

論文名：75歳自立高齢者の肉の脂身を好んで食べる指向に関する考察（要約）

新潟大学大学院医歯学総合研究科

氏名 小田島 祐美子

---

【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、BDHQ内の「肉（牛肉や豚肉）の脂身を好んで食べるかどうか」の回答を用い、男女別に検討を行なった。

【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、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B<sub>2</sub>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。