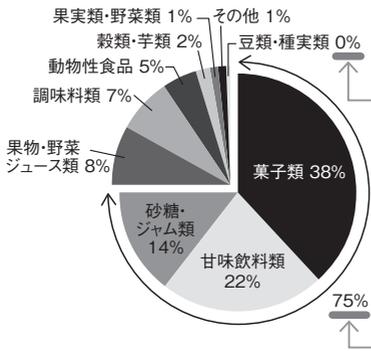


1 データの数値は、1つ下の位を四捨五入したものを表記しています。



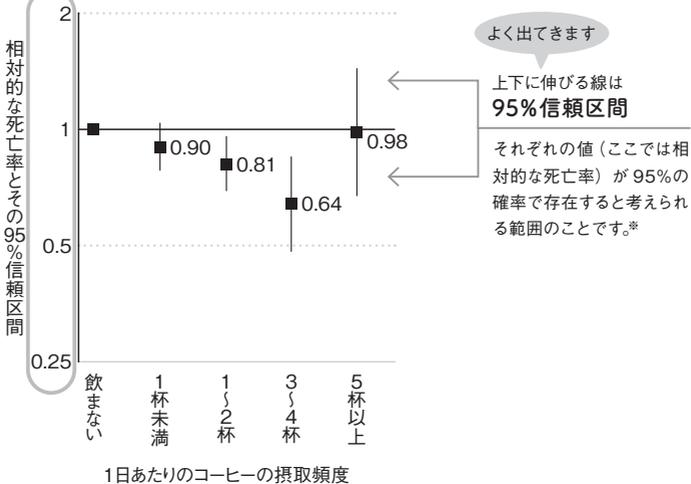
(完全にゼロであることを示しているのではなく) 0.1の位で四捨五入したときに0であることを示しています。

菓子類、甘味飲料類、砂糖・ジャム類で表記している数値を足すと「74%」になりますが、小数点以下も含めた数値で足し算して小数点第1位を四捨五入し、「75%」としています。

45ページ「日本の子どもたち(3～6歳、332人)の糖類摂取源」の図から

2 相対的な値(特に比や倍数の場合)は、対数で表示しています。

比や倍数など相対的な値の大小を考えると、その値の対数をとる(対数化する)とわかりやすくなります。たとえば、 $X=7$ 、 $Y=14$ のとき、 Y は X の2倍、 X は Y の0.5倍(1/2倍)で、分母と分子が逆になっただけです。2倍と0.5倍(1/2倍)の対数をとって図にすると1からの距離は同じになり、この関係を正しく表現できます。(編集の都合により、一部、対数表示にしていない図があります)



よく出てきます

上下に伸びる線は
95%信頼区間

それぞれの値(ここでは相対的な死亡率)が95%の確率で存在すると考えられる範囲のことです。*

117ページ「コーヒーの摂取頻度と心筋梗塞死亡率の関連」の図から

※参考情報:「佐々木敏のデータ栄養学のすすめ」[確度と強度 赤身に発がん性あり ならば避けるべきか?](340～349ページ)でその意義について詳述しています。

コーヒー好きの人は 心筋梗塞にかかりにくいでしょうか。

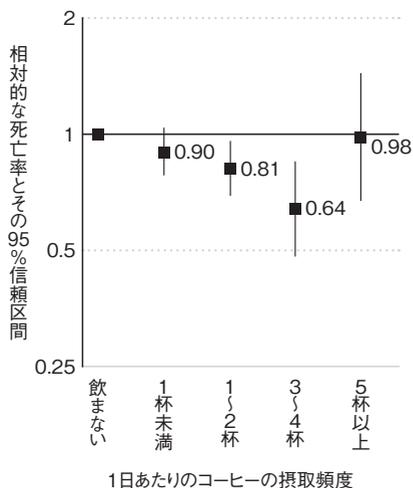
図1 コーヒーの摂取頻度と心筋梗塞死亡率の関連

コーヒーを飲む習慣がなかった人の死亡率に対する相対的な死亡率（相対危険）。左図では性別、年齢、肥満度、喫煙習慣、運動習慣、飲酒習慣、緑茶摂取頻度なども調べ、これらが結果に影響を及ぼさないように配慮した計算が行なわれている。右図ではこのような配慮の程度とその方法は研究によって異なる。右図では中央の実線が相対危険を、その上下の■の部分とその95%信頼区間を示す。

日本で行なわれたコホート研究

出典④

対象者数	90,914人
研究開始時年齢	40～69歳
追跡期間	18.7年
心筋梗塞による死者数	1,012人

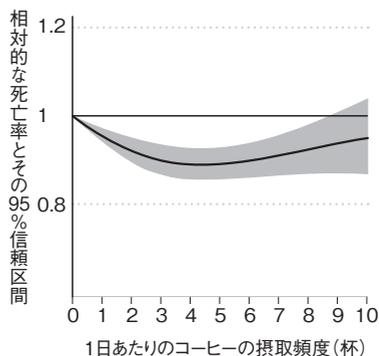


世界中で行なわれたコホート研究の まとめ（メタ・アナリシス）

出典⑤

	心筋梗塞	循環器疾患*
研究数	31	36
対象者数	不明	1,279,804人
追跡期間（中央値）	不明	10年
死者数	28,347人	36,352人

*心筋梗塞ではなく、循環器疾患（心筋梗塞を含む）について細かい情報が報告されていたので表のみ併記した。



細かいところは少し異なりますが、1日に数杯のコーヒーは心筋梗塞の予防になるらしいという点では2つの研究結果は一致しています。