

博士論文の要旨及び審査結果の要旨

氏名	小田島 祐美子
学位	博士 (学術)
学位記番号	新大院博 (学) 第 38 号
学位授与の日付	令和 2 年 3 月 23 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
博士論文名	75歳自立高齢者が肉の脂身を好んで食べる指向に関する考察
論文審査委員	主査 教授 井上 誠 副査 教授 葭原 明弘 副査 教授 小川 祐司

博士論文の要旨

【 目的 】

高齢者が肉の脂身を好んで食べる指向に影響を及ぼしている要因とその際の身体状況、血液状況、食品群別・栄養素別摂取量の関連について検討することを目的とした。

【 方法 】

2003 年新潟市高齢者調査に参加した 75 歳 316 名 (男性 169 名、女性 147 名) を対象とし、男女別に検討を行なった。BDHQ 内の「肉 (牛肉や豚肉) の脂身を好んで食べるかどうか」の回答「1.好んで食べていた」「2.やや好んで食べていた」「3.好きでも嫌いでもない」「4.あまり食べなかった」「5.ほとんど食べなかった」を用いた。脂身を好んで食べる指向に影響を及ぼす要因については、BMI、体重の変化、食欲、現在歯数、肉の摂取量を独立変数とし、回答を 2 群 (1 ~ 3、4 と 5) に区分したものを従属変数とし、ロジスティック回帰分析で、評価を行った。また、好んで食べる指向との関連については、身体状況、血液検査状況、食品群別・栄養素別摂取量を独立変数とし、回答を 4 群 (1 と 2、3、4、5) に区分したものを従属変数として、一元配置分散分析と Scheffe の多重比較を用い、評価した。

【 結果 】

肉の脂身を好んで食べる指向は、男女とも食欲があると高かった。男性は、現在歯数が多いと高く、女性は、体重の増加が指向を抑制していた。

また、好んで食べる指向との関連については、一元配置の分散分析結果では、男性では、身体状況と血液状況で有意差が認められたものはなく、食品群別では、果物、魚介類、肉類、栄養素別では、たんぱく質、植物性たんぱく質、カリウム、カルシウム、マグネシウム、ビタミン D、ビタミン B2 で有意差が認められた。女性では、身体状況で認められたものはなかったが、血液状況では TP、ALB、食品群別では、野菜類、緑黄色野菜、菓子類、肉類、栄養素別では、エネルギー、脂質、カリウム、マグネシウム、レチノール活性当量、葉酸、飽和脂肪酸、一価不飽和脂肪酸、不溶性食物繊維、総食物繊維で有意差が認められた。エネルギー産生栄養素バランスでは、男性は、たんぱく質エネルギー比が、女性では、脂質エネルギー比に有意差が認められた。

「やや好んで・好んで食べた」指向群を「ほとんど食べなかった」指向群と比較すると、男性では、魚類、たんぱく質、カリウム、カルシウム、マグネシウム、ビタミン D の摂取量とたんぱく質エネルギー比が有意に低かった。女性では、肉類、菓子類、エネルギー、脂質、一価不飽和脂肪酸の摂取量と脂質エネルギー比が有意に高かった。

【 考察 】

肉の脂身を好んで食べる指向は男女とも食欲があると高くなり、男性は、現在歯数が多いと高くなり、女性は、体重の増加が指向に抑制をかけていることがわかった。

好んで食べる指向との関連については、新潟市の 75 歳自立男性は、肉の脂身を好んで食べる指向であっても、肉の摂取量は、2003 年国民健康栄養調査結果の 50 歳代の約 0.6 倍程度と少なく、付随している脂身を思ったほど摂取していなかったため、身体状況や血液状況に影響しな

かったと推察した。一方、女性は、50歳代とほぼ同量摂取していたにも関わらず、身体状況や血液状況にあまり影響しなかった。このことから男女とも肉の脂身を好んで食べる指向による身体状況や血液状況への影響が少ないことがわかった。

食品群別、栄養素別摂取量との関連は、男性の肉の脂身を「ほとんど食べなかった」群が、高齢者に必要とされる栄養素の摂取量が多かったのに対し、女性は、回答群でそのような傾向は認められなかった。

高齢者の低栄養やサルコペニアの予防、健康寿命の延伸には、食事内容が大切であり、良質のたんぱく質を摂取することが必要と言われている。しかし、肉の摂取は同時に脂身も摂取することになり、コレステロールの身体への影響が懸念されていたが、肉の脂身を好んで食べる指向が身体への影響が少ないのであれば、75歳高齢者では、肉の脂身の身体への影響を懸念せず、し好や食の楽しみを優先し、肉の選択をしてよいのかもしれない。一方、この指向での食事が10年後にどう影響するかも検討課題と考えられる。

審査結果の要旨

高齢者が肉の脂身を好んで食べる指向に影響を及ぼしている要因とその際の身体状況、血液状況、食品群別・栄養素別摂取量の関連について検討することを目的とした。

75歳316名を対象とし、男女別に検討を行った。BDHQ内の「肉（牛肉や豚肉）の脂身を好んで食べるかどうか」の回答結果から、脂身を好んで食べる指向に影響を及ぼす要因についてロジスティック回帰分析を用い、この指向と身体状況、血液検査状況、食品群別・栄養素別摂取量との関係を一元配置分散分析とScheffeの多重比較を用い評価した。

その結果、肉の脂身を好んで食べる指向は、男女とも食欲があると高く、女性では体重の増加が摂取に抑制をかけ、男性では現在歯数が多いと高かった。好んで食べる指向は、男性は身体状況、血液状況には影響しなかった。好んで食べる指向群をほとんど食べない指向群と比較すると、魚類、たんぱく質、カリウム、カルシウム、マグネシウム、ビタミンDの摂取量、たんぱく質エネルギー比が有意に低かった。女性でも、身体状況への影響はなかったが、血液状況のTPとALBに有意差が認められた。好んで食べる指向群は、肉類、菓子類、エネルギー、脂質、一価不飽和脂肪酸の摂取量、脂質エネルギー比が有意に高かった。

従来より、高齢者では、食品の選択動機と食品群別・栄養素別摂取量および身体状況や血液状況との関連を評価した調査は見当たらなかった。また、残存歯の少ない高齢者では肉の摂取量が少なくなることが知られており、一方では、低栄養を防ぐためタンパク質の摂取量を維持することは非常に重要と言われている。そのようなことから今回、脂身の摂取状況との関連を明らかにしたことは高齢者への食事対応に新たな方向性を示すことができた。それは歯科学と栄養学の連携に大きく寄与するものであり、学位論文としての価値を認める。