

バナーによる健康増進効果に関する研究の動向

The Effects of Health Promotion Banners: a literature review

1K10C023

指導教員 主査 岡浩一朗 先生

飯野 里美

副査 塩田琴美 先生

【背景】

現在、世界中で健康対策に力が入れられており、日本でも細かに目標を立て、国民の健康増進を目指している。その中でも、国民の生活習慣病と運動・身体活動量の少なさ、そして喫煙率への懸念が高く、これを改善する策が必要である。現在では、バナーによる健康増進策が存在しており、健康的なメッセージを送ることで、人々の健康行動を促す試みがある。

【目的】

本研究では、世界中で行われている健康対策の一つである健康増進バナーによる効果とその動向について研究を行い、得られた知見により、バナーによる健康増進策が日本でも有効であるかを検討する。そして、日本で今後健康増進・身体活動促進を効果的に推進するための具体的な健康増進バナー案を提案する。そして、日本における国民の健康増進に向けた効果的な支援方法を構築するため、主に外国におけるバナーやポスターによる健康増進活動推進研究を概観し、近年の研究動向を把握するとともに、健康増進バナー案を提案し、今後の研究課題を整理することを目的とする。特に身体活動促進、喫煙率の減少に関する2つの観点よりレビューを行う。

【方法】

バナーによる1)身体活動促進、2)喫煙率の減少に関する論文を選定するため、国立情報学研究所が運営するNII論文情報ナビゲータおよび医学中央雑誌刊行会が運営する医学中央雑誌Web版を用いて、「メッセージバナー」、「健康」をキーワードとして検索を行った。英文の検索にあたっては、アメリカ国立医学図書館の国立生物工学情報センターが提供する学術文献検索サービスPubMedとトムソン・ロイターが提供する学術データベースを利用し、「banners」、「health promotion」をキーワードとして検索をした。2013年11月13日現在で抽出された論文の中から、要旨に「poster」あるいは「banner」の単語が含まれないものは除外した。さらに、抽出された論文の引用文献より、本研究の目的に該当するものを追加した。

【結果】

本研究では、バナーの呼びかけによる人々の健康増進の効果がみられた。歩行者の目につく位置にあるバナーやポスターは、人の階段利用を促すという結果が多く得られ、人々の身体活動をわずかでも増やすきっかけになるということがわかった。エスカレーターと階段が隣接している場面においては、バナーは大変効果的であった。エレベーターと隣接している場所、あるいは、人ごみが激しい時間帯での駅では、バナーの効果はあまりみられなかったが、ポスターと一緒に貼り出すことによって階段利用者が増加した。それにより、場所によってはバナーの効果が左右されるが、工夫次第で効果が得られるという結果が出た。

そして、喫煙率の低下にもポスターは貢献するということが明らかになり、若い世代からの禁煙教育の重要性も示された。禁煙を呼びかけるポスターは、学生にとっては、喫煙を防ぐ効果があったり、吸うたばこの本数が減ったりと効果がみられたが、喫煙を辞めるきっかけにはならないという結果が出た。さらに、成人のヘビースモーカーには全く効果がみられず、今後はより強力な介入が必要であるという結論に至った。

【考察・課題】

バナーが身体活動促進に貢献した要因として、バナーやポスターのサイズ、メッセージ内容、色などが起因したと考えられた。サイズが大きく、具体的な健康情報が書かれ、派手な色使いのものが有効であるとされた。喫煙率の低下に効果的であったポスターとしては、インパクトがあり、禁煙を促すポジティブな内容が書かれたものであった。それにより、人々に効果的なバナーというのは、目に留まりやすく、印象に残るようなバナーであると考えられた。日本で健康バナーを導入する場合も、目に付きやすく、読み手のプラスになる健康情報が書かれたバナーが有効であると考えられる。今後は、この知見を踏まえ、日本の環境に沿った、そして日本人に合う効果的なバナーの研究が必要であり、日本における健康増進バナーの効果を示すことが課題である。そして、この先日本でも健康増進バナーを導入できれば、国民の身体活動促進、そして喫煙率の低下に寄与できる可能性があると考えられる。