

食行動変容のための行動科学理論等を用いた 教育プログラム開発に関する研究

▶ キーワード：食行動の変容、重症化予防、健康づくり

▶ 研究概要：

生活習慣病の重症化予防や健康づくりには、食生活が重要です。無意識だったり習慣化していたりする食行動の変容には、ナッジや行動科学理論等を応用して、本人の知識、意識や態度、環境等を分析し、行動しやすくなる働きかけや仕組みづくりをすることが効果的であることが先行研究から示されています。対象に合った企画～評価を行います。

▶ どのような共同研究・連携に結びつけられるか？

企業・医療機関等で、個人の食行動改善を促す カウンセリングや講演、環境づくりのコンサルティングを行います。食育に関する教材・イベントの企画・アドバイスをします。

▶ 研究者

講師

新出真理

専門分野：食育・栄養教育、行動科学

3 すべての人に
健康と福祉を



17 パートナシップで
目標を達成しよう

