



# 健康と食生活の関係性に関する一考察 ～鳩山町のみそ汁調査を通じて～

藤生 慎<sup>1)</sup>, 森崎 裕磨<sup>1)</sup>, 高山 純一<sup>1)</sup>, 中山 晶一郎<sup>1)</sup>  
柳原 清子<sup>2)</sup>, 平子 紘平<sup>4)</sup>, 藤生 沙妃<sup>4)</sup>

1) 金沢大学 理工研究域 環境デザイン学系 2) 金沢大学 保健学域  
3) 金沢大学先端イノベーション推進機構 4) 元東京大学医学部付属病院

## ■ 背景・目的

世界に先駆けて超高齢社会を迎えた我が国では、高齢者を取り巻く様々な問題を抱えている。高齢者の外出機会の低下、介護度の悪化、医療難民、買い物難民など、今後、増加する高齢者に対応するために、これらの課題に対して何らかの解決策を見出す必要がある。特に、高齢者は外出機会の低下などから食生活が乱れ、その結果として健康に影響を与えている可能性が指摘されている。そこで本研究では、埼玉県鳩山町を対象として健康に関するアンケート調査とみそ汁調査を通じて高齢者の食生活と健康に関する分析を行った。

## ■ アンケート調査概要

配布日: 2017年2月25日～27日  
配布枚数: 4000世帯(鳩山町全戸)  
回収率: 約10.5%

**アンケート調査と味噌汁サンプリング調査を実施**



**タレ瓶 5ml採取**



**みそ汁の回収状況**

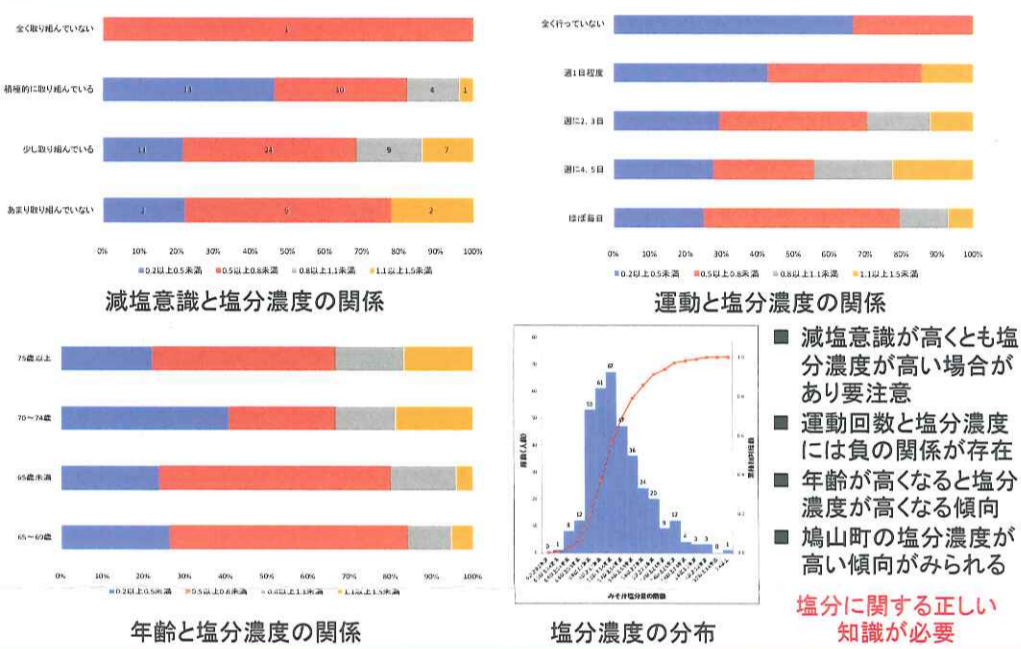


**みそ汁の塩分濃度の計測**

**みそ汁のサンプリング調査**

アンケート調査票の一部

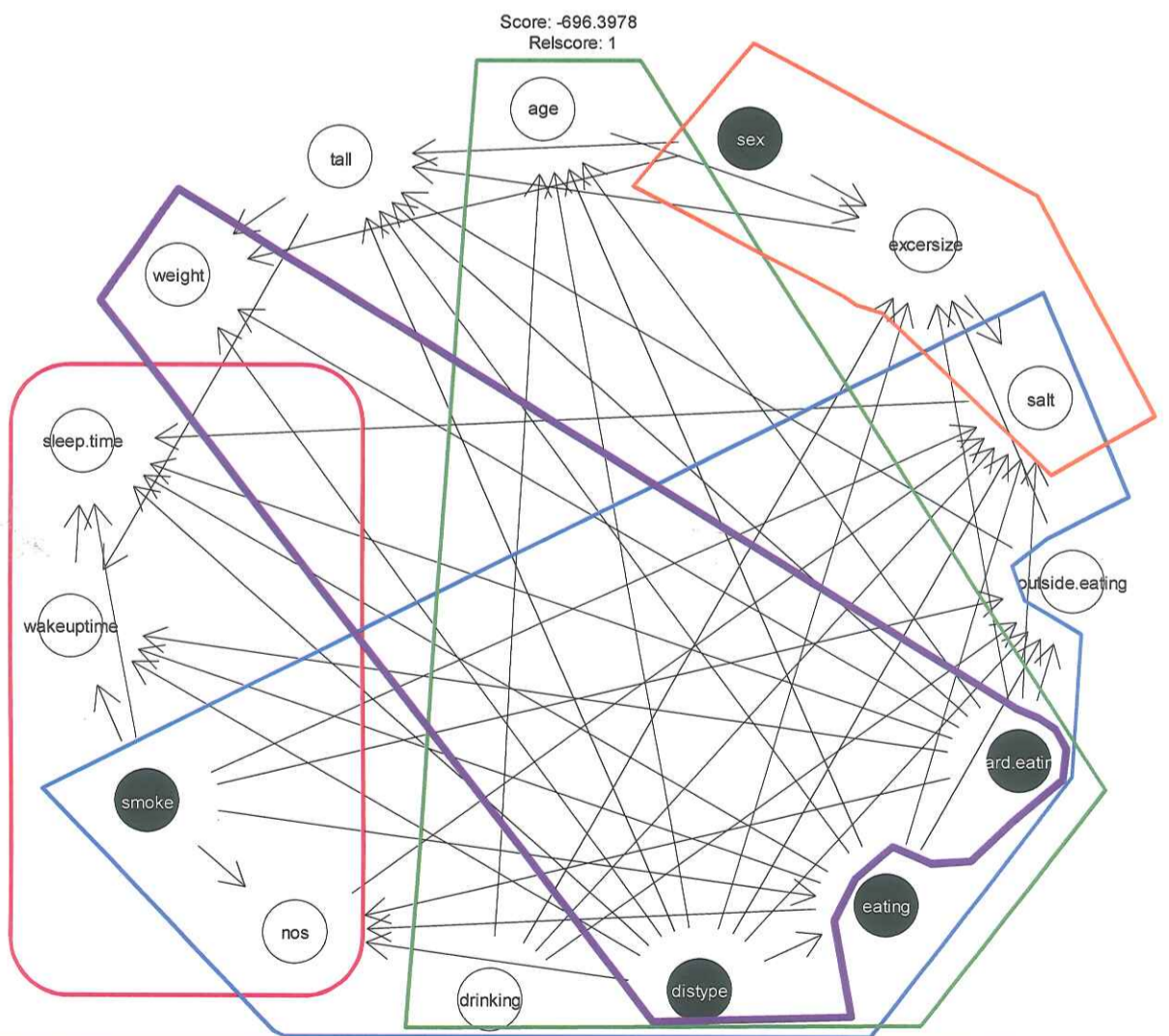
## 調査結果の概要



## ■ 食と健康に関する分析

ベイジアンネットワークを用いて塩分と健康状態・外出頻度・生活環境を分析

- 【喫煙】**  
就寝時間・起床時間・一日当たり喫煙本数, 塩分の濃度, 外出(外食)機会
- 【年齢】**  
飲酒・持病・咀嚼回数・硬い食べ物の咀嚼可能性・運動機会
- 【塩分濃度①】**  
喫煙の有無・喫煙本数・飲酒・現病歴・咀嚼回数・硬い食べ物の咀嚼可能性・運動機会
- 【塩分濃度②】**  
性別・運動機会  
\* 年齢の影響も認められる
- 【体重】**  
現病歴・硬い食べ物の咀嚼可能性・性別



食(塩分濃度)は喫煙・年齢・体重・運動・減塩意識と密接な関係／外出機会や運動環境の提供など街づくりの視点も必要

## ■ まとめと今後の課題

1. 食生活の代理指標としてみそ汁のサンプリング調査を実施し、塩分と減塩意識・運動・年齢との関係を把握
  2. ベイジアンネットワークを用いて塩分と健康状態・外出頻度・生活環境の関係性を分析
- 今後は、食事の写真撮影・GPSロガーを用いた外出行動調査・他地域でのみそ汁調査を実施予定