

5年前の食事を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。季節により頻度が違うものは、一番多く食べた季節の頻度を記入して下さい。

食 品 名	食べない(月1回未満)	月に1~3回	週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1回	毎日2~3回	毎日4~6回	毎日7回以上	一回あたりの量	目安量より		
											少ない(半分以上)	同じ	多い(1.5倍以上)
変わりご飯・五目ご飯・釜飯	a	b	c	d	e	f	g	h	i	茶わん1膳	a	b	c
中華丼	a	b	c	d	e	f	g	h	i	どんぶり1杯	a	b	c
うな丼	a	b	c	d	e	f	g	h	i	どんぶり1杯	a	b	c
カレーライス	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿	a	b	c
チャーハン	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿	a	b	c
カツ丼	a	b	c	d	e	f	g	h	i	どんぶり1杯	a	b	c
すし	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1人前	a	b	c
インスタントめん・カップめん	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1個	a	b	c
ラーメン(インスタとカップめん除く)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	どんぶり1杯	a	b	c
うどん(インスタとカップめん除く)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	どんぶり1杯	a	b	c
そば(インスタとカップめん除く)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	どんぶり1杯	a	b	c
焼きそば	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿	a	b	c
スパゲッティ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿	a	b	c
パン	a	b	c	d	e	f	g	h	i	6枚切り1枚	a	b	c
もち・ぞうに	a	b	c	d	e	f	g	h	i	市販切りもち1個	a	b	c
魚のひもの	a	b	c	d	e	f	g	h	i	あじ中1枚	a	b	c
焼き魚	a	b	c	d	e	f	g	h	i	さんま1尾、または さけ1きれ	a	b	c
煮魚	a	b	c	d	e	f	g	h	i	切り身1きれ	a	b	c
魚の缶詰(ツチン除く)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	2分の1缶	a	b	c
魚のかば焼き (さんま・うなぎなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	切り身1きれ	a	b	c

5年前の食事を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。季節により頻度が違うものは、一番多く食べた季節の頻度を記入して下さい。

食 品 名	食べない (月1回未満)	月に1~3回	週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1回	毎日2~3回	毎日4~6回	毎日7回以上	一回あたりの量 目安	目安量より		
											少ない (半分以下)	同じ	多い (1.5倍以上)
魚の揚げ物 (フライ・立田揚げ・ムニエルなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	切り身1きれ	a	b	c
刺身	a	b	c	d	e	f	g	h	i	さしみ5きれ	a	b	c
生魚のあえもの(マネ・ぬた)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
えび	a	b	c	d	e	f	g	h	i	大正えび2尾	a	b	c
いか	a	b	c	d	e	f	g	h	i	いか2分の1杯	a	b	c
貝(みそ汁の貝は除く)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	かき5個、または あさり10個	a	b	c
するめ・さきいか	a	b	c	d	e	f	g	h	i	するめ 中 4分の1枚	a	b	c
松前づけ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
しおから	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小皿1杯	a	b	c
たらこ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	4分の1腹	a	b	c
すじこ・いくら・塩うに	a	b	c	d	e	f	g	h	i	すじこ2きれ	a	b	c
かまぼこ・さつまあげ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	板かまぼこ3きれ	a	b	c
おでん	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿(中皿)	a	b	c
てんぷら	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿(中皿)	a	b	c
焼き肉	a	b	c	d	e	f	g	h	i	焼肉用5枚	a	b	c
肉野菜いため	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿(中皿)	a	b	c
肉じゃが煮	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中鉢1杯	a	b	c
ビーフステーキ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	ステーキ用1枚	a	b	c
シチュー	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1杯	a	b	c
すき焼き・しゃぶしゃぶ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	薄切り牛肉4枚	a	b	c

5年前の食事を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。季節により頻度が違うものは、一番多く食べた季節の頻度を記入して下さい。

食 品 名	食べない(月1回未満)	月に1-3回	週に1-2回	週に3-4回	週に5-6回	毎日1回	毎日2-3回	毎日4-6回	毎日7回以上	一回あたりの量	目安量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(1.5倍以上)
とんかつ・串かつ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	とんかつ1枚	a	b	c
すぶた	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1皿(中皿)	a	b	c
やきとり	a	b	c	d	e	f	g	h	i	3本	a	b	c
とり肉のてりやき	a	b	c	d	e	f	g	h	i	手羽先 3本	a	b	c
とり肉のからあげ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	3個	a	b	c
とりのレバー	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小3個	a	b	c
ぶたのレバー	a	b	c	d	e	f	g	h	i	薄切り3枚	a	b	c
もつ煮込み(お肉)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中鉢1杯	a	b	c
ハム・ウィンナー・ソーゼ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	ハム1枚	a	b	c
ハンバーグ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中1個	a	b	c
ぎょうざ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	6個	a	b	c
とうふ料理 (冷や奴・湯豆腐・揚げ出し豆腐・がんもどき・厚揚げなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	豆腐3分の1丁、または、がんもどき1個	a	b	c
おから	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
なべ物	a	b	c	d	e	f	g	h	i	とり皿3杯	a	b	c
なっとう	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小カップ1個	a	b	c
ゆでたまご	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中1個	a	b	c
生たまご	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中1個	a	b	c
めだま焼き・ハムエッグ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	たまご 中1個	a	b	c
ちawanむし	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1碗	a	b	c
たまご焼き	a	b	c	d	e	f	g	h	i	たまご 中1個	a	b	c

5年前の食事を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。季節により頻度が違うものは、一番多く食べた季節の頻度を記入して下さい。

食 品 名	食べない (月1回未満)	月に1~3回	週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1回	毎日2~3回	毎日4~6回	毎日7回以上	一回あたりの 目安の量	目安量より		
											少ない (半分以下)	同じ	多い (1.5倍以上)
たまご料理 (たまごとじ・おムネ・たまごと野菜の炒め物など)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	たまご 中1個	a	b	c
チーズ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1きれ	a	b	c
ヨーグルト・ヨーグルト飲料	a	b	c	d	e	f	g	h	i	カップ型1個	a	b	c
青菜のおひたし・あえもの	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
ゆで野菜 (ブロッコリー・カリフラワー・アスパラガス など)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	ブロッコリー3房	a	b	c
かぼちゃの煮物	a	b	c	d	e	f	g	h	i	かぼちゃ3きれ	a	b	c
とうもろこし	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1本	a	b	c
野菜の酢の物 (きゅうり・なますなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
淡色野菜のおひたし (きゃべつ・もやし・白菜など)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
生野菜のサラダ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中鉢1杯	a	b	c
野菜の煮しめ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中鉢1杯	a	b	c
山菜	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
きんぴらごぼう	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
煮豆	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
だいず(枝豆・酢豆など)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
やまいも・とろろいも	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c

5年前の食事を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。季節により頻度が違うものは、一番多く食べた季節の頻度を記入して下さい。

食 品 名	食べない (月1回未満)	月に1~3回	週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1回	毎日2~3回	毎日4~6回	毎日7回以上	一回あたりの 目安量	目安量より		
											少ない (半分以下)	同じ	多い (1.5倍以上)
ポテトサラダ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
マカロニサラダ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
いもの煮ころがし	a	b	c	d	e	f	g	h	i	さといも2個	a	b	c
コロッケ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1個	a	b	c
大根おろし・おろしあえ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
海そう (わかめ・もずく・めかぶなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
焼きのり・味つけのり	a	b	c	d	e	f	g	h	i	味つけのり5枚	a	b	c
こんぶ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
ひじき	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小鉢1杯	a	b	c
さつま汁・けんちん汁	a	b	c	d	e	f	g	h	i	おわん1杯	a	b	c
とん汁	a	b	c	d	e	f	g	h	i	おわん1杯	a	b	c
のりつくだに	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小スプーン1杯	a	b	c
しそ巻き	a	b	c	d	e	f	g	h	i	2本	a	b	c
たくあん	a	b	c	d	e	f	g	h	i	3きれ	a	b	c
うめぼし	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中1個	a	b	c
なす漬け	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小1本	a	b	c
はくさいのつけもの	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小皿1杯	a	b	c
野菜のあさづけ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小皿1杯	a	b	c
青菜のつけもの	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小皿1杯	a	b	c

5年前の食事を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。季節により頻度が違うものは、一番多く食べた季節の頻度を記入して下さい。

食 品 名	食べない(月1回未満)	月に1~3回	週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1回	毎日2~3回	毎日4~6回	毎日7回以上	一回あたりの量	目安量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(1.5倍以上)
甘酢づけ (だいこん・らっきょうなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小皿1杯	a	b	c
その他のつけもの (辛子漬け・奈良漬け・しば漬け・福神漬けなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小皿1杯	a	b	c
甘露煮 (こぎかな・いなごなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小皿1杯	a	b	c
いちご	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中4粒	a	b	c
キウイフルーツ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	2分の1個	a	b	c
みかん	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中1個	a	b	c
その他のかんきつ類 (グレープフルーツ・オレンジ・ いよかん・夏みかんなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	グレープフルーツ 2分の1個	a	b	c
りんご	a	b	c	d	e	f	g	h	i	2分の1個	a	b	c
なし	a	b	c	d	e	f	g	h	i	2分の1個	a	b	c
かき・ほしがき	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1個	a	b	c
バナナ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	1本	a	b	c
すいか	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中8分の1個	a	b	c
トマト	a	b	c	d	e	f	g	h	i	中1個	a	b	c
ぶどう	a	b	c	d	e	f	g	h	i	たねなしぶどう1房	a	b	c
パイナップル	a	b	c	d	e	f	g	h	i	8分の1個	a	b	c
もも	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小1個	a	b	c

5年前の食事を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。季節により頻度が違うものは、一番多く食べた季節の頻度を記入して下さい。

食 品 名	食べない (月1回未満)	月に1~3回	週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1回	毎日2~3回	毎日4~6回	毎日7回以上	一回あたりの 目安量	目安量より		
											少ない (半分以下)	同じ	多い (1.5倍以上)
メロン	a	b	c	d	e	f	g	h	i	ブリスメロン4分の1個	a	b	c
チョコレート	a	b	c	d	e	f	g	h	i	板チョコレート4分の1枚	a	b	c
冷たいデザート (ゼリー・プリン・アイス・ フルーツ缶詰)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	カップ1個	a	b	c
ビスケット・クッキー	a	b	c	d	e	f	g	h	i	クッキー2枚	a	b	c
ケーキ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小ショートケーキ1きれ	a	b	c
菓子パン	a	b	c	d	e	f	g	h	i	あんパン1個	a	b	c
和菓子(大福・まんじゅう・かり んとうなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i	まんじゅう1個、または、 かりんとう3個	a	b	c
スナック菓子	a	b	c	d	e	f	g	h	i	小袋1個	a	b	c
せんべい・あられ	a	b	c	d	e	f	g	h	i	せんべい2枚	a	b	c
ふかしいも・干しいも	a	b	c	d	e	f	g	h	i	さつまいも小1本	a	b	c
らっかせい	a	b	c	d	e	f	g	h	i	ピーナッツ10粒	a	b	c

次の飲み物はどのくらいの頻度で飲みますか？5年前を思い出して、その時の1年間の平均的な頻度や量を記入してください。

季節により頻度が違うものは、一番多く飲んだ季節の頻度を記入して下さい。

飲料名	飲まない (週1回未満)	週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1杯	毎日2~3杯	毎日4~6杯	毎日7~9杯	毎日10杯以上
低脂肪乳	a	b	c	d	e	f	g	h	i
ふつうの牛乳	a	b	c	d	e	f	g	h	i
乳酸菌飲料 (ヤクルト・ヨークなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i
スポーツ飲料 (ポカリスエットなど)	a	b	c	d	e	f	g	h	i
果汁100%ジュース	a	b	c	d	e	f	g	h	i
野菜ジュース	a	b	c	d	e	f	g	h	i
緑茶	a	b	c	d	e	f	g	h	i
ウーロン茶	a	b	c	d	e	f	g	h	i
麦茶	a	b	c	d	e	f	g	h	i
紅茶	a	b	c	d	e	f	g	h	i
コーヒー (缶コーヒー以外)	a	b	c	d	e	f	g	h	i
缶コーヒー・コーヒー牛乳	a	b	c	d	e	f	g	h	i

紅茶やコーヒーを飲む人は、砂糖やミルクを入れましたか？

		入れない	スプーン 半分	スプーン 1杯	スプーン 2杯	スプーン 3杯以上
紅茶	砂糖	a	b	c	d	e
	ミルク	a	b	c	d	e
コーヒー	砂糖	a	b	c	d	e
	ミルク	a	b	c	d	e

週に1回以上飲んでいる**ビタミン剤**がありましたか？

a ある b ない

あるの場合は、商品名を記入し、飲んでいる頻度・期間をかこんでください。

商品名	頻度							期間					
	週に1~2錠	週に3~4錠	週に5~6錠	毎日1錠	毎日2~3錠	毎日4~6錠	毎日7錠以上	1年未満	1~2年	3~4年	5~9年	10~19年	20年以上
商品名：	a	b	c	d	e	f	g	a	b	c	d	e	f
商品名：	a	b	c	d	e	f	g	a	b	c	d	e	f
商品名：	a	b	c	d	e	f	g	a	b	c	d	e	f
商品名：	a	b	c	d	e	f	g	a	b	c	d	e	f
商品名：	a	b	c	d	e	f	g	a	b	c	d	e	f

朝食は、どれくらいの頻度で食べましたか？

a ほとんど食べない b 月に1~3回 c 週に1~2回
 d 週に3~4回 e 週に5~6回 f 毎日食べる

外食は、どれくらいの頻度でしたか？（店で買った弁当やおにぎりは、外食に数える。）

a ほとんどしない b 月に1~3回 c 週に1~2回
 d 週に3~4回 e 週に5~6回 f 毎日する

インスタント食品は、どれくらいの頻度で食べましたか？（ラーメン・カップ麺・レトルト食品など）

a ほとんど食べない b 月に1~3回 c 週に1~2回
 d 週に3~4回 e 週に5~6回 f 毎日食べる

油をつかった**いため物（野菜いためなど）**は、どれくらいの頻度で食べましたか？

- a ほとんど食べない b 月に1～3回 c 週に1～2回
d 週に3～4回 e 週に5～6回 f 毎日食べる

油を使った**あげ物（フライ・てんぷらなど）**は、どれくらいの頻度で食べましたか？

- a ほとんど食べない b 月に1～3回 c 週に1～2回
d 週に3～4回 e 週に5～6回 f 毎日食べる

肉のあぶら身をどれくらい食べましたか？

- a ほとんど食べない b 3分の1くらい食べる c 半分くらい食べる
d 3分の2くらい食べる e ほとんど全部食べる

ラーメン・うどん・そばの汁をどれくらい飲みましたか？

- a ほとんど飲まない b 3分の1くらい飲む c 半分くらい飲む
d 3分の2くらい飲む e ほとんど全部飲む

料理に、塩をふる習慣がありましたか？

- a ない b ときどきある c ある

料理に、しょうゆをかける習慣がありましたか？

- a ない b ときどきある c ある

一番よく使った油を選んで、**ひとつだけ**かこんでください。

- a サラダ油（調合油） b サフラワー油（べに花油） c コーン油
d 大豆油 e なたね油 f その他
g わからない

もっとも多かった調理法を一つだけかこんでください。

	なま	煮る	焼く	あげる	炒める	その他
肉類は？	a	b	c	d	e	f
魚介類は？	a	b	c	d	e	f
野菜類は？	a	b	c	d	e	f

ステーキ・焼肉は、どのような焼き具合で食べることが最も多かったですか？

- a 生に近い状態 b 中程度の状態 c よく焼けた状態

焼き魚を食べるときに、焦げた部分を食べましたか？

- a ほとんど食べない b 3分の1くらい食べる c 半分くらい食べる
d 3分の2くらい食べる e ほとんど全部食べる

研究成果の刊行に関する一覧表

書籍

著者氏名	論文タイトル名	書籍全体の 編集者名	書 籍 名	出版社名	出版地	出版年	ページ

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
仲井邦彦, <u>佐藤洋</u>	内分泌攪乱物質の健康影響に関する疫学研究から一周産期曝露の影響を中心として－.	最新医学	57	227-235	2002
Nakai K, Oka T, Suzuki K, Okamura K, Hosokawa T, Sakai T, Nakamura T, Takahashi M, <u>Satoh H.</u>	Effects of perinatal exposure to environmentally persistent organic pollutants and heavy metals on neurobehavioral development in Japanese children: II. Protocol and description of study cohort.	Organohalogen Compounds	59	389- 390	2002
Nakai K, <u>Satoh H</u>	Developmental neurotoxicity following prenatal exposures to methylmercury and PCBs in humans from epidemiological studies.	Tohoku J Exp Med	196	89-98	2002
Nakamura T, Nakamura M, Suzuki S, Takahashi M, Fujino J, Yabushita H, Yamamoto T, Brown DJ, Nakai K, <u>Satoh H.</u>	A comparative analysis of certified environmental reference materials using CALUX TM assay and high resolution GC/MS	Organohalogen Compounds	58	381-384	2002

Tsubono Y, Tsuji I, Fujita K, Nakaya N, Hozawa A, Ohkubo T, Kuwahara A, Watanabe Y, Ogawa K, Nishino Y, Hisamichi S.	Validation of walking questionnaire for population-based prospective studies in Japan: comparison with pedometer.	J Epidemiol	12	305-309	2002
Ogawa K, <u>Tsubono Y</u> , Nishino Y, Watanabe Y, Ohkubo T, Watanabe T, Nakatsuka H, Takahashi N, Kawamura M, Tsuji I, Hisamichi S.	Dietary sources of nutrient consumption in a rural Japanese population.	J Epidemiol	12	1-8	2002
<u>Nakagawa-Okamura C</u> , Sato S, Tsuji I, Kuramoto H, <u>Tsubono Y</u> , Aoki D, Jobo T, Oomura M, Hisamichi S, Yajima A.	Effectiveness of mass screening for endometrial cancer.	Acta Cytol	46	277-283	2002

20020937

以降は雑誌/図書に掲載された論文となりますので、
P.69-P.70の「研究成果の刊行に関する一覧表」をご参照ください。