

## 栄養摂取状況調査の調査方法について

### 1. 現状の国民健康・栄養調査の調査方法とその課題

国民健康・栄養調査では、国民の栄養摂取状況を把握するため、食事記録法による調査を実施してきた。栄養摂取状況調査結果の精度を担保するため、記録内容の確認が必要であり、これまでの調査では対面で行ってきた。

令和4年調査の実施にあたり、新型コロナウイルス感染症の感染予防及び調査負担の軽減の観点からは、調査員が被調査者の住居に訪問するなど、対面でのやりとりを行う時間を極力短くすることが望ましいと考える。食事記録法は、調査員の負担が大きく、対面での面談を行う必要があることから、食事記録法以外の調査法も検討が必要になるが、調査法にはそれぞれ長所と短所があり、その特性に応じて使い分ける必要がある。

### 2. 令和4年国民健康・栄養調査の対応方針

栄養摂取状況調査では、国民の栄養素等摂取量の経年的な変化を評価する必要がある。また、新たな調査方法の導入に当たっては、従来法と新たな方法等の比較研究が必要である。そのため、令和4年調査は、新型コロナウイルス感染症の感染防止に配慮し、従来法で実施するが、動画配信や電話等も活用しつつ、調査員や被調査者への負担等を考慮する。

#### (参考) 今後、選択肢となり得る調査方法

|      | 食事記録法   | 24時間思い出し法   | 食物摂取頻度法  |
|------|---|---|--|
| 概要   | <ul style="list-style-type: none"> <li>対象者が一定期間内に摂取した料理名、食品名、料理名などを、原則としてリアルタイムで記録する方法である。</li> <li>摂取量を測定する秤量記録法、摂取量を目安で推定する目安量記録法などがある。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>前日の食事、又は調査時点からさかのぼって24時間分の食物摂取を、調査員が対象者に問診する。</li> <li>フードモデル、写真、イラストなどを回答者に提示することで、目安量を推定する。</li> <li>諸外国の国民健康・栄養調査ではこの方法が主に使用されている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>過去の一定期間について、食品(または料理)の習慣的な摂取頻度あるいは目安量について、質問票を用いて尋ねる。</li> <li>食品(または料理)の項目数は50~120項目程度。</li> <li><b>食品・栄養素摂取量の絶対値の推定ではなく、摂取量に応じて対象者をランク付けすることを旨として開発されており、妥当性の検証もランキング能力を保証するために行う。</b></li> </ul> |
| 使用目的 | <ul style="list-style-type: none"> <li>回答者/集団の摂取量の推定や栄養素摂取状況(適切性)の評価に使用される。</li> <li>他の食事調査法の妥当性を評価する際のゴールドスタンダードとして使用される。</li> <li>思い出しバイアスが少ないことから、ゴールドスタンダードとしては、24時間思い出し法よりも優れている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>回答者/集団の摂取量の推定や栄養素摂取状況(適切性)の評価に使用される。</li> <li>他の食事調査法の妥当性を評価する際のゴールドスタンダードとして使用される。</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>大規模調査にて、食品・栄養素の摂取と疾患との関連を検討するため使用される。</li> </ul>  |

(つづき)

|                    | 食事記録法   | 24時間思い出し法  | 食物摂取頻度法  |
|--------------------|---|--|--|
| 長所                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品・栄養素の摂取量の絶対値を推定することが可能。</li> <li>・対象者の記憶に依存しない。</li> <li>・ていねいに実施できれば精度が高い。</li> <li>・調査期間が明確である。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品・栄養素の摂取量の絶対値を推定することが可能。</li> <li>・対象者の負担は、比較的小さい。</li> <li>・比較的高い参加率を得られる。</li> <li>・回答者の習慣的な食事パターンに影響を与えない。</li> <li>・実施時間が短い。</li> <li>・調査期間が明確である。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・対象者1人当たりのコストが安い。</li> <li>・データ処理に要する時間と労力が少ない。</li> <li>・標準化に長けている。</li> <li>・調査者の訓練が不要。</li> <li>・大規模調査での使用が可能で回答率も高い。</li> <li>・回答者の習慣的な食事パターンに影響を与えない。</li> </ul>   |
| 短所                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・対象者の負担が大きいの。</li> <li>・対象者のやる気や能力に結果が依存しやすい。</li> <li>・調査期間中の食事が、通常と異なる可能性がある(例:食事記録を記入しやすいような簡単なものしか食べない)。</li> <li>・データ整理に人手、時間、コストがかかる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>調査員(面接者)の聞き取り方法の訓練が必要となる。</b></li> <li>・回答内容の正確性は対象者の記憶に依存する。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・回答内容の正確性は対象者の記憶に依存する。</li> <li>・調査できる食品の種類は選択肢のあるものに限定される。</li> <li>・摂取目安量を尋ねないか、尋ねても選択肢数に限度があるため、質問票開発者による任意の値が摂取目安量として使用される等、摂取量推定プロセスに多くの仮定が含まれる。</li> <li>・<b>回答者の食品・栄養素の摂取量の絶対値を推定することは困難である。</b></li> <li>・質問票の精度を評価するため、妥当性研究が必要である。</li> </ul> |
| 国民健康・栄養調査に導入する際の課題 | (現状、国民健康・栄養調査で使用されている方法)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・過去の国民健康・栄養調査の結果との比較可能性が保証できない。</li> <li>・<b>自治体ごとに調査員の訓練を行う必要がある。</b></li> <li>・対象者との対面時間を短くするため、電話等を用いた聞き取りの仕組みが必要であるが、被調査者の連絡先を把握できないケースが想定される。</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>摂取量の絶対値を推定するための調査法ではないため、国民健康・栄養調査の調査目的には適さない。</b></li> <li>・過去の国民健康・栄養調査の結果との比較可能性が保証できない。</li> <li>・一人で回答できない被調査者への支援や、回答漏れの再調査が必要となり、<b>必ずしも被調査者との対面でのやりとりを省略できない。</b></li> </ul>  |

なお、栄養摂取状況調査については、令和4年度厚生労働行政推進調査事業費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)「国民健康・栄養調査における栄養摂取状況調査手法の見直しに向けた基盤研究」(研究代表者:瀧本秀美 国立健康・栄養研究所部長)において検討することとしており、その結果等を踏まえて、見直しに関する議論を行っていくこととする。

## 参考文献

- ・日本人の食事摂取基準(2020年版) I 総論 4 活用に関する基本的事項 p24-25
- ・日本栄養改善学会監修. 食事調査マニュアル はじめの一步から実践・応用まで. 南山堂

資料作成協力: 国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所栄養疫学・食育研究部