ワークシート3.2　食事調査方法の比較

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | いつの食事が対象か（現在／過去） | 調査ツール（実際の食事／調査票） | 精度（高←→低） | 調査実施が食事へ影響するか否か | 調査者への負担（大←→小） | 調査者の能力による誤差（大←→小） | 経費 | 栄養素量算定の誤差（大←→小） |
| 陰膳法 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 食事記録法 | 秤量法 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 目安法 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 写真法 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 24時間思い出し法 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 食物摂取頻度調査法（FFQ） |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 食事歴法 |  |  |  |  |  |  |  |  |