

令和6年2月7日

十文字学園女子大学大学院
人間生活学研究科 研究科長
志村 二三夫 殿

学位論文審査報告書

学位論文審査願いが提出された下記の論文について、厳正に審査した結果、論文審査結果の要旨に示されたように 合格 と判定した。

記

学位論文の題目： ベトナム人の食物繊維摂取量に関する研究

学位申請者： NGUYEN HUONG GIANG

指導教員： 山本 茂 （教授）

学位論文審査委員

主査 岩本 珠美 （教授）

副査 中村 禎子 （教授）

副査 山本 茂 （教授）



論文審査結果の要旨

学位申請者氏名：20DA502・NGUYEN HUONG GIANG

論文題目：ベトナム人の食物繊維摂取量に関する研究

背景：現在、ベトナムでも生活習慣病が急増している。食物繊維の多い食事は、冠動脈性心疾患、脳卒中、2型糖尿病などの生活習慣病発症リスクを減らす可能性がある。修士課程の研究では、ベトナム人2型糖尿病患者の食物繊維摂取量が非常に少なかったため、食物繊維増加に焦点を当てた栄養指導を3か月間行った結果、高血糖値が改善した。しかし十分な食物繊維摂取は容易ではなく推奨量を満たすことができなかった。幼少期の食習慣や好みは成人してからも残ることが多いことから、子供のうちに食物繊維の多い食習慣を養うことが大切である。博士課程では、食物繊維摂取量の日越比較（研究1）、食物繊維の多く美味しいベトナム料理の開発（研究2）、ベトナム人の食物繊維摂取量の低い原因として食品成分表に問題があるのではないかとという疑問が湧いたため、これを明らかにするための研究を実施した（研究3）。

研究1：日本とベトナムの子供の食物繊維摂取量の比較

方法：ベトナムではハノイ市郊外の某小学校で非連続3日間（平日2日、休日1日）、日本では中部の某市の小学校で非連続2日間（平日1日、休日1日）、24時間思い出し法で食事調査を行った。対象者は10歳児で、ベトナムでは男子21名、女子15名、日本では男子35名、女子30名であった。

結果と結論：ベトナムと日本の子供の食物繊維摂取量（g）は、それぞれ男子で 4.9 ± 4.2 、 11.9 ± 4.8 （ $p < 0.001$ ）、女子で 4.1 ± 2.4 、 12.6 ± 4.3 （ $p < 0.001$ ）であった。ベトナムでは、繊維の多い美味しい料理の導入が必要であることが示唆された。

研究2：ベトナム人に好まれる食物繊維の多い料理の開発研究

方法：食物繊維の多い、おから、こんにやく、キノコ、大豆ミートの有無の料理の味を比較した。発芽玄米は、主食のコメのうちで発芽玄米の割合を50、60、75、85、100%として比較した。味と好みの評価は、ハノイ医科大学学生で（各料理20名、合計100名）で5段階評価の官能検査と食品受容性調査のアンケートを行った。

結果と結論：おから、こんにやく、キノコ料理の官能検査の結果は通常の料理とほぼ同じ、被験者の約80%が、大豆ミートは75%が、これから日常的に食べたいと回答した。発芽玄米は、主食のコメの50%と60%が高く評価された。以上の結果は、おから、こんにやく、

キノコ、発芽玄米は、味覚を損なわず食物繊維摂取量を増すことができることが示唆された。大豆ミートは、調理法の改善が必要であることが分かった。

研究3：ベトナム、日本およびタイの食品成分表の比較検討

方法： 研究1のベトナム児童36名の食事調査結果を、ベトナム、日本、タイの食品成分表を用いて食物繊維摂取量とエネルギー・栄養素の摂取量を計算した。

結果： ベトナム成分表を用いた場合、日本やタイの成分表を用いたときよりも、食物繊維摂取量が著しく少なかった。この原因は、これら3ヶ国の食物繊維含有量の測定方法の違いであった。エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物には差がなかった。ベトナム食品成分表の食物繊維を改訂することが必要であることが明らかになった。

本研究では、ベトナムの人たちが不足する食物繊維摂取量を美味しい料理で容易に増加させる方法を示した。特筆されることは、研究の過程で、ベトナム、日本、タイの食品成分表の食物繊維の測定法が大きく異なる結果、成分表の値も異なり、摂取量に大きな差が生じること、特にベトナムの分析表は不溶性食物繊維のみを示したものであり、早急な改善の必要性を見出したことである。

以上より、審査委員会は、研究課題としての学術的重要性、研究手法の妥当性、分析・考察の深さ的確性、さらに、独創性について審査した結果、本論文はすべてにおいて高く評価でき、**博士論文としての要件**を十分に満たすものと全員一致で判断した。