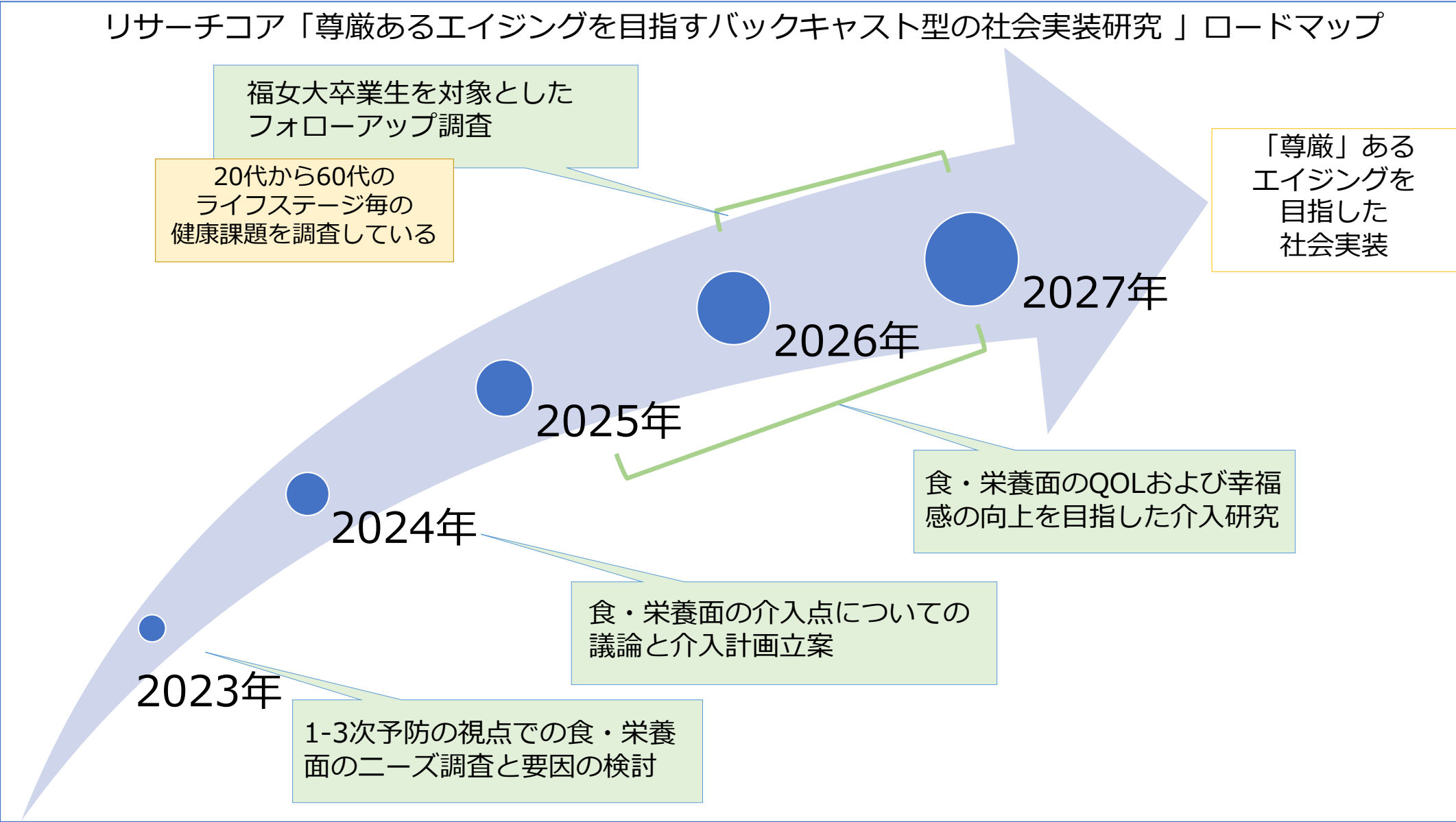


# 尊厳あるエイジングを目指すバックキャスト型の社会実装研究

リサーチコアメンバー：太田雅規、脇坂港、新開章司、片桐義範、佐久間理英、南里明子

本研究では、「**尊厳あるエイジング**」を目指し、そのためには、何が必要か、食と栄養の面からニーズ調査も含め検証し、様々な領域の専門家から成るリサーチコアメンバー間で、各領域の専門家の意見をもとに課題解決提案へと深化させ、その結果を基に**社会実装**することを目的としている。



# 2023年度の取り組み

**2023年度**はその第一歩として、**1-3次予防**の視点から対象者を分け、それぞれの対象毎に「尊厳あるエイジング」に関連する要因の検証を行った。

2023年度の調査の全体像

| 活動的な状態              | 虚弱な状態                         | 要介護状態                       |
|---------------------|-------------------------------|-----------------------------|
| 1次予防<br>要介護状態に対する予防 | 2次予防<br>生活機能の低下の早期発見・<br>早期対応 | 3次予防<br>要介護状態の改善・<br>重度化の予防 |

## 1次予防

ネット調査

対面での調査

公民館等に人を集め実施

質問紙調査\*

ロコモ度テスト

・立ち上がりテスト

・2ステップテスト

握力

## 2-3次予防

質問紙調査\*・ニーズ調査

支援者への調査

\*質問紙調査：

アウトカム：Quality of Life (QOL)指標のSF-8、幸福度

曝露要因：

個人的要因（生活習慣・食事歴調査・SOC・ヘルスリテラシー個人要因等）

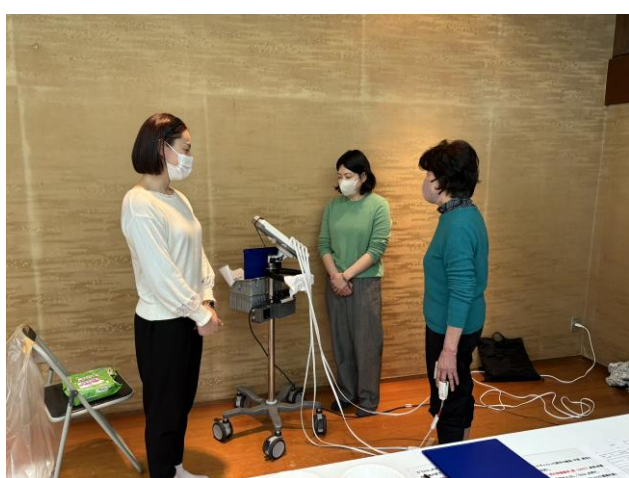
社会的要因（買い物のしやすさ・経済状況等）

# 1 次予防：ネット調査からのまとめ

- 全国の65歳以上の高齢者を対象にネット調査を行い、現在の幸福度との関連を多面的に調査した。
- 食に関する項目では、1日3食食べている、固いものを食べられる、汁物むせない、食の困りごとがない、朝食摂取頻度が高い、主食主菜副菜の頻度が高い、外食・弁当・インスタント・配食、朝食・昼食・夕食の共食頻度が高いといった項目で現在の幸福度が高いことを見いだした。
- また、買い物に行く手段がないこと、食品の価格が高いことは、現在の幸福度の低さと関連を認めた。
- 2024年度は本調査結果を更に深く解析し、尊厳あるエイジングのための食課題の整理を行っていく。

# 1 次予防：対面調査からのまとめ

- F市内の老人福祉センターに協力をいただき27名を対象に測定会を行った。
- 2ステップ値と骨密度（スティフネス値）とQOLの身体的サマリーとの間に有意な正の相関を認めた。
- 幸福度との関連については、2024年度にまとめていき、食・栄養面を中心にニーズを検証していく。



高齢者施設での  
測定風景

## 2次予防：高齢者施設調査からのまとめ

- 介護要支援レベルの対象者に対する調査で、
  - 生活満足度が高いほど
  - 主食主菜副菜の頻度が多いほど
  - インスタント食品の利用頻度が少ないほど
  - サプリメントの利用があるもののほど
  - 夕食の共食頻度が多いほど現在の幸福度が高いことが示された。
- 食の課題という点では、インスタント食品の利用を避ける食環境への介入、夕食を共食できる場の設定などが考えられた。
- 2024年度は、さらに詳細に解析を行い、要支援となっている高齢者への食の課題を明確にしていく。

# 3 次予防：訪問栄養士の調査からのまとめ

- ◆近年、在宅患者・療養者は増加傾向にあるが、在宅訪問栄養管理に携わっている管理栄養士は少なく、対応が十分にできていない状況である。  
対応が十分でない原因として、
  - ・ 診療報酬・介護報酬算定要件の規制
  - ・ 在宅患者・療養者に携わる職種が在宅訪問管理栄養士の所在を把握できていない
  - ・ 在宅訪問栄養管理を担う管理栄養士に求められる知識・スキルが高いが挙げられ、これらの改善が在宅訪問栄養管理の普及の課題である。
- ◆診療報酬・介護報酬においては、介入回数や多職種連携など算定要件に縛りがあり十分な介入ができない状況であるため、今後、診療報酬・介護報酬の算定要件の緩和など社会環境の整備が必要となる。
- ◆在宅訪問栄養管理を担う管理栄養士は、栄養管理に関する限られたデータから一人で栄養状態を評価・判定できる高度なスキルが求められている
  - ・ 在宅栄養管理を担う管理栄養士の組織化を図り在宅患者や療養者に関する調査研究
  - ・ 症例報告会
  - ・ 在宅栄養管理に特化した専門性の高い実践的な研修会などの強化充実が必要である。

資料 1

公立大学法人  
福岡女子大学

FOOD STUDY CENTER

2024. 3. 3 (日) 13:00-16:00

要事前申込 参加費無料 定員：100名(先着順)

[会場] 福岡女子大学 講義棟 C201 室

福岡女子大学の創立100周年を記念して2022年に国際フードスタディセンターが設置されました。「食をつなぎ創造する」をコンセプトに、食と栄養を通して全ての人々の尊厳と幸福を探索する研究、教育、そして、実践・情報発信を行っています。

食と栄養をとおして、  
すべての人々の  
尊厳と幸福を探索する。

国際フードスタディセンターでは、現在「尊厳あるエイジング」をテーマに研究に取り組んでいます。今回のキックオフシンポジウムでは、「尊厳あるエイジング」のためにも重要な「減塩」をテーマに基調講演を行って頂きます。  
その後のパネルディスカッションでは、幼児期から老年期にかけてのライフステージ毎に、それぞれ現場での経験や実践、研究の視点から政策まで、多面的な視点から4名のパネリストにお話し頂き、「尊厳あるエイジング」に向け、ライフステージ毎に何をやっていくのか、特に食や栄養の課題からご参加いただく皆様と議論を深めていきたいと思います。

国際フードスタディセンターキックオフシンポジウム

主催

福岡女子大学  
国際フードスタディセンター

「尊厳あるエイジングに向けて」

13:00

オープニング

向井 剛 公立大学法人福岡女子大学 理事長・学長

太田 雅規 国際フードスタディセンター長  
副学長・国際文理学部 教授

設立者代表挨拶

縣 博夫 福岡県人づくり・県民生活部  
私学振興・青少年育成局 局長

13:20

基調講演

「ライフステージでみた減塩の意義」

土橋 卓也 社会医療法人 製鉄記念八幡病院 理事長

14:30

パネルディスカッション

〈パネリスト / 幼児期〉

小崎 孝子 学校法人志賀島学園  
ふたば幼稚園 理事長兼園長

〈パネリスト / 学童期～思春期〉

山上 望 文部科学省  
初等中等教育局健康教育・食育課 食育調査官

〈パネリスト / 成人期～壮年期〉

樋口 善之 福岡教育大学 准教授

〈パネリスト / 老年期〉

杉山 みち子 日本健康・栄養システム学会 専務理事

〈討論〉

パネリストと会場参加者によるディスカッション

16:00

閉会

16:10

終了後、意見交換会を開催予定

(減塩食の試食有り)

場所：図書館棟1階 カフェ「空とたね」

\*収容人数に限りがありますので、先着順とさせていただきます

17:30

A man with glasses, wearing a dark blue suit jacket over a light blue and white striped shirt and a yellow and blue striped tie, is speaking at a dark wood podium. He is holding a black microphone in his right hand. On the podium, there are two laptops and a small black camera on a stand. The background is a plain, light-colored wall.

意見交換会  
減塩メニューの試食会を行った

# 2024年度に向けて

2023年度で得られた貴重なデータをまとめつつ  
「尊厳あるエイジング」を目指し、以下の研究を計画中である。

## **1.認知機能と食・食事時間との関係**

2023年度は認知機能についての調査ができていないため、認知機能を評価軸に加え、食・栄養・時間栄養学の観点から研究を行う。

## **2.食事内容とサルコペニアとの関係**

サルコペニア（高齢者の筋力低下）予防にはタンパク質の摂取が重要とされている。そこで、筋肉増加に重要な分岐鎖アミノ酸(BCAA)の摂取状況についての調査と体組成との関連を検証する。

## **3.福岡女子大学卒業生コホート作成のための準備**

2022年度にベースライン調査として、筑紫海会の協力の下卒業生調査を行った。2025年度フォローアップ調査を行い、コホートを作成する。2024年度はその準備を行っていく。