

Clinical Nutrition ESPEN に大学院人間文化総合科学研究科 生活環境科学専攻 博士後期課程 2 年 山岸万里菜さんの論文『食事ガイドへの高遵守は、24 時間尿中ナトリウム排泄量とナトリウム/カリウム比の低下、カリウム排泄量の増加と関連する可能性』が掲載されました。

『食事ガイドへの高遵守は、24 時間尿中ナトリウム排泄量とナトリウム/カリウム比の低下、カリウム排泄量の増加と関連する可能性』が、「Clinical Nutrition ESPEN」においてオンライン先行公開され、食事バランスガイド^(※)の遵守得点が高い人ほど、食塩摂取量が少ない傾向があることを示しました。食事バランスガイドには食塩に関するガイドは含まれていません。それでもガイドを守る人の方が、食塩摂取量が少なかったということは、食事バランスガイドを守る食べ方が健康増進に資する栄養バランスを保てることを改めて確認する結果となりました。

この研究は、国立がん研究センターなどと共同で行っている次世代多目的コホート研究（JPHC-NEXT）の調査票妥当性研究に基づく成果で、大学院人間文化総合科学研究科 生活環境科学専攻 博士後期課程 2 年 山岸万里菜さんが筆頭著者として論文執筆しました。

<概要リンク先（国立がん研究センター）>

https://epi.ncc.go.jp/jphcnxt/result/individual.html?entry_id=141

※食事バランスガイドとは： 1 日に、「何を」、「どれだけ」食べたらよいかを考える際の参考にしていただけるよう、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストでわかりやすく示したものです。（平成 17 年 6 月，厚生労働省・農林水産省）

<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/nozomasiisyokuseikatu.html>

<掲載先>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405457725000993?via%3Dihub>