

三重県の農漁村における脂肪酸摂取量の検討  
日本女大家政 〇丸山千寿子  
国立循環器病センター 都島基夫

(目的) わが国においては食生活の変化により虚血性心疾患を始めとした動脈硬化性疾患の増加が問題になっている。この主たる要因の一つとして脂肪摂取量および飽和脂肪酸(S)摂取量の増加、多価不飽和脂肪酸(P)のうちn-3系多価不飽和脂肪酸(n-3)摂取量の減少が指摘されている。しかしながら最近のわが国における食事中脂肪酸摂取量の現状の報告は少ない。そこで1991年12月に三重県度会郡紀勢町において実施した疫学調査の成績より、食事中脂肪酸摂取量と血中脂肪酸組成を検討したので報告する。

(方法) 1991年12月に三重県度会郡紀勢町の農村と漁村において疫学的調査を実施した。今回は男性を対象とした。空腹時血清について薄層クロマトグラフィーにて脂質を分離し脂肪酸組成をガスクロマトグラフィーにて測定した。24時間留置法による食事記録より栄養摂取量および食事中脂肪酸摂取量を食品成分表により算出した。

(結果) 対象の年齢は  $49.7 \pm 10.5$  歳 (Mean  $\pm$  SD) であった。食品群別摂取量は穀類  $741 \pm 301$ g, 芋類  $78 \pm 92$ g, 砂糖類  $16 \pm 16$ g, 菓子類  $37 \pm 65$ g, 魚介類  $164 \pm 120$ g, 肉類  $91 \pm 106$ g, 卵類  $50 \pm 48$ g, 乳類  $136 \pm 158$ g, 油脂類  $9 \pm 9$ g, 種実類  $1 \pm 2$ g, 豆類  $52 \pm 60$ g, 藻類  $3 \pm 6$ g であった。栄養摂取量はエネルギー  $2600 \pm 755$  kcal, タンパク質  $100.3 \pm 37.5$ g, 脂質  $63.1 \pm 30.6$ g であった。食事中脂肪酸摂取量は S 33%, 1価不飽和脂肪酸 40%, P 27% で P/S比は  $0.87 \pm 0.34$  であった。n-3 摂取量は平均 3.2g で、n-3/n-6比は  $0.07 \sim 1.53$  ( $0.4 \pm 0.2$ ) であり、漁村を含む対象においてもn-3 摂取量がきわめて低いものがいた。