

令和2年度厚生労働行政推進調査事業補助金 政策科学総合研究事業（政策科学推進研究事業）  
「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施推進に係る検証のための研究」  
分担研究報告書

分担研究名 一体的実施の事業検証

研究分担者 田中和美 神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科

研究協力者 遠又靖丈 同

#### 研究要旨

一体的事業では、介護予防事業である通いの場において後期高齢者の質問票を使用し、参加する個人に合わせて健康相談を行うが、現状は参加者の健康状態を把握していない場合が多い。そのため本研究では一体的実施の事業検証として、中核市規模による通いの場における低栄養等のフレイルの実態を、後期高齢者の質問票を中心に把握した。加えて健康状態不明者についてアンケート及びKDBによるフレイルに関連する項目を一部把握した。

通いの場の参加者は、年代区分では後期高齢者が77%を占め、性別は女性が83%であった。BMI20未満の者が18%存在し、地区によって参加率の違いがあった。健診の受診状況は、4年連続受診している者が47.1%であった。

健康状態不明者は、健診・レセプト・要介護認定がともに1年以上存在しない者として特徴と予後を把握した。低栄養傾向（BMI20以下）者は28%を占め、認知機能に関するリスクが高く、1年後の要介護認定においては、要介護2以上と判定される者が健診受診者や医療受診のある者に比べ、高い比率で出現していた。

#### A. 研究目的

超高齢社会のわが国では、医療保険、社会保障制度の持続可能性を維持することが重要な課題であり、そのために平均寿命と健康寿命の差を縮小させる対策が求められている

<sup>1)</sup>。その一環として、令和2年度より『高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施』が自治体において実施されている。この事業は、自治体が保険者となる介護保険、都道府県（後期高齢者医療広域連合）が保険者となる医療保険の各々において行われてきた「介護予防」と「保健事業」を、自治体が一体的に実施することで事業を効率化させ、高齢者にとって効果的なサービスを提供しようというものである<sup>2)</sup>

事業内容の主なものの1つとして、介護予防事業である通いの場において後期高齢者の質問票を使用し、参加する個人に合わせて健康相談を行う事業があるが、現状は参加者の健康状態を把握していない場合が多い。したがって本研究においては、通いの場で低栄養をはじめとするフレイル対策を実行している

自治体（中核市規模）で、①低栄養等フレイルの実態の把握、②健康状態不明者の状態等を、アンケート及びKDBにより把握することを目的とした。

#### B. 研究方法

##### ①低栄養等フレイルの実態の把握

対象者：神奈川県大和市\*の通いの場50か所のうち、管理栄養士による通いの場の栄養相談を希望した18か所の利用者で、自記式質問票の「フレイル・生活習慣病予防チェック票」（資料1）に記入した291人を対象とした。

\*（人口：236,078人 高齢化率：23.7% 2019年4月1日現在）

期間：令和元年5月～令和元年12月

場所：自治会館やコミュニティセンター等  
18か所

時間：30分～2時間/回程度

日程：2週～2か月に1回

スタッフ：ボランティアの市民等

## ②健康状態不明者の状態把握

対象者：大和市後期高齢者のうち令和2年5月末現在、要介護認定者、令和元年度健診あり、令和元年度医療受診あり、平成30年度中に後期高齢者医療制度に加入した者及びR2年6月現在、住民登録がない者を除く、657名を健康状態不明者としてKDBを使用して分析した。さらに「大和市新型コロナウイルスの影響と健康状態に関するアンケート」（資料2）を実施し、回答を得た334人（回答率50.8%）の健康状態等を把握した。

### （倫理面への配慮）

自治体が行った事業実施のためのアンケートであり、公表済みの既存資料の再集計であるため、特になし。

## C. 研究結果

### ①低栄養等フレイルの実態の把握

対象者の性別は女性が245名（84%）を占めていた。平均年齢は78.95±6.78歳であり、70歳代が最も多かった。

BMIは20未満が52名（17.9%）、BMI25以上は53名（18.2%）で、BMI20未満とほぼ同数存在した（図1）。

BMI20未満の割合は、地区別では北部が1番多く（25.9%）、うち、18.5未満が11.8%存在し、地区の特徴が見られた（表1）。

指輪つかテストの結果は、隙間ができる「高リスク」に該当する者が53名（18.2%）見られた（表2）。

アンケート各項目によるリスクの割合は、「食べる量が減った」（36.8%）、「誰かと食事やお茶をしない」（33.0%）、「外出の回数が減った」（27.9%）、「口の渇き」（25.1%）、「固いものが食べにくい」（24.7%）、「むせ」（22.7%）が把握されていた（表3）（複数回答）。

健診の受診状況は、追跡できる227人中、107人（47.1%）が4年連続で受診していた。単年受診率は2018年において63.4%であった（表4）。

### ②健康状態不明者の状態把握

大和市在住後期高齢者（令和2年5月末現在）30,268人中の内、要介護認定者、令和元年度健診あり、令和元年度医療受診あり、平

成30年度中に後期高齢者医療制度に加入した者及びR2年6月現在、住民登録がない者を除く、657名を健康状態不明者として「大和市新型コロナウイルスの影響と健康状態に関するアンケート」（前述）を実施した。うち、334人から回答を得た（回答率50.8%）。

BMI20以下が92人（27.6%）であり、国民栄養調査（2019年）の高齢者の低栄養傾向（BMI20以下）の割合（16.4%）よりも10ポイント以上高かった<sup>3)</sup>（図2）。

さらにBMI20以下は、「今日が何月何日か分からない時がある」（P=0.037）（図3）と、「周りの人から物忘れがあると言われていている」（P=0.018）が、BMI>20より有意に多かった（図4）。

健康状態不明者の1年後の要介護認定状況は8.4%であった。要介護認定された者の内、要介護2以上と認定される者の割合が57.4%を占め、同条件での「医療あり健診あり」群の35.4%に比べて約1.6倍を示した（図5）。

## D. 考察

### ①通いの場について

通いの場におけるBMI20未満の高齢者は17.9%であり、国民栄養調査（2019年）の割合（16.4%）より少し高いが、参加者の平均年齢が80歳弱であることを考慮すれば、概ね平均並みと考えられた。

地区においては、北部のBMI20未満は25.9%存在し、他の地区より多い傾向が見られたことから、通いの場の企画等を計画する際は、地区の特徴を考慮しながら行うことが望まれた。

また、3人に1人以上が食べる量や誰かとの食事等が減っていると答え、他の質問項目より回答が多いことから、食べる量や共食の頻度を把握することは、フレイル予防のアセスメント項目として、多くの高齢者に見られる重要な項目であることが示唆された。

また、通いの場の参加者の平成30年度の健診受診率は63.4%と、大和市後期高齢者の健診受診率41.1%（同年）に比べ、20ポイント以上高い受診率であったこと、4年連続して健診を受診している高齢者が47.1%存在することから、健康に関する意識が高いことが推測された。従って通いの場は、自主的かつ

気楽に参加出来ることであると共に、医療専門職が高齢者本人の健康状態に合わせてアドバイスすることにより、フレイル対策に対し、より一層の効果を持つことが考えられた。

## ②健康状態不明者について

本アンケートによる健康状態不明者とは、後期高齢者で、過去1年間健診受診と医療機関の受診歴がなく、かつ要介護認定がない者としている。COVID-19感染拡大の中、閉じこもりの拡大が懸念され、大和市が適切な早期支援の資料とするため、健康状態不明の後期高齢者を対象にアンケートを実施したものである。

アンケートで把握された内容では、BMI20以下が一般の高齢者に比べ10ポイント以上高く、さらに認知機能の指標である、「今日が何月何日か分からない時がある」及び「周りの人から物忘れがあると言われている」が有意に高かった。このことから、低栄養状態の恐れのある後期高齢者には、栄養・食事の内容だけでなく、認知機能に配慮しながら、わかりやすく現在の栄養状態を説明すると同時に、感染拡大に留意しながら、外出や他の人との交流等も含めて支援していくことが効果的であると考えられた。

1年後の要介護認定に関しては、8.4%であり、健診有りかつ医療受診有りの群の7.4%（平成29年度）に比べて大きな差はなかった。

しかし、割合で比較すると、健診有りかつ医療受診有りの群に比べ、要介護2以上の割合が約1.6倍であることから、急激にADL（日常生活動作）が悪化する傾向があることが推測された。

## E. 結論

中核市規模における一体的事業の検証として、通いの場のフレイル状態と健康状態不明者の状態を把握した。

通いの場の参加者の低栄養状態は、概ね平均的な水準であったが、食べる量や共食等が減少している状況が存在することが分かった。参加者は健康意識が高いことが推測されるため、地区の特徴を生かした企画や、自主的な活動を尊重しながら、相談業務が行われ

ることが期待される。

健康状態不明者は、低栄養状態の恐れがある者が多いと予想され、急なADLの低下等を招きやすいことが示唆されたため、早期に個人に合わせた適切な介入することが望まれた。

## 参考文献

1. 内閣府. 令和2年版高齢社会白書（全体版）. 第2章第2節 分野別の施策の実施の状況.  
[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2020/zenbun/02pdf\\_index.html](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2020/zenbun/02pdf_index.html)
2. 厚生労働省. 高齢者の医療の確保に関する法律に基づく高齢者保健事業の実施等に関する指針. 令和2年4月.
3. 平成29年「国民健康・栄養調査」. 厚生労働省健康局健康課栄養指導室栄養調査係  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000177189\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000177189_00001.html)
4. 令和2年度老人保健健康増進等事業（老人保健事業推進費等補助金）新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場をはじめとする介護予防の取組に関する調査研究事業 新型コロナウイルス感染症影響下における高齢者の心身への影響【中間的報告】令和2（2020）年12月 株式会社日本能率協会総合研究所  
[https://www.jmar.co.jp/asset/pdf/job/public/1lgr2\\_3\\_7\\_report\\_s.pdf](https://www.jmar.co.jp/asset/pdf/job/public/1lgr2_3_7_report_s.pdf)

## F. 健康危機情報

なし

## G. 研究発表

1. 論文発表  
なし

2. 学会発表

石田幸恵、田中和美他. 「管理栄養士における保健事業と介護予防の一体的実施：通いの場の社会的フレイルの課題」  
第79回日本公衆衛生学会口述演題2020. 演題番号:0-6-3-3

## H. 知的所有権の取得状況

### 1. 特許取得

無し

### 2. 実用新案登録

無し

### 3. その他

無し

図1 通いの場 BMIの割合

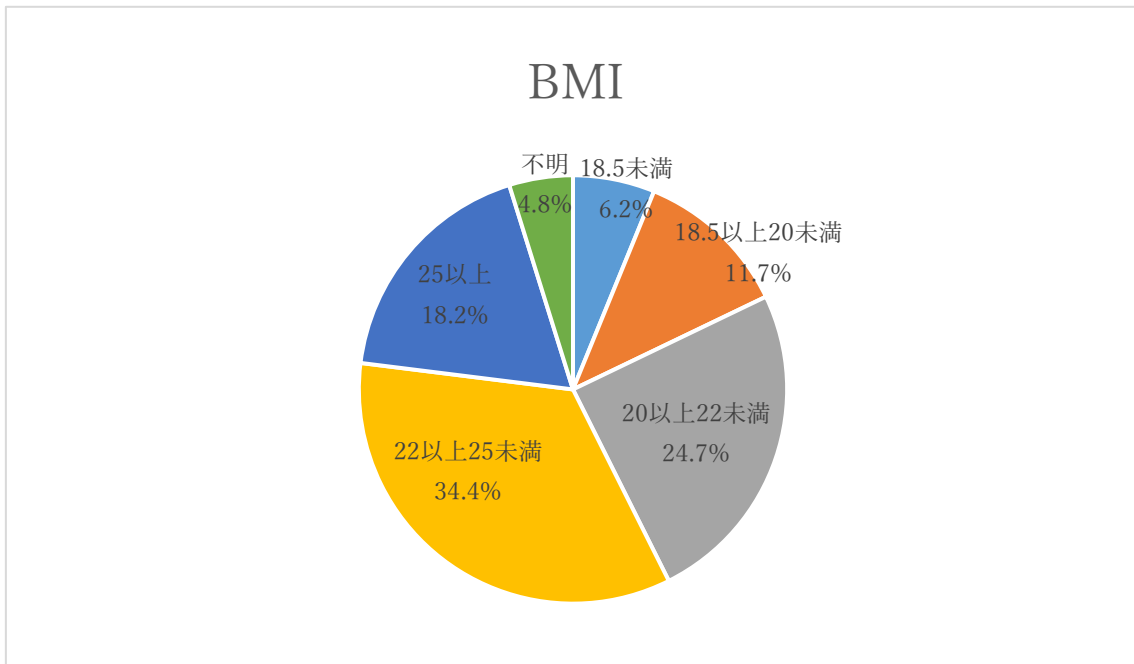


表1 地区別BMIの割合

	BMI18.5未満 (%)	BMI18.5以上20未満 (%)	BMI20以上22未満 (%)	BMI 22以上25未満 (%)	BMI25以上 (%)	不明 (%)
南部地区	4.5	9.8	24.8	36.1	21.1	3.8
中部地区	2.7	12.3	17.8	38.4	17.8	11.0
北部地区	11.8	14.1	30.6	28.2	14.1	1.2
市全体	6.2	11.7	24.7	34.4	18.2	4.8

表2 指輪っかテスト (291名)

	(人)	(%)
囲めない (低リスク)	59	20.3
ちょうど囲める (中リスク)	165	56.7
隙間ができる (高リスク)	53	18.2
不明	14	4.8

表3 アンケート項目によるリスク把握 (291名)

アンケート項目	リスク有		リスク無		不明	
	(人)	(%)	(人)	(%)	(人)	(%)
ミニサロン以外に通う場所なし	51	17.5	226	77.7	14	4.8
助けを求める人がいない	21	9.6	193	88.1	5	2.3
外出の回数が減った	61	27.9	157	71.7	1	0.5
口の渇き	73	25.1	212	72.9	6	2.1
むせ	66	22.7	223	76.6	2	0.7
固いもの食べにくい	72	24.7	214	73.5	5	1.7
2食以下の日がある	16	5.5	267	91.8	8	2.7
3食/日食べていない	15	5.2	271	93.1	5	1.7
医師から食事療法指示あり	47	16.2	235	80.8	9	3.1
たんぱく質2皿/日以上とらない	41	14.1	240	82.5	10	3.4
食べる量減った	107	36.8	179	61.5	5	1.7
食べる気力や楽しみがない	27	9.3	259	89.0	5	1.7
誰かと食事やお茶をしない	96	33.0	190	65.3	5	1.7
食費が十分でない	34	11.7	247	84.9	10	3.4
食料品店が近くにない	29	10.0	258	88.7	4	1.4
6ヵ月で2-3kg減少	41	14.1	239	82.1	11	3.8

表4 健診受診状況 (227名) \*追跡可能の市民のみ対象

(2015~2018年の4年間)	(人)	(%)
4年連続	107	47.1
3回	35	15.4
2回	22	9.7
1回	15	6.6
0回	48	21.1

図2 健康状態不明者 BMIの割合

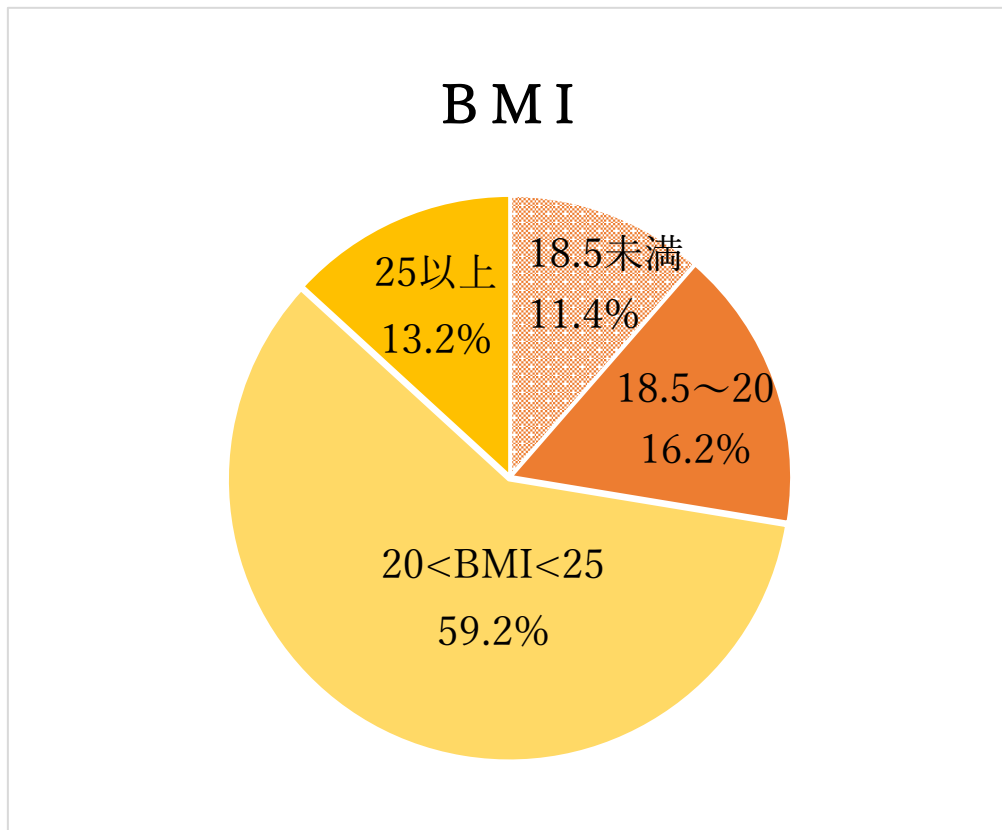


図3 BMI20以下における認知機能に関するリスク①

「今日が何月何日か分からない時がある」

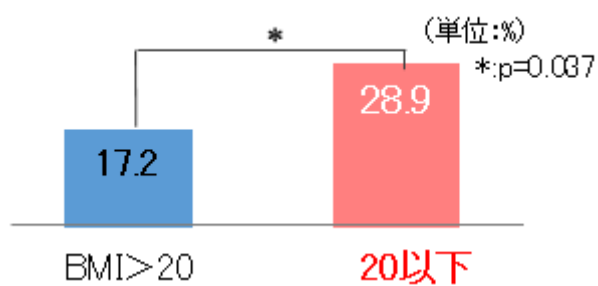


図4 BMI20以下における認知機能に関するリスク②

「周りの人から物忘れがあるとされている」

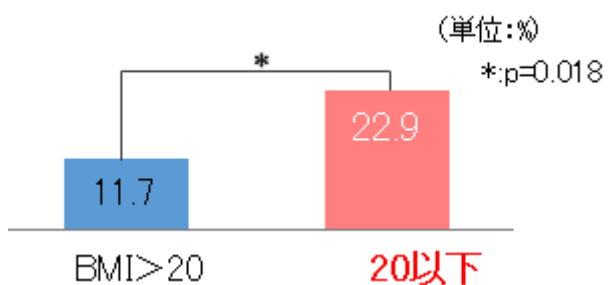
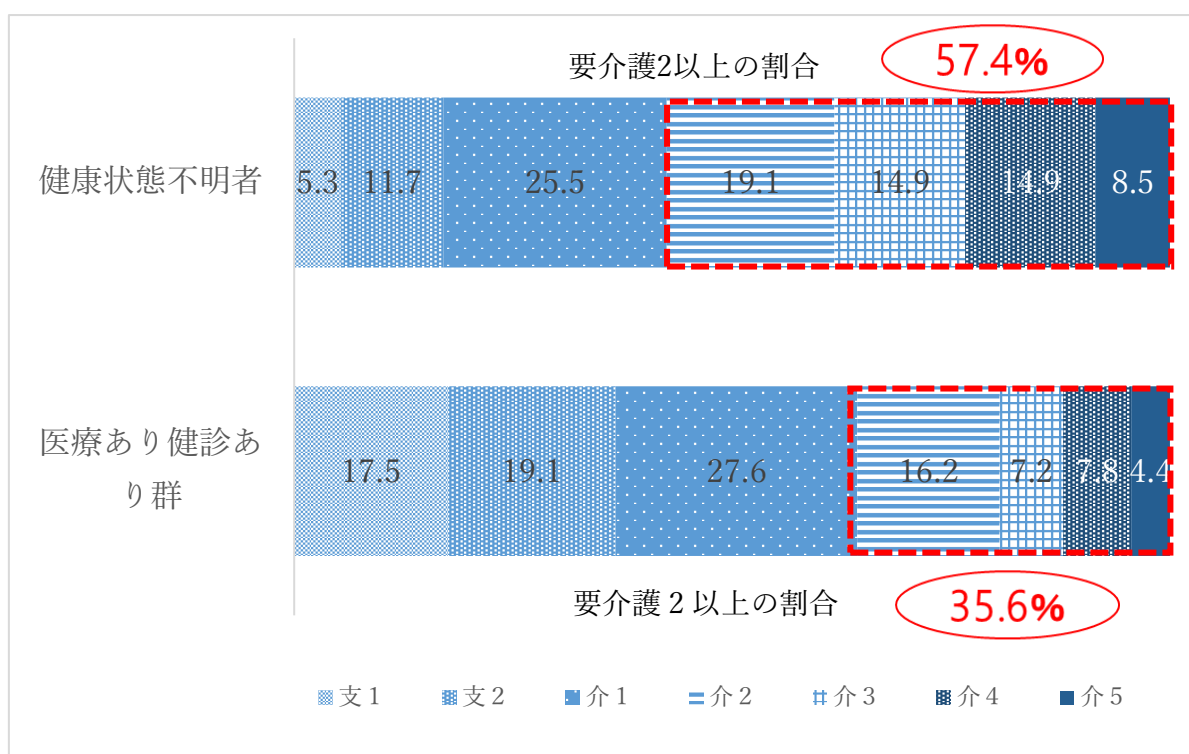


図 5

健康状態不明者の1年後の要介護認定の状況





# フレイル・生活習慣病予防チェック票

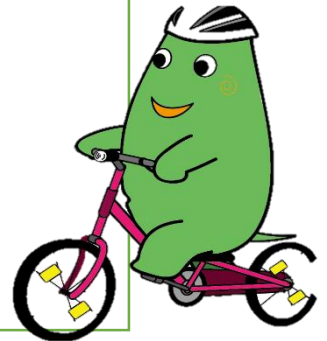
(大和市役所 健康づくり推進課)

氏名 \_\_\_\_\_ 男・女

昭和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日生 ( \_\_\_\_\_ 歳)

今日の日付: \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

ずっと元気で過ごすためには、  
やせすぎ、太りすぎでないことが重要です。  
今のあなたの状況を教えてください。



大和市イベントキャラクター  
ヤマトン

## ①身長・体重

身長 \_\_\_\_\_ cm      体重 \_\_\_\_\_ kg

## ②指輪っかテスト※

座った状態で、利き足でない足の一番太い部分を指で囲みます。  
すきまができて、やせすぎの危険があります。



囲めない

ちょうど囲める

隙間ができる

○で囲む

## ③以前と比べて、疲れやすくなったと感じますか

はい ・ いいえ

## ④半年前に比べて、歩く速度が遅くなったと感じますか

はい ・ いいえ

## ⑤次のお薬を飲んでいますか

高血圧 ・ 糖尿病 ・ コレステロール ・ その他 ( \_\_\_\_\_ )

## ⑦食事・歯や口・外出についての質問

1	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい ・ いいえ
2	食料品を買う店は近くにありますか (徒歩・自転車圏内)	はい ・ いいえ
3	食料品を買う費用(食費)は十分にありますか	はい ・ いいえ
4	1日1回以上、誰かと一緒に食事やお茶をしますか	はい ・ いいえ
5	食べる気力や楽しみを感じていますか	はい ・ いいえ
6	食事を食べる量が減ってきましたか	はい ・ いいえ
7	肉・魚・卵・大豆製品などたんぱく質を 多く含む食品を1日2皿以上食べていますか	はい ・ いいえ
8	医師から食事療法をするように指示されていますか	はい ・ いいえ
9	食事は1日に何回とりますか	回
10	1日に2食以下の日が週に3日以上ありますか	はい ・ いいえ
11	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい ・ いいえ
12	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい ・ いいえ
13	口の渴きが気になりますか	はい ・ いいえ
14	半年前と比べて、外出の回数が減りましたか	はい ・ いいえ
15	困ったときに助けを求められる人がいますか	はい ・ いいえ
16	ミニサロン以外に通っている場所や教室はありますか はい( ) ・ いいえ	
個別相談の際に、市の健康診断の結果を使用することに同意しますか？ はい ・ いいえ (特定・長寿健診)		

市民の皆様へ

大和市役所 健康福祉部長

## 大和市 新型コロナウイルスの影響と健康状態に関するアンケート ご協力をお願い

初夏の候、皆様におかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

昨今の新型コロナウイルス感染症の影響を受け、外出自粛による生活不活発や食習慣等の変化などが心配されています。

そこで本市では、市民の皆様の健康状態や日常生活の変化を把握し、健康づくりや介護予防を目的とした保健事業につなげることを目的にアンケートを実施します。ご回答いただいた内容は、集計や統計・分析を行うなど、保健事業に活用しますが、それ以外に使用することはありません。

お忙しいところ大変恐れ入りますが、当アンケートの趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

**令和2年6月30日（火）までに**

同封の返信用封筒（切手不要）に入れ、ポストに投函してください。

### アンケートの対象者と記入にあたってのお願い

1. アンケートの対象者（①又は②に当てはまる方）

①昨年度、長寿健診が未受診で医療受診がない方（令和2年2月時点）

②地区社協が運営するミニサロンに参加され、管理栄養士の講話を聞いた方

2. 封筒のあて名のご本人様がご回答ください。なお、ご家族がご本人の意見を聞いて代わりに回答されたり、ご一緒に回答されたりしても構いません。

3. 回答は、黒のペンまたはボールペンではっきりとご記入ください。

4. お答えは○で囲み、「その他」にあてはまる場合は、（ ）内に具体的にその内容をお書きください。

5. ご不明な点がありましたら、下記の問い合わせ先までご連絡ください。

【記入例】 当てはまる番号に○をつける      数字は右に詰めて枠の中に記入する

1. はい      2. いいえ

身長  .  cm 体重  .  kg

「複数回答可」の質問は、当てはまる番号全てに○をつける      ( )内には内容を記入する

1. 室内でできる体操      2. テイクアウト・宅配サービスの利用      3. インターネット  
4. オンライン通話など       5. 検温・手洗い等       6. 趣味( **家庭菜園** )  
7. その他( )

書き間違えた回答には、はっきりと×印をつける

~~1. はい~~       2. いいえ

《問い合わせ先》

大和市健康づくり推進課 地域栄養ケア推進係

TEL:046-260-5804

日時:月～金曜日 8:30～17:15

# 新型コロナウイルスの影響と健康状態に関するアンケート

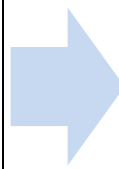
記入日	令和 年 月 日
記入者	アンケートをご記入された方に○をつけてください。 1. あて名のご本人 2. ご家族( あて名のご本人からみた続柄: ) 3. その他( )

※以下はあて名のご本人の情報をご記入ください。

フリガナ		性別	1. 男性
氏名			2. 女性
生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日		
電話番号	( ) -		
家族構成	1. 一人暮らし 2. 一世代世帯(夫婦のみ) 3. 二世帯世帯(親、子で暮らしている世帯) 4. 三世帯世帯(親、子、孫で暮らしている世帯) 5. その他( )		
身長と体重	身長 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> . <input type="text"/> cm 体重 <input type="text"/> <input type="text"/> . <input type="text"/> kg		

◆調査票に回答できない場合は、あてはまる理由に○をつけてください。

1. 病院等に入院中 2. 介護・福祉施設に入所中 3. 要介護または要支援認定を受けている 4. その他( )
---



1~4のいずれかに○をつけた方は、ここで回答は終了です。  
同封の返信用封筒(切手不要)に入れ、ポストに投函してください。

## ■新型コロナウイルス感染症に関する質問

問1 新型コロナウイルス感染症の影響で、あなたが現在困っていることを教えてください(複数回答可)。

1. 体調不良	2. よく眠れない	3. 食事や睡眠のリズムが崩れている	
4. ストレスを感じている	5. 通院できない	6. 体力が低下し、すぐに疲れる	
7. 買い物	8. 外食ができない	9. 食料の調達が困難	10. 友人との付き合いが減った
11. インターネットからの情報の入手が困難	12. 通っていた場所に行かれない		
13. 感染予防に関すること(マスクや消毒用品が手に入らない等) 14. その他( )			
15. 特になし			

問2 外出自粛がきっかけで、積極的にするようになったことはありますか(複数回答可)。

1.室内でできる体操	2.テイクアウト・宅配サービスの利用	3.インターネット
4.オンライン通話など	5.検温・手洗い等	6.趣味( )
7.その他( )	8.特になし	

## ■現在の健康状態に関する質問

問3 あなたの現状について教えてください(いずれかに○)。

1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	1.よい 2.まあよい 3.ふつう 4.あまりよくない 5.よくない
2	毎日の生活に満足していますか	1.満足 2.やや満足 3.やや不満 4.不満
3	1日3食きちんと食べていますか	1.はい 2.いいえ
3-1)	食べる気力や楽しみを感じていますか	1.はい 2.いいえ
3-2)	食べる量が減ってきましたか	1.はい 2.いいえ
3-3)	たんぱく質(主菜)のある食事を1日2回以上食べていますか	1.はい 2.いいえ
4	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか(例:さきいか、たくあんなど)	1.はい 2.いいえ
5	お茶や汁物等でおせることがありますか	1.はい 2.いいえ
5-1)	口の渇きが気になりますか	1.はい 2.いいえ
6	6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	1.はい 2.いいえ
7	以前に比べて歩く速度が遅くなったと思いますか	1.はい 2.いいえ
8	この1年間に転んだことがありますか	1.はい 2.いいえ
9	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか ※人混みを避けた、限られた人数での運動は大切です	1.はい 2.いいえ
10	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると言われていませんか	1.はい 2.いいえ
11	今日が何月何日かわからない時がありますか	1.はい 2.いいえ

12	あなたはたばこを吸いますか	1.吸っていない 2.やめた 3.吸っている
13	週に1回以上は外出していますか ※感染予防をした上での必要な日用品などの購入を含む	1.はい 2.いいえ
14	普段から家族や友人と付き合いがありますか ※電話・メール・手紙含む	1.はい 2.いいえ
15	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	1.はい 2.いいえ

## ■生活に関する質問

問4 ご自身の生活の変化について、それぞれお答えください(あてはまるものに○)。

1	意欲	1.増えた	2.変化なし	3.減った
2	家族との交流	1.増えた	2.変化なし	3.減った
3	電話やメールの回数	1.増えた	2.変化なし	3.減った
4	物忘れ	1.増えた	2.変化なし	3.減った
5	その他	内容( )		

問5 今後、高齢の方の通いの場(ミニサロン)などが再開したら、すぐに参加したいと思いますか。

1.是非参加したい	2.参加したいが感染症が心配	3.参加したくない
4.その他( )		

アンケート活用への協力について

健康づくりや介護予防を目的とした保健事業に活用するため、アンケートにご回答いただいた内容や個人情報等を使用してよいですか	1.はい 2.いいえ
--	------------

※回答内容によって、管理栄養士等が電話連絡や自宅に訪問することがあります。

アンケートはこれで終了です。ご協力ありがとうございました。

## 管理栄養士における保健事業と介護予防の一体的実施：通いの場の社会的フレイルの課題

石田 幸枝<sup>1)</sup>、長瀬 香織<sup>2)</sup>、田中 和美<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>神奈川県大和市役所健康福祉部 <sup>2)</sup>神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科

【背景】2019年5月から保健事業と介護予防の一体的実施を推進するなか、市町村において通いの場に医療専門職が出向き、きめ細やかな保健事業の実践が求められているが、参加者の特徴や課題は明らかにされていない。

【目的】神奈川県大和市の通いの場において、参加者の特性、栄養状態等を把握し、社会的フレイルとの関連を明らかにし、一体的実施の効果・効率的な推進を図る。

【方法】2019年5～12月、ミニサロン17か所へ管理栄養士が出向き、フレイル予防の講話と自記式質問票を実施した。質問票は、基本属性（性、年齢、要介護度、居住地区、服薬状況等）とフレイルチェック（栄養（10項目）、口腔（3項目）、身体（4項目）、社会（3項目：外出回数の減少、助けを求められる人、サロン以外に通う場所の有無）の各分野）とした。解析は基本集計、クロス集計を行い、結果変数を「社会的フレイルあり」とし、〈社会的フレイルあり：3項目中1個以上該当〉、〈社会的フレイル無し：3項目中該当なし〉の2群化し、予測変数「基本属性、フレイル項目（栄養、口腔、身体）」について $\chi^2$ 検定を行った（有意水準 $p<0.05$ ）。

【結果】参加者は219名であり、基本属性は「女性」（83%）、「75歳以上」（77%）、平均年齢（79.0±6.8歳）、要支援（12.3%）、要介護1～3（6.5%）、「南部地区」（61%）であった。栄養については「BMI18.5 kg/m<sup>2</sup>未満」（5.5%）、「半年間で2 kg以上の体重減少がある」（12.8%）、「食べる気力や楽しみを感じない」（9.1%）であった。社会的フレイルあり群では「要介護認定者が多い」、「半年間で2 kg以上の体重減少がある」、「食べる気力や楽しみを感じない」、「誰かと一緒に食事やお茶をしない」、「半年前と比べ固い物が食べにくくなった」、「疲れやすくなった」等の栄養、口腔、身体各項目で有意な関連がみられた。

【考察】ミニサロンの参加者は健康意識が高いが、栄養・口腔・身体・社会の複数のフレイルリスクを持っていることが把握できた。社会的フレイルあり群では、これらのリスクが高い傾向にあり、特に栄養では、体重減少、共食・食べる楽しみの機会のないことと関連がみられた。このような特徴を持つ者は重症化しやすいことが考えられ、通いの場において管理栄養士が社会参加・社会的つながりの視点を含めたアプローチを実践することにより、健康寿命の延伸に寄与できると考えられる。

演題番号:O-6-3-3

## 管理栄養士における 保健事業と介護予防の一体的実施： 通いの場の社会的フレイルの課題

石田 幸枝<sup>1)</sup> 長瀬 香織<sup>2)</sup> 田中 和美<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>神奈川県大和市役所健康福祉部健康づくり推進課

<sup>2)</sup>神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科

1

## 神奈川県大和市の紹介

### 概況

- 東京都心から約40km圏内、神奈川県の中央域に位置
- 人口:**240,443人** (2020年9月1日現在)
- 面積:27.09km<sup>2</sup> ○交通:私鉄3路線8駅、東名高速道路、国道16号、246号 など

### 保健事業関連データ

- 健診受診率 国保 33.5% 後期 41.1% (H30年度)
- 高齢化率 **23.9%** (2020年9月1日現在)  
前期高齢者 27,955人 後期高齢者 29,449人



大和市イベントキャラクター  
ヤマトン

2



# 市の特徴

人の健康

まちの健康

社会の健康

市の施策の中心に『健康』を据え、3つの柱を軸に約1000事業を展開しています。

## 「健康都市やまと」宣言

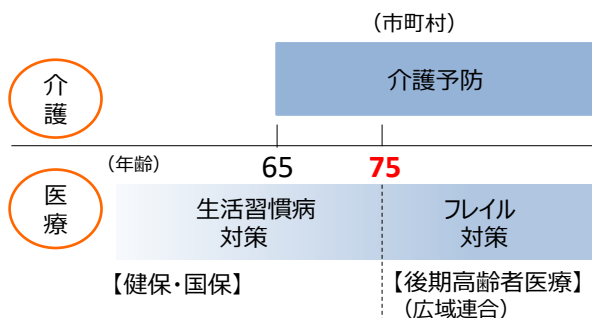
2009年2月1日

3

### 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 経緯

#### 従来の問題点

- ①保健事業と介護予防事業の縦割り
- ②75歳を境に保健事業が断絶される



<大和市> 平成25年～

- ★ 後期高齢者も保健事業の対象とした
- ★ 介護(予防)と保健事業をコラボレーションして活動を実施

<国の動き>

令和元年～ 通いの場等を活用した保健事業と介護予防の一体的な実施を推進  
令和2年～ 健康保険法等の一部を改正する法律が施行

<目指す姿>

高齢者の特性を踏まえ、  
効果的・効率的かつ  
きめ細やかな保健事業を行い、  
市民の健康寿命の延伸に寄与する。

4

## 地域高齢者の通いの場「ミニサロン」

住民が運営主体となり、創意工夫してサロンを開催している。

これまで医療専門職の積極的な介入は少なく、参加者の健康状態、栄養状態等は詳細に把握されていなかった。

講話・茶話会



スポーツ吹き矢



マジック



歌



### <ミニサロン概要>

場 所：自治会館やコミュニティセンター等

時 間：30分～2時間/回程度

日 程：2週～2か月に1回

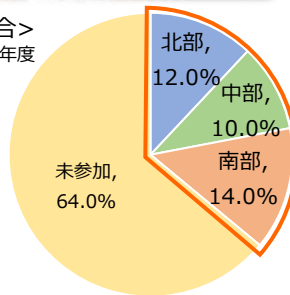
スタッフ：ボランティアの市民

参加者：5～25名程度、介護認定者も参加可能

※高齢者福祉主管課が地区社協に運営を委託

### <介入したサロン割合>

市内全50か所、R1年度



公平性を保つため、  
全サロンに管理栄養士の  
参加希望を募る  
手挙げ制とした。

5

## 目的、対象者

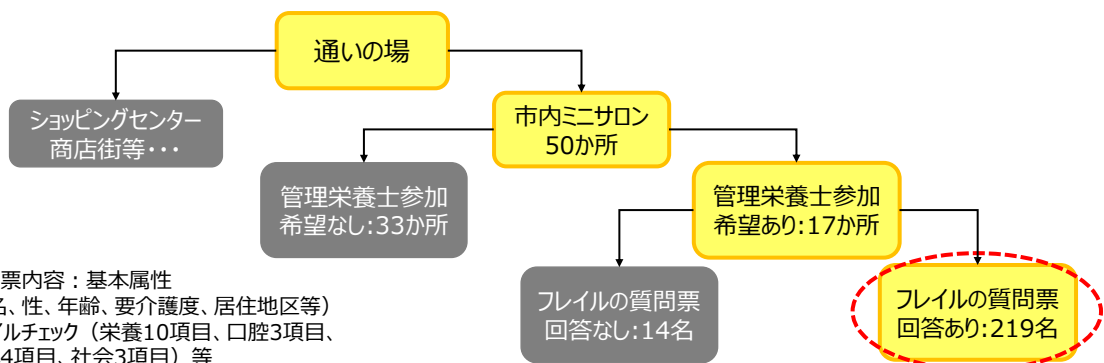
### 目的

地区社協運営の「ミニサロン」で保健事業を行い、  
**参加者の健康状態・栄養状態等を把握・分析**することで、  
今後の「保健事業と介護予防の一体的実施」について効果的・効率的な推進を図る。



### 対象者

ミニサロンにて管理栄養士の講話を聞き、自記式質問票に回答した219名を対象とした。



※質問票内容：基本属性  
(氏名、性、年齢、要介護度、居住地区等)  
フレイルチェック(栄養10項目、口腔3項目、  
身体4項目、社会3項目)等

6

## 方法 <試行的な介入 R1.5~12月>

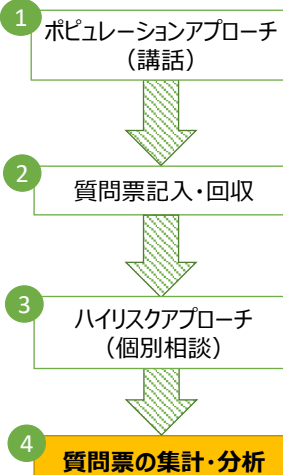
### 方法

フレイル予防の講話後、  
自記式質問票を実施した。  
質問票はサロンでの個別相談  
に活用し、集計・分析を行った。

<職種>  
管理栄養士  
非常勤職員 歯科衛生士

- <留意点>
- 「住民主体」を尊重する
  - 単発でなく、**複数回継続**して参加すること
  - ハイリスク者が特定されにくくなるよう、多くの参加者に声かけをすること

### 事業の流れ (イメージ)



フレイルを知っていますか？  
フレイル予防のポイントは……。  
今日はチェックをしてみましょう。



最近の様子を思い出して  
書いてみてください。



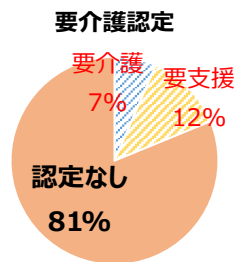
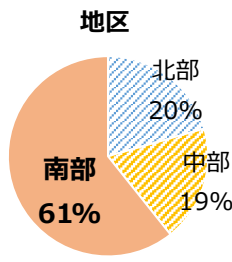
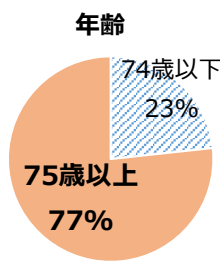
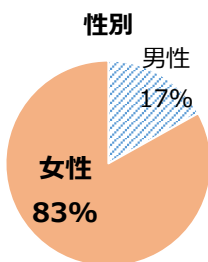
体重が減ったようですね。  
体調はいかがですか？

## 【結果】女性、後期高齢者の割合が多く、1~2割に栄養リスクあり

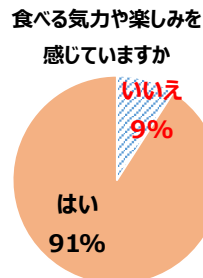
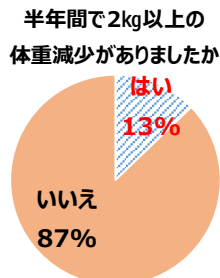
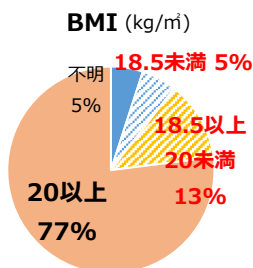
(R1.10月時点の集計結果)

質問票記入：219名

基本属性



栄養に関する項目



参加者の  
1~2割程度に  
栄養のリスクあり

## 社会的フレイルが、**栄養状態の低下**につながる可能性あり

### 社会的フレイルの定義

#### 質問項目

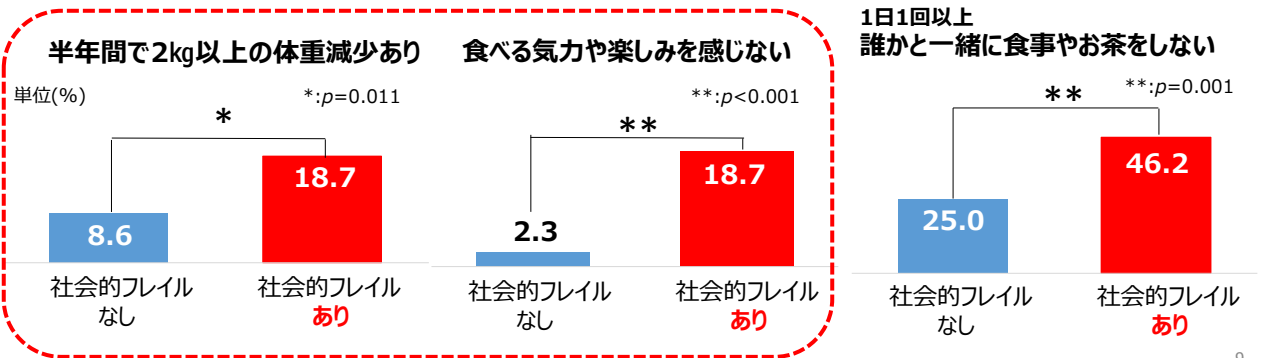
- ①半年間で外出が減少した
- ②困ったとき助けを求められる人がいない
- ③ミニサロン以外に通う場所がない

1項目以上該当あり

社会的フレイルあり (n=91)

該当なし

社会的フレイルなし (n=128)



9

## 社会的フレイルが、**身体機能・口腔機能の低下**につながる可能性あり

### 社会的フレイルの定義

#### 質問項目

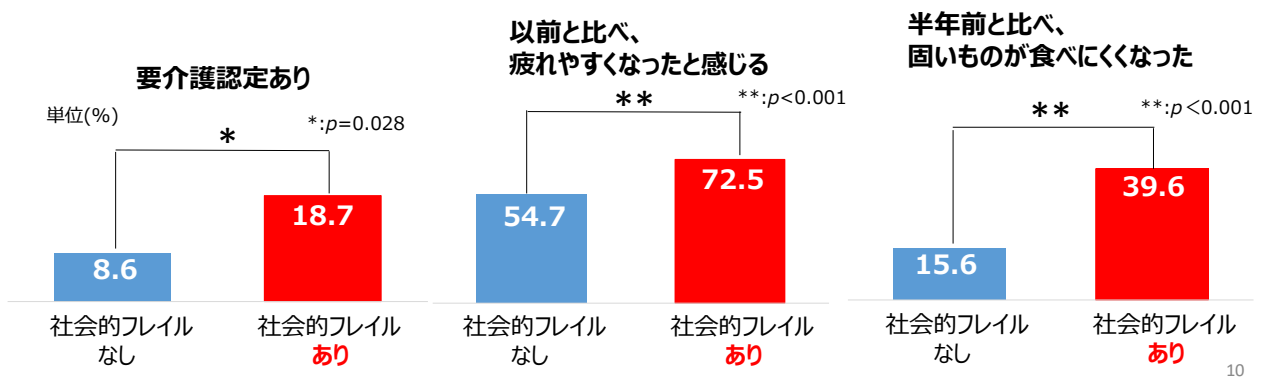
- ①半年間で外出が減少した
- ②困ったとき助けを求められる人がいない
- ③ミニサロン以外に通う場所がない

1項目以上該当あり

社会的フレイルあり (n=91)

該当なし

社会的フレイルなし (n=128)



10

## 【考察】社会的フレイル×栄養・口腔・身体的フレイルは、重症化しやすい可能性

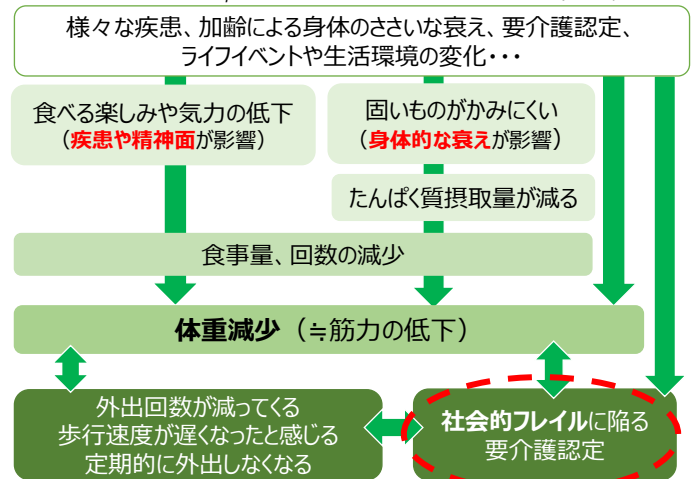
- 令和元年度時点（コロナ禍以前）で、ミニサロンの参加者において、**社会的フレイルや栄養・口腔・身体的フレイルのリスクが存在し**、このような事例は重症化しやすいことが考えられた。
- 社会的フレイルの改善も視野に入れた上で、栄養・口腔・身体的フレイルへアプローチすることが、効果的かつ効率的であると考えられた。

コロナ禍での社会的フレイルリスクの増加は、**ミニサロン参加者へ心身ともに深刻な影響をもたらす。**



### <ミニサロン参加者におけるフレイル進行のイメージ>

*p<0.05の有意な関連がみられた項目（2段目以下）を時系列に並べた。*



11

## 【参考】大和市におけるコロナ禍の一体的実施の取組み

**4月～** 従来の訪問を電話に切り替え（低栄養・重症化予防）

【概要】  
対象者への訪問活動を原則、**電話相談へ切り替え**。  
（平時より電話がにつながる確率UP）

【課題】  
・体重計を持たない対象者へ、体重測定ができない。  
・自宅の様子を目視で確認できない。



**5月～** サロンに通っていたハイリスク者へ電話相談・情報提供

【概要】  
サロンで関与していた対象者のうち、**栄養に関するハイリスク者へ資料を送付**、電話相談と情報提供を実施。

【送付物】  
・フレイル予防パンフレット  
・神奈川県お口の健口体操チラシ  
・やまと食の応援団パンフレット  
（市内飲食店のテイクアウト情報・健康支援型配食サービス等）



**7月～** 新型コロナウイルスの影響と健康状態に関するアンケート

【概要】  
令和2年度、管理栄養士の講話実施へ**手挙げした全サロンの参加者**に、アンケート調査を実施。

【内容】  
・後期高齢者の質問票  
外出自粛による困りごと  
生活の変化  
積極的にするようになったこと  
・回収率**76.5%**（対象者310名）

【活用方法】  
・ハイリスク者を抽出し、**立ち寄り型の個別相談会**を実施（完全予約制）。

地域在住高齢者のフレイル進行を抑制するため、従来の形式にとらわれず効果的な事業を模索していきたい。

12