

過小・過大申告

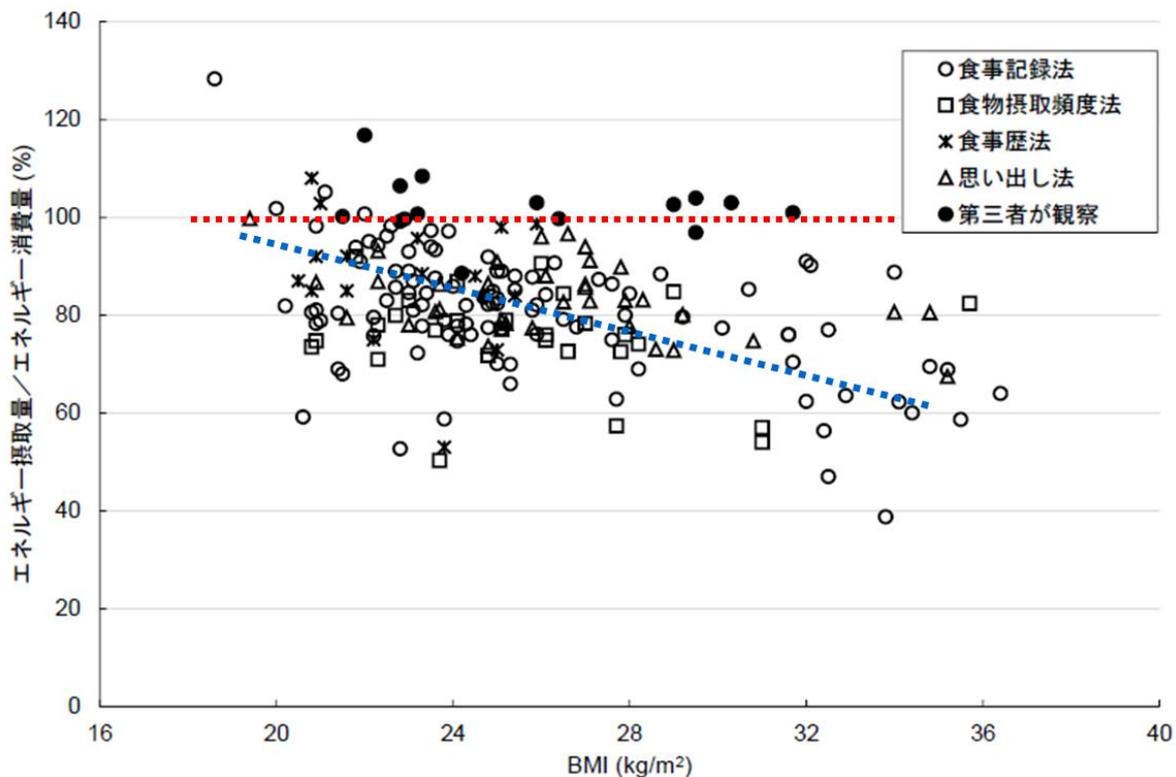
■過小・過大申告とは

食事調査を行った場合、実際に食べた量よりも小さめに申告してしまうことを過小申告、大きめに申告してしまうことを過大申告といいます。対象者の自己申告に基づいて食事調査を行った場合、このような申告誤差を避けることは困難であり、過小・過大申告は最も重要な申告誤差です。

■過小・過大申告の実態

一般的には、過大申告よりも過小申告が起こりやすく問題になりやすいことが知られています。また、過小申告は特に肥満者で著しいことが知られています。それを図示したのが以下の図です。

食事調査によるエネルギー過小評価



(厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2025」Ⅱ各論、1-1 エネルギー、図 10 を引用)

この図は、二重標識水法による総エネルギー消費量の測定と同時期に食事調査を行った 100 の研究の結果です。縦軸の、エネルギー摂取量/総エネルギー消費量 (%) は、食事調査によるエネルギー摂取量の評価が正確に行われている（総エネルギー消費量と等しい）場合には、100%となります。しかしながら、図では、第三者が観察した場合を除き（自己申告の場合）、いずれの調査法でもほとんどの研究で

100%未満となっています。また、横軸はBMIを示していますが、BMIが高いほど過小申告の程度が大きくなっている様子も分かります（グラフの青破線）。一方で、第三者による評価の場合は、ほぼすべての研究で100%に近い値を示しており、比較的正確に推定できていることが分かります（グラフの赤破線）。

このような申告誤差はエネルギーだけではなく、それぞれの栄養素にも起こります。しかし、エネルギーの申告誤差は、すべての栄養素の評価に影響を及ぼすことから、エネルギーの問題が最も大きいと考えられます。

■食事調査からエネルギー摂取量は分からない

このように、申告誤差が存在することから、自己申告による食事調査でエネルギー摂取量を知ることが極めて困難です。食事調査により推定されたエネルギー摂取量は参考値としての利用に留める必要があります。別の方法としては、体重が一定期間変化しない場合は、その人の推定エネルギー必要量をエネルギー摂取量と仮定する考え方もあります。いずれにしても、これらのエネルギー摂取量をそのまま研究および食事指導の場面で用いることは避けたほうがよいでしょう。

「日本人の食事摂取基準 2025」¹⁾では、食事アセスメントによって得られるエネルギー摂取量を真のエネルギー摂取量と考えるのは困難であること、エネルギー摂取量の管理は体格を測り、その結果に基づいて行うことが望ましいことが記載されています。

■栄養素および食品摂取量の扱い方

エネルギー摂取量だけではなく、栄養素や食品の摂取量にも申告誤差が存在すると考えられます。このままでは、食事調査を実施したとしても、算出された栄養素および食品の摂取量の使い道は限られてしまいます。そこで、研究や調査報告書で各種摂取量を取り扱う場合には、申告誤差の影響を取り除く必要があります。

※申告誤差、過小・過大申告に関してさらに詳しく知りたい方は、「日本人の食事摂取基準 2025」¹⁾の P.28、62～63、「わかりやすい EBN と栄養疫学」（佐々木敏著、同文書院、2005）²⁾の P.128～130 をご参照ください。

【参考文献】

- 1) 厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2025」厚生労働省、2024.
- 2) 佐々木敏「わかりやすい EBN と栄養疫学」同文書院、2005.