【別紙２】

論文名：現在歯数 20 本以上の 75 歳高齢者は「健康な食事」を満たしているか？（要約）

新潟大学大学院医歯学総合研究科
氏名　木村　秀喜

高齢者の歯・口腔の健康は摂食と構音を良好に保つために重要であり，生活の質（QOL）の向上にも大きく寄与するとされている。厚生労働省は 2015 年 9 月に日本人の長寿を支える「健康な食事」を普及することとした。そこで現在歯数 20 本以上の 75 歳高齢者が「健康な食事」を満たしているかを明らかにすることを目的とした。

対象は 2003 年新潟市高齢者コホートスタディに参加し，口腔内診査，健康診査，簡易型自記式食事歴法質問票（BDHQ）調査等に協力が得られた 75 歳高齢者 338 人とした。「健康な食事パターン」は「健康な食事」を参考にした。「健康な食事」は 1 食分の料理区分を主食，主菜，副菜の下限値および上限値を定めている。本研究では，その下限値の 3 倍量を主食，主菜，副菜の 1 日あたりの下限量と定めた。3 つの料理区分すべてを不足無く摂取している食事パターンを充足群とし，それ以外を不足群とした。対象者を現在歯数 20 本以上，未満の 2 群に分け，現在歯数と「健康な食事パターン」の関連を多重ロジスティック回帰分析を用いて評価した。

結果として，現在指数 20 本以上の群で「健康な食事パターン」充足群の割合が統計的に有意に高かった（χ^2 検定，$p = 0.03$）。さらに「健康な食事パターン」と現在歯数との関連についての多重ロジスティック回帰分析結果では，現在歯数を 20 本以上有する群の「健康な食事パターン」充足に対する調整オッズ比は 1.7（95%信頼区間=1.1-2.6）であり，統計学的に有意であった。

結論として，地域在住高齢者において歯・口腔の健康と食事パターンの間には有意な関連があることが示された。