様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　４ 年　５ 月 ２６ 日現在

機関番号：１２６０１
研究種目：挑戦的研究（萌芽）
研究期間：2019～2021
課題番号：１９Ｋ２１５７９

研究課題名（和文）フレイルの早期発見と地域に根差した食支援の一体的実施を目指した産学官民連携研究

研究課題名（英文）Industry-government-academia-private sector's collaboration about frailty check-up and dietary supports in a community

研究代表者
飯島　勝矢（Iijima, Katsuya）

東京大学・高齢社会総合研究機構・教授

研究者番号：００３３４３８４

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　5,000,000円

研究成果の概要（和文）：フレイルと食に関する知見を整理し、既存のコミュニティ食堂について調査した後、新型コロナウイルス感染症感染予防対策のもとで実施されているコミュニティ食堂イベント（会食なし）における運営の参与観察、フレイルチェック及びコミュニティ食堂の関係者へのインタビュー調査を実施した。コミュニティ食堂の意義と機能、コミュニティ食堂とフレイル予防活動を連携させるポイント、新型コロナウイルス感染症への対応等についてまとめたハンドブックを作成した。

研究成果の学術的意義や社会的意義
本研究が提示したコミュニティ食堂とフレイル予防活動を基盤とした食支援の一体的提供のモデルは、フレイル予防にコミュニティ食堂という恒常的な「場」の機能（高齢者に食を通した支援、居場所、情緒的交流）を付加できること、フレイル予防の評価と食事場面における詳細な観察から専門職に繋ぐ基準を明確にできること、これまで参加していなかった住民層を掘り起こせること等、現状の課題の解決に寄与しうるものである。

研究成果の概要（英文）：After organizing the knowledge about frailty, food, and the existing community dining, we conducted the participant observation at the community dining event and in-depth interviews to the stakeholders of frailty check-up program and community dining. Finally, we have elaborated a handbook that summarizes the significance and function of the community dining, the points for linking the community dining with frailty prevention activities, and the measures to infection control of COVID-19.

研究分野：老年医学

キーワード：フレイル予防　食支援　一体的実施　コミュニティ

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

高齢期の孤食は、高齢期うつ等、精神心理面の健康に負の影響をもたらすことが報告されており、今後、わが国では独居高齢者の急増が予測され、孤食の予防･解消に向けた対策が早急に求められている。孤食の問題に対し、有効と考えられている取り組みの 1 つにコミュニティ食堂がある。コミュニティ食堂は地域に根差した食支援の場であり、その一例に子どもの貧困対策に向けた「子ども食堂」がある。先行研究によると、子ども食堂の機能には「食を通した支援」「居場所」「情緒的交流」の 3 つがあるとされており、高齢者においても同様の機能を発揮することが期待できる。

2015 年度よりフレイルチェックを実施している千葉県柏市や 2019 年度にフレイルチェックの導入を予定している豊島区において、コミュニティ食堂が作られる動きが出てきた。豊島区独自の調査結果によると、要支援１または２（介護度が比較的軽い）の高齢者が求める支援として食事作りや掃除等（37.3%）が最も多いニーズであった。そのため、高齢期の食に着目した支援は、介護度の重い高齢者だけでなく比較的健康度の高い高齢者にもアプローチできる可能性が高いと考えられた。

全国のフレイルチェック導入自治体では、フレイルチェックの導入によって参加者個々人の well-being の向上や行政内部･関連組織の連携強化等のマルチレベルな効果が観察されており、一定の成果をあげていた。一方で、フレイルチェック後に包括的なフレイル予防プログラムが開発できておらず、フレイルチェック後のフォロー体制が十分でないという課題があった。上記のような背景から、既存の活動（フレイルチェック）と新たな動き（コミュニティ食堂）を掛け合わせた新たなフレイル予防の形づくりの着想に至った。

２．研究の目的

フレイルの早期発見と地域に根差した食支援が、産学官民連携の下、一体的に実施されるモデルを構築することを目的とした。

３．研究の方法

(1) フレイルチェック後のフォロー体制の現状調査

2019 年 10 月までにフレイルチェックの実績を 1 回でも有するフレイルチェック導入自治体 49 自治体からフレイルチェック事業の現状と課題に関するメール調査を実施した。

(2) 地域に根差した食支援に関する先行研究や先行事例のレビュー

インターネット検索および機縁での食支援に関する事例の収集を行った。

(3) コミュニティ食堂の参与観察及び運営関係者へのヒアリング調査

東京都豊島区のコミュニティ食堂において、コミュニティ食堂の参与観察、コミュニティ食堂運営関係者へのヒアリング調査を実施した。

(4) 地域に根差した食支援の一体的実施モデルの構築

全てのデータを統合する形で質的分析を行い、フレイルチェックとコミュニティ食堂の連携を促す要因を抽出した。

４．研究成果

(1) フレイルチェック後のフォロー体制の現状調査

2019 年 10 月までにフレイルチェックの実績を 1 回でも有する 49 自治体の全てから回答を得た（回答率 100%）。フレイル予防（栄養・運動・社会参加）に関する何らかのフォローアップを設けている自治体は 15 自治体（31.3%）であった。実施しているフォローアップのうち、食支援（口腔・栄養）の内容は、①集団向け教室・講座、②個別相談、③他機関・大学の市民大学等に分類された。具体的内容としては、口腔の内容で、唾液腺マッサージ、パタカラ体操、嚥下体操、セルフチェックシート配布、おロの体操、オーラルフレイルの講義があげられた。また、栄養の内容として、低栄養予防、野菜の計測、高齢者が使いやすい食材を使った簡単料理の紹介と実食、残食確認、バランスのいい食事について、配食サービスが挙げられた。

(2) 地域に根差した食支援に関する先行研究や先行事例のレビュー

地域に根差した食支援は、食堂やカフェなどの名称・形態をとり、主に昼食・飲料の提供を実施していた。目的としては、ひとり暮らし高齢者の社会参加の場、患者・介護者の介護負担軽減の機会、高齢者の就労・ボランティア活動を促す場、多世代交流の拠点（ミクストコミュニティ形成）として運営されていた。営業・活動日は、運営団体により 2 か月に 1 回程度、週 1 回、毎日といった差があったが、利用料・食事料はおおむね 500～1000 円程度に設定されていた。

（3）コミュニティ食堂の参与観察及び運営関係者へのヒアリング調査

新型コロナウイルス感染症感染予防対策のもとで実施されていたコミュニティ食堂イベント（会食なし）における運営の参与観察、フレイルチェック及びコミュニティ食堂の関係者（東京都豊島区フレイルチェックサポーター兼おとな食堂ボランティア１名、フレイルチェック・おとな食堂両事業導入時に関わった自治体保健師１名、フレイルチェック事業運営自治体作業療法士１名、おとな食堂事業運営自治体管理栄養士１名、おとな食堂参加住民４名）へのインタビュー調査を実施した。コミュニティ食堂は独居高齢者等に食を通した支援、居場所、情緒的交流を提供できる「場」であることが示された。コミュニティ食堂の運営者は、官民の様々なアクターで構成されており、また意図も多様であった。これにより、食支援の現状や課題を整理することができた。

（4）地域に根差した食支援の一体的実施モデルの構築

フレイルチェックとコミュニティ食堂の連携を促す要因として、行政との協働、定期実施と日程の明示、フレイルサポーターによる積極的な関わり等を抽出した。豊島区のコミュニティ食堂では、定期的な開催により、地域の NPO や企業との協働（食材提供等）体制が構築されやすい特徴を有していた。これらの知見をもとに、フレイルチェックとコミュニティ食堂の意義と機能、両者を連携させるポイント、新型コロナウイルス感染症への対応等についてまとめたハンドブック（図 1）を作成した。本研究により作成されたハンドブックは、全国のフレイルチェック関係者（行政担当者やフレイルサポーターを含む）やコミュニティ食堂企画運営者による使用を想定し、分かりやすい表現と読みやすいデザインを採用した。

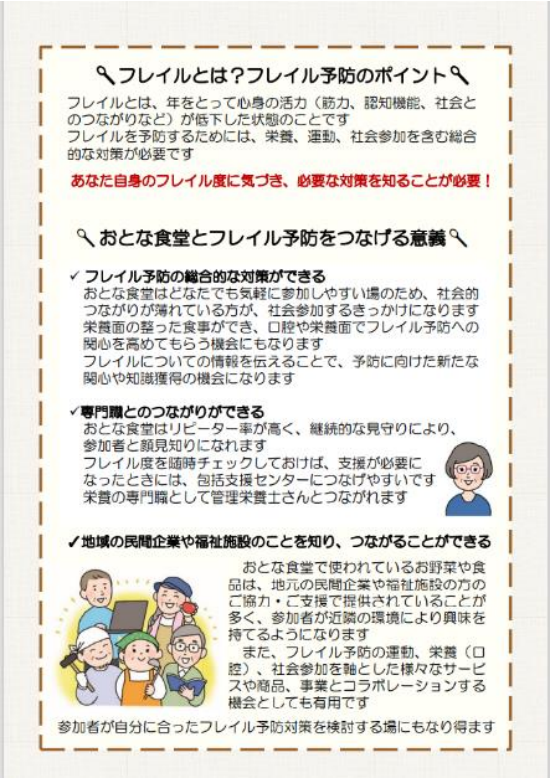

図１　フレイルの早期発見と地域に根差した食支援の一体的実施に関するハンドブック（一部）

（5）今後の展望

本研究が提示したフレイルチェックとコミュニティ食堂を基盤とした食支援の一体的提供のモデルは、フレイルチェックの機能にコミュニティ食堂という恒常的な「場」の機能（高齢者に食を通した支援、居場所、情緒的交流）を付加できること、フレイルチェックの評価と食事場面における詳細な観察から専門職に繋ぐ基準を明確にできること、これまで参加していなかった住民層を掘り起こせること等、現状の課題の解決に寄与しうるものである。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計1件（うち査読付論文　1件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　1件）

１．著者名 Kyo Takahashi, Hiroshi Murayama, Tomoki Tanaka, Mai Takase, Unyaporn Suthutvoravut, Katsuya Iijima.	４．巻 15
２．論文標題 A qualitative study on the reasons for solitary eating habits of older adults living with family	５．発行年 2020年
３．雑誌名 PLoS One	６．最初と最後の頁 e0234379
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1371/journal.pone.0234379	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

〔学会発表〕　計4件（うち招待講演　0件／うち国際学会　2件）

１．発表者名 Iijima K, Tanaka T, Takahashi K, Nishimoto M, Fujisaki-Sueda-Sakai M, Yoshizawa H, Kozaki K, Akishita M, Toba K.
２．発表標題 “ACTION RESEARCH” to achieve community-based comprehensive approach for frailty prevention.
３．学会等名 The International Conference on Frailty & Sarcopenia Research (ICFSR 2020)（国際学会）
４．発表年 2020年

１．発表者名 Fujisaki-Sueda-Sakai M, Takahashi K, Yoshizawa Y, Tanaka T, Unyaporn S, Nishimoto R, Iijima K.
２．発表標題 A community assessment of frailty prevention strategies using data on frailty checkups.
３．学会等名 The 6th International Nursing Research Conference of World Academy of Nursing Science（国際学会）
４．発表年 2020年

１．発表者名 吉澤裕世、藤崎万裕、田中友規、高橋競、飯島勝矢.
２．発表標題 通いの場におけるフレイルチェックによるアウトリーチ体制構築に向けた課題-サービス・ クオリティ・ギャップモデルを用いて-
３．学会等名 第79回日本公衆衛生学会総会
４．発表年 2020年

１．発表者名 高橋競、孫輔卿、田中友規、藤崎万裕、吉澤裕世、呂偉達、飯島勝矢.
２．発表標題 フレイルサポーターによる地域活動に関する混合研究
３．学会等名 第7回日本サルコペニアフレイル学会大会
４．発表年 2020年

〔図書〕　計2件

１．著者名 大久保満男、飯島勝矢	４．発行年 2020年
２．出版社 主婦の友社	５．総ページ数 127
３．書名 マンガでわかるオーラルフレイル 心身の衰えはお口から始まります	

１．著者名 飯島 勝矢	４．発行年 2020年
２．出版社 KADOKAWA	５．総ページ数 64
３．書名 在宅時代の落とし穴 今日からできるフレイル対策	

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究分担者	藤崎　万裕 (Fujisaki Mahiro) (80782169)	東京大学・高齢社会総合研究機構・特任助教 (12601)	

６．研究組織（つづき）

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究分担者	高橋　競 (Kyo Takahashi) (60719326)	東京大学・高齢社会総合研究機構・特任研究員 (12601)	
研究分担者	西本　美紗 (Misa Nishimoto) (60825537)	東京大学・高齢社会総合研究機構・特任研究員 (12601)	
研究分担者	高瀬　麻以 (Mai Takase) (70826320)	東京大学・高齢社会総合研究機構・特任研究員 (12601)	
研究分担者	吉澤　裕世 (Yasuyo Yoshizawa) (70758721)	東京女子医科大学・看護学部・講師 (32653)	

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関