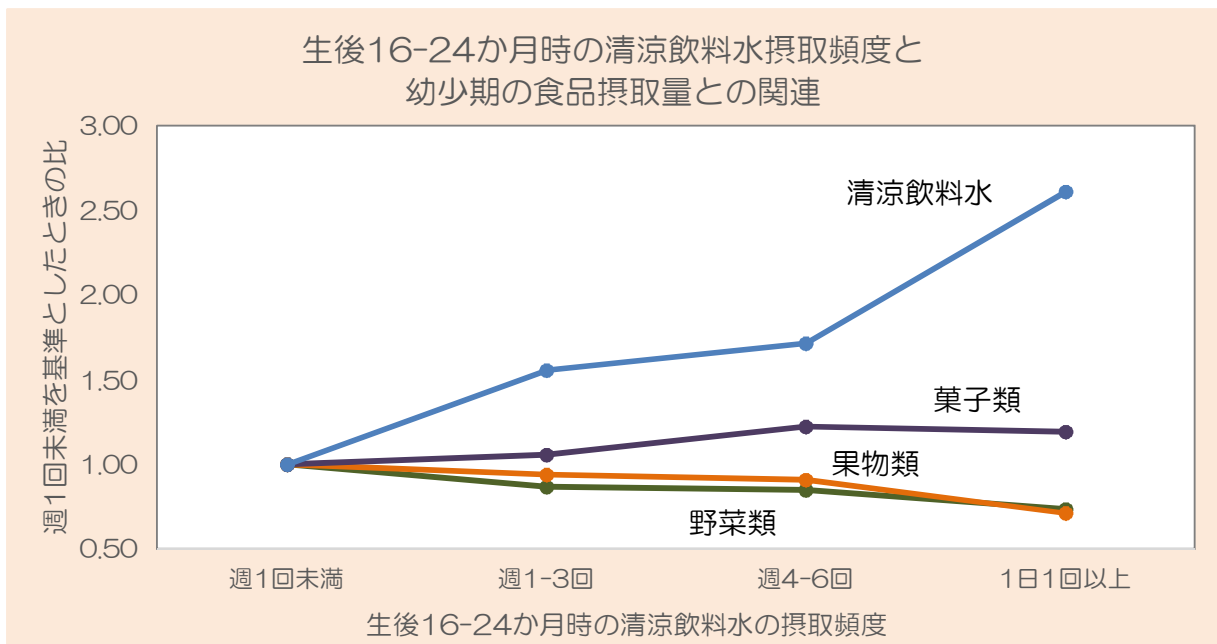


## 大阪母子保健研究 41-49ヶ月追跡データの結果 乳幼児期の清涼飲料水摂取頻度と数年後の食品・栄養素摂取量との関連

**背景：**清涼飲料水の摂取量の多さと子どもの食事の質の低さが関係していることが報告されていますが、実はまだよくわかっていません。さらに清涼飲料水の摂取量が欧米よりも少ない日本を含むアジア諸国では、その関連性については調べられていませんでした。

**方法：**大阪母子保健研究のベースライン調査と生後2-9か月時の第1回、生後16-24か月時の第2回、生後29-39か月の第3回、そして生後41-49か月時の第4回追跡調査に参加した母親とその児の493組を対象としました。生後16-24か月ならびに41-49か月時の子どもの食事の摂取状況は自記式質問票を用いて母親から収集しました。そして、生後16-24か月時の清涼飲料水の摂取頻度と生後41-49か月時の食品・栄養素摂取量との関連について重回帰分析を用いて調べました。なお本研究では、砂糖が含まれた甘いジュースならびに100%以外の果物ジュースを清涼飲料水としました。

**結果：**生後16-24か月時の清涼飲料水の摂取状況は、半数以上（56.4%）の子どもが週1回未満であり、その一方で毎日1回以上は11.6%でした。そして、この時期の清涼飲料水の摂取頻度が多いほど、生後41-49か月時の菓子類および清涼飲料水の摂取量が多く、野菜や果物の摂取量が有意に低い傾向が認められました。この関連は母親の清涼飲料水や社会経済的要因などの影響を調整しても変わりませんでした。また栄養素摂取量との関連をみると、生後16-24か月時の清涼飲料水の摂取頻度が高いほど、エネルギー摂取量が多く、たんぱく質、食物繊維や検討した多くのビタミン、ミネラル類の摂取量が有意に低い傾向が見られました。



**結論：**乳幼児期の清涼飲料水の高頻度摂取は、1.5~2.5年後の食事全体の質の低下に関係していることが示唆されました。

**出典：**Okubo H, Miyake Y, Tanaka K, Sasaki S, Hirota Y. Early sugar-sweetened beverage consumption frequency is associated with poor quality of later food and nutrient intake patterns among Japanese young children: the Osaka Maternal and Child Health Study. *Nutr Res* 2016; 36: 594-602.