

■研究・実践の課題（テーマ）

健康寿命、疾病構造に関する国際栄養研究

■主任研究者 下方浩史

■共同研究者 宮本恵子、今井具子、阿部知里、川瀬文哉、白井禎朗、加藤匠

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

食生活は文化や歴史、経済、教育などによって大きく異なる。特に地域や国による違いは大きく、食生活の違いが、このような各国の疾病構造や平均寿命、健康寿命の違いの大きな部分を占めている可能性がある。栄養と疾患に関する国別の全地球的な国際比較研究は、データの収集や解析方法の難しさのためほとんど行われてこなかった。しかし近年では WHO を中心とした世界機関から栄養や健康に関する様々なデータが公表され、インターネット上で利用できるようになってきた。本研究では、このようなデータを用いて栄養と疾患構造や死亡リスクとの関連を、最新の統計手法を用いて明らかにする。本研究からの成果は、世界各国の抱える健康問題を食生活の改善から解決していくためのエビデンスとして重要なものとなることが期待できる。

日本の伝統的な食生活は、日本人の健康と長寿の重要な要因の一つと考えられている。乳がんは世界の女性の中で最も多いがんである。しかし、日本の伝統的な食生活と乳がんとの関連性は不明である。生態学的研究において伝統的日本食スコア (TJDS) と乳がんの発生率および死亡率との縦断的な関連解析を行った。国際的なデータベースから国別の食料供給量と乳がん罹患率および死亡率を入手した。国別の TJDS は 9 つの食品群から算出され、合計スコアは -9 から 9 の範囲で、スコアが高いほど日本の伝統的な食事を遵守していることを示した。人口 100 万人以上の 139 カ国を対象に、TJDS と年度との相互作用と乳がん罹患率および死亡率との縦断的な関連を調べた。縦断的な分析は、調整共変量の異なる 4 つの線形混合効果モデルを用いて評価した。TJDS のスコアが高い国の多くは、1990 年から 2017 年にかけて、乳がん罹患率と死亡率の分布が低かった。社会経済・生活習慣の共変量をコントロールした線形混合効果モデルを用いた縦断的解析では、TJDS と会計年度の交互作用が、乳がんの罹患率 (-0.453 ± 0.138 , $p < 0.01$) および乳がんの死亡率 (-0.455 ± 0.135 , $p < 0.001$) と有意に関連していた。今回の縦断的な分析により、伝統的な日本食は、近年、世界的に乳がんの罹患率および死亡率の低下と関連していることが示唆された。