

■研究・実践の課題（テーマ）

配食サービス支援を利用する在宅高齢者の栄養摂取量調査

■主任研究者 塚原丘美

■共同研究者 奥村圭子

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

【目的】 わが国は今後も、在宅療養者・居宅要介護者が増加すると予想されている。それに伴って、配食サービスの需要は増加し、栄養管理を重視した配食事業の更なる普及が望まれる。しかしながら、在宅高齢者を対象にした配食サービスは、管理栄養士・栄養士による栄養量や食形態の管理ができていないのが現状である。そこで、配食サービス支援を受けている在宅高齢者の栄養摂取状況を調査し、今後の在宅栄養管理システムについて検討した。

【方法】 愛知県日進市に在住の在宅高齢者で配食サービス助成金受給者のうち同意が得られた 20 名（男性 10 名、女性 10 名、平均年齢 86 ± 7 歳）を対象に調査した。事前に食生活調査票を送付し、回収とともに聞き取り調査を行った。食生活調査票の内容は基本特性（性別、年齢、身長、体重、MNA-SF、SNAQ、障害高齢者の日常生活自立度）、配食弁当の摂取状況とした。また、この結果を踏まえてより詳しい食事摂取内容を把握するために、上記 20 名のうち同意の得られた 14 名（男性 7 名、女性 7 名、平均年齢 87 ± 6 歳）の宅へ訪問し、食物摂取頻度調査（FFQ）を行った。

【結果】 障害高齢者の日常生活自立度はランク J1, 2: 生活自立（以下 J 群）は 10 名、ランク A1, 2: 準寝たきり（以下 A 群）は 8 名、ランク B1, 2: 寝たきり（以下 B 群）は 2 名であった。J 群は平均 4.1 回/週配食サービスを利用しており、そのうち 3 名は 1 食の弁当を 2 回に分けて摂取していた。A 群は平均 5.5 回/週配食サービスを利用しており、そのうち 4 名は 1 食の弁当を 2 回以上に分けて摂取していた。J 群、A 群ともに BMI は比較的保たれていたが、MNA-SF および SNAQ はそれぞれ境界域であり、サポートが必要であると思われた。さらに FFQ を行い、各栄養素等の必要量に対する充足率を求めた。エネルギー摂取量は J 群および A 群でそれぞれ $111.1 \pm 17.7\%$ および $104.7 \pm 30.3\%$ であった。J 群において、エネルギー産生栄養素は充足していたが、Ca および食物繊維はそれぞれ $84.2 \pm 21.1\%$ および $65.7 \pm 18.9\%$ と不足していた。A 群においてたんぱく質および脂質はそれぞれ $114.8 \pm 27.9\%$ および $126.1 \pm 50.7\%$ と充足していたが、炭水化物、Ca および食物繊維はそれぞれ $87.8 \pm 25.2\%$, $62.6 \pm 14.2\%$ および $58.4 \pm 17.0\%$ と不足していた。

【結論】 本研究で調査した高齢者は、配食弁当を 2 回以上に分けて食べている者が 4 割も存在したが、日常の食事と合わせるとどの自立度であってもエネルギー、エネルギー産生栄養素量は十分満たされていた。しかし、Ca と食物繊維は少なく、栄養状態は低栄養と

の境界域であった。このことから、不足している栄養素を補うような食事内容が検討された配食サービスを提供し、さらに詳しい栄養調査が必要である。