

研究タイトル

栄養疫学研究における習慣的な乳・乳製品摂取量の把握について

研究者名（所属先）

- ・矢部 えん（人間総合科学大学 人間科学部）
- ・奥田 奈賀子（京都府立大学大学院 生命環境科学研究科）
- ・坪田（宇津木） 恵（岩手医科大学 医学部 衛生学公衆衛生学講座）

### 【目的】

乳・乳製品摂取と高血圧や循環器疾患予防との関連は、欧米を中心に報告されているが本邦での研究結果は乏しい。本研究では、国内外の研究における乳・乳製品摂取習慣と評価手法を3つの研究手法により比較し、本邦での使用に適切な乳・乳製品摂取量調査法のあり方を検討した。

### 【方法と結果】

<研究1 国内外の栄養疫学論文における乳・乳製品摂取量の把握>

方法：2000～2018年に公表された乳・乳製品摂取と高血圧、循環器疾患に関する栄養疫学論文をPubmedで検索し、乳・乳製品摂取の評価手法を検討した。結果：日本を含むアジアでの乳・乳製品摂取量中央値は、北米やヨーロッパ集団の半分に満たない水準であった。多くが半定量的摂取頻度法を用いていた。

<研究2 各国の国民栄養調査での乳・乳製品摂取量>

方法：各国の国民栄養調査について調べ、乳・乳製品を含む評価手法・摂取量等を検討した。結果：日本を含む10か国の国民栄養調査を検討した。日本は半定量記録法、他国は24時間思い出し法または記録法であった。平均値による報告、中央値による報告があった。

<研究3 日本人を対象とした疫学研究における乳・乳製品摂取習慣の調査法とその評価>

目的：本邦の栄養疫学研究における乳・乳製品摂取習慣の評価手法を整理し、頻度法調査による結果を量的評価可能な栄養調査と比較検討した。結果：「牛乳乳製品健康科学学術研究・研究報告書」（2005～2016年分）の栄養疫学研究のうち、約半数で妥当性評価済の頻度法が使用された。1回量を問わない頻度法と半定量頻度法の摂取量を比較したところ両方法において「男性より女性」「若年より高齢」で多く、この傾向は量的評価可能な調査結果でも同様であった。

### 【結論】

本邦における栄養疫学研究において牛乳、乳製品について1回量を提示して平均的頻度をたずねる半定量的頻度法が、望ましい調査法であると考えられた。