

2020年度在宅支援の食と生活環境に関するリサーチコア成果

研究目的

厚生労働省では2025年を目途に、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもと、可能な限り住みなれた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）の構築を推進している。

そこで、本研究では、在宅支援のための食と生活環境に関する地域の課題を抽出し、その対策提案を目的とする。対象地域は、本学と包括連携協定を締結している古賀市、福津市、宗像市を中心に設定し、順次拡大する。2022年度に設置予定の国際フードスタディセンターの重要な研究課題である地域包括ケアシステムの構築と本学の地域連携活動促進の両面から重要な研究である。

家庭における食品ロスの実態把握

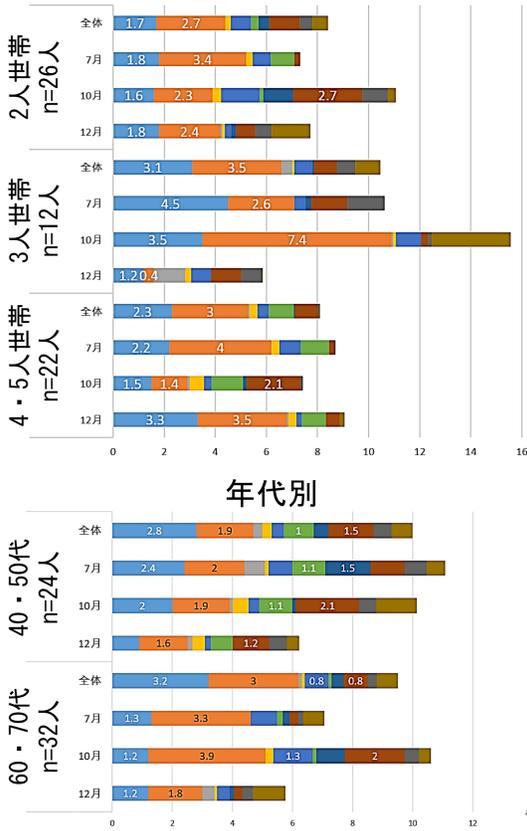
食品ロスの量・内訳・排出理由を詳細に把握して今後の削減策の提案を行うことを目的とし、被験者に1年間の食品ロス量・生ごみ量を項目別に排出時点で測定してもらった。

調査概要

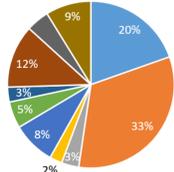
調査期間	2020年1月～2021年9月（1年間。被験者により開始月が異なる）
調査対象	福津市・宗像市・古賀市等の住民 35世帯92名
被験者属性	20代～70代・1～6人世帯構成の男女
調査方法	<ul style="list-style-type: none"> 被験者に食品ロス量記入用紙とデジタルスケールを配布し、1年間、項目別に食品ロス量を測定し、理由と共に記入 7.10.12月は毎日測定（夏、秋、冬の特徴をみるため） それ以外の9ヶ月は月に3日間（平日2日、休日1日）のみ測定

※ただし、本研究は2021年3月までの中間報告である。

■食品ロス量 (g/人・日) 世帯人員別



食品ロスの種類別割合 (n=60人)



食べ残し	野菜果物
魚・貝	肉
大豆製品	卵・乳
お菓子	パン・ご飯・麺
缶詰・レトルト・調味料	その他

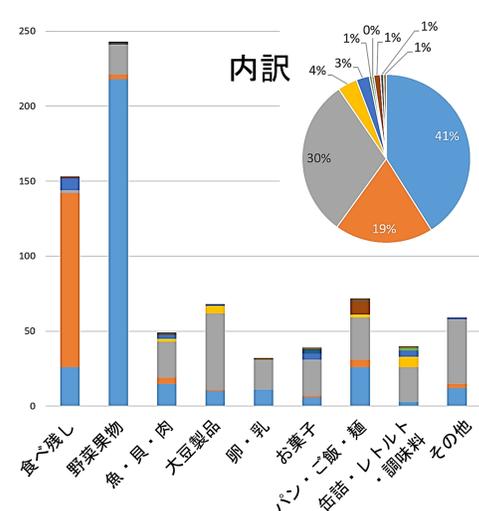
食品ロスの発生割合は、野菜果物、食べ残し、パン・ご飯・麺の順に多くなった。

世帯人員別の1人1日当たりの食品ロス量は3人世帯が最も多く、次いで2人世帯、4・5人世帯となった。2人世帯を除けば、世帯人員数が多いほど1人当たりロス量が少なくなっている。

本調査において、2人世帯は60・70代が多いため食品の買い込みや作りすぎが少なく、ロス量が少ないと考えられる。

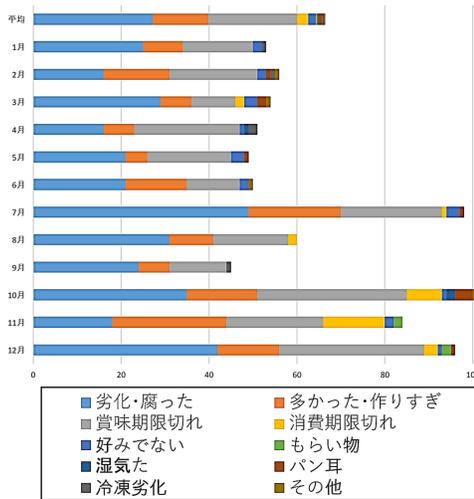
年代別の分析では、全ての月において40・50代より60・70代の方がロス量が少なくなっており、上述の通り、2人世帯のロス量が少ないのは年代の影響と考えられる。

■食品ロス発生理由



品目別の食品ロス発生理由では、食べ残しでは、多かった・作りすぎた、野菜果物では、腐った・劣化という理由が最も多かった。

使いかけや存在を忘れていたため、生ものが傷んでしまったという意見が多かった。



食品ロスの発生理由は、傷んだ・かびたなどの劣化・腐った、多くて食べきれなかった・作りすぎて残った、賞味期限切れの順に多くなった。月別発生理由においても11月以外は劣化・腐ったが最も多かった。

忘れていて腐らせたという意見も多かったため、こまめにチェックして、保有食品を把握しておく必要がある。

研究組織

本研究組織は、食・健康学科5名、環境科学科（生活コース）6名、国際教養学科3名（計14名）による、文理統合型の研究組織であり、それぞれの専門分野から「食と栄養」「生活環境」の課題を抽出し、対策を検討することで、新たな研究領域の開拓が期待される。

（研究代表者）豊貞佳奈子

（研究分担者）片桐義範、太田雅規、新開章司、石川洋哉、小林弘司、庄山茂子、小崎智照、岩崎慎平、若竹雅宏、鄭朱娟、橋本直幸、櫻木理江、白新田佳代子

入院患者の食欲低下の改善に適した皿の大きさや形状

食欲の低下した患者の病院食に適した皿の大きさや形状を明らかにするため、大きさの異なる「丸皿・リム無」、「丸皿・リム有」、「正角皿・リム無」、「正角皿・リム有」の皿にハンバーグを盛り、量感（大きさ）や美味しさ感などの印象に違いがみられるか検討した。

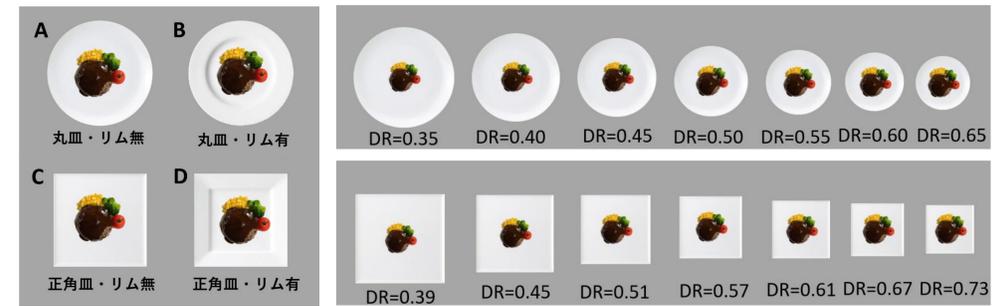
デルブーフ錯視の効果により皿の直径および1辺に対するハンバーグの直径比が0.45～0.55付近を境に、大きい皿ほどハンバーグは小さく見え、小さい皿ほど大きく見ると評価された。



- 調査時期 : 2020年8月
- 調査対象者 : 福岡県内の20代～30代の女性21名 (平均年齢25.1歳、SD6.0歳)
- 調査方法 : 形状の異なる28種類の皿にハンバーグが載った画像を、プロジェクターでランダムに示した。



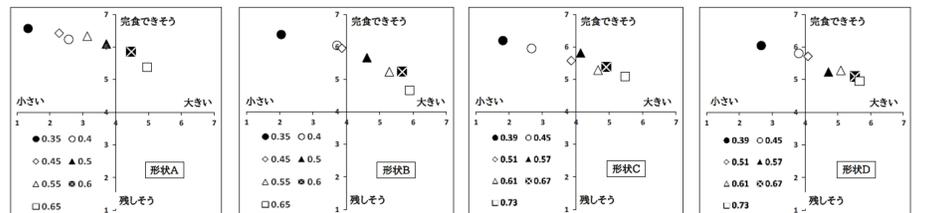
調査に用いた病院食全体の画像



サンプルの設定条件

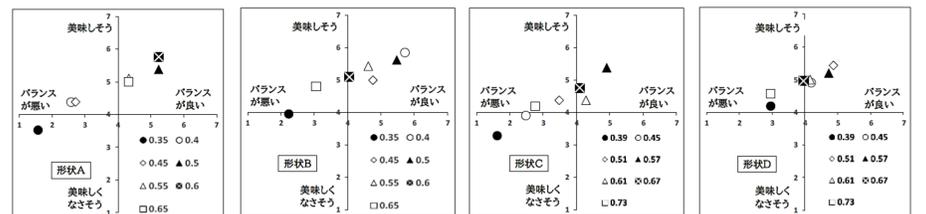
大きさ（各形状に7種ずつ用意）DRは、皿の直径または一辺に対するハンバーグの直径比

■大きさと完食しやすさの評価



A丸皿・リム無 B丸皿・リム有 C正角皿・リム無 D正角皿・リム有

■バランスと美味しさの評価



A丸皿・リム無 B丸皿・リム有 C正角皿・リム無 D正角皿・リム有

同じ大きさの皿では、リム有よりリム無の方が正角皿より丸皿の方がやや小さく見ると評価された。

ハンバーグの大きさ、完食しやすさ、バランスの良さ、美味しさの4項目の評価が総じて高い皿は、「丸皿・リム無」の直径比0.50、0.55「丸皿・リム有」の直径比0.40、0.45「正角皿・リム有」の直径比0.45であった。

これらの皿は、入院患者の食欲低下の改善に適した皿の大きさや形状である可能性が示唆された。

