

食物繊維摂取量と成人病死亡率との相関
実践女大家政 ○中川靖枝
国立健康・栄養研 辻 啓介，市川富夫

目的 我が国の疾病構造はこの数十年間に欧米型へと変化し，その一因として「食生活の欧米化」が周知のこととされている．国民栄養調査からは伝統的な食生活で摂取されていた穀類，いも類が減り，高繊維の食物摂取が減少していることが明らかである．一方，食物繊維の摂取量の減少は成人病の増加に影響するのではないかと推測され，疫学調査，被験者試験，動物実験などで確かめられつつある．今回は成人病による死亡率と食物繊維の摂取量およびその他の栄養素との相関関係や摂取食物と疾病の経時的な影響をみる指標として移動相関係数を各種統計資料より求め若干の知見が得られたので報告する．

方法 国民栄養調査食品群別表をもとに，食物繊維群別表を作成した．この表をもとに地方衛生研究所全国協議会より公表された食物繊維含量表，およびその他の文献数値などから，昭和22年～62年の40年間の群別の食物繊維含量表を作成した．いわゆる成人病の死亡率は昭和22年～62年の厚生省大臣官房統計情報部の人口動態統計を用いた．統計処理はLotus-123により行ない相関係数および移動相関係数などを求めた．

結果 食物繊維摂取量は戦後漸増していたが昭和30年以降漸減し，昭和40年以降に20g以下となり，昭和62年にはピーク時の約30%も減少した．食品群別ではとくに穀類，いも類からの食物繊維摂取割合が減少した．疾病と食物繊維の摂取量と相関が認められたのは糖尿病，心疾患，高血圧疾患で，脳血管疾患ではとくに強い相関がみられなかった．食物繊維摂取量と疾病の関係を移動相関係数を求めて経時的に調べたところ，3～5年前の食物繊維摂取量と糖尿病，高血圧疾患，および9年前のそれと心疾患との相関が高かった．