



令和 6 年度運営評議会

栄養疫学・政策研究センター

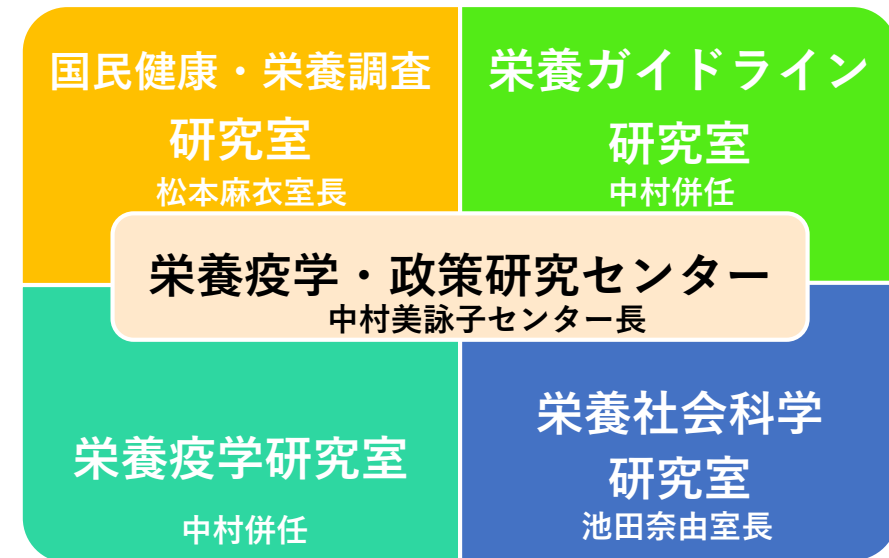
▶ 背景・社会的意義等

栄養・食生活と健康に関する科学的根拠を構築し、個人、集団、環境レベルで普及実装することを目指す

- ・ 食生活・栄養による健康への影響を明らかにするための**栄養疫学研究**
- ・ **健康・栄養政策**の立案及び評価に資する研究
- ・ **国民健康・栄養調査**などを活用して、現在の日本人の栄養摂取状況・食行動や関連する健康状態を評価する研究

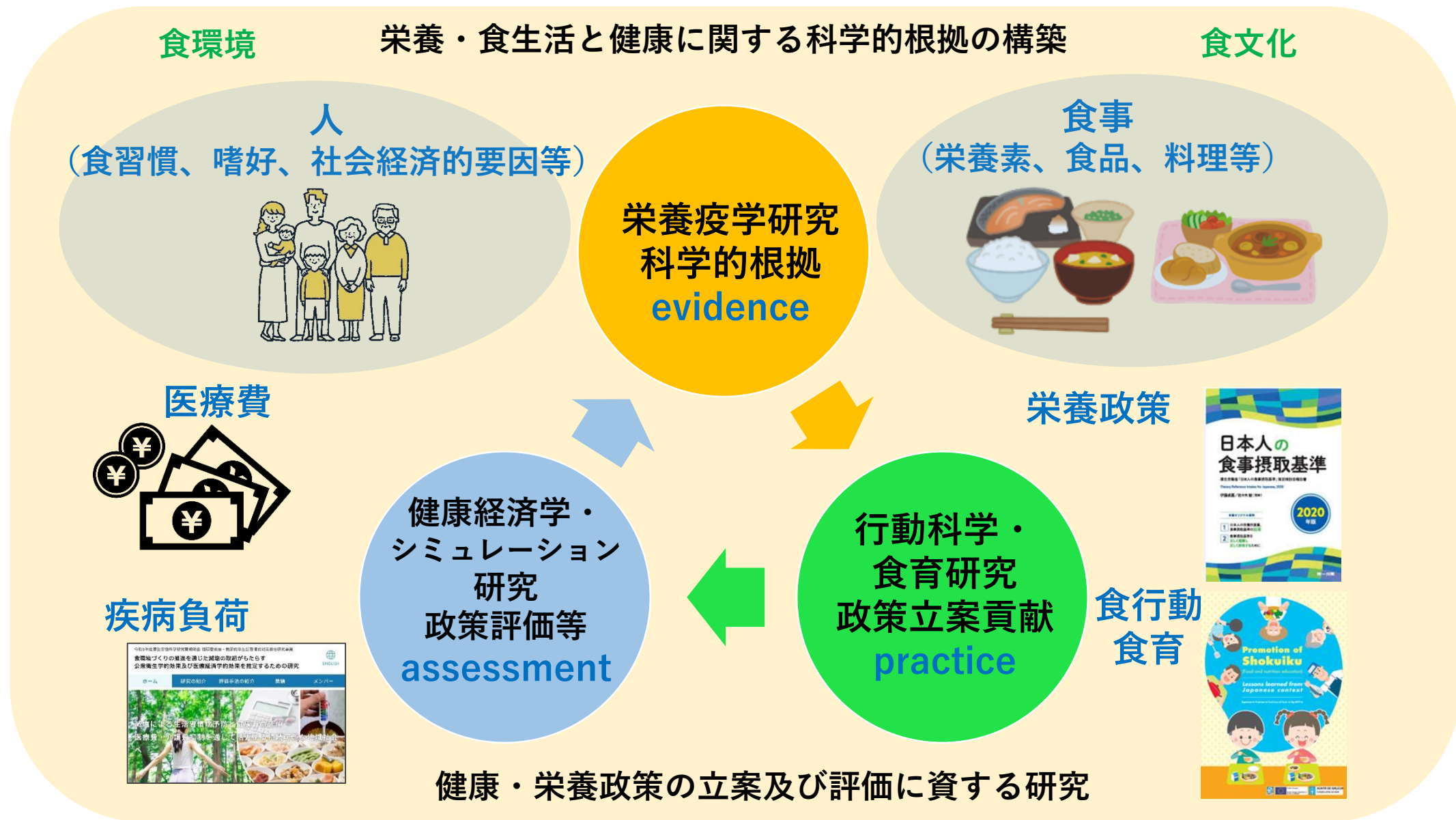
▶ 目標・令和6年度実績・成果・課題

- ・ 令和5年**国民健康・栄養調査**の集計・解析、令和6年技術研修セミナーの開催
- ・ **栄養政策**（健康日本21、**食事摂取基準**の改定等）の立案評価に関わる**根拠データ**の提供
- ・ 食事・栄養面で特別な配慮を必要とする集団に対して科学的エビデンスを開発するための**コホート研究等の実施**（乳幼児、妊産婦を対象）
- ・ 食環境整備推進のための**産学官等連携共同研究プロジェクト**への参画
- ・ 持続可能で健康的な食事に関する**健康経済学的研究**
- ・ **国民健康・栄養調査**などの公的統計データを活用し、**WHO**などと協力して**国際共同研究**を行い、グローバルな疫学データを情報発信
- ・ 電子化医療情報を活用した疾患横断的コホート研究情報基盤整備事業（6NCコホート連携事業）への参画

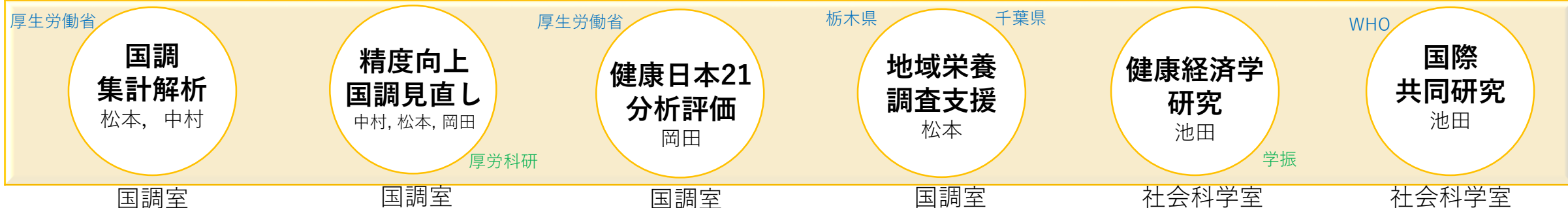


▶ ポイント

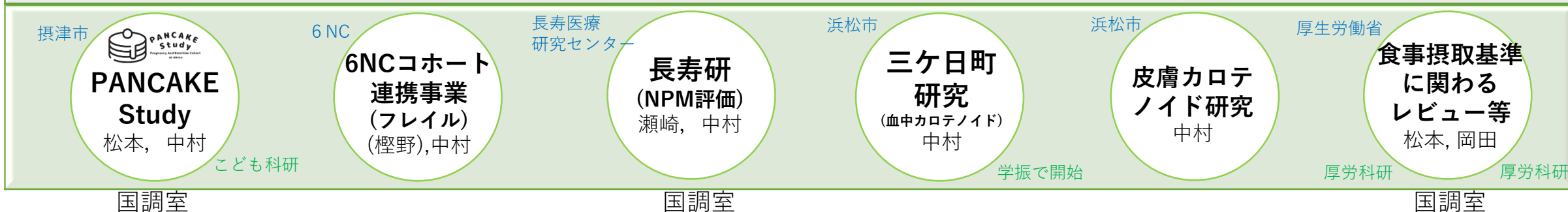
- ・ 『国民健康・栄養調査研究室』 国民健康・栄養調査における**栄養摂取状況等のオンライン化に向けた検討開始**
- ・ 『国民健康・栄養調査研究室』 摂津市在住妊婦の**栄養・食生活に関する縦断調査(PANCAKE Study)**の対象者リクルート開始
- ・ 『栄養疫学研究室』 **食環境整備推進のための産学官等連携共同研究プロジェクト** データベース・オープンに向けた開発
- ・ 『栄養社会科学研究室』 **国際共同研究**を含む**8編の原著論文**（全て国民健康・栄養調査データを活用）の報告



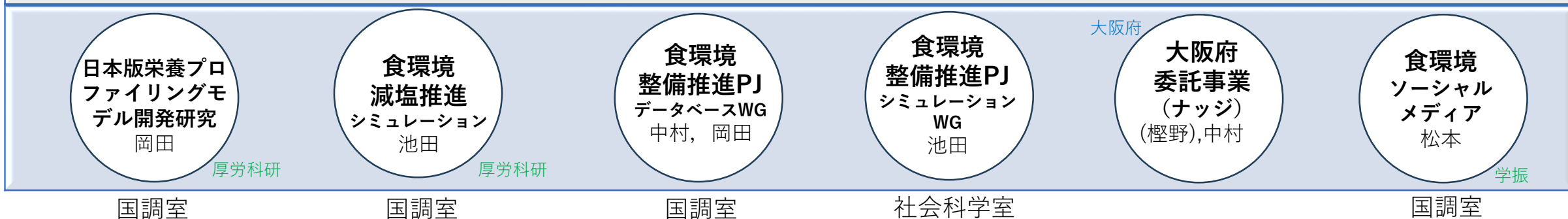
●国民健康・栄養調査（国調）の集計・解析，国調データを用いた政策評価・国際共同研究



●栄養疫学研究（横断研究，コホート研究，大規模コホートとの連携），食事摂取基準等レビュー



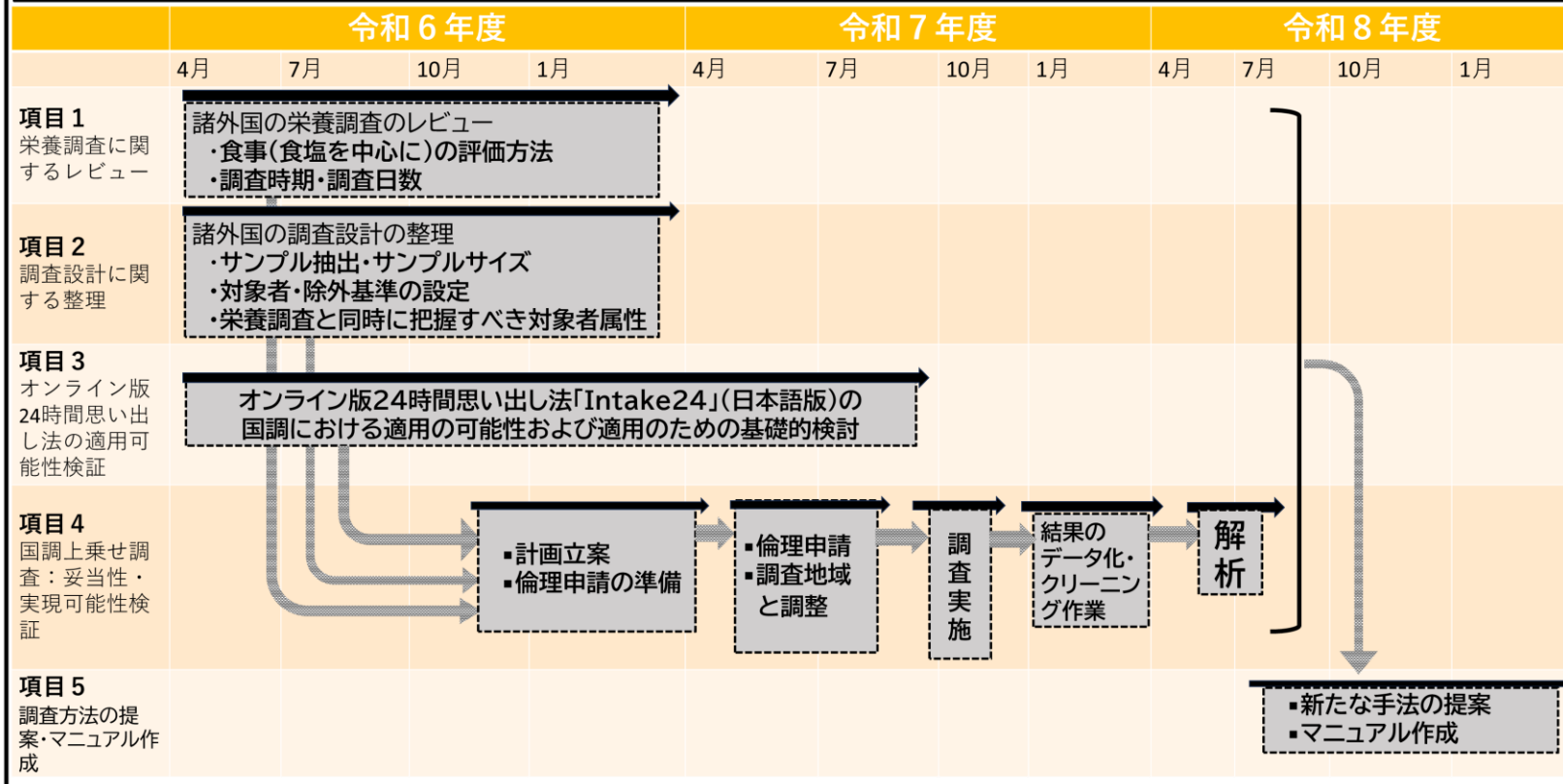
●食環境整備・行動変容・食育・社会実装に関わる研究



令和6年度外部資金：厚生労働行政推進調査事業費（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）（代表）

国民健康・栄養調査における栄養摂取状況等の調査手法の見直しに向けた調査研究

【目的】国民健康・栄養調査における栄養摂取状況調査に導入すべき調査方法を整理・開発・検証し、提案する。



【期待される効果】

協力率改善、精度の高い調査手法での実施により、日本人の実態についてより精度の高い資料を得ることができる

◆健康日本21(第三次)のモニタリングや食事摂取基準策定等に貢献
◆多くの研究者のデータ利用により日本人の食を取り巻く環境へのアプローチの活性化
→栄養施策立案へ貢献

健康寿命
延伸

1947年～現在

食事記録法

※現状では国際的に食事調査のGold Standardと評価されている調査方法



指定研究として

食事記録法に代わり得る

オンライン型の食事調査方法

導入にむけた検討を開始



令和6年度外部資金：厚生労働行政推進調査事業費（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）（代表）

目的：日本人成人の食事摂取量の季節差を報告した文献を系統的に抽出し、メタアナリシスを実施する

方法：■ PubMedと医中誌で1990年から2022年9月28日までに報告された文献

■ 日本人成人を対象に、2季節以上で食事記録法もしくは24時間思い出し法により食事摂取量を報告している文献を系統的に抽出 (PROSPERO: CRD42022356084)

■ ほとんどの栄養素と食品群は、すべての比較において有意な差が認められないか、1つの比較においてのみ有意な差

■ 季節間の比較において、**じゃがいも、野菜、果物**は、6つの組み合わせ中5つで有意な差

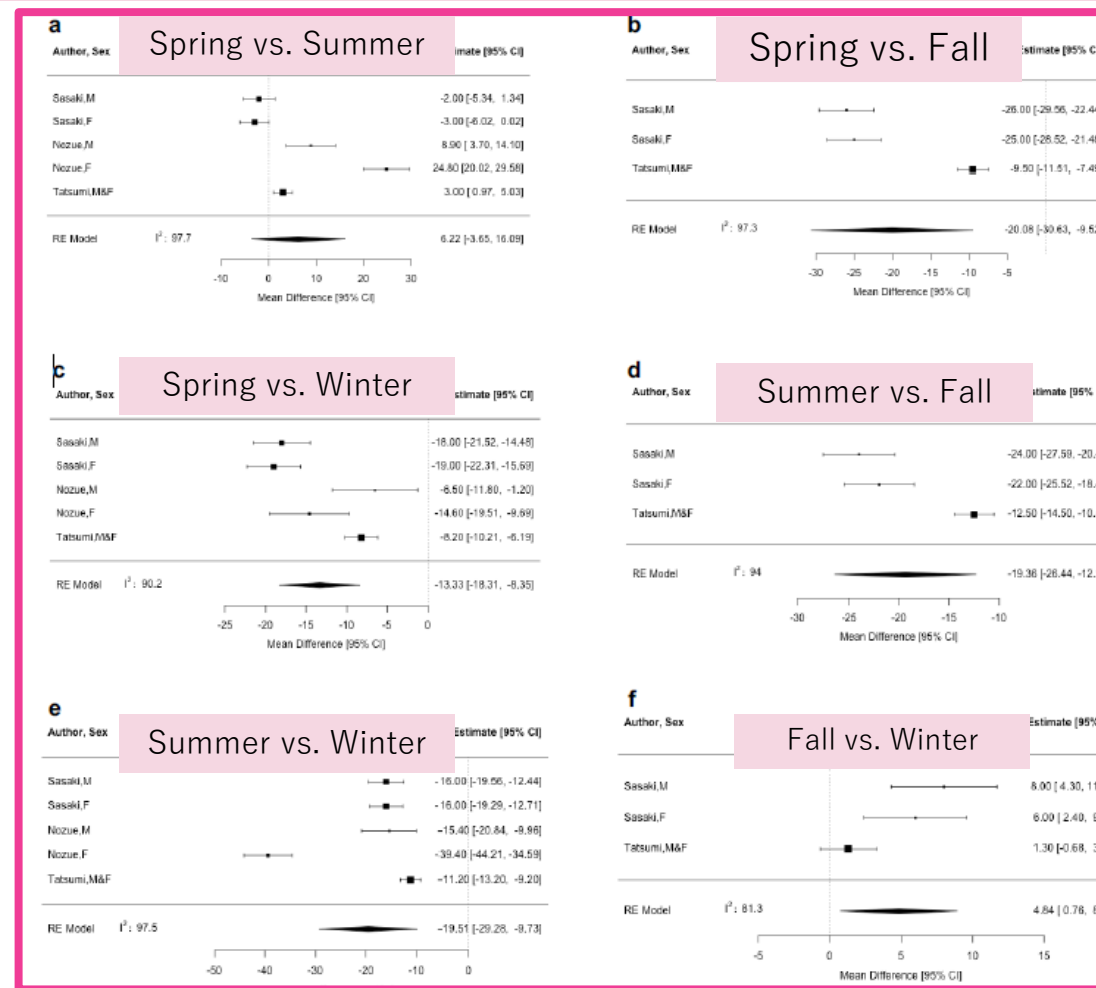
■ じゃがいもの摂取量は秋と冬に多い

■ 野菜の摂取量は夏に多い

■ 果物の摂取量は秋に多い

※ ビタミンCについては、季節による有意な差がほとんどの研究で報告されているものの、平均差をプールすると、夏は秋よりも18mg/日、冬よりも13mg/日、少ないことが認められた

■ 毎年11月（拡大調査年は10～11月）に実施している国民健康・栄養調査で、日本人の栄養素等摂取量を評価することの妥当性と注意点に関する根拠を提示



令和6年度外部資金：厚生労働行政推進調査事業費（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）（代表）

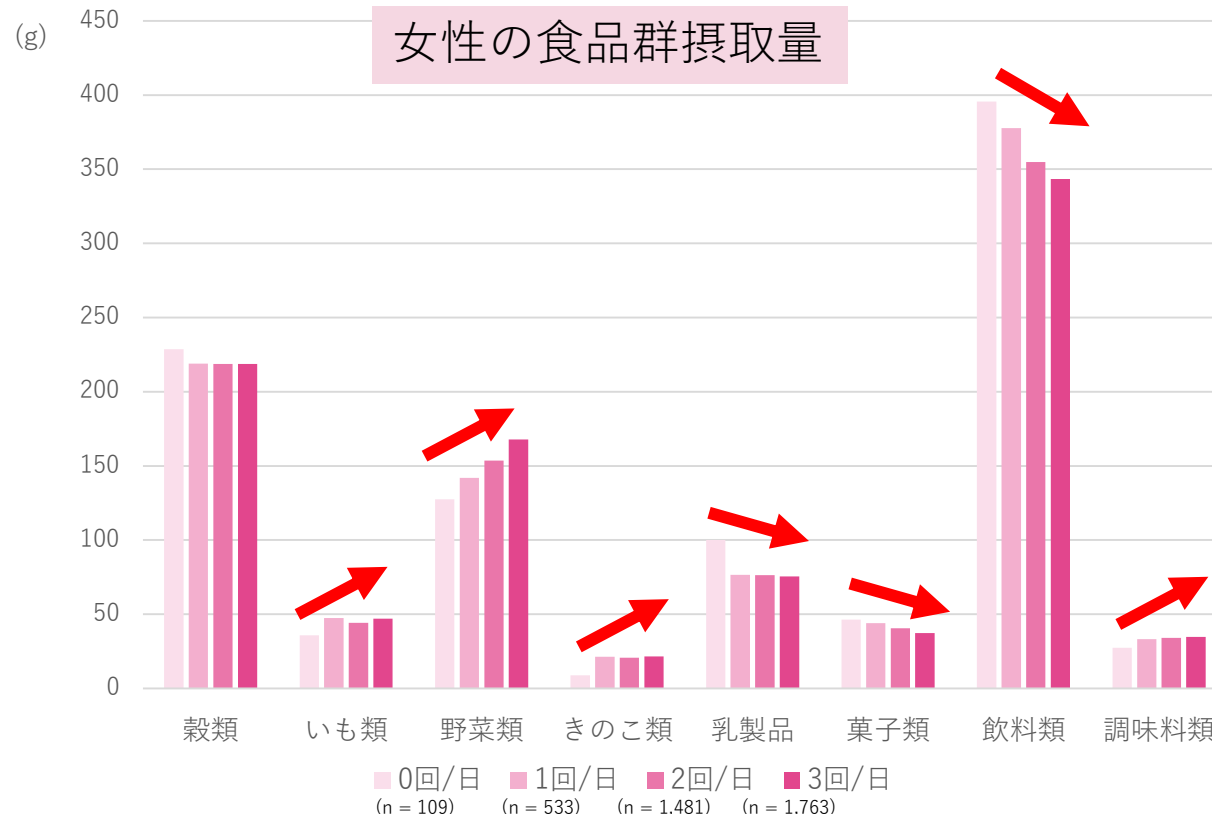
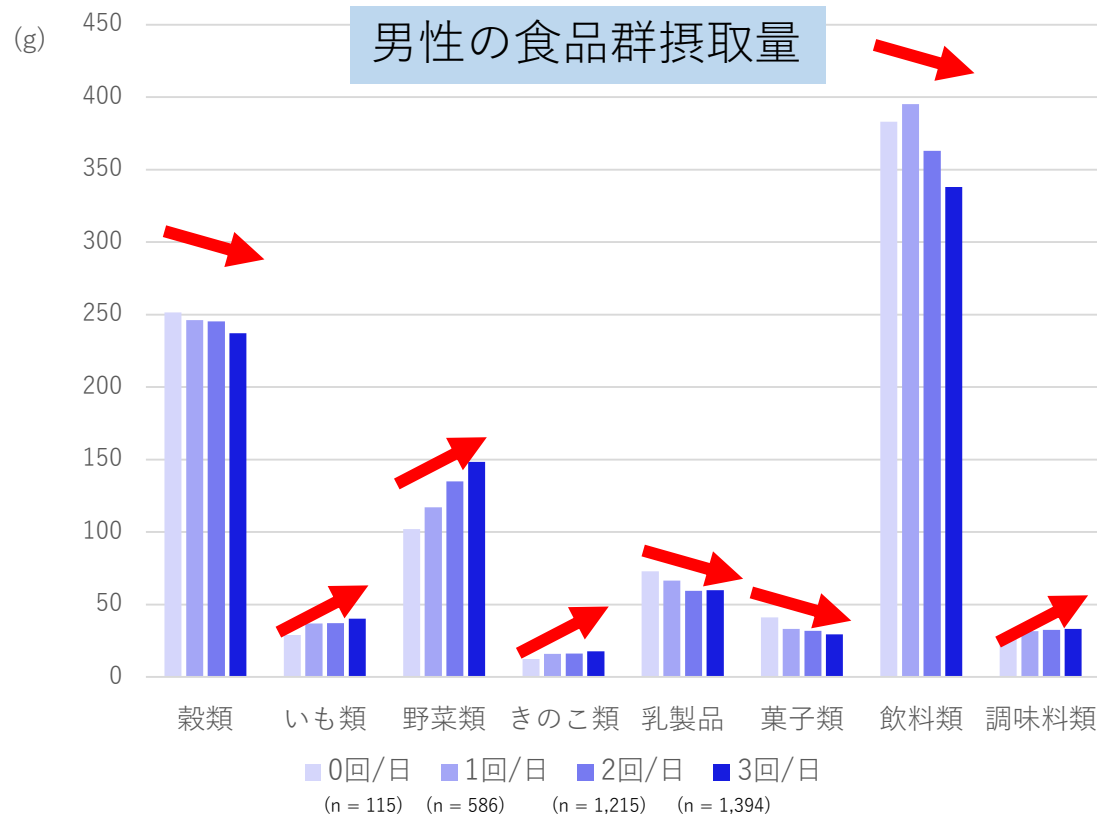
目的：日本人成人における世帯内での食事の共有頻度と栄養素・食品群摂取量との関連を検討する

方法：■ 2018・2019年の国民健康・栄養調査に参加した2人以上世帯の20歳以上の世帯員（男性:3310名、女性：3386名）

■ 朝食・昼食・夕食で1食品以上（砂糖、油脂、飲料、調味料以外）を共有した場合を共食とみなす。

1日あたりの共食の機会と栄養素・食品群摂取量との関連を解析）

Yuan X. Nutrients. 2024.



■ たんぱく質、食物繊維、ビタミン類、ミネラル類等の栄養素摂取量も共食の頻度が多いほど摂取量が多く、栄養素の十分な摂取のためには、共食等の社会的要因へのアプローチが有用である可能性がある

医薬基盤健康・栄養研究所と食品企業8社（味の素(株)、カゴメ(株)、江崎グリコ(株)、キッコーマン(株)、(株)ゼンショーHD、日清食品HD(株)、(株)ニッスイ、(株)明治）との共同研究

Database Working Group.

データベースWG

消費者

より健康に配慮した食品の選択のため
(特に疾患やアレルギーを持つ人)

研究者

- ・食事と疾患リスク、欠乏リスクなどの関連をみる栄養疫学研究
- ・食事が交絡因子となりうる臨床介入研究
- ・栄養成分の経年変化を調べる食料供給に関する研究

政策担当者

食品の規格基準を再検討し、エビデンスに基づいた決定を行うため

企業

市販加工食品の栄養成分の見直し

消費者

政策担当者

企業

研究者

臨床現場

臨床現場

- ・栄養指導
- ・特定の疾患向けの病院食の献立の作成のため

公衆衛生の観点からも、各国における市販加工食品の成分やラベルのモニタリング等を行うことで、公衆衛生関連の介入に役立てることが可能

※Pravst et al. Front Nutr. 2022より引用して作成

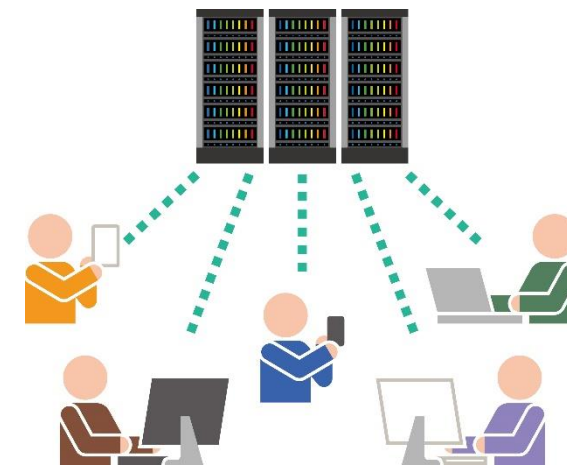
令和5年度
データベース構築



令和6年度
データベース・オープン
に向けた開発

データ収集中

- * 食環境PJ参画機関
- * 国立循環器病研究センター「かるしおプロジェクト」との連携調整中



検索可能なシステム・
ホームページ開発中

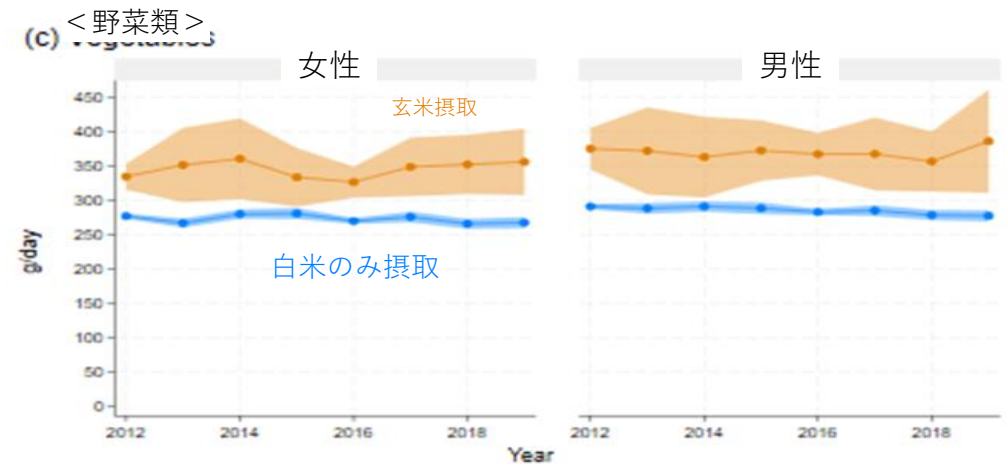
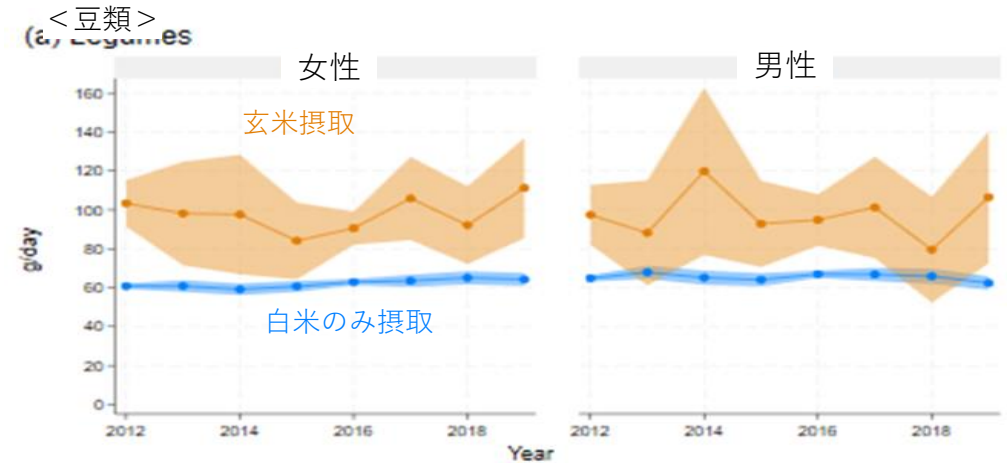
『栄養社会科学研究室』：日本人成人の玄米摂取の動向と特徴

医食同源生薬研究財団助成（代表）

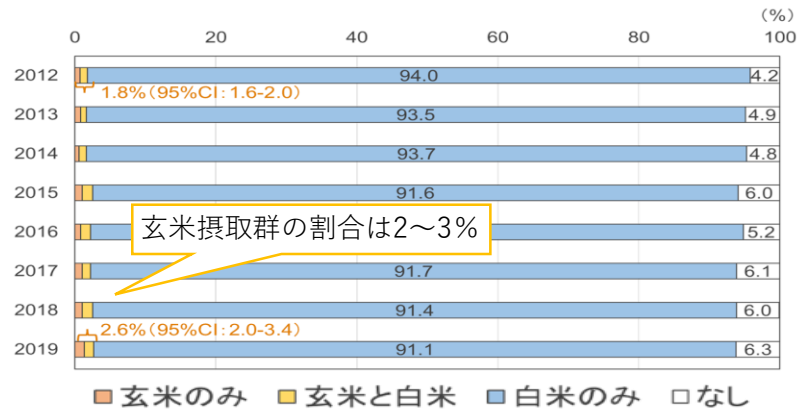
国民健康・栄養調査の結果を活用

- ・ 国際的に持続可能で健康的な食事（Sustainable Healthy Diets）として推奨されている全粒穀物に着目
- ・ 日本人成人の**玄米摂取割合は2～3%**と少なかった
- ・ 玄米摂取者は、**多量栄養素、豆類、野菜、果物、ナッツ類**の平均摂取レベルが有意に高かった
- ・ 玄米摂取は**女性、高齢、大都市居住、幼い子供なし、高い教育レベル、低BMI、定期的な運動、喫煙経験なし、過去喫煙**と正の関連
- ・ 玄米食の普及には社会人口学的特徴や健康行動を考慮した働きかけが効果的である可能性

1人1日食品摂取量の平均値の年次推移



玄米と白米の摂取割合の年次推移



nutrients
an Open Access Journal by MDPI

Trends and Characteristics of Brown Rice Consumption among Adults in Japan: An Analysis of the National Health and Nutrition Surveys, 2012–2019

Nayu Ikeda; Miwa Yamaguchi; Nobuo Nishi

Nutrients 2024, Volume 16, Issue 10, 1473

R6外部資金：厚生労働科学研究費補助金（代表）

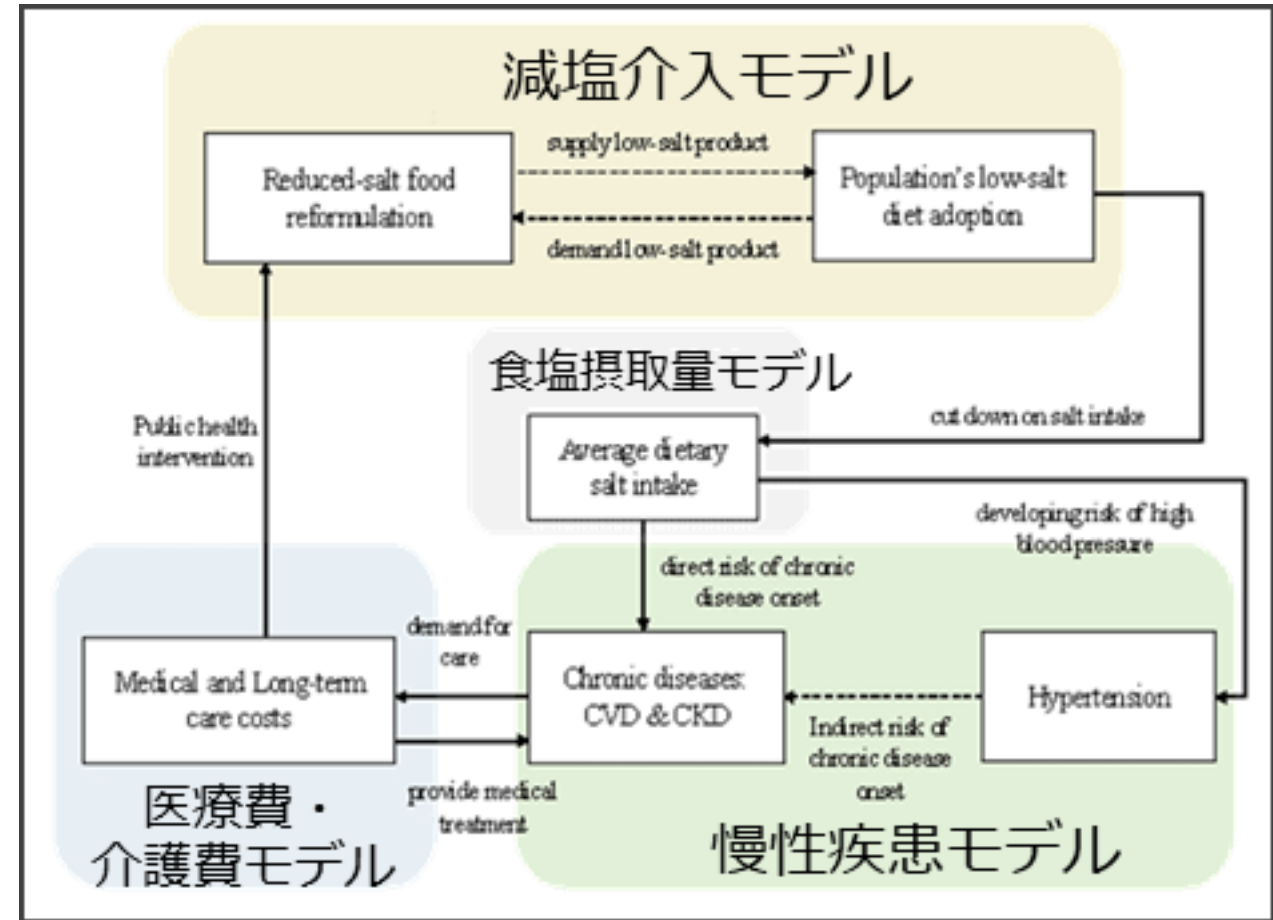
国民健康・栄養調査の結果を活用

共同研究機関：聖路加国際大学大学院公衆衛生学研究科、立命館大学、国立国際医療研究センター、滋賀医科大学、専修大学、山形大学

- ・ **食塩摂取量の削減**は、日本における非感染性疾患低減、社会保障費増加の緩和のために重要
- ・ **システムダイナミクスモデル**を開発し、2012年から2040年までの日本の40歳以上の人口における減塩介入の潜在的な健康効果とコスト効果を分析
- ・ ベースランでは**心血管疾患（CVD）と慢性腎臓病（CKD）の障害調整生存年数（DALY）**は、人口10万人当たりそれぞれ約55人と9.5人になり、2040年までに約40兆円の社会保障費に寄与
- ・ **強制的な削減実施**により、**CVDとCKDのDALYを各5.7%と6.2%減少、社会保障費を約6.7%削減**
- ・ **自主的な削減実施**により、CVDとCKDのDALYを各4.7%と5.2%減少、社会保障費を5.6%削減
- ・ **減塩食の普及促進**により、CVDのCKDのDALYを各2.8%、3.2%減少、社会保障費を3.4%減少
- ・ **食品事業者による製品改良の取組は、健康と経済的アウトカムにより大きな影響を与える**と推定



保健医療シミュレーション分野で
若手研究者対象の賞を受賞



- WHOと連携し世界中の研究者らが参加する大規模な国際共同疫学研究
- 世界と各国の**栄養政策のエビデンスを提供**
- NIBIOHNの窓口として**国民健康・栄養調査**などの公的統計データを活用
- **主要著者**としてデータ解析及び論文執筆にも貢献
- **国民健康・栄養調査の有用性**とNIBIOHNの存在を世界に提示

国民健康・栄養調査の結果を活用

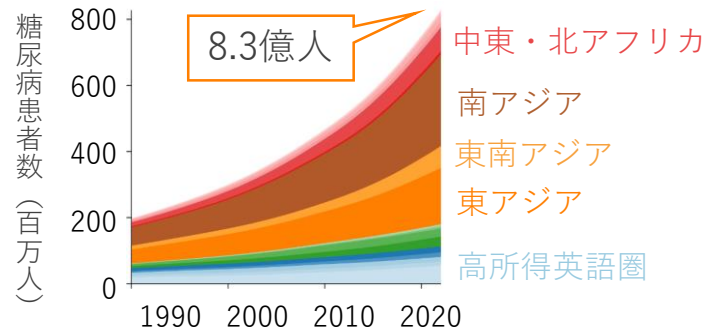
非感染性疾患リスク要因に関する共同研究

NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC)

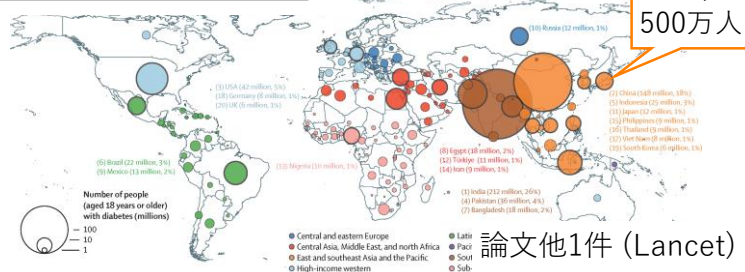
共同研究機関：インペリアル・カレッジ・ロンドン、WHO等

Lancet 2024; 404:2077-2093

世界の糖尿病患者は8億人超、半数が未治療
未治療患者の大半は低中所得国に集中



未治療の糖尿病患者数



論文他1件 (Lancet)

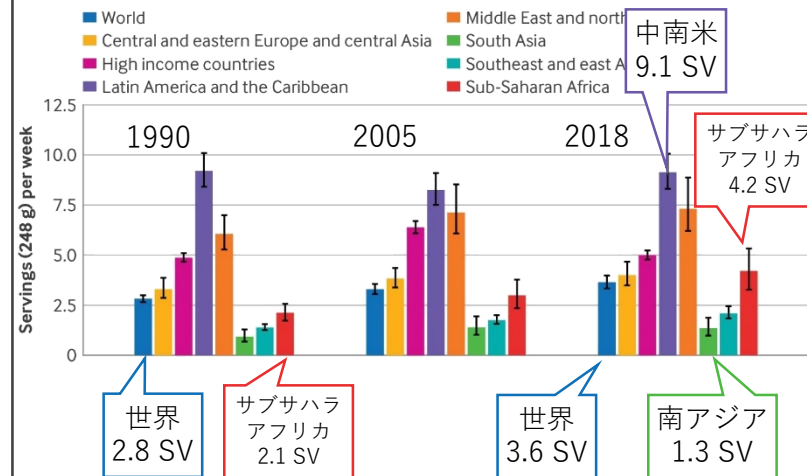
国際食事データベース

Global Dietary Database (GDD)

共同研究機関：タフツ大学、WHO等

BMJ 2024;386:e079234

世界の未成年による砂糖入り飲料の摂取量、
約30年間で23%増加。サブサハラアフリカで
倍増、地域間格差、肥満への影響懸念

未成年の砂糖入り飲料の週平均摂取量(SV)と
その変化 (全世界)

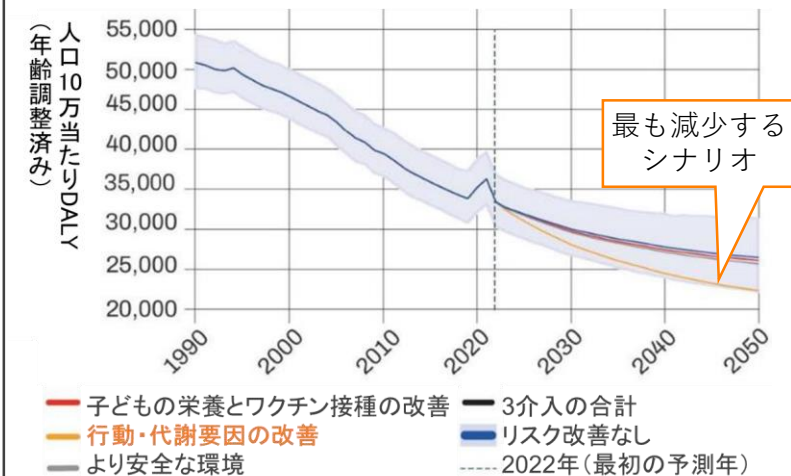
世界の疾病負担研究

Global Burden of Disease Study (GBD)

共同研究機関：ワシントン大学、WHO等

Lancet 2024;403:1027-1050

行動・代謝要因の改善による生活習慣病予防
が、世界の死亡と障害の削減に最も効果的

リスク要因への介入による死亡・障害の
統合指標の変化の将来予測 (全世界)

論文他2件 (Lancet Public Health, Lancet Neurol)

令和4年～令和10年までの7年間計画

R4年
2022R5年
2023R6年
2024R7年
2025R8年
2026R9年
2027R10年
2028

次期国民健康づくり運動プラン実施

国民健康・栄養調査の実施に関する支援及びその基盤整備の推進

- 国民健康・栄養調査の集計業務
- 国や地方公共団体の健康・栄養調査の推進に対する提言や技術的支援

● 国民健康・栄養調査の調査手法見直しに関する研究

健康日本21(第二次)
分析評価事業健康日本21(第三次)
分析評価事業

栄養・食生活及び身体活動の実態に関する調査及び研究

- 国民健康・栄養調査、大規模研究データを活用した日本人の栄養・食生活と疾病の発症リスク・重症化リスクに関する栄養疫学研究
- ライフコースや社会要因も考慮した非感染性疾患リスク管理に関する国際共同研究を行う
- 国民健康・栄養調査の集計業務や精度向上に資する研究及び国や地方公共団体の健康・栄養調査の推進に資する研究

栄養・食生活と健康との関連の科学的根拠の收集整理、不足部分の課題を抽出し、食事摂取基準をはじめとするガイドライン策定並びに政策提言に向けた研究を行う

- 国民健康・栄養調査及びコホート研究に基づく解析により、特に栄養素に関して食事摂取基準策定に資する研究を行う
- 日本人及び諸外国における食品の健康への影響に関する科学的根拠の收集整理を行い、データに基づく解析により、調査研究を行う

ライフステージ、社会経済的な状況も踏まえた食事摂取基準や身体活動基準等の指針の普及・実装に資する研究を行う

- 食事摂取基準の使用状況を調査し、活用できるガイドラインの作成を目指す。