

食事パターンと肥満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
1	Okubo H, et al (2008)	33都道府 県	栄養系大 学・短大・ 専門学校 の新生 18-20歳、 女性3,760 人	横断 研究	DHQ	栄養系学校の女子新生3,760人を対象 に、30食品群に基づき抽出された食事パ ターン 健康食パターンは、緑色野菜、淡色野 菜、きのこ類、海藻類、いも類、魚介類、 大豆製品、加工魚、果物、塩蔵野菜の高 摂取に特徴づけられる。(説明率: 10.5%) 伝統食パターンは、米飯、みそ汁、大豆 製品の高摂取に特徴づけられる。(説明 率: 6.9%)	肥満 BMI25kg/m2以上 (日本肥満学会)	健康食パターン 得点の五分位で対象者を分 け、オッズ比を算出した結果、 得点による肥満割合に差は見 られなかった。 オッズ比(95%信頼区間) 第1五分位 1.00 (基準) 第2五分位 0.63 (0.42-0.96) 第3五分位 0.76 (0.51-1.13) 第4五分位 0.76 (0.51-1.14) 第5五分位 0.57 (0.37-0.87) 傾向性P値 = 0.05 伝統食パターン 得点の五分位で対象者を分 け、オッズ比を算出した結果、 最も得点が低い群に比べ最も 高い群では、肥満割合が1.8倍 高かった。 オッズ比(95%信頼区間) 第1五分位 1.00 (基準) 第2五分位 0.89 (0.57-1.40) 第3五分位 1.41 (0.92-2.16) 第4五分位 1.04 (0.67-1.63) 第5五分位 1.77 (1.17-2.67) 傾向性P値 <0.01	居住地区 居住地の規模 現在喫煙 サプリメント使 用 身体活動レベ ル 過去1か月の減 量 過去1年間の食 事変化 食べる速さ 食意識 総エネルギー 摂取量	食事パター ン 肥満 18-20歳の 女性

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
						欧米食パターンは、肉、油脂類、調味料、 加工肉、卵の高摂取に特徴づけられる。 (説明率: 6.1%)		欧米食パターン 得点の五分位で対象者を分 け、オッズ比を算出した結果、 最も得点が低い群に比べ最も 高い群では、肥満割合が1.6倍 高かった。 オッズ比(95%信頼区間) 第1五分位 1.00 (基準) 第2五分位 1.29 (0.82-2.02) 第3五分位 1.24 (0.78-1.96) 第4五分位 1.48 (0.95-2.30) 第5五分位 1.56 (1.01-2.40) 傾向性P値 = 0.04		
						コーヒー・乳製品パターンは、甘い食品、 コーヒー、乳製品の高摂取に特徴づけら れる。(説明率: 5.4%)		コーヒー・乳製品パターン 得点の五分位で対象者を分 け、オッズ比を算出した結果、 得点による肥満割合に差は見 られなかった。オッズ比(95%信 頼区間) 第1五分位 1.00 (基準) 第2五分位 0.86 (0.58-1.28) 第3五分位 0.62 (0.40-0.95) 第4五分位 0.69 (0.46-1.04) 第5五分位 0.82 (0.54-1.23) 傾向性P値 = 0.16		
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%)	腹部肥満 NCEP ATP Ⅲ 基準 腹囲: 男性90cm以上、 女性80cm以上 JASSO 基準 腹囲: 男性85cm以上、 女性90cm以上	健康食パターン 得点による肥満割合に差は見 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%信頼 区間) NCEP ATP Ⅲ 基準 0.85(0.68-1.05)P=0.13 JASSO 基準 0.80(0.63-1.01)P=0.06	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 腹部肥満 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	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	
						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%)		高脂肪/欧米食パターン NCEP ATPⅢの定義では、得点による肥満割合に差は見られなかったものの、JASSOによる定義では、得点が1SD増加するごとに肥満のオッズが1.3倍高かった。 主成分得点が1SD増加することのメタボのオッズ比(95%信頼区間) NCEP ATP Ⅲ 基準 1.20(0.97-1.49)P=0.10 JASSO 基準 1.29(1.03-1.61)P=0.03		
						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%)		パン・乳製品パターン JASSOの定義では、得点による肥満割合に差は見られなかったものの、NCEP ATPⅢによる定義では、得点が1SD増加するごとに肥満のオッズが19%低下した。 主成分得点が1SD増加することのメタボのオッズ比(95%信頼区間) NCEP ATP Ⅲ 基準 0.81(0.66-1.00)P=0.04 JASSO 基準 0.82(0.66-1.01)P=0.07		
						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 得点による肥満割合に差は見られなかった。 主成分得点が1SD増加することのメタボのオッズ比(95%信頼区間) NCEP ATP Ⅲ 基準 1.03(0.85-1.25)P=0.75 JASSO 基準 1.10(0.90-1.35)P=0.36		

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
3	Kanauchi Masao, et al (2016)	日本	8つの職域 の労働者 と大学生 18-68歳、 1,048人(男 性645人、 女性403 人)	横断 研究	BDHQ	jMD score Mditerranean Diet (MD) pyramid を基に、 13項目についての遵守度から算出(0-13 点)。 1. 穀類 2. 野菜 3. 果物 4. 豆類 5. 魚 6. 乳製品 7. イモ類 8. 卵類 9. 鶏肉 10. 赤肉・加工肉 11. 菓子 12. アルコール類 13. MUFAとSFAの比	肥満・過体重 BMI25kg/m2以上	得点の三分位で対象者を分 け、オッズ比を算出した結果、 最も得点が低い群に比べ最も 高い群では、肥満割合が50% 低かった。 オッズ比(95%信頼区間) 低 1.00 (基準) 中 0.87 (0.63-1.20) 高 0.50 (0.30-0.85) 傾向性P値 = 0.02	年齢 性別 喫煙状況 身体活動量 飲酒状況 高血圧既往歴	jMD 肥満 過体重 大学生男 女 労働者 男女