

近所付き合いが少ない男性高齢者 買い物不便だと肉魚・野菜果物不足が1.3倍

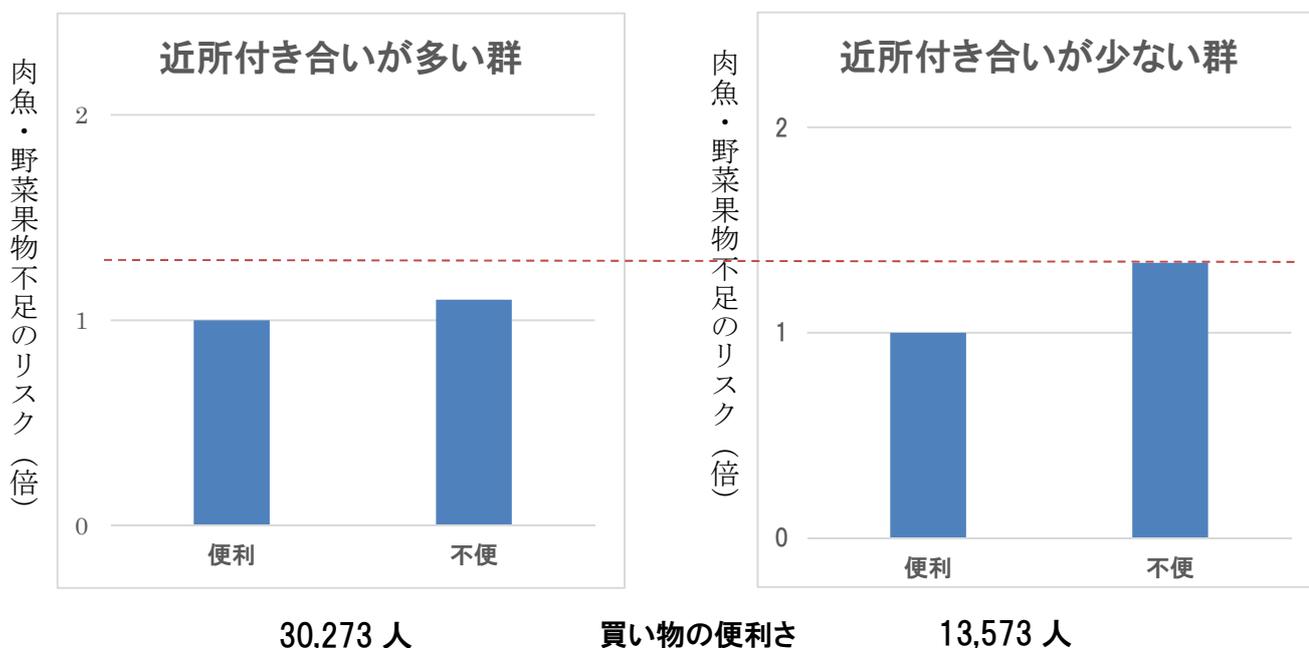
身近な小売店の消失等により、買い物に不便を抱える高齢者が380万人と推計されています。買い物が不便だと摂取食品が偏るリスクが考えられます。これまで、高齢者の摂取食品の多様性の低さと、生活機能の低さとの関連が報告されてきました。また、近所付き合いの少なさと摂取食品の多様性の低さも報告されてきました。

この研究では、約10万人の男女高齢者の大規模データを用いて、買い物の便利さ・近所付き合いの程度と、肉魚・野菜果物摂取との関連を調べました。分析の結果、男性高齢者では、近所付き合いが多い群で、買い物が便利な場合に比べて、不便である場合には、肉魚、野菜果物の不足のリスクは共に1.1倍でした。しかし近所付き合いが少ない群では、それらが1.3倍でした。

健康な超高齢社会に向け、買い物難民対策を地域づくりの視点で行っていく必要性が示唆されました。

お問合せ先： 聖隷クリストファー大学看護学部 准教授 仲村秀子
Tel:053-439-1400/Fax:053-439-1406/E-mail:hideko-n@seirei.ac.jp

男性高齢者 43,846人



買い物が不便だと肉魚・野菜果物不足のリスクが大きくなる。
近所付き合いが少ないと、そのリスクがより大きい。

■背景

高齢者の摂取食品の多様性が低いことは、生活機能の低さと関連があることが報告されてきました。また、国内では、いくつかの小地域において、近所付き合いが少ないと摂取食品の多様性が低いことが報告されてきましたが、全国規模で調査されたことはありませんでした。

■対象と方法

日本老年学的評価研究プロジェクト(代表:千葉大学 近藤克則)が、2010年に全国31市町村(12道府県)で、65歳以上の男女を対象に行った調査データ(約10万人)を用いました。

■結果

買い物の便利さは、買い物に便利な場合(自宅から1キロ以内に新鮮な野菜や果物が手に入る商店・施設が、たくさんある、ある程度ある)と不便な場合(あまりない、まったくない、わからない)に分けました。買い物に不便な場合には、便利な場合に比べて、肉魚不足(1日1回未満)のリスク(オッズ比)は男女共に1.2倍、野菜果物不足(1日1回未満)のリスクは男性1.2倍、女性1.3倍高いことがわかりました。また、近所付き合いが少ない場合(あいさつ程度とそれ以下)は、多い場合(物の貸し借りや立ち話をするなど)に比べて、肉魚不足のリスクは、男性は有意差がなく、女性は1.1倍でした。野菜果物不足のリスクは、男性1.4倍、女性1.6倍であることがわかりました。

さらに、近所付き合いが多い・少ないの2群に分けて、買い物に便利な場合と不便な場合とで、肉魚・野菜果物不足を比べてみました。その結果、男性高齢者では、近所付き合いが多い群では、買い物に不便である場合には、肉魚、野菜果物の不足のリスクは共に1.1倍でした。しかし近所付き合いが少ない群では、それらが1.3倍でした。女性高齢者でも同様の傾向はみられましたが、統計的に有意な差ではありませんでした。

■結論

自宅近くに商店・施設がないという地理的環境が食品摂取不足と関連することがわかりました。特に近所付き合いの少ない男性高齢者はこの影響を最も受けることが明らかとなりました。

■本研究の意義

買い物に困難を抱える高齢者が今後増加することが予想されています。買い物環境が食品摂取不足と関連することが示されたことにより、低栄養を予防するためには、地理的環境も考慮する必要があることを示していると考えられます。また、買い物が困難であっても、近所付き合いの促進によってその影響が緩和できる可能性が示唆されたと言えます。特に男性高齢者への支援が必要であると考えられます。

■発表論文

Hideko Nakamura, Mieko Nakamura, Eisaku Okada, Toshiyuki Ojima, Katsunori Kondo : Association of food access and neighbor relationships with diet and underweight among community-dwelling older Japanese, *Journal of Epidemiology* (2017), <https://doi.org/10.1016/j.je.2016.12.016>

■謝辞

本研究は、日本老年学的評価研究(the Japan Gerontological Evaluation Study, JAGES)プロジェクトのデータを使用し、私立大学戦略的研究基盤形成支援事業(文部科学省)、並びに、厚生労働科学研究費補助金(22330172, 22390400, 23243070, 23590786, 23790710, 24390469, 24530698, 24653150, 24683018, 25253052, 25870573, 25870881, 22390400), 厚生老科学研究費補助金(長寿科学総合研究事業, H22-長寿-指定-008, H24-循環器等(生習)-一般-007, H24-地球規模一般-009, H24-長寿-若手-009, H25-健危-若手-015, H26-医療-指定-003(復興), H25-長寿-一般-003), 長寿医療研究開発費(NO:24-17;研究代表者:村田千代栄, No:24-23; 研究代表者:斎藤民)などの助成を受けて実施した。記して深謝します。