

食事パターンとメタボリックシンドロームに関するエビデンステーブル(研究結果の一覧)

番号	著者 (発行年)	調査 国・ 地域	研究対象 (年齢層・ 調査対象)	調査 方法 研究 デザイン	調査項目			結果		
					食事調 査方法	テーマに関連する 調査項目	アウトカム指標 (利点、重要性に関す る調査項目)	利点、重要性に関する 調査結果(関連)	共変量の調 整	キーワード
1	近藤 香奈 恵 (2007)	山形 県鶴 岡市	国保ヘル スアップモ デル事業 参加者 平均年齢 58.0歳～ 62.4歳、 491人(男 性70人、女 性421人)	横断 研究	食物摂 取頻度 調査 (FFQ)	食事の多様性得点 主食は3つの食品群、副菜は5つの食品 群、主菜は5つの食品群、牛乳・乳製品は 2つの食品群、果物は1つの食品群とし、 0.5サービング以上摂取している食品群 の数をカウントし、下記の式で各料理区 分の多様性得点を算出した。 各料理区分多様性得点＝各料理区分の うち0.5サービング以上摂取している食品 群数/各料理区分の食品群数×2点 合計得点は0～10点で、得点が高いほど 食事の多様性がある。	メタボリックシンドロ ーム (必須項目:腹囲:男性 85cm以上、女性90cm 以上;以下のうち2つ 以上の項目に該当:脂 質異常症(トリグリセリ ド150mg/dlまたはHDL コレステロール 40mg/dl未満または薬 物治療中)、高血圧 (収縮期血圧130mmHg 以上または拡張期血 圧85mmHg以上または 薬物治療中)、高血糖 (110mg/dl以上または 薬物治療中) 腹囲に加え、さらに1項 目該当している場合、 一部該当とした。	食事の多様性得点の平均値±標準誤 差 男性 非該当群 5.77±0.40 一部該当 5.14±0.24 メタボ群 5.20±0.22 女性 非該当群 5.40±0.12 一部該当 5.48±0.07 メタボ群 5.69±0.12 男女ともに3群間で有意差みられず	年齢 BMI 総エネル ギー摂取量	食事の多 様性とバラ ンス メタボ 成年男女

番号	著者 (発行年)	調査 国・ 地域	研究対象 者 (年齢層・ 調査対象)	調査 方法 研究 デザイン	調査項目		結果			
					食事調 査方法	テーマに関連する 調査項目	アウトカム指標 (利点、重要性に関す る調査項目)	利点、重要性に関する 調査結果(関連)	共変量の調 整	キーワード
2	Arisawa Kokichi, et al (2014)	徳島 県	徳島県に おけるJ- MICCスタ ディ参加者 35-70歳、 513人(男 性377人、 女性136 人)	横断 研究	食物摂 取頻度 調査 (FFQ)	J-MICCスタディ参加者513人を対象に、 46食品に基づき抽出された食事パターン 健康食パターンは、野菜、果物、きのこ類 の高摂取に特徴づけられる。(説明率: 17%) 高脂肪/欧米食パターンは肉、肉製品、 マヨネーズ、揚げ物、洋菓子の高摂取に 特徴づけられる。(説明率: 7%) パン・乳製品パターンは、パン、マーガリ ン、牛乳、ヨーグルトの高摂取に特徴づ けられる。(説明率: 5%)	メタボリックシンドローム(NCEP ATP Ⅲ 基 準) (以下のうち、3つ以上 の項目に該当: 腹囲 90cm以上(男性)、 80cm以上(女性); トリ グリセリド150mg/dl; HDLコレステロール 40mg/dl未満(男性)、 50mg/dl未満(女性); 収縮期血圧130mmHg 以上かつ/または拡張 期血圧85mmHg以上、 または治療中; 空腹時 血糖100mg/dl以上) メタボリックシンドローム(JASSO 基準) (必須項目: 腹囲: 男性 85cm以上、女性90cm 以上; 以下のうち2つ 以上の項目に該当: 脂 質異常症(トリグリセリ ド150mg/dlかつ/また はHDLコレステロール 40mg/dl未満)、高血圧 (収縮期血圧130mmHg 以上かつ/または拡張 期血圧85mmHg以上、 または治療中)、高血 糖(110mg/dl以上) パン・乳製品パターンは、パン、マーガリ ン、牛乳、ヨーグルトの高摂取に特徴づ けられる。(説明率: 5%)	健康食パターン 得点によるメタボ割合に差は見られな かった。 主成分得点が1SD増加するごとのメタ ボのオッズ比(95%CI) NCEP ATP Ⅲ 基準 0.77(0.56-1.03)P=0.07 JASSO 基準 0.79(0.53-1.12)P=0.20 高脂肪/欧米食パターン 得点によるメタボ割合に差は見られな かった。 得点が1SD増加するごとのメタボの オッズ比(95%CI) NCEP ATP Ⅲ 基準 1.08(0.83-1.42)P=0.56 JASSO 基準 1.31(0.94-1.80)P=0.11 パン・乳製品パターン 得点によるメタボ割合に差は見られな かった。 主成分得点が1SD増加するごとのメタ ボのオッズ比(95%CI) NCEP ATP Ⅲ 基準 0.89(0.69-1.14)P=0.34 JASSO 基準 0.99(0.73-1.34)P=0.96	年齢 性別 総エネルギー摂取量 身体活動量 喫煙状況 飲酒状況	食事パター ン メタボ Homeostasi s Model of Assessmen t- InsulinResis tance (HOMA- IR) 成年男女

番号	著者 (発行年)	調査 国・ 地域	研究対象 者 (年齢層・ 調査対象)	調査 方法 研究 デザイン	食事調 査方法	調査項目		結果		
						テーマに関連する 調査項目	アウトカム指標 (利点、重要性に関す る調査項目)	利点、重要性に関する 調査結果(関連)	共変量の調 整	キーワード
						魚介類パターンは、いか、えび、かに、た こ、貝類、魚卵の高摂取に特徴づけられ る。(説明率: 4%)		魚介類パターン 得点によるメタボ割合に差は見られな かった。 主成分得点が1SD増加するごとのメタ ボのオッズ比(95%CI) NCEP ATP Ⅲ 基準 1.14(0.91-1.44)P=0.24 JASSO 基準 1.19(0.91-1.53)P=0.20		
3	Kuroki Yukari, et al (2017)	奈良 県	エレクトロ ニクス工場 男性従業員 (25-62歳、 503人)	横断 研究	BDHQ	AI-84 American Heart Association Diet and Lifestyle Recommendation (AHA-DLR) 10項目についての遵守度から算出(0-84 点)。 1. 果物と野菜の豊富な食事 2. 多様な果物と野菜の摂取 3. 全粒穀類を選ぶ 4. 脂の多い魚の摂取 5. 総脂肪の適量摂取 6. 飽和脂肪酸の摂取を控える 7. 食事コレステロールの減少 8. 加糖の飲料及び食品摂取を最小限に する 9. 低塩・無塩食品の摂取 10. アルコールの適量飲酒	メタボリックシンドロ ーム (以下のうち、3つ以上 の項目に該当: 腹囲 85cm以上;トリグリセリ ド150mg/dlまたは治療 中;HDLコレステロール 40mg/dl未満;収縮期 血圧130mmHg以上ま たは拡張期血圧 85mmHg以上または降 圧剤の使用;空腹時血 糖110mg/dl以上)	AI-84が10点増加するごとにメタボの オッズは22%低下した。 AI-84の平均値±標準偏差 メタボなし 28.9±9.2 メタボあり 27.1±9.1 P = 0.04 ※調整なし AI-84三分位ごとのメタボオッズ比 (95%CI) 第3三分位 基準 第2三分位 1.29 (0.78-2.13) 第1三分位 2.00 (1.21-3.32) ※調整なし AI-84が10点増加するごとのメタボの オッズ比(95%CI) 0.78 (0.61-0.99) P = 0.04	年齢 喫煙状況 身体活動量 総エネルギー 摂取量	AI-84 メタボ 食事バラン ス 成年男女