
協力事業者：エーテンラボ株式会社（東京都中央区）
- (2) 実証テーマ：
SDGs への貢献を提示する栄養教育プログラムが勤労者の野菜摂取量に与える影響
- (3) 実証フィールド（50音順）：
かながわ信用金庫（横須賀市）、相模鉄道株式会社（横浜市西区）、相鉄ビジネスサービス株式会社（横浜市西区）、相鉄ホールディングス（横浜市西区）、損害保険ジャパン株式会社（横浜市中区）、ハリマビシステム株式会社（横浜市西区）、横浜トヨペット株式会社（現：ウエインズトヨタ神奈川株式会社）（横浜市中区）
- (4) 参加者：実証フィールドに勤務されている18歳以上の男女301名
（男性185名、女性116名、平均年齢45歳）
- (5) 実施期間：令和4年10月から令和5年3月まで
- (6) 実施概要：
 - ① 参加者を対照群と介入群との2群に無作為に割り付けた。
 - ② 対照群には、野菜摂取の動機づけとして管理栄養士による食育動画視聴、環境サポートとして200mLの野菜飲料24本の無償配布を実施すると共に、実行支援として各職場に推定野菜摂取量を表示する「ベジチェック®」を設置して自由に活用してもらった。
 - ③ 介入群には、②に加えて試験開始時に、習慣化サポートアプリ「みんなチャレ®」を導入してもらった。
 - ④ 介入群の参加者は開始時に「野菜を摂取」を目標とする「みんなチャレ」のチームに参加し、アプリ内で野菜摂取行動を報告すると得られるコインをみんなで目標量まで貯めると地元の子ども食堂に野菜飲料等の食品が寄付されることを伝えた。
 - ⑤ 試験開始時と3ヶ月後の食事調査により、参加者の野菜摂取量を測定すると共に、野菜摂取に関する意識行動（行動変容ステージ）や自己肯定感（日本語版ローゼンバーグ自尊心尺度）について調査し、群間で比較した。

野菜350g/日摂取を支援するサービスを通じ、健康への行動変容を促す

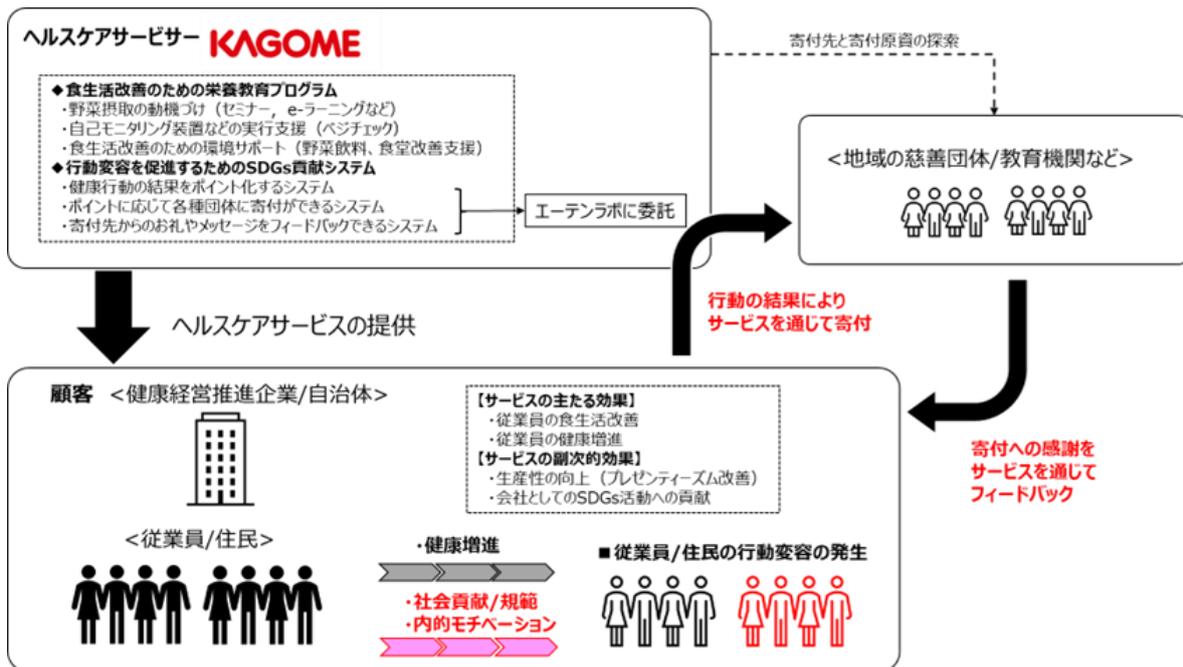


カゴメが提供する健康サポートプログラム

みんなチャレ 重症化予防



エーテンラボが提供する「みんなチャレ」アプリ



本研究で実証する仮説とビジネスモデル

2 結果報告の概要

(1) 結果の概要

- 野菜摂取量について、対照群、介入群ともに試験開始時より3ヶ月後では有意に増加していた。増加量を群間比較したところ、対照群よりも介入群の方がより増加していることが示唆された。
- 野菜摂取に関する意識や行動について、対照群、介入群共に試験開始時よりも3ヶ月後で有意に高まっていることが示唆され、さらに対照群よりも介入群の方がより高まっていることが示唆された。
- 自己肯定感について、対照群、介入群ともに試験開始時よりも3ヶ月後で有意に高まっていることが示唆されたが、群間で差は認められなかった。

(2) 実証から得られた成果・将来に向けての知見

- 介入群に実施した「健康のために野菜を食べる」という健康メリットを伝えることに加えて、健康行動が社会貢献にもつながる仕組みを提供した栄養教育プログラム(以下、本プログラム)は、健康メリットのみを強調したプログラムに比べて、野菜摂取の増加効果が高いことが明らかになった。
- 研究参加者の目標数は200名であったが、301名から参加の同意が得られた。このことから、本プログラムは、健康増進活動の参加者を増やすことについても効果的である可能性がある。
- 本プログラムを実施することで、実証フィールドとなった企業の地元自治体の子ども食堂に野菜飲料や野菜を使った調味料を配布することができた。
- 本プログラム受講により、さらに自己肯定感を高めるために、最終目標として寄付がなされるだけではなく中間目標を設定して期間中にも寄付がされるような仕組みを作ることや、期間中に寄付先の子ども食堂などの利用者から応援や感謝のメッセージが送られる等の仕組みをつくることを検討したい。

(3) その他・特記事項

- 本研究の結果は、第82回日本公衆衛生学会(2023年10月)にて口頭発表した。また、研究論文についても作成して科学雑誌に投稿する予定である。
- 社会実装の拡大にあたっては、円滑な寄付先の募集や寄付原資の募集するための基盤システムを構築することが必要と考えられる。

【参考リンク】

- ・カゴメ(株)サービスページ：<https://healthcare.kagome.co.jp/>
- ・エーテンラボ(株)サービスページ：https://minchalle.com/for-biz/lifestyle_related_diseases/
- ・本実証の愛知県豊橋市での取組記事：<https://minchalle.com/case-study/toyohashi/>