

乃木 章子 NOGI Akiko



研究分野：臨床栄養学

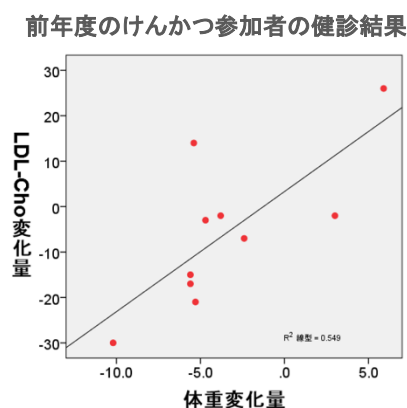
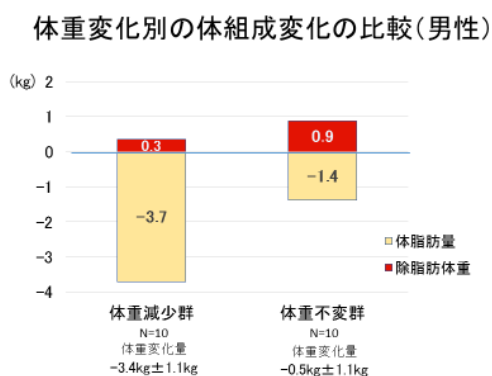
キーワード：生活習慣病、行動変容

研究トピックス：

## 生活習慣病予防プログラムの開発と評価

研究の要旨：

私は山口県出身ですが、島根の大学病院で管理栄養士として勤務し、研究教育職を経て、本学に里帰りして16年になります。病気になってから治療で頑張るより、病気にならないこと、健康の大切さを痛感し、生活習慣病予防に関する研究を続けています。メタボリックシンドロームが注目され始めたころから、肥満が気になる方たちを対象に、学習と自己決定を重視したプログラムを開発してきました。現在は、働き盛りの肥満や、脂質・糖代謝異常が気になる方を対象に、「職場でできるワーク&ヘルスプログラム」の開発に取り組んでいます。体組成の計測により、体脂肪を減らして除脂肪体重を維持する望ましい体重減少が確認でき、1年経過後に血清脂質や肝機能改善を認めることができました。



主な関連業績：

乃木章子、岩本 優、江本優佳、古川 茜、柳井晴菜：職場でできるワーク&ヘルスプログラム「けんかつ」の開発と評価、第15回 日本栄養改善学会中国支部学術総会（島根）、2019。

乃木章子、塩飽邦憲、北島桂子、山崎雅之、山根洋右 他：健康教育介入による体重減少と代謝症候群改善との関係、日本農村医学会雑誌、52、4、649-659、2004

[教員紹介へのリンク](#)

[教員データベースへのリンク](#)