

Murakami K, Livingstone MBE, Sasaki S. Thirteen-year trends in dietary patterns among Japanese adults in the National Health and Nutrition Survey 2003-2015: continuous Westernization of the Japanese diet. *Nutrients* 2018;10(8):994.

<https://www.mdpi.com/2072-6643/10/8/994/pdf>

(この論文はインターネット上で無料でダウンロードできます) 論文番号:英文#20224 日本語 J#4096

日本人成人における食事パターンの 13 年の経時変化：日本人の食事は西洋化し続けている（2003～2015 年国民健康・栄養調査をもとにした解析）

村上健太郎, Livingstone MBE, 佐々木敏.

背景：主成分分析をもとにして抽出した食事パターンの経時変化を全国食事調査データを用いて検討した研究は存在しない。

目的：2003～2015 年国民健康・栄養調査をもとにして、日本人成人における食事パターンの 13 年の経時変化を検討した。

方法：用いたデータは、毎年独立して繰り返し行われた横断調査データである。合計 88527 人の 20 歳以上の成人の食事摂取量が 1 日間秤量食事記録で評価された。食事パターンを抽出するために、31 食品グループの摂取量（1 日あたり）をもとにして主成分分析を行った。

結果：抽出された食事パターンは、「植物性食品と魚」パターン、「パンと乳製品」パターンおよび「動物性食品と植物油」パターンの三つであった（表 1）。対象者全員を含んだ解析において、「植物性食品と魚」パターンの得点は経時的に減少し、一方「パンと乳製品」パターンおよび「動物性食品と植物油」パターンの得点は経時的に増加した（図 1）。「植物性食品と魚」パターン得点の減少は検討したすべてのサブグループにおいて一貫して観察された。「パンと乳製品」パターン得点の増加も性および喫煙状況に関係なく一貫して観察された。

しかし、それ以外の年齢、職業および body mass index による分類ごとに検討したところ、「パンと乳製品」パターン得点の増加は特定のサブグループ（50～64 歳、65 歳以上、保安・運輸・通信・農業・林業・漁業・生産・労務従事者、標準体重、過体重）においてのみ観察された。「動物性食品と植物油」パターン得点の増加は若年層（20～34 歳）以外のすべてのサブグループで観察された。

結論：本研究は日本人の食事が西洋化し続けていることを示唆するかもしれない。

（文責：村上健太郎 kenmrkm@m.u-tokyo.ac.jp）

表1 2003~2015年国民健康・栄養調査に参加した日本人成人88527人における各食事パターンの因子負荷量

	「植物性食品と魚」 パターン(因子1)	「パンと乳製品」 パターン(因子2)	「動物性食品と植物 油」パターン(因子3)
こめ	0.34	-0.55	0.16
パン	-0.19	0.64	0.16
めん	-0.21	0.04	0.02
その他の穀類	0.00	0.06	0.25
いも類	0.36	0.00	0.16
砂糖類	0.33	0.34	0.09
豆類	0.41	-0.03	-0.07
ナッツ類	0.18	0.17	-0.03
緑黄色野菜	0.50	0.19	0.07
その他の野菜	0.48	0.01	0.33
野菜ジュース・果物ジュース	-0.03	0.15	0.04
漬け物	0.30	-0.14	-0.09
果物類	0.43	0.40	-0.22
きのこ類	0.30	0.04	0.08
海藻類	0.30	-0.01	-0.04
魚類	0.31	-0.04	-0.15
貝類	0.08	-0.06	0.17
海産物類	0.27	-0.12	-0.04
牛肉・豚肉	0.02	-0.10	0.48
加工肉	-0.09	0.12	0.37
鶏肉	-0.01	-0.05	0.24
卵類	0.12	-0.03	0.39
乳類	0.15	0.54	-0.08
動物脂	-0.09	0.29	0.25
植物油	0.00	0.11	0.64
菓子類	-0.01	0.23	-0.08
アルコール飲料	-0.03	-0.24	0.28
茶類	0.34	0.05	-0.22
コーヒー	-0.12	0.23	0.28
ソフトドリンク	-0.12	0.00	0.21
塩味の調味料	0.60	-0.22	0.16
説明された分散(%)	7.43	5.64	5.57

太字は絶対値が0.30以上。説明された分散の合計は18.63%。

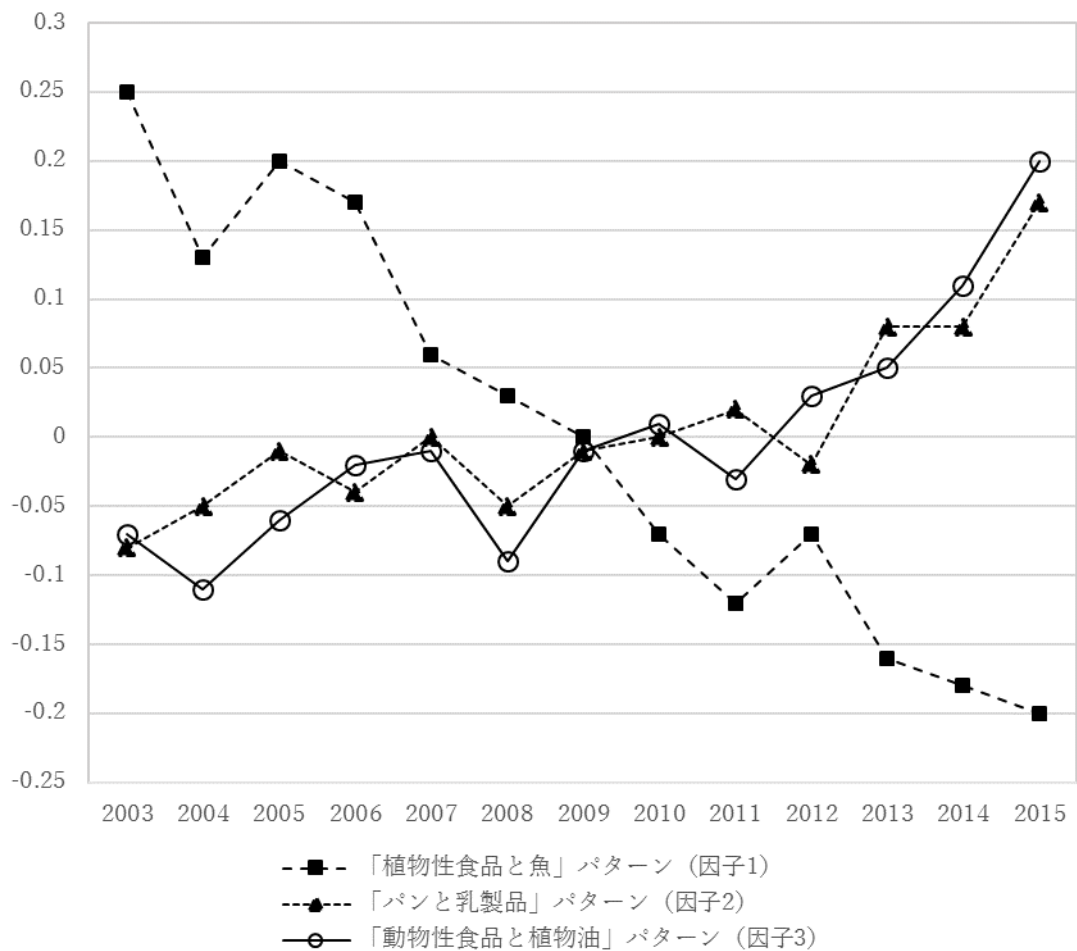


図1 日本人成人における食事パターンの13年の経時変化。2003～2015年国民健康・栄養調査をもとにした解析。縦軸は食事パターンスコアの平均値。横軸は調査年。性、年齢、職業、body mass indexによる分類、喫煙で調整済み。Total n = 88527。すべての食事パターンにおいて傾向性の $P < 0.0001$ 。