

食事摂取基準の策定を見据えた栄養学の進展に資する研究

はじめに

研究代表者 朝倉敬子

東邦大学医学部社会医学講座予防医療学分野

日本人の食事摂取基準(以下、食事摂取基準)がその名前で策定されるようになったのは2005年であった。その後、5年おきに内容が見直され、2025年版では4回目の改定が行われた。この間に出版されたエネルギー・栄養素摂取と健康状態に関する研究論文の数は膨大であり、エビデンス収集には相当なマンパワーと時間が必要であった。

これまで、食事摂取基準改定のためのエビデンス収集は、改定の3年ほど前から文献レビューのための研究班が設けられ、実施されてきた。しかし、研究論文の出版は当然ながら継続的に行われるため、十分なエビデンス収集のためには体制が不十分であることが食事摂取基準2025年版の中でも指摘されている。策定の基本的な方向性についてまとめた議論をする機会もごく限られていた。そういった状況を踏まえ、以下を目的として本研究班が設けられた。

①指標の定義の再確認:研究班のメンバー間で各指標(推定平均必要量・推奨量・目安量・耐受上限量・目標量)の具体的な数値を定めるにあたっての困難を共有し、指標の定義の再確認、認識の統一を図る。また、数値算定において生体指標の利用が可能になるなど、具体的な策定方法に変化が生じている栄養素も複数あり、新たな策定方法についての考え方の整理を行う。

②継続的なエビデンス収集の実施:ビタミン・ミネラルを中心に、現時点でエビデンスの不足

している点を抽出する。文献検索および/または研究計画立案をし、エビデンス不足を補う。また、対象者別、とくに妊婦・授乳婦、乳児・小児の章についてのエビデンス収集を行う。

③食事調査データの取り扱い方法の検討:これまで食事摂取基準の数値算定において国民健康・栄養調査のデータが使用されてきたが、その集計方法などについてまとめる。また、日本食品標準成分表(以下、食品成分表)の改訂に伴い、栄養計算結果の解釈に注意が必要な点が生じているため、食品成分表七訂から八訂への改訂の影響について検討する。さらに、国民健康・栄養調査における食事調査は1日調査であるため、そのデータから習慣的摂取量を推定する方法について検討する。

これらの目的を達成するため、i) 総論検討グループ、ii) 食事調査データ検討グループ、iii) エネルギー産生栄養素グループ、iv) ビタミングループ、v) ミネラルグループ、vi) 対象者別グループに分かれ、それぞれが本報告書に報告する内容を検討した。研究分担者、研究協力者のお名前は次ページに掲載する。本研究は1年目であるが(そして、活動を始めたのは公募時期との兼ね合いで11月以降であるが)、研究班メンバーの先生方の精力的な活動により活発で有意義な議論が展開され、本研究班のもう一つの目的である、食事摂取基準策定に関わる若手～中堅研究者の確保・育成も十分に進みつつあることを申し添えたい。

【研究組織】

<研究代表者>

朝倉敬子 東邦大学医学部社会医学講座予防医療学分野

<研究分担者>

新井英一 静岡県立大学食品栄養科学部  
岩井美幸 国立環境研究所 環境リスク・健康領域  
春日義史 慶應義塾大学医学部産婦人科  
片桐諒子 千葉大学大学院情報学研究院 情報・データサイエンス学部・学府  
叶内宏明 大阪公立大学生活科学部食栄養学科  
栞原晶子 大阪公立大学生活科学部食栄養学科  
佐々木敏 東京大学大学院医学系研究科  
東海林宏道 順天堂大学医学部小児科学講座  
松本麻衣 国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所

<研究協力者>

上西一弘 女子栄養大学栄養学部実践栄養学科  
吉田宗弘 関西大学  
田中清 静岡県立総合病院 リサーチサポートセンター  
畑本陽一 国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所  
藤原綾 国立医薬品食品衛生研究所 安全情報部  
中西由季子 人間総合科学大学 人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科  
橋本彩子 京都女子大学 家政学部 食物栄養学科  
高橋一聡 千葉大学 大学院園芸学研究院  
杉本南 東邦大学医学部社会医学講座衛生学分野  
大野富美 岐阜大学大学院医科学研究科 疫学・予防医学分野  
大村卓也 国立長寿医療研究センター ジェロサイエンス研究センター 代謝・内分泌研究部  
清水俊明 順天堂大学大学院医学研究科 小児思春期発達・病態学  
杉山隆 愛媛大学大学院医学系研究科 産科婦人科学  
青未空 大阪樟蔭女子大学 健康栄養学部 健康栄養学科 応用栄養学研究室  
石神昭人 東京都健康長寿医療センター研究所 老化制御研究チーム  
杉本大貴 国立長寿医療研究センター・予防科学研究部  
上原敬尋 国立長寿医療研究センター・循環器内科部  
瀧谷公隆 大阪医科薬科大学 医学教育センター  
丸山広達 愛媛大学大学院 農学研究科 生命機能学専攻 地域健康栄養学  
平岡真実 千葉県立保健医療大学 健康科学部 栄養学科  
佐藤憲子 日本女子大学家政学部 食物学科基礎栄養学  
小西香苗 昭和女子大学食健康科学部管理栄養学科  
佐野光枝 滋賀県立大学人間文化学部人間文化学部生活文化学科・食生活専攻  
金高有里 札幌保健医療大学保健医療学部栄養学科