

指標 2.2.4

指標名、ターゲット及びゴール

指標 2.2.4 人口グループ（6～24 か月未満の子ども及び 15～49 歳の妊娠していない女性）における最低限の食事多様性の普及率（%）

ターゲット 2.2 5歳未満の子どもの発育阻害や消耗性疾患について国際的に合意されたターゲットを 2025 年までに達成するなど、2030 年までにあらゆる形態の栄養不良を解消し、若年女子、妊婦・授乳婦及び高齢者の栄養ニーズへの対処を行う。

ゴール 2 飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する

定義及び根拠

○ 定義

調査日の 1 日のうちに、定義された 10 食品群のうち少なくとも 5 つの食品群の食品または飲料を摂取し、最低限の食事多様性を達成する 15～49 歳の非妊娠女性の割合

○ 概念

女性における最低限の食事多様性指標（Minimum Dietary Diversity for Women : MDD-W）：健康的な食事の主要な特徴のひとつである「食事の多様性」を集団レベルで評価するための食品群ベースの指標である。食品群：国際連合食糧農業機関（FAO）は、相互に重複しない以下の 10 の食品群を定義している。

- 1) 穀類、白色の根菜類・いも類、およびプランテン（調理用バナナ）
- 2) 豆類（豆、エンドウ豆、レンズ豆）
- 3) ナッツ類および種実類
- 4) 乳および乳製品
- 5) 肉類、家禽肉および魚介類
- 6) 卵類
- 7) 濃緑色葉野菜
- 8) その他のビタミン A に富む果物および野菜
- 9) その他の野菜
- 10) その他の果物

非定量的指標：FAO の定義においては、MDD-W の算出において摂取量に関するデータは必要とされず、各食品群に属する食品または飲料を摂取し

たかどうかに関する情報で判断することとされている。

○ 根拠及び解釈

食事の多様性は、健康的な食事を構成する基本的な特徴である。単一の食品または食品群だけで、最適な栄養状態、成長、ならびに長期的な健康に必要とされる多種多様な栄養素やその他の生理活性成分をすべて供給することはできない。そのため、さまざまな食品を幅広く摂取することにより、個人に必要なすべての栄養素を食事から供給できる可能性が高まる。

一方で、食事の多様性に欠ける食生活は、微量栄養素欠乏のリスクを高める。特に、栄養素必要量が相対的に高い女性においては、健康に悪影響を及ぼすおそれがある。こうした背景から、食事の多様性は長年にわたり公衆衛生の基本原則とされ、食品に基づく食事ガイドライン、世界保健機関（WHO）の「健康な食事」ファクトシート、FAO 及び WHO による「持続可能で健康的な食事」の指針、また UNICEF の「母子栄養の概念的枠組み」などにおいて広く提唱されてきた。

女性における最低限の食事多様性指標（MDD-W）の基本的な解釈は、「X%の女性が最低限の食事多様性を達成しており、達成していない女性（100-X%）に比べて、微量栄養素をより多く（より適切に）摂取している可能性が高い」というものである。MDD-W は、食事全体の質や、個人レベルでの食事多様性を示す指標として解釈すべきではない。また、MDD-W の普及率について、深刻度や許容可能性の水準を示す普遍的なカットオフ値は存在しない。

FAO は 2016 年以降、MDD-W データの収集、分析、提示、および解釈に関するガイダンスを提供してきた。2021 年には、最新の FAO ガイダンスである“Minimum Dietary Diversity for Women: An updated guide to measurement – from collection to action”（女性における最低限の食事多様性：測定のための更新ガイド）が公表されている。

データソース及び収集方法

国民健康・栄養調査の二次的解析による算出

https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyou_chousa.html

算出方法及びその他の方法論的考察

○ 算出方法

- ・ MDD-W 指標は、2 段階で算出される。

第 1 段階では、定義された 10 の食品群の摂取の有無で加点することにより、食品群多様性スコアを作成する。各個人のスコアは 0 点から開始する。10 の各食品群について、その食品群の食品または飲料のいずれかを摂取した場合に、1 点を加算する。定義されている 10 の食品群は、以下のとおりである。

- 1) 穀類、白色の根菜類・いも類、およびプランテン（調理用バナナ）
- 2) 豆類（豆、エンドウ豆、レンズ豆）
- 3) ナッツ類および種実類
- 4) 乳および乳製品
- 5) 肉類、家禽肉および魚介類
- 6) 卵類
- 7) 濃緑色葉野菜
- 8) その他のビタミン A に富む果物および野菜
- 9) その他の野菜
- 10) その他の果物

第 2 段階では、以下の式により最低限の食事多様性の普及率を計算する。

$$\frac{\text{15~49 歳の非妊娠女性のうち、食品群多様性スコアが 5 点以上の人数}}{\text{15~49 歳の非妊娠女性の人数}} \times 100$$

- ・ 国民健康・栄養調査の栄養摂取状況調査では、1 日間の半秤量式食事記録法で食事記録を行っており、食品の摂取量は食品毎に把握されている。食品群多様性スコアの算出に当たっては、各食品を上記の 10 食品群に分類し（10 の食品群に該当しない食品は除外）、摂取量が確認された場合に「摂取した」と判断する。

○ コメントと限界

- ・ 国民生活基礎調査において設定された単位区から層化無作為抽出した単位区で実施した国民健康・栄養調査のデータを用いて算出している。
- ・ 国民健康・栄養調査の対象者のうち、栄養摂取状況調査に回答した 15~49 歳の女性を対象としたものであり、対象者は調査年によって異なること、対象者数が限定されていることに留意が必要。

- ・国民健康・栄養調査では半秤量式食事記録法を用いて、食品摂取量を定量的に把握している。本指標の算出においては、各食品群の摂取量が認められた場合に、摂取があったと判定した。そのため、FAO が提示する方法（調査票により、10 食品群の摂取の有無を確認する）とは異なるものであり、この算出方法が日本人集団の MDD-W の算出に妥当なものであるかについて検討が必要であることに留意が必要である。

データの詳細集計

なし

参考

厚生労働省：国民健康・栄養調査

https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyou_chousa.html

データ提供府省

厚生労働省

関連政策府省

こども家庭庁、厚生労働省

担当国際機関

国連児童基金（UNICEF）国連食糧農業機関（FAO）