

論文タイトル： National Nutrition Survey in Japan.

論文著者： Yoshiike N, 他

論文掲載誌： Journal of Epidemiology. 6 (Supple 3): S189-S200.

---

この研究は、平成 5 年（1993 年）までの「国民栄養調査」の結果を報告したものです。

全国から無作為抽出した約 5 千世帯、約 1 万 6 千人の世帯員の食事記録データから、一人あたりの総エネルギーおよび栄養素摂取量(/日)を算出し、食事摂取基準の推奨量を満たしているかどうかを調べました。次に、1946 年から 1993 年までの食品群摂取量および栄養素摂取量の年次推移と、地域別食塩摂取量を比較しました。

カルシウムを除く全ての栄養素の一日あたり平均摂取量は、食事摂取基準の推奨量を満たしていました。1946 年から 1993 年までに、総エネルギー摂取量に占める脂質のエネルギー比率が 25%以上増加した一方、食塩の摂取量は減少傾向にありました。

食塩摂取量の地域差は、いまだ存在していたものの、1970 年代には摂取量の高かった東北・北陸地域の摂取量が減少し、食塩摂取量の地域差が縮小していました。

今後も、日本人の栄養素等摂取状況についてはこのようなモニタリングが必要と考えられます。

※詳細は、文献をご確認ください。

—国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所—