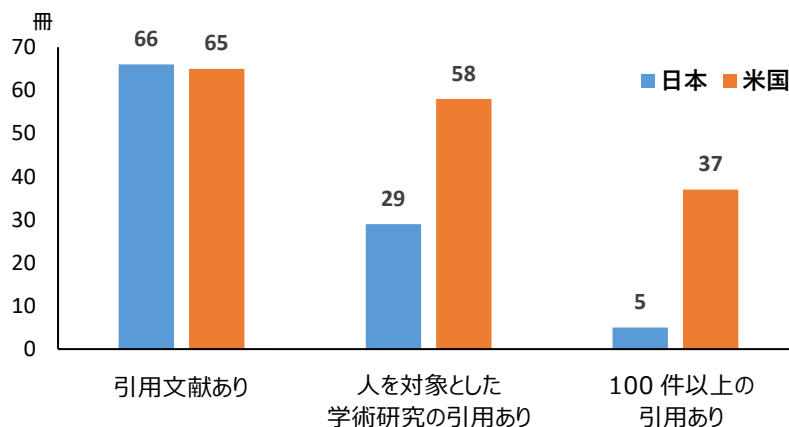


## 食と健康に関する一般書は適切な根拠を示しているか？

——日本と米国の比較——

### 発表のポイント

- ◆成果：食と健康に関する一般書において、日米ともに約3割が引用文献を示していないこと、および日本では、引用文献の質や記載の仕方が米国よりも不十分であることがわかりました。
- ◆新規性：本研究では米国との比較により、日本の食と健康に関する一般書における引用文献の記載状況を相対的に把握することが可能となりました。
- ◆社会的意義、将来の展望：信頼できる栄養情報の普及に向け、日本において情報の提供者（著者、出版社など）および読者の両方に引用文献の重要性が認識されるよう働きかける必要性が示唆されました。



日本と米国の食と健康に関する一般書 100 冊において、引用文献のあるものの冊数

### 発表概要

東京大学大学院医学系研究科の大野 富美 大学院生、足立 里穂 大学院生（当時）、村上 健太郎 教授、佐々木 敏 東京大学名誉教授らによる研究グループは、食と健康に関する一般書において、米国と比較して日本では引用されている文献の質および引用にあたり記載されている書誌情報の質が不十分であることを明らかとしました。

日本や米国では、約2-3割の人が一般書から食や健康に関する情報を入手しています。信頼できる栄養情報の第一歩として、情報の根拠を提示すること、すなわち、引用文献を明記することは必要不可欠です。しかしながら、これまで一般書の引用文献についてはほとんど調べられてきませんでした。そこで、日米各100冊、合計200冊を調査し、引用文献の記載の有無と、引用文献の種類（例：研究論文）、引用文献の書き方（文献が一意に特定可能か）など、引用文献の特徴を明らかにしました。

日米どちらも約2/3の一般書が引用文献を提示していましたが、引用文献の特徴は大きく異なりました。人を対象とした学術研究を引用した一般書は、日本（29冊）では米国（58冊）よ

りも少なく、100 件以上の文献を引用した一般書は、日本 5 冊、米国 37 冊でした。さらに、引用文献を提示していた一般書のうち、全ての引用文献が特定可能となるよう十分な書誌情報を記載していたものは日本では 64% だったのに対し、米国では 97% でした。本研究により、信頼できる栄養情報の普及に向け、著者、出版社、読者などに引用文献の重要性が認識されるよう働きかける必要性が示唆されました。引用文献の提示は根拠に基づいた情報の必要条件であって十分条件ではないため、今後は情報の正確性を調べる研究への発展が期待されます。

## 発表内容

### 〈研究の背景〉

日本や米国では、約 2-3 割の人が書籍から食や健康に関する情報を入手しています。健康に関する情報の質は様々な側面から評価されますが、重要な側面の 1 つに根拠に基づいた情報を提供することがあげられます。根拠となる引用文献を示すことは情報の正確さを必ずしも保証しないものの、信頼できる情報の必要最低限の条件だと言えます。

現在まで、インターネットや新聞などに掲載されている健康情報において、引用文献の有無や種類が調べられてきました。しかしながら、一般書について十分な数のサンプルを集めて実施した研究はありませんでした。また、先行研究の多くが英語の情報を対象としており、日本語の情報についての研究はほとんどありませんでした。

そこで本研究では、日本と米国の食と健康に関する一般書において、引用文献の有無や種類および、それらに関連する一般書の特性を調べました。

### 〈研究の内容〉

オンラインブックストア（日本：Amazon、honto；米国：Amazon、Barnes & Noble）の食と栄養に関するカテゴリの売り上げランキングを用いて、各国 100 冊、合計 200 冊の一般書を選定しました。一般書の全てのページを確認し、引用文献の有無と個数を調べました。さらに、学術論文を引用しているか、人を対象とした研究のシステムティックレビュー（注 1）を引用しているかなどを確認しました。全ての引用文献の記載方法を確認し、一般書を「全ての引用文献が特定可能なもの」と「特定不可能な引用文献が 1 つ以上あるもの」に分類しました。また、著者が保有する資格（医師、管理栄養士など）を調べました。

結果として、日米どちらも引用文献を提示していた一般書は約 2/3（日本 66 冊、米国 65 冊）でしたが、引用文献の特徴や引用の仕方は大きく異なることがわかりました（図 1）。米国では 58 冊が学術論文を引用し、その全てが人を対象とした研究を引用していた一方、日本では 31 冊が学術論文を引用しており、そのうち 29 冊が人を対象とした研究を引用していました。さらに、人を対象とした研究のシステムティックレビュー（注 1）を引用していた一般書の数には日米で顕著な差がありました（日本：9 冊、米国：49 冊）。また、100 件以上の文献を引用している一般書は、日本（5 冊）では米国（37 冊）と比較して少ないことが明らかになりました。文献を引用している一般書の中で、全ての引用文献において特定可能な書誌情報が記載されていたものの割合は、日本では 64% であったのに対し、米国では 97% でした（図 2）。日本において、著者が医師免許を持っている一般書は 27 冊あり、そのうち引用文献があったのは 23 冊（85%）でしたが、人を対象とした研究のシステムティックレビュー（注 1）を引用したのは 5 冊（19%）のみでした。同様に、日本で著者が管理栄養士免許を持っている一般書は 12 冊あり、そのうち引用文献があったのは 7 冊（58%）でしたが、人を対象とした研究のシステムティックレビュー（注 1）を引用したものはありませんでした（0%）。

### 〈今後の展望〉

食と健康に関する一般書において、日本では米国に比べ、十分な質・数の引用文献を特定可能な形で提示するものが少ないことが示唆されました。食と健康に関する一般書の著者においては、科学的根拠を理解し、活用できるスキルを身に付けることが望まれます。また、信頼できる栄養情報の普及に向けて、著者・出版社・読者において、引用文献の重要性が認識されるよう働きかける必要があると考えられます。しかしながら、引用文献の提示は情報の正確さを必ずしも保証しないため、今後は内容の正確性を評価する方法の確立など、健康情報に関する研究のさらなる発展が期待されます。

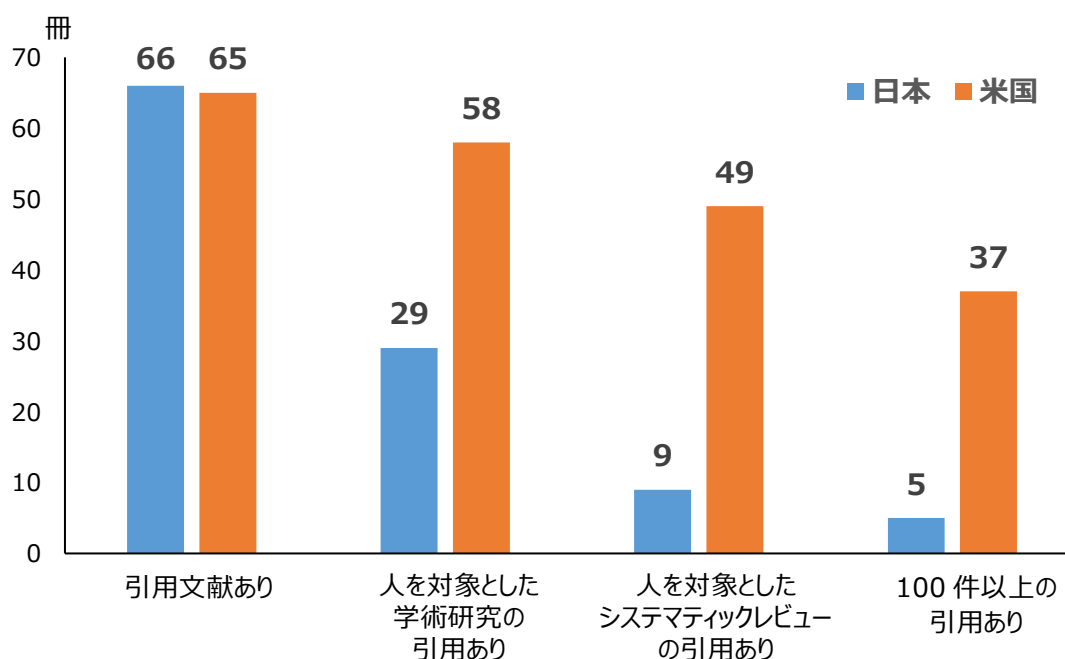


図1：日本と米国の食と健康に関する一般書100冊において、引用文献のあるものの冊数

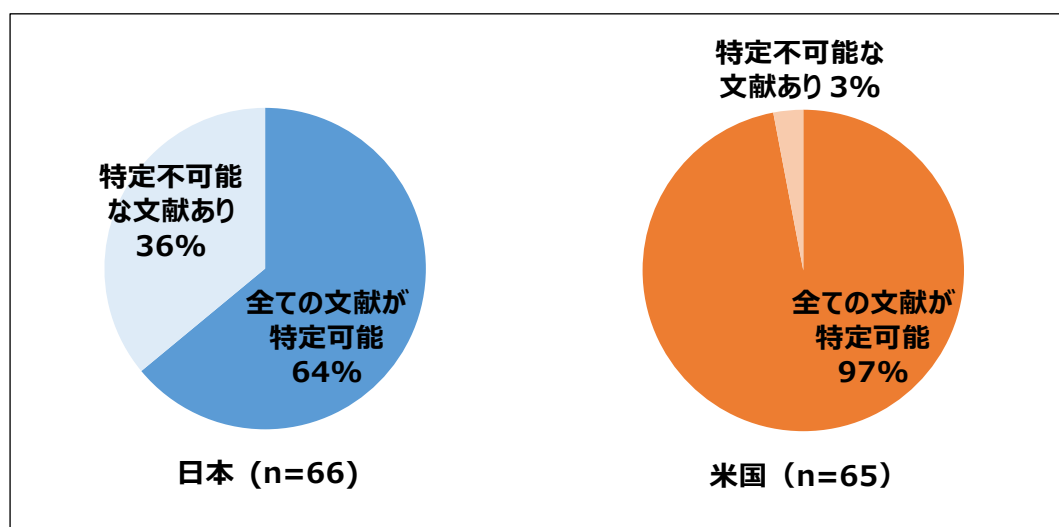


図2：日本と米国の食と健康に関する一般書で引用文献のあるもののうち、全ての引用文献を特定可能な形式で示していたものの割合

## 発表者

東京大学大学院医学系研究科

大野 富美（博士後期課程）

足立 里穂（専門職学位課程学生:研究当時）

村上 健太郎（教授）

佐々木 敏（東京大学名誉教授）

## 論文情報

〈雑誌〉 Public Health Nutrition

〈題名〉 Are popular books about diet and health written based on scientific evidence?: A comparison of citations between the US and Japan

〈著者〉 Fumi Oono\*, Riho Adachi, Akinori Yaegashi, Madoka Kishino, Risa Ogata, Anna Kinugawa, Ayari Tsumura, Mizuki Suga, Moe Matsumoto, Tomoya Takaoka, Yuya Kakutani, Kentaro Murakami, Satoshi Sasaki

〈DOI〉 10.1017/S1368980023002549

〈URL〉 <https://doi.org/10.1017/S1368980023002549>

## 研究助成

本研究は、やずや食と健康研究所 2022 年度助成金（研究代表者：大野富美）を受けて実施されました。また、厚生労働省科学研究費（22FA1022、研究代表者：村上健太郎）の支援を受けました。

## 用語解説

（注1）システマティックレビュー

明確に作られた問いに対し、その問いを扱った既存の研究を系統的で明示的な方法を用いて、同定、選択、評価を行い、問いに対する現時点での回答を提示する研究手法。

## 問合せ先

〈研究に関する問合せ〉

東京大学大学院医学系研究科

社会予防疫学分野

博士後期課程 大野 富美（おおの ふみ）

E-mail : oonofumi@g.ecc.u-tokyo.ac.jp

※必ず以下の宛先を cc に入れてください。

教授 村上 健太郎（むらかみ けんたろう）

E-mail : nebnbox@m.u-tokyo.ac.jp（※）

〈報道に関する問合せ〉

東京大学大学院医学系研究科 総務チーム

Tel : 03-5841-3304 E-mail : ishomu@m.u-tokyo.ac.jp