

修士論文（要旨）

2015年1月

中国の在宅高齢者の食品摂取の多様性およびその関連要因

指導 渡辺 修一郎 教授

老年学研究科

老年学専攻

213J6010

趙 鈺婷

Master' s Thesis (Abstract)

January 2015

Food Diversity and Related Factors among the Chinese Elderly

Yuting Zhao

213J6010

Master' Program in Gerontology

Graduate School of Gerontology

J.F Oberlin University

Thesis Supervisor: Shuichiro Watanabe

目次

一. 序章	1
二. 研究の背景	1
三. 先行研究	1
四. 本研究の目的	1
五. 対象および方法	1
六. 結果	1
七. 考察	1
1. 少量の飲酒習慣の重要性	2
2. 屋内での身体活動の重要性	2
3. 経済力の影響	2
4. 中国の高齢者向けの食に関するサービスの不十分	2
5. 社区の役割への期待	2
参考文献	

一. 序章

中国の60歳以上の高齢人口は2025年に2億8千万人、人口の12.1%になると推計されている¹⁾。しかし、今日の中国の高齢者の栄養摂取は十分ではない。

二. 研究の背景

中国人の主要死因は、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患である。伝統的な中国医学の概念では、食品は健康の維持促進、疾病の予防や管理、リハビリテーションなどの機能を有するとされている。中国人の栄養摂取の推移をみると1人1日当たりの供給エネルギー、タンパク質、脂質の摂取量は増加している⁷⁾。食に関連する口腔疾患の状況をみると、中国人の口腔疾患率は90%と高いが、治療率は10%にすぎない⁹⁾。中国の高齢化の進行に伴い、老化を促進させ余命を短縮させる低栄養¹²⁾が問題となってきているが、中国の高齢者の食品摂取の多様性の実態や関連する要因に関する研究はほとんどない。

三. 先行研究

食品摂取の多様性に関する先行研究では、「一緒に食事を摂る」介入が食品摂取の多様性を高め低栄養を防ぐ可能性が示されている¹⁴⁾。また、漢民族、チベット族の食の多様性とADLやBMIなどの身体的健康度との関連が報告されている¹⁵⁾。食品摂取の多様性には地域差もみられ、背景として経済水準の関連を指摘した研究がある¹⁶⁾。その他、最終学歴、収入、最長職などが高齢者の食品摂取に関連することが報告されている¹⁷⁾¹⁸⁾。

四. 本研究の目的

中国の在宅高齢者の食品摂取の特徴を明らかにする。また、食品摂取の多様性スコア(熊谷他、2003)を参考にして中国の高齢者の食品摂取の多様性指標を算出し、食品摂取の多様性に関連する要因を明らかにする。

五. 対象および方法

2014年の8月から9月にかけて、山東省済南市の公園にて、60歳以上の市民80名(男女各々40名)に対し、属性、健康状況と生活習慣に関する聞き取り調査を行った。

肉、魚、卵、大豆・大豆製品、牛乳・乳製品、緑黄色野菜、その他の野菜、海藻類、果物類の9品目について摂取頻度の分布特性を考慮し食品摂取の多様性指標得点を算出した。

食品摂取頻度と属性との関連を χ^2 検定にて検討した後、食品摂取の多様性指標得点に関連する要因を、2群間の比較はt検定、3群間以上の比較は分散分析を用い検討した。統計学的検定にはSPSSを使用した。

六. 結果

属性別に食品摂取頻度をみた結果、女性の方が男性より五穀の摂取頻度が有意に高い一方、白酒の摂取頻度は男性が女性より有意に高かった。

食品摂取の多様性指標得点には有意な性差はみられなかった。食品摂取の多様性指標得点は自覚的咀嚼力により有意な差があり、あまり噛めない群に比較し、何でも噛んで食べられる群の平均値が高かった。また、食品摂取の多様性指標得点は、国が粗粮を食べたほうがいと推奨していることを「よく知っている」と回答した群の方が「聞いたことがある」と回答した群より有意に高かった。

自覚的咀嚼力は、米食、麺類、牛乳、乳製品、大豆製品、緑黄色野菜の摂取頻度との間に、国

が粗糧を食べたほうが良いと推奨していることの周知状況は、米食、小麦粉、肉類、緑黄色野菜、淡色野菜、ビタミン剤との間に有意な関連が認められた。

七. 考察

咀嚼力の維持は食品摂取の多様性を保つために重要と考えられる一方、咀嚼力が低下していても調理法の工夫などのケアにより、食品摂取の多様性を保つことが可能になると考えられた。また、国の推奨はかなり住民に浸透しており、食品摂取の多様性とも有意にかかわっていたことから、啓発広報活動も重要と考えられる。筆者はさらに以下の点を指摘したい。

1. 少量の飲酒習慣の重要性

女性も毎日少量の酒を飲むようになると、もっと豊かな食事を作れるのではないかと考える。

2. 屋内での身体活動の重要性

家庭で手軽にできる運動を普及させるとともに、住む地域に屋内で運動ができる施設を多く作る必要性を筆者は強く感じている。

3. 経済力の影響

経済状況の高低は、とくに季節の時期により高齢者の食品摂取頻度の差に影響すると考えられる。

4. 中国の高齢者向けの食に関するサービスの不十分

今後、増加する空巢老人などに対する日常生活の支援の重要性が増すものと考えられる。

5. 地域の役割への期待

住民にとって身近な地域からの広報活動の充実がもっと期待される。

参考文献

1. 董紅亜：中国社会養老服務體系建設研究, 11-13, 中国社会科学出版社 北京(2011)
2. 黄耀明, 陳景亮, 陳えん:人口老齡化与机构養老模式研究, 2-3, 吉林大学出版社 長春(2012)
3. 朝日新聞 13版 2014.12.24
4. 張惠, 李国莉:現代中国人の栄養状況. 栄養会雑誌, VOL.60, NO.3, 155-157, (2002).
5. ロイ. J. シェパード: シェパード老年学-加齡, 身体活動, 健康- (柴田 博, 新開省二青柳 幸利監訳, 200-202, 大修館書店 東京(2005)
6. 厚生労働省:平成23年国民健康・栄養調査結果の概要
(<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002q1st.html>), 2012年12月6日取得.
7. 渡辺 孟, 武田 英二, 奥田 拓道:日本栄養・食糧学会監修者, 高齢者の食と栄養管理. 36-37, 建帛社 東京(2011)
8. 矢澤彩香, 常盟: 中国における食生活の変化と生活習慣病. J Life Sci Res 2013; 11: 5-9.
9. 小島麗逸: 中国の伝統の食文化の変化, 日本貿易会月報 598: 20-25, (2003)
10. 監修者: 日本栄養・食糧学会, 世界食事指針の動向. 99, 建帛社, 東京(平成10年).
11. 成都晩報: 第三回全国口腔健康流行病学調査結果
<http://www.cdwb.com.cn/html/2008-09/18/content-257892.htm> (2010)
12. 日本栄養・食糧学会監修: 高齢者の食生活と栄養(柴田博, 藤田美朋, 五島孜朗), 47-48, 建帛社, 東京 (1996)
13. 永井晴美, 柴田博, 芳賀博, 他: 地域老人における咀嚼能力と栄養摂取ならびに食品摂取との関連. 日本公衆衛生雑誌, 38(11): 853-858, (1991).
14. 柴田博: 中高年者の疾病と栄養. 建帛社, 東京 (1996)
15. 長田久雄, 林拳史: 発達と老化の理解, 121-122, 株式会社メヂカルフレンド社 東京(2008)
16. 木村友美: 食からみた地域高齢者の健康;-食多様性・食行動に注目した国際地域間比較研究-. 日老医誌, 50: 326-329, (2013).
17. 木村友美: 高所住民における食多様性と健康度との関連;-青海省・ラダークにおける市街部と郡部での比較-. ヒラヤマ学誌, 13: 86-93, (2012)
18. 高齢化と中高年者の食生活-外的老化因子の総合的探索及び老化抑制への応用化に関する研究結果報告- 科学技術庁資源調査所(1988)
19. Norton, L, Wozny, M. C: J. Gerontol, 39, 592(1984)
20. 柴田博, 熊谷修, 須山靖: 老年社会科学, 197 (1984)
21. 山東省老齡委員会: 山東省 2008-2020 年人口高齡化状況及対策研究成果報告
(www.sdpca.org.cn) (2012)
22. 柴田博: 中高年こそ肉を摂れ. 118-119, 講談社, 東京 (1999)
23. 永田晟: 高齢者の健康・体力科学. 不昧堂出版 (1995)
24. 上海軽年報: 上海老齡人口経済的状況は、傾向と対策を發展させて研究する報告,
(www.why.com.cn) (2007).
25. 中国経済新聞: 山東野菜価格変化分析及ぶ対策研究.
(www.ceh.com.cn/wjxx/2014/08/657460.shtml) (2014).
26. 首藤明和, 落合恵美子, 他: 分岐する現代中国家族. 明石書店, 東京(2008).
27. Walker D, Beauchene RE. The relationship of loneliness, social isolation, and physical health to dietary adequacy of independently living elderly. J Am Diet Assoc., 91: 300-304, 1991.
28. 中国栄養学会: 中国住民膳食指南 (<http://www.zhidaobaidu.com/link>) (1997)