

200926003B

厚生労働科学研究費補助金

循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業

日本人の食事摂取基準の活用方法に関する検討

平成19年度～21年度  
総合報告書

平成22(2010)年3月

研究代表者 由田 克士  
(独立行政法人 国立健康・栄養研究所)

厚生労働科学研究費補助金

循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業

日本人の食事摂取基準の活用方法に関する検討

平成19年度～21年度  
総合研究報告書

平成22（2010）年 3月

研究代表者 由田 克士  
(独立行政法人 国立健康・栄養研究所)

## 目 次

### 総括研究報告書

日本人の食事摂取基準の活用方法に関する検討

由田 克士 … 1

### 分担研究報告書

日本人の食事摂取基準の活用状況と次期食事摂取基準策定時に望まれる活用方法理解のための取り組み

由田 克士 石田 裕美 佐々木 敏  
柴田 克己 三浦 克之 吉池 信男  
山本 茂 森田 明美 荒井 裕介  
野末 みほ 坪田 (宇津木) 恵 … 7

「日本人の食事摂取基準」のポピュレーションアプローチへの活用に関する検討

吉池 信男 早瀬 仁美 松永 泰子  
永原真奈見 横山 徹爾 石脇亜紗子 … 21

食事摂取基準を活用した個人の食事調査結果評価方法の検討

荒井 裕介 由田 克士 野末 みほ  
石田 裕美 … 27

高齢者（いわゆる健常者）に対する活用の方法

弘津 公子 … 45

日本人の食事摂取基準（2010年版）の活用を目的とした普及推進教材の研究

今枝奈保美 … 51

### 参考資料（研究代表者、分担研究者等が関わった内容）

食事摂取基準を理解するための統計の基本用語

三浦 克之 奥田奈賀子 … 81

食事摂取基準の理解のための疫学の基礎知識

三浦 克之 奥田奈賀子 … 85

日本人の食事摂取基準（2010年版）の活用：例題で理論を理解する

佐々木 敏 … 91

日本人の食事摂取基準（2010年版）の活用理論 特に給食管理の立場から

佐々木 敏 … 99

石川県「保育所給食ガイドライン」（未定稿：抜粋）

（取りまとめに参画 由田 克士） … 109

厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業）  
総合（総括）研究報告書

「日本人の食事摂取基準の活用方法に関する検討」

研究者代表者 由田 克士（独立行政法人 国立健康・栄養研究所 栄養疫学プログラム）

研究要旨

日本人の食事摂取基準は、健康な個人または集団を対象として、国民の健康の維持・増進、エネルギー・栄養素欠乏の予防、生活習慣病の予防、過剰摂取による健康障害の予防を目的として、エネルギー及び各栄養素の摂取量を示したものである。しかし、日本人の食事摂取基準（2005年版）本編に示されている個人・集団に対するアセスメント（評価）とプランニング（計画）に対する基本的な対応（活用に関する考え方）は、アメリカ・カナダにおける Dietary Reference Intakes (DRIs) の活用に関する考え方がほとんどそのままの形で示されているだけで、さまざまな諸条件が異なるわが国の実践現場において、何の問題もなく、適切に対応できているとは考え難い状況であった。しかし、従来この種の本格的な議論はほとんど行われておらず、その取り扱いについては、必ずしも明確化されていなかった。そこで、本研究においては、わが国の状況に応じた食事摂取基準の活用方法を検討し具体化させるとともに、次期の日本人の食事摂取基準（日本人の食事摂取基準（2010年版））の改定時における活用の考え方を検討する上での幅広い知見の収集とその整理・分析を行い、本邦における食事摂取基準の具体的な活用理論の向上とその普及啓発を目的とした。

初年度（平成19年度）においては、具体的な活用方法を検討するため情報を得るため、諸外国における食事摂取基準等の考え方や活用状況等に関する情報収集と国内の管理栄養士等へのアンケート調査を実施した。また、集団に対する栄養調査成績の評価方法についても検討を行った。

アメリカ・カナダにおいて、DRIsの基本的な考え方は、登録栄養士等専門家の間では、ほぼコンセンサスが得られているが、その活用については未だ十分な議論は深まっておらず、今後数年以上の研究や実証が必要であるとの意見が強いことが明らかとなった。ヨーロッパ諸国や韓国では、各国の状況に応じて考え方や取り扱い方が異なっており、現場における具体的な活用方法についても一部を除き確定的な対応は未だ確立されていなかった。

一方、国内の管理栄養士等へのアンケート調査からは、日本人の食事摂取基準（2005年版）の活用の際に難しいと考えている内容として、「個人に対する計画」、「複数の指標や幅の考え方がある」、「各指標の定義や意味するところ」、「個人に対する評価」、「集団に対する計画」などが上げられた。また、次期策定後に理解を深めるため、まず、活用方法に関する書籍の発行が最も求められていた。

また、集団に対する栄養調査成績の評価方法については、栄養素等により指標の示され方や策定根拠が異なるため一律の対応はできないが、集団を形成する個別の摂取量が栄養素等ごとに示されている各指標のどのあたりに位置付くのかを、図と表を組み合わせ、分布を示すスタイルでとりまとめることが可能ではないかと考えられる。さまざまな要因を加味する図の作成や解釈には専門的な知識が必要であるが、複数の表や図を同時に並べながら検討する場合に比べ、集団の分布状況を視覚と数値（実数や割合）で1つに示すことから、短時間に端的な判断を行うことも可能と考えられた。

2年目（平成20年度）においては、以前から問題となっている、食事摂取基準を活用する際の「集団」の捉え方について、わが国の関係する諸制度を考慮して分野別に詳細な整理を行った。また、「個人」と「集団」の関係についても別の視点から考察を加えた。さらに、これまでに得られている知見を基にして、日本人の食事摂取基準（2005年版）の活用の際に難しいと捉えられている部分（「個人に対する計画」、「複数の指標や幅の考え方がある」、「各指標の定義や意味するところ」、「個人に対する評価」、「集団に対する計画」）をできるだけ理解しやすく、具体的に示す、手順書と解説書の性格を併せ持つ活用書（未定稿）を部分的に取りまとめた。

さらに、アメリカ、イギリス、韓国3か国における食事摂取基準（DRIs、DRV、KDRIs）の活用状況に関する情報も収集した。

最終年度（平成 21 年度）には、前年度までに得られました知見と厚生労働省より公表された「日本人の食事摂取基準（2010 年版）」をもとに、主として次の 3 点について取り組みを行った。

日本人の食事摂取基準（2010 年版）においては、総論の部分に「活用の基礎理論」が新たに記載されている。しかし、現場で勤務する管理栄養士等に対しては、さらに具体化して整理して示さないと実際の業務に落とし込むことは難しいと考えられた。そこで、昨年度に日本人の食事摂取基準（2005 年版）をベースとして取りまとめた資料ならびに日本人の食事摂取基準（2010 年版）および関連資料を用いて、新たにライフステージ別における望ましい活用を実践するための取り組み（日本人の食事摂取基準（2010 年版）を適切に活用するための具体的な留意事項等に関する取りまとめ）について検討した。特に対象者に対するアセスメントとモニタリングの取り扱いについて、いわゆる P D C A サイクルを意識して取りまとめた。

食事摂取基準の活用方法に関する普及啓発を目的と対象が異なる 2 パターンのセミナーとアンケートを実施した。一方は特定給食施設を中心として医療・福祉・行政など一般的な栄養管理業務を担当している管理栄養士等に対する公開セミナーである。研究班で取りまとめた（解説（書））にエネルギーに関する解説を加えた教材を作成し用いると共に、その記載内容について参加者に対する無記名のアンケート調査を実施した。また、他方は給食経営管理を専門とする管理栄養士等養成施設に勤務する教員を対象としたアンケート調査の実施と、これを受けてのセミナーの開催である。従来専門分野を特化したこの種の取り組みはほとんど実施されておらず、関連する教育内容の実態も明らかにされていない。そこで、管理栄養士養成教育の給食経営管理分野において「食事摂取基準」の活用を反映する教育を実施していく上での問題点と課題を明確化することを主たる目的とした。

さらに食事摂取基準の改定に伴い、食事バランスガイドのサービングサイズ数の設定方法に関する検討も行った。

## 研究組織

〔分担研究者〕

荒井 裕介（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）

石田 裕美（女子栄養大学）

今枝奈保美（名古屋女子大学）

佐々木 敏（東京大学大学院）

柴田 克己（滋賀県立大学）

堤 ちはる（日本子ども家庭総合研究所）（平成 20 年度、平成 21 年度）

坪田（宇津木） 恵（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）（平成 19 年度）

三浦 克之（滋賀医科大学）

森田 明美（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）（平成 20 年度、平成 21 年度）

山本 茂（お茶の水女子大学）

吉池 信男（青森県立保健大学）

### A. 研究目的

日本人の食事摂取基準は、健康な個人または集団を対象として、国民の健康の維持・増進、エネルギー・栄養素欠乏の予防、生活習慣病の予防、過剰摂取による健康障害の予防を目的として、エネルギー及び各栄養素の摂取量を示したものである。日本人の食事摂取基準（2005 年版）本体の報告書に示されている個人・集団に対するアセスメ

ント（評価）とプランニング（計画）に対する基本的な考え方は、アメリカ・カナダにおける

Dietary Reference Intakes (DRIs) の考え方が概ね踏襲されているため、必ずしもわが国の実際の現場において、そのまま解釈で活用できる状況とは考えにくい。実際の活用に当たっては、わが国の法令や政省令・通知等に記されている内容との矛盾がなく、わが国の現状に応じた取扱いが求められる。したがって、アメリカ・カナダにおける具体的な活用概念をそのままの形で受け入れることには問題が多いと考えられる。しかし、これまでわが国において、この種の本格的な議論はあまり行われておらず、その取り扱いについては、必ずしも明確化されていない。そこで、本研究においては、わが国の状況に応じた活用方法を検討し、具体的な方向を示すことを目的とした。

また、最終的には、さまざまなユーザーにとって、無理なく適切で誤解なく、それぞれの状況に応じた活用法が理解されるようなツール作成とそれらを用いた普及啓発活動も実施した。

### B. 研究の概要

#### (1) 諸外国における食事摂取基準等の活用に関する情報収集

アメリカ・カナダにおける最近の DRIs の活用に関する考え方や現状に関する情報を収集した。

また、同様の課題がヨーロッパ諸国や韓国等からも出されていないか考慮した。

さらに得られた情報は、各研究者で分担し、整理・分析して総合的な考察を加えた。

## (2) 日本人の食事摂取基準(2005年版)の活用状況ならびに次期食事摂取基準策定に際して望まれる、活用方法理解のための取り組みニーズに関する調査

全国の管理栄養士等1,000名を対象に日本人の食事摂取基準(2005年版)に関する理解度、活用度、学習方法、業務上の変化ならびに、次期改定に際し、活用方法について理解を深めるために期待している取り組みについて、自己記入式のアンケート調査を実施した。

## (3) 日本人の食事摂取基準(2005年版)を活用した集団に対する栄養調査成績の評価に関する試み

日本人の食事摂取基準(2005年版)では、個人に必要なエネルギーや栄養素量を正確に把握することは事実上出来ないという観点から確率論の考え方が導入されており、一定の幅(範囲)内で望ましい摂取をめざすようにすることが求められている。したがって、国民健康・栄養調査や他の栄養調査データを取りまとめたり評価する際にも、このような考え方に沿うことが望まれる。しかし、実際にどの様な対応を取ることが出来るのか十分な議論は行われていない。そこで集団に対して実施した栄養調査成績の評価方法について、基本的な考え方と方向性について検討した。

平成18年度に国民健康・栄養調査に準じた栄養摂取状況調査を複数日実施し得た20~69歳の対象者における調査データ(匿名化したデータ)をもとにして、把握した各栄養素の摂取状況をそれぞれの性質や日本人の食事摂取基準(2005年版)における指標の示され方に応じ図示も含めて検討した。

## (4) 日本人の食事摂取基準(2005年版)を活用した評価と計画

学校給食を事例として、日本人の食事摂取基準(2005年版)を活用した摂取量の評価と計画の検討を行った。その際、可能な範囲で、給食以外の食事調査を実施し、対象学童の習慣的な栄養素等摂取量を把握した。また、身体状況に関するデータとの関係も検討した。

## (5) 日本人の食事摂取基準を活用する際における個人や集団の捉え方に関する検討

「集団」に対する栄養関連業務を担うさまざまな施設あるいは、業務内容を想定し、日本人の

食事摂取基準を活用するために得られ得る情報内容や質に応じた、整理・分類を試みた。

また、別の視点から、個人と集団の関係をどの様に捉えればよいのかについての検討も行った。

## (6) 日本人の食事摂取基準(2010年版)を視野に入れた具体的な活用方法に関する検討

管理栄養士等の専門家がそれぞれの実践現場において、次期日本人の食事摂取基準(2010年版)を誤解や混乱がなく、適切に活用し、広く国民の健康保持・増進や疾病予防に寄与することが求められる。そこで、本研究班では、次年度に具体的な活用に関する解説書を完成させる予定である。しかし、現時点で日本人の食事摂取基準(2010年版)は策定中であるため、その詳細は把握できない。そこで、現時点で得られている知見や問題点を踏まえ、現在の枠組み(日本人の食事摂取基準(2005年版))が概ね継続されることを前提として、可能な範囲内で2010年版を視野に入れた具体的な活用方法に関する検討(一定の取りまとめが可能と考えられる内容について、文書化(関連の作表等を含む))を行った。

## (7) 諸外国における食事摂取基準の活用方法に関わる情報収集と分析

アメリカ、イギリス、韓国3か国における食事摂取基準の活用状況に関して、各国の指導的な立場にある管理栄養士(登録栄養士)より情報を得た。なお、一連の情報は、前項(6)の作成に当たり、情報源として活用した。

## (8) 日本人の食事摂取基準(2010年版)を適切に活用するための具体的な留意事項等に関する取りまとめ

2009年5月厚生労働省より公表された日本人の食事摂取基準(2010年版)においては、総論の部分に新規に「活用の基礎理論」の項目が設けられ詳細な記載が行われている。これは従前の日本人の食事摂取基準(2005年版)に比し相当の充実であると評価される。しかし、実際の現場で勤務する管理栄養士等に対しては、さらに業務内容に沿い具体化して示さないと望ましい理解は得難いと考えられた。そこで、前年度に本研究班において日本人の食事摂取基準(2005年版)を基本として取りまとめた資料を出発点として、日本人の食事摂取基準(2010年版)と関連の資料を用いて、適切に活用するための具体的な留意事項等に関する取りまとめを検討した。2010年版の活用の基礎理論においては、対象者に対するアセスメントとモニタリングに関する対応として、いわゆるPDCAサイクルを意識することが明確に示されていることから、この点を特に重視して整理し

た。

### (9) 食事摂取基準の活用方法に関する普及啓発に関わる取り組み

本研究班では、研究計画の段階から食事摂取基準の活用方法に関する普及啓発を実施した。目的と対象が異なる2パターンのセミナー（アンケート調査を含む）を企画開催した。

一方は、特定給食施設を中心として医療・福祉・行政など一般的な栄養管理業務を担当している管理栄養士等に対する公開セミナーであり、兵庫県神戸市と東京都世田谷区で開催した。この際、前項(8)で取りまとめた(解説(書))にエネルギーに関する解説を加えた教材を作成し用いると共に、その記載内容について参加者に対する無記名のアンケート調査を実施した。この結果、一般的な内容については、概ね理解が得られていることが確認されたが、明らかに理解度が低いと考えられる項目(メッツを用いた総エネルギー消費量の推定など)については、さらに詳細な記載が求められると思われた。

他方は、給食経営管理を専門とする管理栄養士等養成施設に勤務する教員を対象としたアンケート調査の実施とこれをうけてのセミナーの開催である。これら養成施設の教員が食事摂取基準の考え方や望ましい活用方法を十分に理解しておくことは必須である。しかし、これまで、専門分野を特化した取り組みはほとんど実施されておらず、関連する教育内容の実態も明らかになっていなかった。そこで、管理栄養士養成教育の給食経営管理分野において「食事摂取基準」の活用を反映する教育を実施していく上での問題点と課題を明らかにすることを主たる目的として、調査を実施した。さらに、一連の調査結果を踏まえたセミナーを実施し、養成校の教員間の今後の連携について検討した。この結果、管理栄養士養成施設指定認定設置基準のカリキュラム、学年配当の改善、特定給食施設で求められる管理栄養士像の教員間の共有、特に食事摂取基準の活用を取り入れた給食経営管理論分野の教授法の工夫や教材研究を進めることが重要であり、今後の課題であることが明らかになった。

### (10) 食事摂取基準の改定に伴う、食事バランスガイドのサービングサイズ数の設定方法に関する検討

厚生労働省と農林水産省による食事バランスガイドが発表されて約5年が経過し、さまざまな研究・調査などの取り組みにより料理のデータベースも充実してきている。このような状況の中で、当初より示されていた料理ごとのサービング数(SV)を再検討するとともに、日本人の食事摂取

基準(2010年版)に適合させ、多様な対象に的確な展開が図れるよう、基礎的資料の補完が必要ではないかと考えられた。そこで、すでに論文として公表されている食事記録調査のデータをデータベースとして用い、食事バランスガイドで定義された5つの料理区分の1SVに相当するエネルギー及び栄養素の参照用データを作成し、日本人の食事摂取基準(2010年版)に基づくサービング数の算定条件を設定するとともに、その条件に従って試算して得られたサービング数を検討した。その結果、現在の食事バランスガイドにおけるサービング数の組合せとほぼ同等の数値が得られたが、主菜についてはやや多め、主食についてはやや少なめの数値が得られた。

### C. 結論

日本人の食事摂取基準を適切に活用することは、国民の健康の保持増進や生活習慣病予防対策にとって極めて有効な手段のひとつとして考えられる。しかし、食事摂取基準本体に示されている概念や数値は専門的であり、一般国民にそのままの形で示すものではない。したがって、実際に望ましい普及啓発を図るためには、翻訳者的な立場としての管理栄養士等の役割が必要である。

一方、DRIsに関連する学術論文や書籍等の大部分は、アメリカ・カナダで整理されたものであるため、その内容はわが国で生じているさまざまな問題点や矛盾点の解決には十分な示唆を与えていない。したがって、わが国においては、わが国の状況に応じた食事摂取基準の望ましい活用方法の検討が求められる。特に留意しなければならないのは、アメリカ・カナダのDRIsに示されている基本的な事項を尊重しつつも、実際の現場でどの様に活用していくのかについて、科学的な根拠と現実的な対応を両立させることであろう。何れに偏っても問題が生じると考えられる。このことは、未だ食事摂取基準を活用するという概念や方法論が、未だ発展途上の段階であることに他ならならず、日本人の食事摂取基準(2010年版)にもこのことが明記されている。

本研究班が検討した分野は実践的な部分が多く、学術論文の原著として取り上げられることは難しく、科学的根拠お墨付きが得にくい分野であるが、食事摂取基準と現場を結びつける役割は大きく、関連の学会や職能団体等の研修会において広く成果を公表してきた。今後もしずれかのミッションにおいて、このような役割が継続されることが必要である。

日本人の食事摂取基準(2005年版)が公表されて約5年が経過し、食事摂取基準の基本的な枠組みやその中で示されている指標の定義は、徐々に

浸透してきている。さらに、食事摂取基準（2010年版）に示された活用の基礎理論によってよりそれらの理解は深まるものと予想される。しかし、管理栄養士等が幅広く携わっている栄養管理業務や管理栄養士等の養成施設において、具体的な落とし込みは未だ十分ではない。今後さまざまな形での試行錯誤や調査・研究の積み重ねが求められる。

#### D. 健康危険情報

この研究において健康危険情報に該当するものはなかった。

#### E. 知的所有権の取得状況

##### (1) 特許取得

なし

##### (2) 実用新案登録

なし

##### (3) その他

なし



厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業）  
総合研究報告書

日本人の食事摂取基準の活用状況と  
次期改定時に際し望まれる活用方法理解のための取り組み

研究代表者	由田 克士（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）
分担研究者	石田 裕美（女子栄養大学）
分担研究者	佐々木 敏（東京大学大学院）
分担研究者	柴田 克己（滋賀県立大学）
分担研究者	三浦 克之（滋賀医科大学）
分担研究者	吉池 信男（青森県立保健大学）
分担研究者	山本 茂（お茶の水女子大学）
分担研究者	森田 明美（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）
分担研究者	荒井 裕介（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）
分担研究者	堤 ちはる（日本子ども家庭総合研究所）
研究者協力者	野末 みほ（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）
分担研究者	坪田（宇津木） 恵（独立行政法人 国立健康・栄養研究所）

研究要旨

日本人の食事摂取基準を最も利用することが多いと考えられる全国の管理栄養士等がそれぞれの専門分野や職域において、日本人の食事摂取基準をどの程度理解し、活用しているのか、また、適切に活用するためにどのような手段を用いて理解を深めたのか等について明らかにするとともに、あわせて次期食事摂取基準（日本人の食事摂取基準（2010年版））が策定された際、その活用方法について理解を深めるため、どのような取り組みを期待しているのかについてアンケート調査を実施して詳細に検討した。

食事摂取基準の全般的な理解状況はそれらの活用の自己評価と強い関係が認められた。即ち、食事摂取基準を理解するために十分な取り組みを行ってきた者ほど、具体的に活用ができていると自己評価する者が多く認められていた。また、業務の中で十分に活用できている者ほど報告書本体や関連する書籍を購入し、関連学会等が主催する研修に参加し、研鑽を積んでいる実態が明らかとなった。

一方、食事摂取基準の活用方法の理解を深めるために期待されていることとしては、具体的な活用事例を求める意見が多かった。しかし、現在の活用状況の違いによって、活用事例を求める者の割合は変動していたことから、求められている具体的な活用事例の内容は、食事摂取基準の理解度によって大きく異なっている可能性がある。

以上のことから、その時点での対象者の理解状況に応じて、研修プログラムや教材の内容を調整する必要性が高いものと考えられ、きめ細かい対応が結果として、全国の管理栄養士等における早期のスキルアップにつながりやすいものと考えられた。

A. 研究目的

本調査は、日本人の食事摂取基準（2005年版）について、全国の管理栄養士等が、それぞれの専門分野や職域において、どの程度内容を理解し活用しているのか、また、適切に活用するためどのような手段を用いて理解を深めたのか等について明らかにするとともに、次期食事摂取基準（日本人の食事摂取基準（2010年版））が策定された際、その活用方法の理解を深めるためにどのような取り組みを期待しているのかについても同時に調査した。

これら一連の結果を考察し、今後の

食事摂取基準の具体的な活用方法等の研究と効果的な普及啓発活動のための基礎データとすることを目的とした。

B. 研究方法

（1）対象者の抽出とアンケートの発送手順

特定非営利活動法人 日本栄養改善学会の協力を得て、平成19年8月現在の正会員から無作為に1,000名を抽出し、登録されている住所もしくは、勤務先に依頼状、協力願いとともにアンケート用紙（資料1）および返送先が記入されている返信用封筒（切手貼付

済み)を郵送した。この際、個人情報の保護と調査者側が具体的に誰に対してアンケートを発送したのかについての情報を得ないようにするため、予め調査者側で発送先のみ記入すればそのままの状態でも1,000名分をすぐに郵送できるように準備し、学会事務局へ搬入した。学会事務局では、事務局担当者のみで発送先の記されたタックシールを貼り付け、投函している。

#### (2) アンケートの内容

アンケートは無記名の自己記入式とした。また、具体的な内容としては、回答者の基本的な属性に関する質問、日本人の食事摂取基準(2005年版)に関する理解度・活用度・学習方法・業務上の変化に関する質問、次期改定に際しその活用方法について理解を深めるために期待している取り組みについての質問であり、さらに自由記載欄も設けている(資料1)。

#### (3) アンケートの回収

記入済みのアンケートは、予め同封されている返信用封筒に記されている主任研究者宛に返送され、回収した。なお、個人情報保護の観点から、返信用封筒に回答者の連絡先や氏名等を入れないように依頼状に示した。

#### (4) 倫理的な配慮

本調査に関しては、個人情報を保護する目的で、上記(1)～(3)のような対応を取っている。

なお、一連の手続きについては、独立行政法人 国立健康・栄養研究所の研究倫理委員会の承認を得た。

### C. 研究結果

#### (1) 記入済みアンケートの回収数・回収率

記入済みのアンケート用紙は最終的に523部回収(返送)された。1,000名に対して発送していることから、回収率は52.3%である。

#### (2) 回答者の属性

回答者の性別は、女性が85.9%(449名)、男性12.8%(67名)、不

明1.3%(7名)であった(図1-1、表1-①)。年齢階級では、50歳代が27.0%と最も多く、以下、40歳代、30歳代、20歳代と続いた(図1-2、表1-②)。所有する資格としては、管理栄養士が81.1%と大多数を占めていた(図1-3、表1-③)。さらに現在の専門分野としては、臨床分野(障害・介護福祉分野を含む)が24.7%、栄養教育・指導が12.6%、給食管理と公衆栄養が共に11%強であった(図1-4、表1-④)。

#### (3) 日本人の食事摂取基準(2005年版)の全般的な理解状況と適切な活用に関する自己評価の関連

日本人の食事摂取基準(2005年版)を大体理解できている者では、ほぼ適切に活用できていると評価している者が28.2%認められる一方で、多少の不安があると考えている者も22.1%認められる(図2)。

#### (4) 日本人の食事摂取基準(2005年版)の適切な活用状況と活用するための取り組み内容の関連

日本人の食事摂取基準(2005年版)を十分もしくは、ほぼ適切に活用できていると考えている者は、報告書本体や活用に関する書籍を購入し自己学習を行っている者の割合が高く、関連学会による講習会や研修会を積極的に受講していた(図3)。

#### (5) 日本人の食事摂取基準(2005年版)の全般的な理解状況と次期食事摂取基準の活用方法の理解を深めるために期待する取り組み

全般的に活用方法に関する具体的な事例集の発行を望む意見が最も多く認められる。また、基本的な活用方法に関する教科書的な書籍の発行についても、半数程度で認められた(図4)。

#### (6) 日本人の食事摂取基準(2005年版)の適切な活用状況と次期食事摂取基準の活用方法の理解を深めるために期待する取り組み

現在の活用状況に関わらず、活用方法に関する具体的な事例集の発行を望む意見が最も多く認められた。また、

基本的な活用方法に関する教科書的な書籍の発行についても、現在の活用状況が適切であると自己評価している群ほど高い割合を示した（図5）。

（7）次期日本人の食事摂取基準の改定に際して、活用方法の理解を深めるために期待する取り組み

専門分野別にみると、食事摂取基準そのものの基本的な考え方を理解する取り組みや基本的な活用方法に関する教科書的な書籍の発行を選択した者の割合は公衆栄養を専門とする者で高かった。

関連学会による講習会や研修会等を選択した者の割合は調理や栄養教育・指導を専門分野とする者で高かった。

地域の保健所や地域の管理栄養士等養成施設による研修会や説明会を望む者は、給食管理や調理を専門とする者に多く認められた。

さらに、年齢層が上がるにつれて、何れの方法であっても積極的に取り組みたいとする傾向も認められた（図6①～⑪）。

#### D. 考察

日本人の食事摂取基準（2005年版）と以前に用いられてきた日本人の栄養所要量には、その根幹に大きな考え方の違いがあり、特に年齢層の高い管理栄養士等には、混乱が生じているところである。既に日本人の食事摂取基準（2010年版）も公表され、一刻も早い適切な対応が望まれるところである。

今回の詳細な解析によれば、食事摂取基準の全般的な理解状況はそれらの活用の自己評価と強い関係が認められた。即ち、食事摂取基準を理解するために十分な取り組みを行ってきた者ほど、具体的に活用ができていて自己評価する者が多く認められていた。また、業務の中で十分に活用できている者ほど報告書本体や関連する書籍を購入し、関連学会等が主催する研修に参加し、研鑽を積んでいる実態が明らかとなった。これらは、何の疑いも生じない至極当然の結果である判断できる。これらことから、食事摂取基準を適切に活用するためには、まず、初動の対応として、関連の書籍を購入し、研

修会等への参加が必須である。

一方、食事摂取基準の活用方法の理解を深めるために期待されていることとしては、具体的な活用事例を求める意見が多い、しかし、現在の活用状況の違いによって、活用事例を求める者の割合は減少していることから、求められている活用事例の内容やレベルは大きく異なっているのではないかと推察される。したがって、その時点での対象者の理解状況に応じて、研修プログラムや教材の内容を調整するひつようがあるものと考えられた。

さらに、対象者の専門分野と年齢によって、理解を深めるために必要な取り組み内容に相当の違いが認められていることから、そのことにも留意した対応が求められる。

これらのことを総合的に考え合わせると、まずは、食事摂取基準本体の報告書や関連する書籍を購入して、十分な自己学習を行うこと。専門分野や年齢層に応じた研修プログラムの整備が、結果として、適切な理解と活用につながる早道であることが確認された。

#### E. 研究発表

（1）論文発表  
なし

（2）学会発表

1）由田克士、荒井裕介 他. 日本人の食事摂取基準（2005年版）の活用状況と次期改定に際し望まれる活用方法理解のための取り組み（第2報）：第56回日本栄養改善学会学術総会，2009.09.03，札幌市

#### F. 参考文献

- 1）厚生労働省策定 日本人の食事摂取基準（2005年版）.（2005）第一出版.
- 2）田中平三 著. 日本人の食事摂取基準（2005年版）完全ガイド.（2005）医歯薬出版.
- 3）独立行政法人 国立健康・栄養研究所監修 山本 茂 由田克士編. 日本人の食事摂取（2005年）の活用 特定給食施設における食事計画編.（2005）第一出版.
- 4）多島早奈英，笠岡（坪山）宜代，樋口

満, 吉池信男, 佐々木敏. 「第六次改定日本人の栄養所要量」の評価と期待される技術的支援について 日本栄養改善学会会員を対象としたアンケート調査結果から: 栄養学雑誌 Vol.61 (5) .323-329(2003)

5) 厚生労働省策定 日本人の食事摂取基準(2010年版). (2009) 第一出版.

G. 知的所有権の取得状況

(1) 特許取得

なし

(2) 実用新案登録

なし

(3) その他

なし

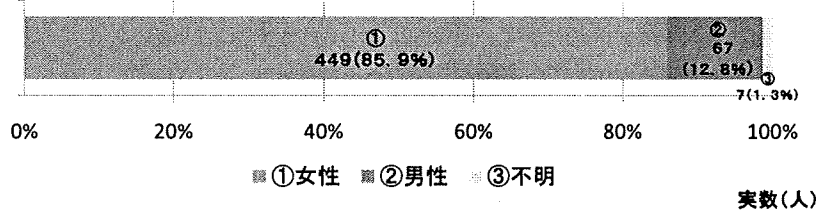


図1-1 回答者の特性(性別)

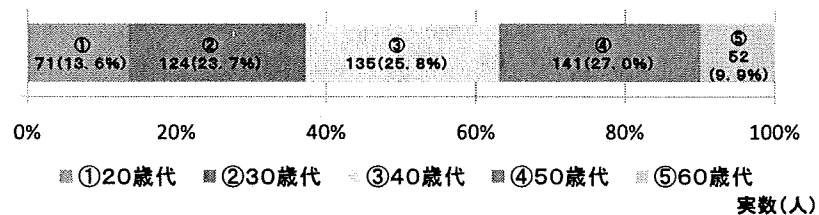


図1-2 回答者の特性(年齢階級)

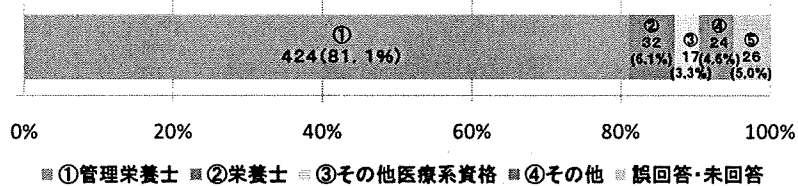


図1-3 回答者の特性(資格等)

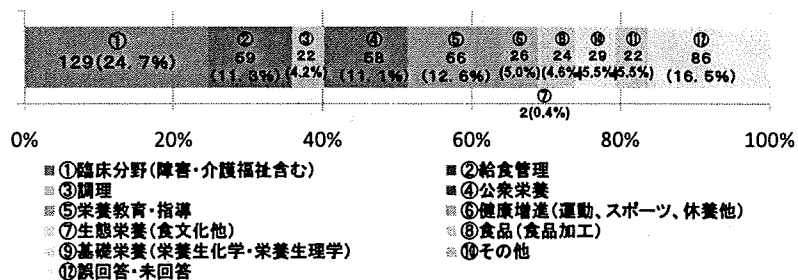
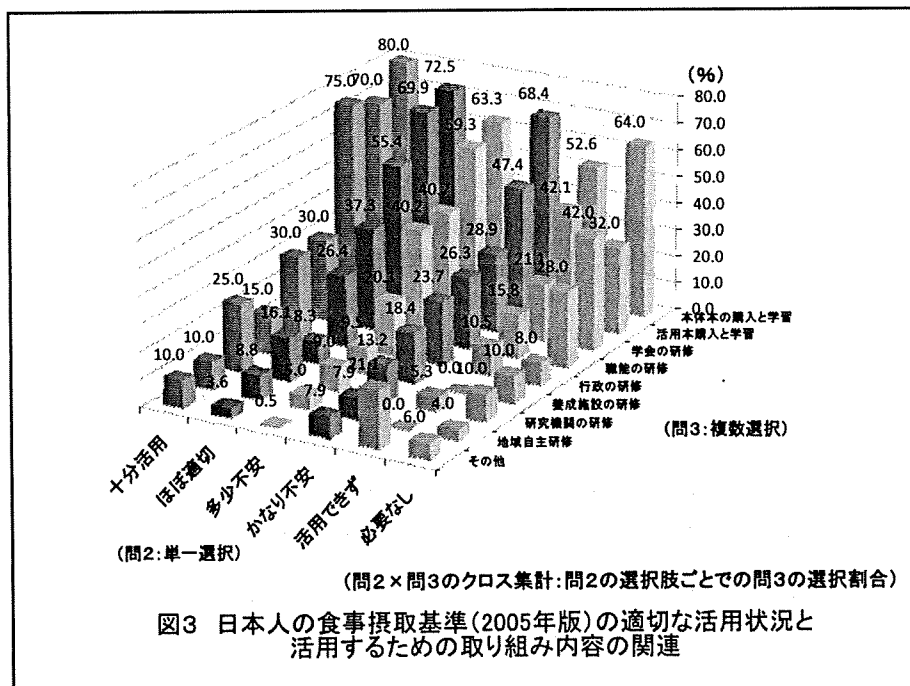
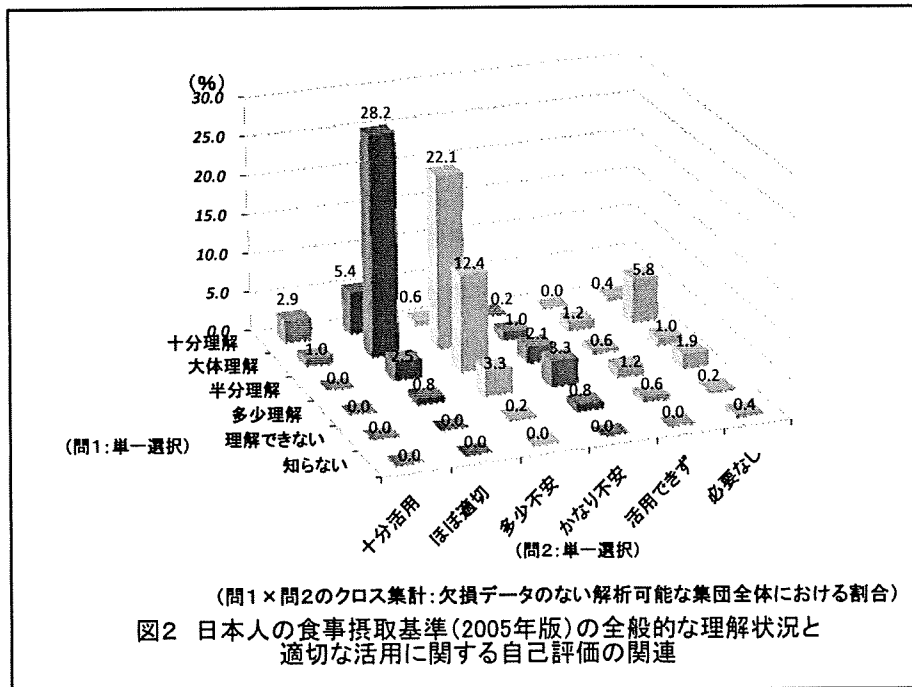


図1-4 回答者の特性(現在の専門分野)



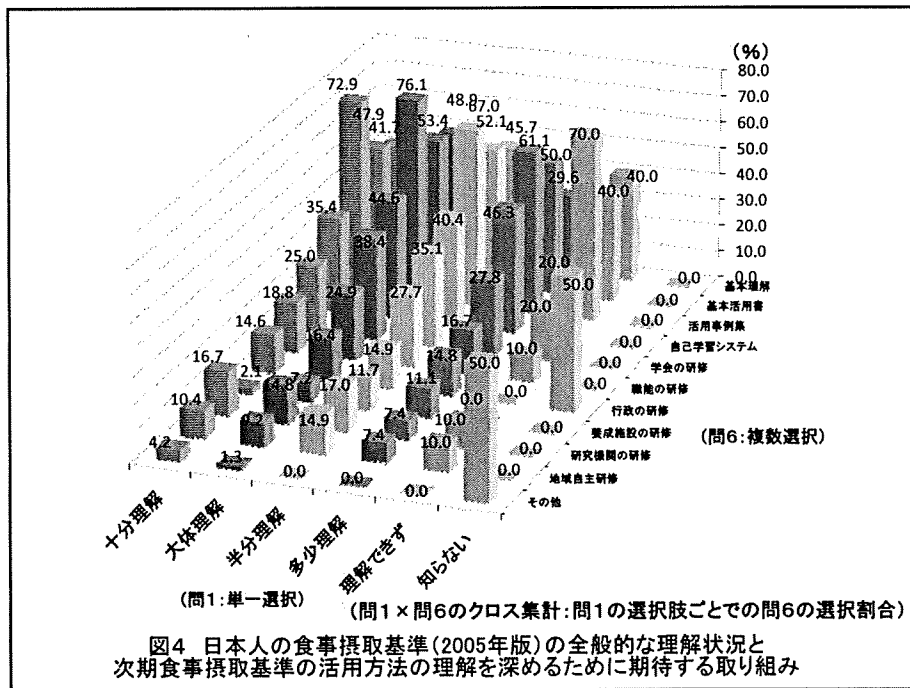


図4 日本人の食事摂取基準(2005年版)の全般的な理解状況と次期食事摂取基準の活用方法の理解を深めるために期待する取り組み

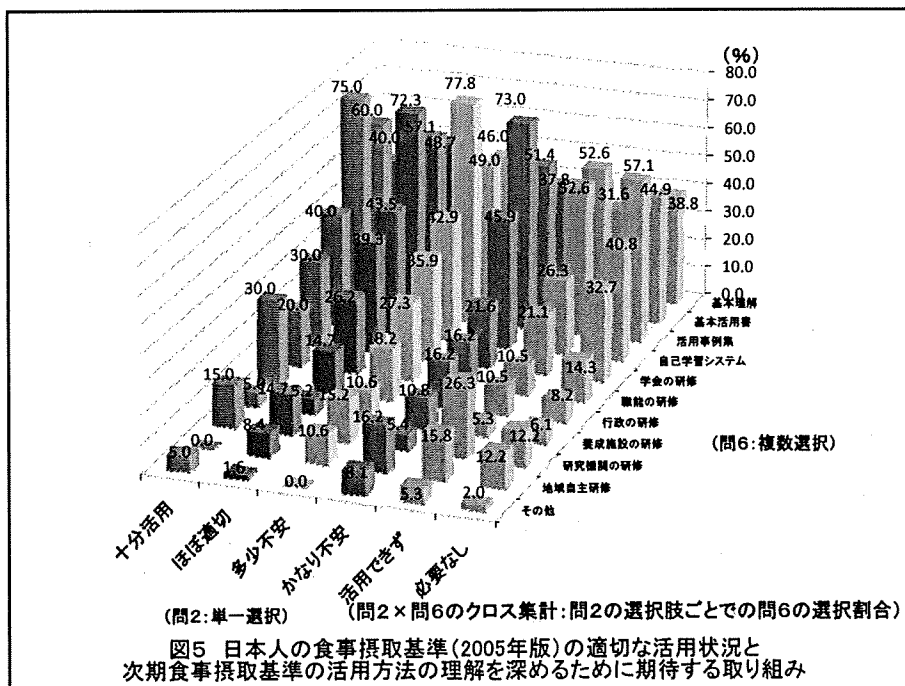
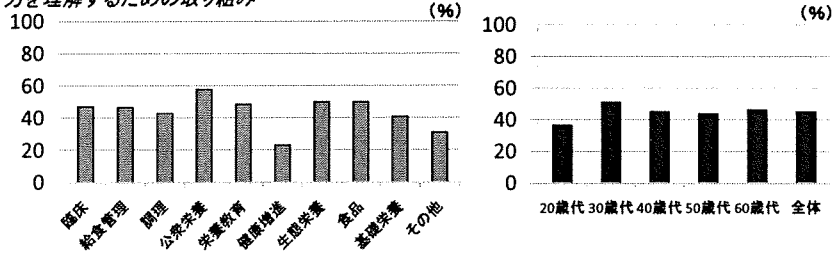


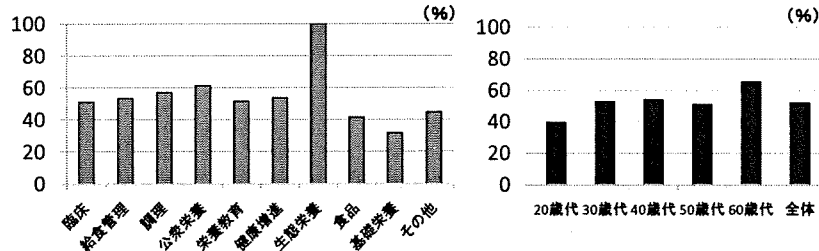
図5 日本人の食事摂取基準(2005年版)の適切な活用状況と次期食事摂取基準の活用方法の理解を深めるために期待する取り組み

図6 次期日本人の食事摂取基準の改定に際して、活用方法の理解を深めるために期待する取り組み(専門分野別、年齢階級別)

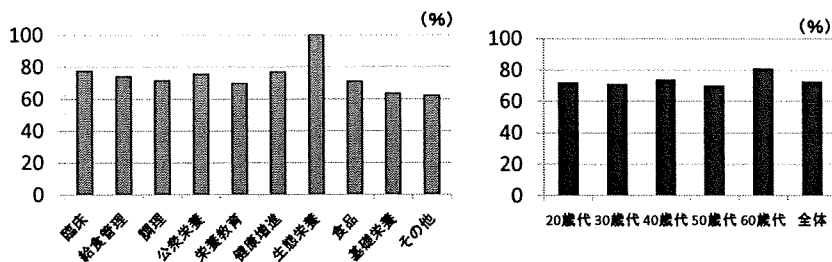
①活用方法について理解を深めるために、先行して次期食事摂取基準そのものの基本的な考え方を理解するための取り組み



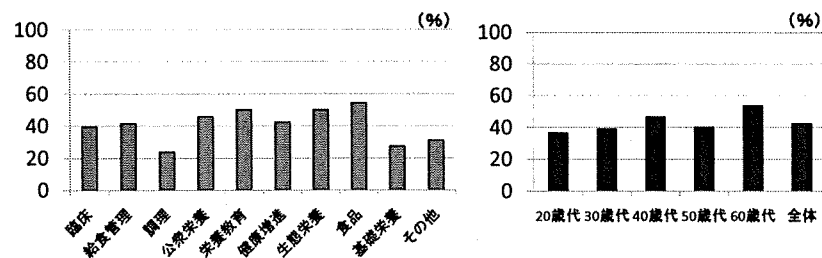
②基本的な活用方法に関する教科書的な書籍の発行



③活用方法に関する具体的な事例集の発行

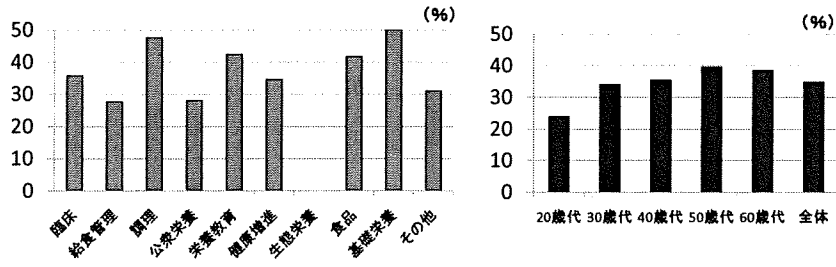


④インターネットを活用した自己学習システムの開設

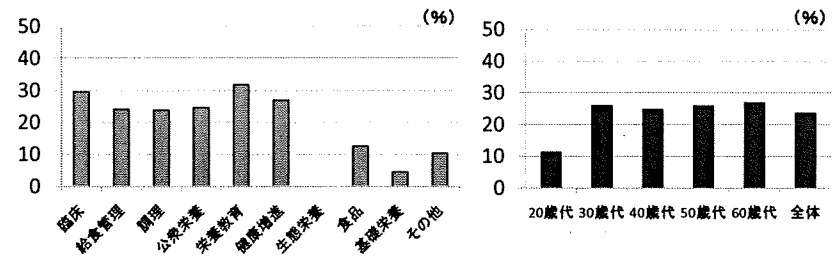




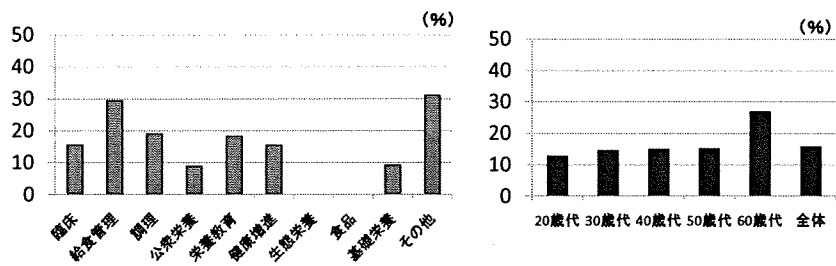
⑤関連学会による講演会・研修会等の開催



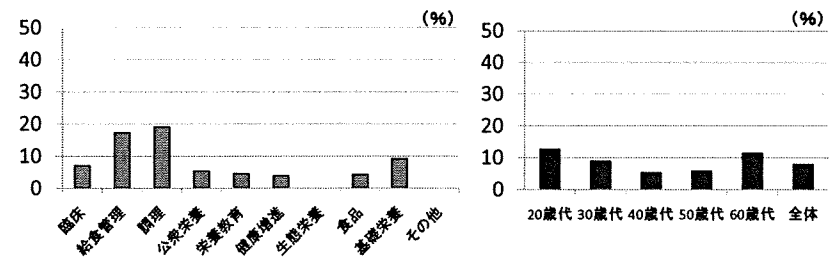
⑥職能団体による講演会・研修会等の開催



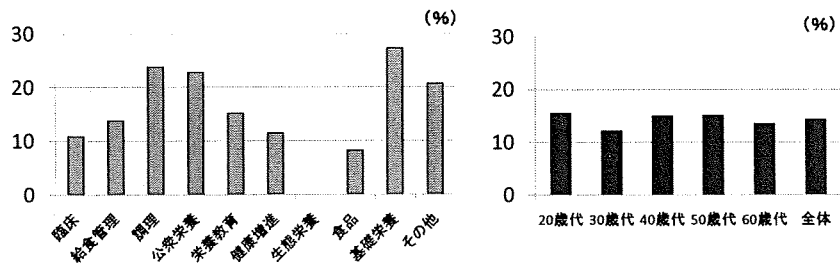
⑦地域の保健所等行政栄養士による研修会・説明会の開催



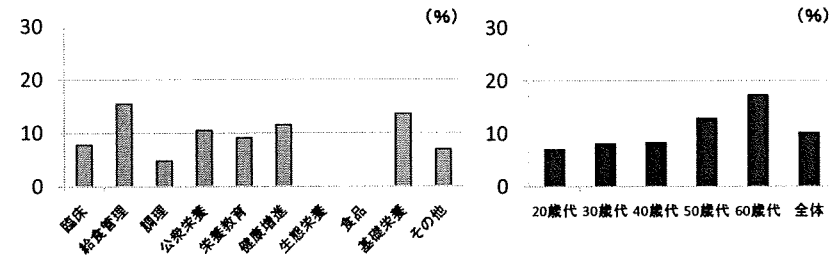
⑧地域の管理栄養士等養成施設の教員による研修会・説明会の開催



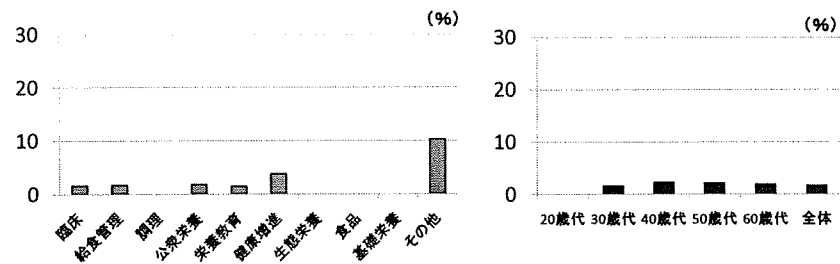
⑨ 研究機関(管理栄養士等養成施設を除く)による研修会・説明会の開催



⑩ 地域内の管理栄養士等による自主的な研修システムの確立



⑪ その他



## 日本人の食事摂取基準の活用に関するアンケート

次の各設問について、それぞれの指示にしたがって、該当する内容に○印をおつけください。また、必要な場合は（ ）に適宜ご記入ください。

なお、お名前をお書きいただく必要はありません。

アンケートのご記入・ご提出をもって、同意が得られたものと判断させていただきます。

あなたのプロフィールをお教えてください。

あてはまる内容もしくは、最も近い内容を1つ選択してください。

現在の勤務地（勤務していない場合は居住地）：（ ）都道府県

性別：①女性 ②男性

年齢：①20歳代 ②30歳代 ③40歳代 ④50歳代 ⑤60歳代 ⑥70歳代以上

資格等：①管理栄養士 ②栄養士 ③その他医療系の資格所有者 ④その他（ ）

現在の専門分野：①臨床分野（障害・介護福祉分野を含む） ②給食管理

③調理 ④公衆栄養

⑤栄養教育・指導

⑥健康増進（運動、スポーツ、休養、ストレスを含む）

⑦生態栄養（食文化、食環境を含む）

⑧食品（食品加工、安全性、衛生管理を含む）

⑨基礎栄養（栄養生化学、栄養生理学）

⑩その他（ ）

1. 日本人の食事摂取基準（2005年版）について、現時点でのあなたご自身の全般的な理解状況はどの程度と判断されていますか。最もあてはまる内容を1つ選択してください。

- ① 全般的な考え方や内容は十分に理解できている。
- ② 全般的な考え方や内容は大体理解できている。
- ③ 全般的な考え方や内容は半分程度は理解できている。
- ④ 全般的な考え方や内容は多少は理解できている。
- ⑤ 存在は知っているが、全般的な考え方や内容はまったく理解できていない。
- ⑥ まったく何も知らない。

2. 現在、あなたは業務の中で、日本人の食事摂取基準（2005年版）をどの程度適切に活用できていると判断されますか。最もあてはまる内容を1つ選択してください。

- ① 十分適切に活用できている。
- ② ほぼ適切に活用できている。
- ③ 多少不安な面がある。
- ④ かなり不安な面がある。
- ⑤ まったく適切には活用できていない。
- ⑥ 活用する必要がない業務を担当している。

3. 「日本人の食事摂取基準」（2005年版）を活用するため（活用できるようになるため）にこれまであなたが取り組まれてきた内容について該当する内容をすべて選択してください。

- ① 食事摂取基準本体（全般）に関する書籍の購入と自己学習
- ② 食事摂取基準の活用に関する書籍の購入と自己学習
- ③ 関連学会による講演会・研修会等の受講
- ④ 職能団体による講演会・研修会等の受講
- ⑤ 地域の保健所等行政栄養士による研修会・説明会の受講
- ⑥ 地域の管理栄養士等養成施設の教員による研修会・説明会の受講
- ⑦ 研究機関（管理栄養士等養成施設を除く）による研修会・説明会の受講
- ⑧ 地域内の管理栄養士等による自主的な研修システムでの取り組み
- ⑨ その他（）