

論文タイトル： Total energy intake and intake of three major nutrients by body mass index in Japan: NIPPON DATA 80 and NIPPON DATA 90.

論文著者： Yoshita K, 他

論文掲載誌： Journal of Epidemiology. 20(Supple 3): S515-S523.

---

昭和50年(1980年)、平成2年(1990年)の「循環器疾患基礎調査」と「国民栄養調査」に参加した全国の30歳以上の男女約1万人の食事摂取量を調査したNIPPON DATA80およびNIPPON DATA90のデータを用いて、BMIと総エネルギー、たんぱく質・脂質・炭水化物摂取量との関連を調べた研究です。

この研究では、国民栄養調査で行った食事記録から、一日あたりの総エネルギー、たんぱく質・脂質・炭水化物摂取量、および総エネルギー摂取量に占めるたんぱく質・脂質・炭水化物のエネルギー比率(%)を算出しました。

対象者をやせ( $BMI < 18.5$ )、標準( $18.5 \leq BMI < 25$ )、肥満( $BMI \geq 25$ )の3群に分けて、各グループのたんぱく質・脂質・炭水化物のエネルギー比率の平均値を比較した結果、男性では、BMIが高い群では、たんぱく質・脂質のエネルギー比率が高いという結果を示しました。この結果はどの年齢階級においても同様でした。

女性のBMIが高い群では、たんぱく質のエネルギー比率が高い傾向を示すとともに、脂質・炭水化物のエネルギー比率の平均値は低い傾向を認めました。

この研究では、対象者の体格によって、たんぱく質、脂質、炭水化物から摂取するエネルギーが異なる可能性が示唆されました。