

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 24 年 5 月 10 日現在

機関番号：34517

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2009～2011

課題番号：21650189

研究課題名（和文） 軽費老人ホーム（B型）入居者の介護予防に合致した食の自立支援

研究課題名（英文） Food independence support consistent with care prevention for residents of an inexpensive nursing home (B type)

研究代表者

爲房 恭子（TAMEFUSA YASUKO）

武庫川女子大学・生活環境学部食物栄養学科・教授

研究者番号：00388802

研究成果の概要（和文）：

3年間の継続的な世代間交流を加味した生きがい講座は、高齢者の生活満足度、体力、骨密度などに好影響を与えられた。食の専門家が不在であり、生活の自立が入居条件の施設において、栄養管理マニュアル（身体健康度の記録、栄養評価、栄養教育媒体など）は、有効であると推察される。

研究成果の概要（英文）：

Life purpose lectures with three-year continuous intergenerational exchange had a good impact on elderly people's life satisfaction, physical strength, and bone density. Nutritional management manuals (such as records of physical health degree, nutritional assessment, and nutritional educational media, etc) are considered to be effective in a facility where there is not a food expert and independent life is required as an entry condition.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合計
2009年度	500,000	0	500,000
2010年度	300,000	0	300,000
2011年度	700,000	210,000	910,000
年度			
年度			
総計	1,500,000	210,000	1,710,000

研究分野：総合領域

科研費の分科・細目：生活科学・生活科学一般

キーワード：独居・QOL・食の自立・

世代間交流・健康維持

1. 研究開始当初の背景

平成 18 年度の介護保険改正により、地域密着型サービスの提供や予防介護が強化された。特に、地域支援事業実施要綱「高齢者の生きがいと健康づくり推進事業」がクローズアップされた。本学でも、同年、地域の社会福祉機関と連携して、高齢者の栄養や食生活改善と生きがいの高揚を目的とした支援システムの開発・実践研究を行うため、「武

庫川女子大学高齢者栄養科学研究センター」が組織され、研究代表者も、同センターの研究員となった。そこで、栄養による支援だけではなく、運動や生きがい感から身体健康度を上昇させるべく取り組みが出来ないかと考えた。

2. 研究の目的

世代間交流での実践となる生きがい講座

によって生活の質が変容する過程や様子、身体活動レベルの維持変化を検討することは興味深いと考える。そこで、本研究では、高齢者の生きがい講座参加の有無が生きがい高揚と身体的健康度に与える影響について比較対照すること、さらに、栄養管理マニュアルを作成し、軽費老人ホーム（B型）居住者の介護予防に合致した食の自立支援をすることを目的とする。

3. 研究の方法

対象は同ホーム居住者で、3年間継続して全測定項目が揃っている名6名（男性3名、女性3名）、研究開始時平均年齢73.7±8.2歳である。2009年～2011年に体組成（InBody 430）、骨密度（ALOKA AOS-100）、加速度計付歩数計（スズケン・ライフコーダーPLUS）により7日間の身体活動量、体力（握力、開眼片足立ち、長座体前屈、椅子座り立ち、10m歩行、サイドリーチ、肺活量、）血圧、VASによる生活満足度を測定した。食事摂取量は、面接による食物摂取頻度法で行った。毎回測定会の結果返却時に栄養相談会を実施した。年1回の生きがい講座は、研究代表者および本学食物栄養学科学生と研究分担者および心理・社会福祉学科学生による共同開催で行った。また、当該学生は、世代間交流を目的としてホーム行事にも積極的に参加した。

介入前後の各測定項目変化について比較検討をした。有意水準は5%とした。栄養管理マニュアルの作成により食の自立を支援した。

4. 研究成果

(1) 体組成、骨密度、活動量、体力測定

体脂肪率は、27.4±8.2%から17.4±7.9%と大きく変化した（ $p < 0.01$ ）。その他の項目は、有意な差はなかった。

骨密度、体力について不変であることは、高齢者にとって有効な結果であったといえる。しかし、期待はできない年齢ではあるが、活動時間の少なさ（30分以下）、活動強度の低さは、筋肉量の減少とむくみの原因となっていると推察される。

(2) 食事摂取量、生きがい感

エネルギー量、たんぱく質摂取量に有意差はなく、「日本人の食事摂取基準（2010年版）」を上回っていた。生きがい感にも有差はないが、最大値98%、最小値49%と個人差は大きい。

(3) 生きがい講座

以下の内容で実施した。参加者および学生の感想は、世代間での実習を評価するものであった。

2009年「カルシウムと骨」講義と調理実習・試食+カルシウムに関するクイズ、2010年「季節の野菜をたっぷり」と講義と調理実習・試食+むかし菓子の話題、2011年「簡単おやつによるエネルギーの確

保」調理実習・試食+子供時代の遊びについて

(4) 栄養管理マニュアル

各対象者個人ファイルを作成し、測定結果表、栄養評価表、栄養教育媒体（問題別ルーブリーフ形式）を綴じた。

「自分用」のファイルであることに満足していただけたことは、食を見直す機会を得たと推察している。

軽費老人ホーム（B型）は、生活自立が不可能になれば退去とならざるを得ない施設である。入退居が繰り返され、3年間の継続的な研究成果を得るには十分な対象人数ではないといえるかもしれない。また、継続支援者6名は、健康維持が可能であったからこそ居住継続しているとも考えられる。したがって測定値が”有効な不変”であったかもしれない。

縦断的介入研究遂行は少数であったが、横断研究（40名）は未解析である。新たな問題点が抽出されることも予想され、このプログラムを3年間で終了することに危惧を感じ、継続支援の予定である。このような給食施設がない（食の専門家不在）B型施設では、定期的な「見守りシステム」を構築したいと考えている。

5. 主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計2件）

- ① 喜多村愛、爲房恭子、高齢者の日常生活および食に関する意識調査と身体測定指標・エネルギー摂取量との関連、食生活学会誌 投稿中 2011.10
- ② 爲房恭子、喜多村愛、佐々木和教他、高齢者のチーズ摂取による骨代謝、投稿中 2012.3

〔学会発表〕（計8件）

- ① 爲房恭子、森美知子、高齢者への自立支援における課題の検討（1）第13回日本病態栄養学会 2009（京都）
- ② 森美知子、爲房恭子、高齢者への自立支援における課題の検討（2）第13回日本病態栄養学会 2009（京都）
- ③ 爲房恭子、中村富予、達妙美他、データマイニングによる訪問栄養食事指導の実態と関連因子、第68回日本公衆衛生学会 2009（奈良）
- ④ 中村富予、爲房恭子、達妙美他、コレスポンディング分析による訪問栄養食事指導の実態と関連因子、第68回日本公衆衛生学会 2009（奈良）
- ⑤ 爲房恭子、喜多村愛、高齢者への自立支援における課題の検討（3）第14回日本病態栄養学会 2010（横浜）
- ⑥ 喜多村愛、爲房恭子、軽費老人ホーム居

住者における運動状況と体組成および食事摂取状況についての検討 第 14 回日本病態栄養学会 2010 (横浜)

- ⑦ 爲房恭子、中村富予、遠妙美他、多職種協働による在宅栄養ケア、第 70 回日本公衆衛生学会 (秋田)
- ⑧ 喜多村愛、爲房恭子、主観的咀嚼能力評価が食事摂取状況及び体組成と運動状況に与える影響についての検討、第 15 回日本病態栄養学会 (京都)

[図書] (計 2 件)

- ① 爲房恭子、武庫川女子大学出版部、透析患者さんにやさしい料理、2011、88
- ② 爲房恭子、今中栄美、坂本裕子他、(株)化学同人、栄養教育論 2012、179

[産業財産権]

○出願状況 (計 0 件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

○取得状況 (計 0 件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

[その他]

ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究代表者

爲房恭子 (TAMEFUSA YASUKO)
武庫川女子大学・生活環境学部・教授
研究者番号：00388802

(2) 研究分担者

前田美也子 (MAEDA MIYAKO)
武庫川女子大学・文学部・准教授
研究者番号：50309027

(3) 連携研究者

福尾恵介 (FUKUO KEISUKE)
武庫川女子大学・生活環境学部・教授

研究者番号：40156758
北島見江 (KITAJIMA MIE)
武庫川女子大学・健康・スポーツ科学部・教授
研究者番号：90204891
喜多村愛 (KITAMURA AI)
武庫川女子大学・生活環境学部・助手
研究者番号：00582298

