

3

本パンフレットのメッセージを正しく読み取るために

■エビデンス(根拠)の紹介に当たっては、食育分野の研究に詳しい研究者の協力のもと、以下の条件に合う論文を収集しました。

- ・幼児以上の健常な日本人を対象としたもの
(「農林漁業体験」の海外レビュー論文については、「幼児以上の健常者を主な対象としたもの。傷病者や障がい者を主な対象としているものは除く。」)
- ・論文投稿時に専門家による審査を受けたもの(紀要は含めない)
- ・「朝食」、「栄養バランス」、「農林漁業体験①」については、2000年1月1日～2017年9月30日に公表されたもの
- ・「共食」、「農林漁業体験②、③」については2000年1月1日～2018年9月30日に公表されたもの

論文内容

- ◎共食:「共食」または「孤食」の行動に関する調査項目があり、かつ、「共食」または「孤食」と、「共食が増える」「孤食が減る」ことで変化が期待できる要因^{※1}との統計的な関連を検討しているもの
- ◎朝食:「朝食摂取」や「朝食欠食」に関する調査項目があり、かつ、「朝食摂取が増える」「朝食欠食が減る」ことで変化が期待できる要因(健康・栄養状態や栄養・食物摂取状況等との関連)について記載があるもの
- ◎栄養バランス:
 - (1)主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取と健康・栄養状態との関連について記載があるもの
 - (2)「食事パターン」や「食事の質スコア」に関連する調査項目があり、かつ、総死亡やがん・循環器疾患などの非感染性疾患との関連について記載があるもの
- ◎農林漁業体験:
 - ①「農業体験」や「食農体験」に関する調査項目があり、かつ、食意識・食行動等との関連について記載があるもの
 - ②(日本人を対象としたもの)農林漁業体験^{※2}と食知識・食態度・食行動、身体活動、あるいは健康との関連が検討されているもの
 - ③(海外レビュー論文)農林漁業体験^{※2}と食知識・食態度・食行動、身体活動、あるいは健康との関連の検討が主な目的とされているもの

※1 生活の質(QOL)、健康・栄養状態、食物摂取、食行動、生活習慣とし、食知識、食態度等は除外

※2 日常的な作物の栽培(家庭菜園など)を含む。農家を対象としたものや、主に食料以外の栽培は除外。

■「共食」「朝食」「栄養バランス」についての論文は、研究対象者の生活習慣や病気などを観察して比べる「観察研究」のみ。「農林漁業体験」は、対象者に何らかの働きかけをして効果を検証する「介入研究」が一部含まれていますが、対象者が少ないものもあり、解釈には注意が必要です。

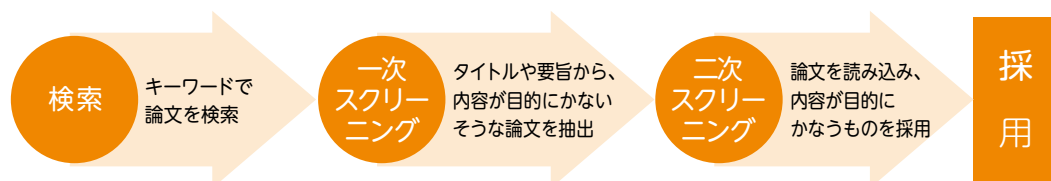
■多くの論文の中から、内容が目的に合致するものを選び、条件に当てはまった全ての論文について、エビデンステーブルとして整理して、情報を公開しています。最終的に採用した論文には、関連があることが示された研究だけでなく、関連があるかどうか示されなかった研究や関連がないと示された研究も含まれています。

■このパンフレットでは、条件に当てはまった論文の中から、食育の推進に役立つ結果を中心にまとめました。そのため、パンフレットで取り上げている研究結果は一部分のみですので、より詳しく知りたい方はホームページに掲載されているエビデンステーブルをダウンロードしてください。

農林水産省ホームページ：<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/evidence/index.html>

■各ページの脚注に示された論文番号は、エビデンステーブルの番号と対応しています。

図. 論文採用までの流れ



共食	延べ967件の論文がヒット	115件の論文を抽出	62件の論文を採用
朝食	延べ2,058件の論文がヒット	510件の論文を抽出	156件の論文を採用
栄養バランス	延べ881件の論文がヒット	61件の論文を抽出	35件の論文を採用
農林漁業体験①	延べ206件の論文がヒット	45件の論文を抽出	12件の論文を採用 ^{※3}
農林漁業体験②	延べ3,332件の論文がヒット	148件の論文を抽出	19件の論文を採用 ^{※3}
農林漁業体験③	延べ258件の論文がヒット	29件の論文を抽出	14件の論文を採用

エビデンステーブルでは二次スクリーニングによって採用された赤枠内論文の情報を詳しく掲載しています。

※3 農林漁業体験①と②は、6件の論文が重複しています。