

# 職域における野菜摂取増加を検証した栄養・健康教育の システマティックレビュー ～第3報（野菜摂取評価 に用いられた食物摂取頻度調査について）～

019

○今井具子<sup>1</sup> 石原孝子<sup>2</sup> 澤田樹美<sup>3</sup> (1:東海学園大学 2:東海大学  
3:結核予防会生活習慣病予防・研究センター)

【背景と目的】第1報・第2報で報告した職域における野菜摂取増加を検証した栄養・健康教育のシステマティックレビューにおいて採択された21件の論文に用いられた食物摂取頻度調査（FFQ）の形式や内容を把握すること。

【方法】システマティックレビューで採択された21件の論文の参考文献リストより、野菜摂取の評価に用いられたFFQについて記した参考文献を入手し精査した。

【結果】参考文献をもとに21論文で用いられたFFQを確認したところ、野菜摂取に特化された簡易的なFFQが2種類、食品全般を扱った総合的なFFQが4種類であった。簡易的なFFQでは、1) short fruit and vegetable question では過去1カ月間の野菜果物摂取量について、果物6項目と野菜4項目の計10項目、項目により異なる摂取頻度のスケールを用いており、2) National Cancer Institutes 5-A-Day for better health research projects のFFQでは、過去1カ月間の野菜果物摂取量を7項目、摂取頻度を10段階で質問していた。これら海外で開発・使用されている野菜関連の項目内容は、主にサラダやボイルド野菜類・果物類・フルーツジュース類・イモ類、豆類で構成されており、その他トマトソースや野菜スープの項目も含まれる調査票もみられた。また、野菜・果物摂取量の検証の際にはフライドポテトを除外して解析されていた。多く食品全般を扱ったFFQでは1) Block のFFQは88項目、FFQで求めた食品摂取量を加工してスコア化して用いている論文もみられた。2) オランダで開発された簡易版FFQは食品項目35項目、摂取頻度は7段階、3) イギリスで開発された The Heartbeat

Wales project のFFQは16項目、摂取頻度は6段階、4) ニュージーランドで開発されたFFQは17項目、摂取頻度は4段階、各項目の点数をスコア化して使用していた。これらのFFQでは野菜摂取量の妥当性・再現性の検討を行いその数値を記載しているもの、脂質や食物繊維などの栄養素での妥当性・再現性検討の内容が記載されているものなどがあつた。また対象者も成人、中年、女性のみ、労働者と様々であり、ゴールドスタンダードとしている調査方法も食事記録、その他のFFQ、バイオマーカーなどと様々であつた。

【考察】今回の職域における野菜摂取増加を検証した栄養・健康教育のシステマティックレビューに用いられていたFFQの形式や内容の把握をしたところ、野菜摂取に特化された簡便なFFQと、食品全体を把握することを目的にした全般的なFFQとがあつた。

今後我が国でも野菜摂取の増加を目的とした栄養教育が行われる必要があると考えられるが、海外の先行研究の調査票も参考にしながら日本独自の食品項目で構成された野菜摂取内容の定義の検討やそのFFQの開発の重要性を認識する必要があることが示唆された。

\*本研究は、平成20年度日本健康教育学会栄養教育研究会「文献レビュー委員会」の一環として実施された。

健康・栄養教育分野の方の参加をお願いします。

(連絡先) 今井具子 (いまい ともこ)  
〒468-8514 名古屋市天白区中平2-901  
東海学園大学人間健康学部管理栄養学科  
E-mail imaitomorin@yahoo.co.jp  
TEL/ FAX: 0572-24-7548 (自宅)