

修士論文（要旨）

2014年1月

都市部在宅高齢者の食品摂取多様性及び 食品摂取パターンに関連する要因の研究

指導 渡辺 修一郎 教授

老年学研究科

老年学専攻

212J6005

ケイ ヨウ
奚 雍

目次

| | | |
|-----|--------------------------------|----|
| 第1章 | 研究の背景 | 2 |
| 1. | 日本の急速な人口高齢化の現状 | 2 |
| 2. | 都市部高齢者人口と要介護高齢者の増加及び高齢虚弱者の健康問題 | 2 |
| 3. | 長寿国日本における高齢者の栄養素摂取状況 | 3 |
| 4. | 都市部高齢者の食生活の課題 | 4 |
| 第2章 | 研究の目的 | 6 |
| 第3章 | 対象と方法 | 7 |
| 1. | 対象 | 7 |
| 2. | 調査項目 | 7 |
| 3. | 調査方法 | 7 |
| 4. | 分析方法 | 8 |
| 1) | 食品摂取多様性の分布 | 8 |
| 2) | 食品摂取の多様性スコアと各独立変数との関係 | 8 |
| 3) | 食品摂取の多様性スコアに関連する要因 | 8 |
| 4) | 食品摂取パターンに関連する要因の多変量解析 | 8 |
| 第4章 | 結果 | 8 |
| 1. | 年齢区分・性別にみた世帯分類（表 1） | 8 |
| 2. | 年齢区分・性別にみた各項目と食品摂取の多様性スコアとの関係 | 8 |
| 3. | 食品摂取の多様性スコアに関連する要因 | 10 |
| 4. | 食品摂取パターンに関連する要因の分析 | 11 |
| 第5章 | 考察 | 15 |

参考文献

1. 研究の背景と目的

現在 4 人に 1 人近くを占めている日本の高齢者が健康で豊かな生活を送るために、食生活は重要な要素である。しかし、食品摂取の多様性に関連する要因の研究は少なく、とくに食品摂取パターンに関連する要因についてはほとんど知られていない。

そこで本研究は、近年、著しく増加している都市部の高齢者を対象としてその食品摂取の多様性及び食品摂取パターンに関連する要因を明らかにすることを目的として行った。

2. 対象と方法

東京都世田谷区北沢地域の 65 歳から 70 歳の地域在宅高齢者から無作為に抽出した 1000 名（抽出割合 12.5%）を対象とし、自記式質問紙による郵送調査を実施した。調査項目は、基本属性、健康状態、食事の状況及び食品群別摂取頻度、飲酒、喫煙状況、運動頻度などである。本研究は、桜美林大学が北沢総合支所健康づくり課の委託を受け行った「平成 22 年度健康きたざわプラン 健康づくりに関するアンケート」のデータを分析することにより実施した。

3. 分析方法

食品摂取多様性スコアの分布を年齢・性別・世帯形態別に比較した後、食品摂取の多様性スコアと各独立変数との関係を性別に比較した。2 群の平均の差の検定は t 検定、多群の平均の差の検定は一元配置分散分析を用い、有意差があった場合は Bonferroni 検定にて多重比較を行った。次いで、食品摂取の多様性スコアを目的変数とした一般線形モデルにより、食品摂取の多様性に関連する要因を検討した。さらに、12 の食品群別食品摂取頻度を用いて主成分分析により食品摂取パターンを求めた。また、食品摂取パターンの主成分得点を目的変数とした一般線形モデルにより、食品摂取パターンに関連する要因を検討した。統計学的分析は IBM SPSS Statistics 21 を用いた。

4. 結果

男性 194 人（19.4%）、女性 226 人（22.6%）から回答を得た。食品摂取の多様性スコアに有意に関連していた項目は、咀嚼力、朝食の主菜、喫煙状況、運動頻度、食品購入時の栄養成分表示参考、低栄養の用語の周知、高齢になればなるほど肉類は控えた方がいいについてどう思うか、であった。12 の食品群は、主成分分析により、基本的食材、高脂質含有食品、牛乳・乳製品・果物、の 3 つの食品摂取パターンに分類された。「基本的食材」には、世帯形態、咀嚼力、朝食の主菜、喫煙状況、運動頻度、食品購入時の栄養成分表示参考、食品の働き別に 3 つに分ける考え方の周知が、有意に関連していた。「高脂質含有食品」には、咀嚼力、朝食の主菜、高齢になればなるほど肉類は控えたほうがいいのかについてどう思うかが、有意に関連していた。「牛乳・乳製品・果物」には、世帯形態、朝食の主菜、喫煙状況、運動頻度、低栄養の用語の周知が、有意に関連していた。

5. 考察

世帯形態では、夫婦のみ群は、他世代との同居群より「基本的食材」と「牛乳・乳製品・果物」の食品摂取パターンが多かった。この背景として、他世代との同居群は、虚弱な者の割合が比較的多く含まれていることが考えられた。咀嚼力、朝食の主菜は、食品摂取多様性及び全ての食品摂取パターンに関連しており、咀嚼力を保つこと、朝食の主菜をとることが、とくに高齢者の食品摂取の向上にとっては重要と考えられた。喫煙状況、運動頻度は、「食品摂取多様性」および「基本的食材」「牛乳・乳製品・果物」の食品摂取パターンに関連しており、これらは保健行動と関連するものと推察された。

食品購入時の栄養成分表示参考、食品の働きの周知が「食品摂取多様性」および「基本的食材」と関連し、低栄養の用語の周知が「食品摂取多様性」および「牛乳・乳製品・果物」と関連しており、食や栄養に関する教育や学習が、高齢者の食に影響するものと考えられた。「高齢になればなるほど肉類は控えたほうがいい」についてどう思うかは、「食品摂取多様性」および「高脂質含有食品」の摂取パターンと関係していた。「高齢になればなるほど肉類は控えたほうがいい」と思っている人は、「食品摂取多様性」および「高脂質含有食品」が少なく、肉類などの動物性食品や油脂類などを不足しないように摂取することの重要性の啓発が重要と思われた。

参考文献

- 1) 統計局・政策統括官・統計研修所 総務省 (2012)
- 2) 国立社会保障・人口問題研究所 編：日本の将来推計人口 平成 24 年 1 月推計. 厚生労働統計協会, 東京 (2012)
- 3) 「平成 22 年都道府県別生命表の概況」 厚生労働省 (2010)
- 4) 国勢調査 国立社会保障・人口問題研究所の都道府県別の将来 (2025 年) 総務省 (2005)
- 5) 厚生労働省：平成 22 年度 介護保険事業状況報告 (年報) (2010)
<http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/osirase/jigyo/10/index.html>
- 6) 患者調査の概況, 厚生労働省 (2008)
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kanja/08/index.html>
- 7) 内閣府: 平成 23 年度高齢社会白書. 印刷通販株式会社, 東京 (2011)
- 8) 患者調査の概況 厚生労働省 (2011)
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kanja/11/index.html>
- 9) 国民健康・栄養調査 厚生労働省 (2004)
- 10) 厚生省健康政策局：歯科疾患実態調査報告 昭和 62 年 厚生省健康政策局調査, 口腔保健協会 (1987)
- 11) 日本 SOD 研究会, 栄養士がお届けする食生活, 2010 年 5 月号 (2010)
<http://www.sod-jp.com/page1/asita-genki/125.htm>
- 12) Shibata H, Nagai H, Haga H, et al. Nutrition for the Japanese elderly. *Nutrition and Health*, (8) : 165–175 (1992)
- 13) 熊谷 修, 柴田 博, 渡辺修一郎ほか. 地域高齢者の食品摂取パタンの生活機能「知的能動性」の変化に及ぼす影響. *老年社会科学*, 16 : 146–155 (1995)
- 14) 熊谷修, 柴田博, 渡辺修一郎ほか: 地域高齢者の食品摂取パターンと生命予後. *厚生*の指標, 44 (11) : 3–8 (1997)
- 15) Shibata H, Kumagai S, Watanabe S, et al. Relationship of serum cholesterol and vitamin E to depressive status in the elderly. *J Epidemiol*, (9) : 261–267 (1999)
- 16) 熊谷 修, 柴田 博, 湯川晴美: 地域在宅高齢者の身体栄養状態の低下に関連する要因. *栄養学雑誌*, 63 (2) : 83–88 (2005)
- 17) 杉山みち子, 西村秋生, 高本秋生: ヘルスアセスメントマニュアル, 生活習慣病, 要介護状態予防のために 低栄養予防のためのアセスメント, 自己チェック表の活用, ヘルスアセスメント検討委員会編, 164–179 厚生科学研究所, 東京 (2000)
- 18) 熊谷 修, 渡辺修一郎, 柴田 博ほか: 地域在宅高齢者における食品摂取の多様性と高次生活機能低下の関連, *日本公衆衛生雑誌*, 50, 1117–1124 (2003)
- 19) 森田一三, 中垣晴男, 熊谷法子ほか: 日帰り介護施設 (デイサービスセンター) の利用者の生活食事状況と嚥下機能の関係, *日本公衆衛生雑誌*, 50, 456–463 (2003)
- 20) 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)

21) 小野恵津子, 松本 文子, 成 しげみ : 独居老人の実態 食生活をめぐる諸問題. 公衆衛生
42(9) : 592-596 (1978)

22) 熊江隆, 菅原和夫, 木下喜子ほか : 高齢者の栄養摂取に及ぼす家族構成の影響, 日本公衛
誌, 33(12), 729-738 (1986)

23) Davis MA, et al. : Living arrangements and dietary patterns of older adults in the
United States. J Gerontology, 40 (4) : 434-442, (1985)

24) Horwath CC, et al. : Marriage and diet in elderly Australians ; results from a large
random survey. J Human Nutrition and Dietetics, (2) : 185-193 (1989)