The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	都市超高齢地域で生活する高齢者の栄養実態に関する研究 : 超高齢社会における高齢者栄養支援のあり方を求めて
Author(s)	大野, かおり
Citation	大阪大学, 2006, 博士論文
Version Type	
URL	https://hdl.handle.net/11094/46297
rights	
Note	著者からインターネット公開の許諾が得られていないため、論文の要旨のみを公開しています。全文のご利用をご希望の場合は、大阪大学の博士論文についてをご参照ください。

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

【4】

氏　　名	大　野　かおり（おお の かおり）
博士の専攻分野の名称	博　士（保健学）
学　位　記　番　号	第　２０１８２　号
学位授与年月日	平成 18 年 3 月 24 日
学位授与の要件	学位規則第４条第１項該当 医学系研究科保健学専攻
学　位　論　文　名	**都市超高齢地域で生活する高齢者の栄養実態に関する研究－超高齢社会における高齢者栄養支援のあり方を求めて－**
論　文　審　査　委　員	（主査） 教　授　三上　　洋 （副査） 教　授　大野ゆう子　　教　授　城戸　良弘

論　文　内　容　の　要　旨

【研究の背景および目的】わが国の平均寿命は 80 歳を超え、高齢化率も 19.5%と世界最高レベルである。今後高齢化率は 2014 年には 25%に達し、2013 年には単独世帯が最多の家族類型になると推計される。健康寿命の延伸に向けて、糖尿病や高脂血症、肥満など栄養の過剰摂取に関連した疾病の増加や、反対に低栄養の問題が挙げられる。しかし、高齢者の栄養に関する調査・研究で、要介護状態に陥る以前の比較的健康で自立した高齢者に関する報告は少ない。そこで本研究は都市型超高齢地域で自立して生活する高齢者の栄養摂取状況および栄養状態を評価し、来るべき超高齢社会に備えるべく、高齢者の健康寿命伸延のための栄養支援方法の指針を得ることを目的とした。

【研究Ⅰ　都市超高齢地域で生活する住民の健康と生活の実態】

1．目的：都市超高齢地域で暮らす住民の健康と生活に関するニーズを明らかにし、住民が心身ともに豊かな生活を送るために必要な援助の方法について検討する。

2．方法：K 市にある災害復興住宅住民のうち、研究者が毎月 1 回開催する健康相談に参加した者で、調査の同意の得られた者 89 人を対象とした。調査期間は平成 11 年 10 月～平成 12 年 3 月で、質問紙を用いた構成的面接調査を行った。

3．結果および考察：高齢者自身の健康状態の認識と健康状態の改善およびセルフコントロールの必要性、外出促進を目指した支援の必要性、特に男性および単独世帯者への適正な食事のバランスを促す必要性が示唆された。研究の課題として、健康相談に参加する住民のみならず都市型超高齢地域で生活する高齢者全体に対象を拡げ、対象の主観をもとにした食事調査にとどまらず、栄養摂取状況と実際の栄養状態を科学的に調査することの必要性が考えられた。

【研究Ⅱ　都市超高齢地域で生活する高齢者の栄養状態の実際と評価】

1．目的：高齢化率が 21%を超える都市型地域を超高齢地域の疑似モデルとして捉え、そこで自立して生活する高齢者の栄養摂取状況および栄養状態を評価し、来るべき超高齢社会に備えるべく、高齢者の健康寿命伸延のための栄養支援方法の指針を得ることを目的とした。

2．方法：都市超高齢地域の高齢者 38 人と高齢化率 18%の地域で生活する高齢者 23 人を対象に食事調査や身体計測、血液生化学的検査などを実施し分析した。

3．結果および考察：超高齢地域群ではトリグリセリド値が高く、基準値を超える者の人数も多いことがわかった。さらに、亜鉛でも基準値に満たないものの数が多く、栄養改善の必要性が示唆された。また、超高齢地域群単独世帯はカルシウム摂取量が少なく、超高齢地域群男性はビタミン B_1 摂取量が少ないことから、超高齢社会で多くの割合を占めると予測されている単独世帯や炊事が困難と考えられる男性について一層の栄養支援の重要性が示された。また、調査対象者の平均年齢が超高齢地域では 72.2 歳と前期高齢者が多かったことから、この調査対象者は約 15 年以上という余命を有した集団であると考えられる。さらに、超高齢地域群の後期高齢者は前期高齢者と比較して Alb や亜鉛および植物性脂肪摂取率が低値であり、今回の研究で明らかになった問題のある食生活を今後も続けていくことによって、超高齢期に達した際にさまざまな健康問題を惹起する危険性のあることが示唆され、直ちに改善する必要のあることが示された。また、地域で自立した生活を送る高齢者には血液生化学検査の機会が少ないため、栄養アセスメントには身体計測も十分に活用することが大切であることが明らかになった。

【まとめ】超高齢社会の健康課題の１つとして単独世帯の栄養状態を社会的背景からも複数世帯と比較し評価することは重要と考えられ、超高齢地域では単独世帯に対する栄養支援が特に重要になるといえる。高齢者個人に対する栄養支援とともに、地域で高齢者を支えられるような地域栄養ケアシステムの構築も望まれる。これは超高齢社会を迎えたとき、単独世帯高齢者が不適正な栄養習慣から引き起こされた疾病による寝たきり状態を予防するためにも今から始めるべき支援であり、高齢期を迎える以前のライフステージから必要な支援と考える。

論文審査の結果の要旨

本論文は、都市超高齢地域で生活する高齢者の栄養実態について調査研究したもので、脂肪の過剰摂取状況、亜鉛・カルシウム・ビタミン B_1 の不足などが明らかになり、特に単独世帯高齢者への支援の重要性が示唆された。さらに、都市超高齢地域では前期高齢者にも血液検査で基準値を逸脱するものがみられ、健康寿命の延伸のためには高齢期以前からの栄養支援が重要であることや、高齢者の栄養評価に身体計測が有用であることも示唆された。これらの内容は、来るべき超高齢社会における高齢者栄養支援のあり方についての新たな知見であり、学位論文に値するものである。