

## 野菜と果物の低摂取と大腸がんリスク：JACC Study

青山典裕<sup>1</sup>、川戸美由紀<sup>1</sup>、山田宏哉<sup>1</sup>、橋本修二<sup>1</sup>、鈴木康司<sup>2</sup>、若井建志<sup>3</sup>、鈴木貞夫<sup>4</sup>、  
渡邊能行<sup>5</sup>、玉腰暁子<sup>6</sup>、JACC Study Group

<sup>1</sup>藤田保健衛生大学医学部衛生学講座、<sup>2</sup>藤田保健衛生大学医療科学部公衆衛生学、<sup>3</sup>名古屋  
大学大学院医学研究科予防医学、<sup>4</sup>名古屋市立大学大学院医学研究科公衆衛生学分野、<sup>5</sup>京都  
府立医科大学大学院医学研究科地域保健医療疫学、<sup>6</sup>北海道大学大学院医学研究科公衆衛生  
学分野

【背景】野菜と果物の低摂取と大腸がんの高リスクとの関連についてのエビデンスは必ずしも十分でない。低摂取の継続に対する大腸がんリスクを評価することが重要である。

【方法】基礎資料として、JACC Studyにおける40～79歳の45,516人のベースライン調査データと14,549人の中間調査データを用いた。自記式質問票による野菜と果物の摂取頻度を低・中・高摂取頻度に3区分し、低摂取頻度をさらに2つに細分した。追跡調査による大腸がん罹患の有無に基づいて、ハザード比と95%信頼区間を、Cox回帰により交絡変数を調整して推定した。

【結果】ベースライン後の598,605人年の追跡により、大腸がん罹患806人が観察された。ベースライン時の中・高頻度摂取に対する低頻度摂取（細分の低い方）における大腸がんハザード比は、野菜で0.95（95%信頼区間0.77-1.16）、果物で1.08（95%信頼区間0.90-1.29）であった。一方、中間調査後の125,980人年の追跡により、大腸がん罹患197人が観察された。ベースライン調査と中間調査ともに、中・高頻度摂取の継続に対する低頻度摂取の継続における大腸がんハザード比は、野菜で0.91（95%信頼区間0.61-1.37）、果物で0.87（95%信頼区間0.59-1.27）であった。

【結論】これらの結果から、野菜と果物の低摂取および低摂取の継続は大腸がんリスクとの強い関連がないことが示唆される。

キーワード：大腸がん、野菜、果物、食物摂取、疫学