中山間地域における高齢者の食料品摂取状況の精査：介護予防・日常生活圏域ニーズ調査を用いたミクロな視点から

農林水産政策研究所　研究員

玉木 志穂（shiho_tamaki280@maff.go.jp）

背景

- 高齢化や地元小売業の廃業

  ⇒高齢者などを含めた食料品の購入に不便や苦労を感じる「買い物弱者」が増加

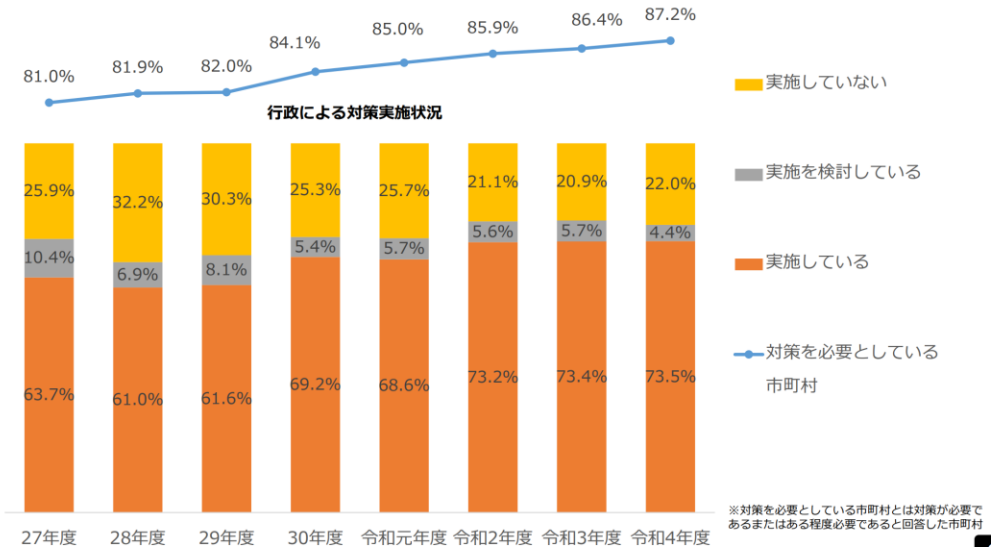
- 食料品の買い物が不便・困難な住民に対して

  対策を必要としている市町村が増加

  2015年　81.0%

  ↓

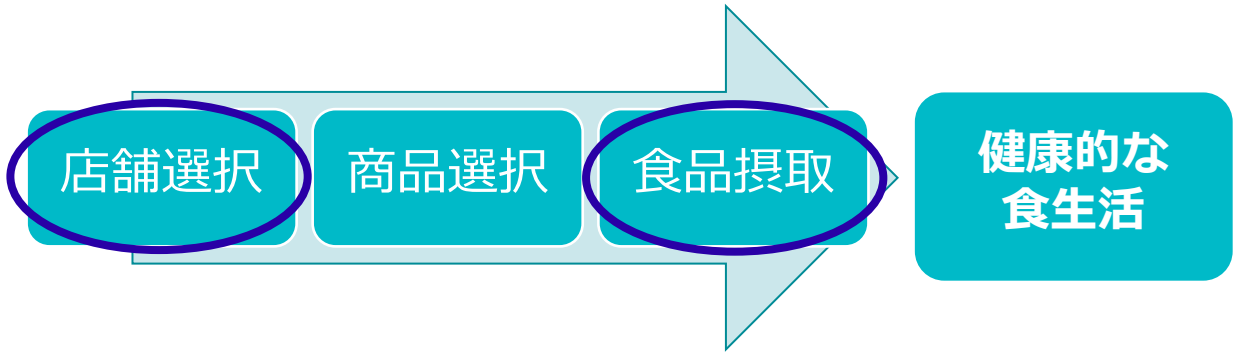
  2022年　87.2%



農林水産省：「食料品アクセス問題」に関する 全国市町村アンケート調査結果

背景

- 薬師寺（2015）：買物の不便があると食生活に偏りが生じる可能性を示唆



目的

・中山間地域における高齢者の食料品摂取の実態を把握する

使用したデータ

- 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査（実施主体：厚生労働省）

  ３年毎に、要介護状態になる前の高齢者のリスクや社会参加状況を把握することで、
  地域の抱える課題を特定することを目的に全市区町村で実施、
  必須項目35問・オプション項目29問で構成される

- 2023年１月に実施
- 鳥取県日南町に居住する在宅の65歳以上の1,853人に配布
- 1,436件回収（回収率77.5%）
  そのうち、使用した変数に欠損のない回答876件を分析に用いる

質問項目

◘ 食品摂取の多様性の把握

- 高齢者の食事の構成食品を食品摂取の多様性得点で測定
- 得点が高いことは、たんぱく質やビタミン、ミネラルを多く含むおかずを中心とした「栄養素密度の高い食事」を反映

- 先行研究に則り（熊谷2003）、「毎日食べる」「２日に１回」「１週間に１～２回」「ほとんど食べない」の合計点を用いて食品摂取の多様性得点を算出

問５　ふだんの食生活についてお伺いします。次にあげる10食品群を週に何日ぐらい食べますか。①～⑩それぞれに回答してください。
　なお、ここでいう食品とは、冷凍食品等の加工食品、弁当や総菜、外食を含む普段の食事の主菜や副菜を指します。

	ほとんど毎日	２日に１回	１週間に１～２回	ほとんど食べない
①　魚介類（生鮮、加工品を問わず全ての魚介類です）	1	2	3	4
②　肉類（生鮮、加工品を問わず全ての肉類です）	1	2	3	4
③　卵（鶏卵、うずら等の卵で、魚卵は含みません）	1	2	3	4
④　牛乳・乳製品（コーヒー牛乳、フルーツ牛乳は含みません）	1	2	3	4
⑤　大豆・大豆製品（豆腐、納豆等の大豆を使った食品です）	1	2	3	4
⑥　緑黄色野菜（にんじん、ほうれん草、かぼちゃ、トマト等の色の濃い野菜です）	1	2	3	4
⑦　海藻類（生、乾物を問いません）	1	2	3	4
⑧　いも類	1	2	3	4
⑨　果物類（生鮮、缶詰を問いません。トマトは含みません）	1	2	3	4
⑩　油脂類（油炒め、天ぷら、フライ、パンに塗るバターやマーガリン等油を使う料理です）	1	2	3	4

質問項目

- 生活機能の把握
  - 老研式活動能力指標により測定
  - 地域で独立した生活を営むために求められる能力を測定できる

・「できるし、している、できるけどしていない/はい」を１点、「できない」を０点とした

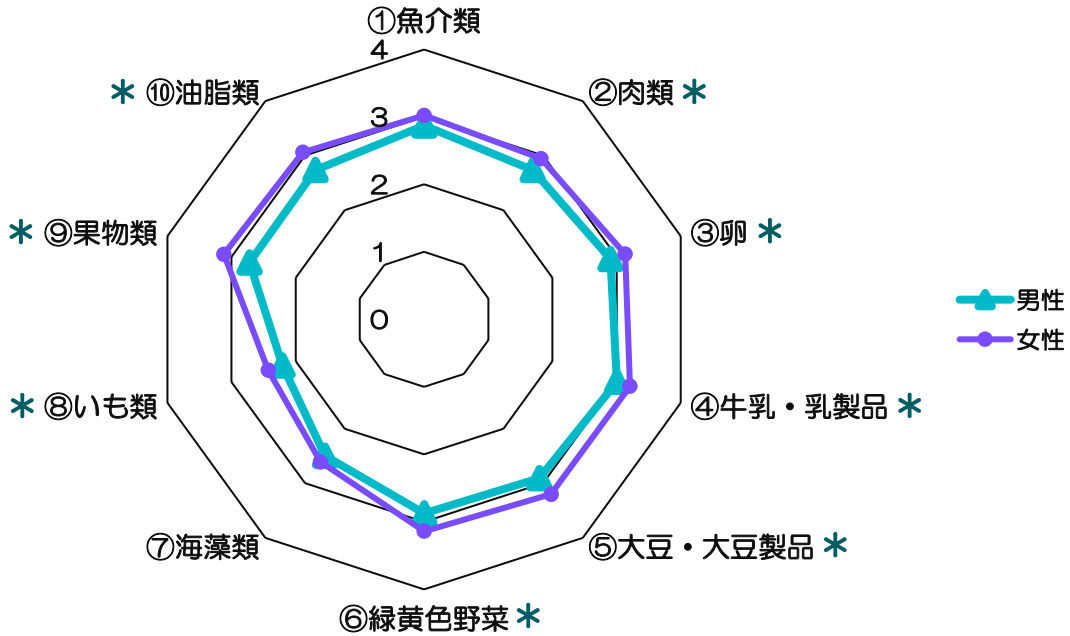
	カ.	日常生活について		
手段的自立	問１	バスや電車で一人で外出していますか（自家用車でも可） 1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
	問２	日用品の買物をしていますか 1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
	問３	自分で食事の用意をしていますか 1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
	問４	請求書の支払いをしていますか 1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない
	問５	預貯金の出し入れをしていますか 1. できるし、している	2. できるけどしていない	3. できない

	キ.	社会参加について		
知的能動性	問１	役場や病院などに出す書類が書けますか	1. はい	2. いいえ
	問２	新聞を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
	問３	本や雑誌を読んでいますか	1. はい	2. いいえ
	問４	健康についての記事や番組に関心がありますか 1. はい	2. いいえ	
社会的役割	問５	友人の家を訪ねていますか	1. はい	2. いいえ
	問６	家族や友人の相談にのっていますか	1. はい	2. いいえ
	問７	病人を見舞うことができますか	1. はい	2. いいえ
	問８	若い人に自分から話しかけることがありますか 1. はい	2. いいえ	

結果

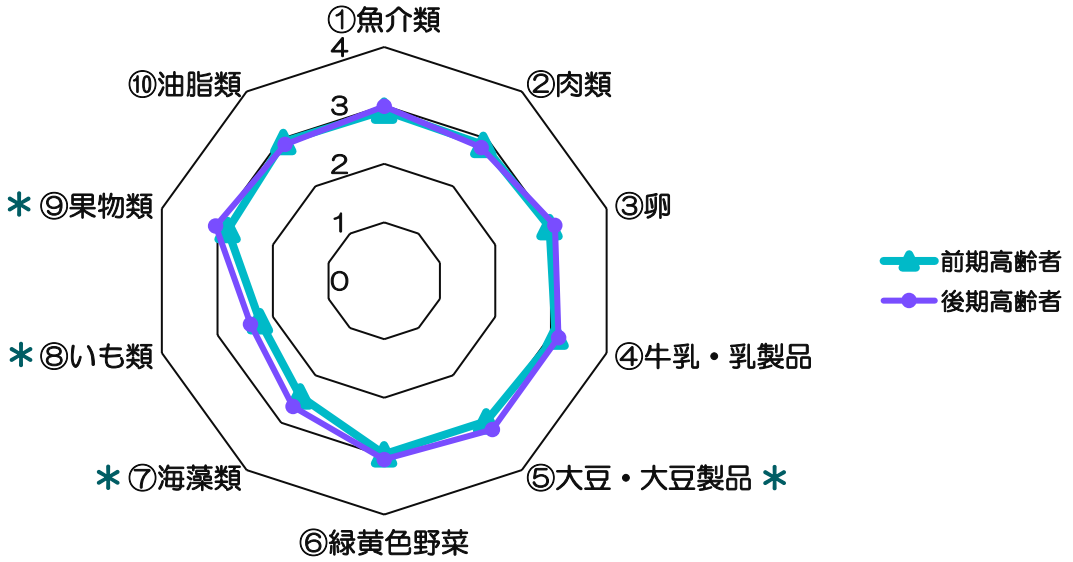
□　高齢者の品目別食品摂取の状況

- 男性に比較して女性の方が平均点が高い



※t検定の結果、1%水準で有意差がみられたものに*を付した

- 大豆、海藻、いも、果物：前期高齢者に比較して後期高齢者の方が平均値が高い



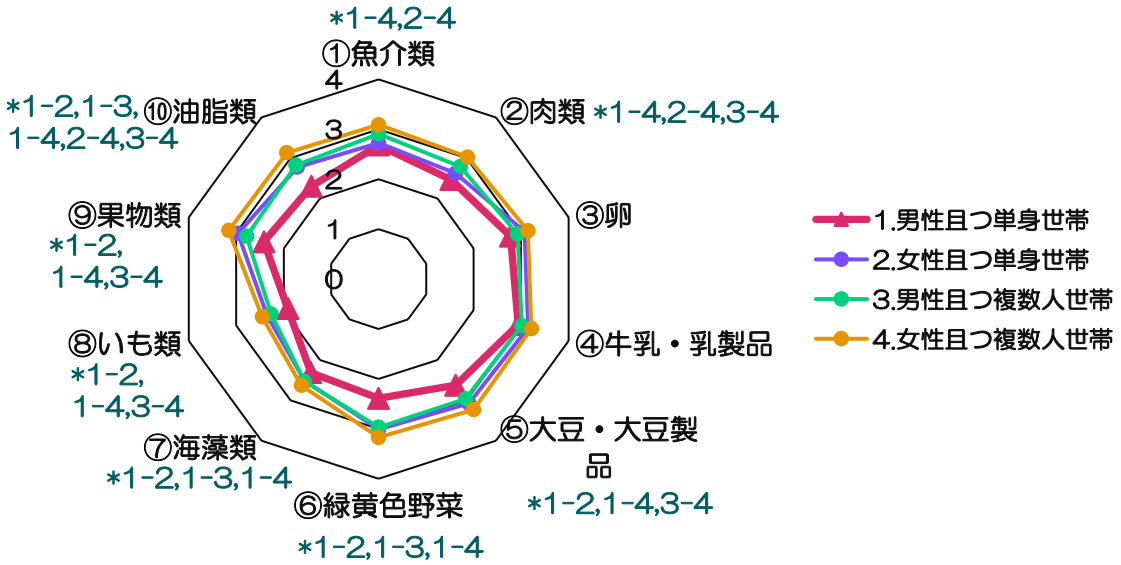
※t検定の結果、1%水準で有意差がみられたものに*を付した

- 「毎日食べる」４点、「２日に１回」３点、「１週間に１～２回」２点、「ほとんど食べない」０点として平均値を図示した

結果

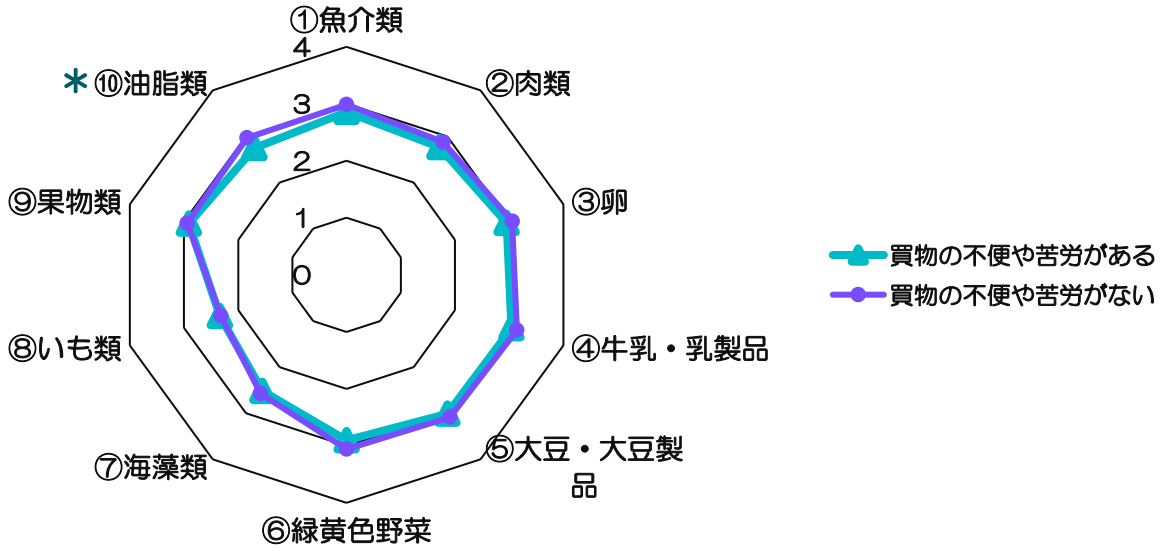
◘　高齢者の品目別食品摂取の状況

- 卵、牛乳を除くほとんどの食品で
  男性単身世帯の平均値が低い



※Bonferroni法の結果、1%水準で有意差がみられたものに*を付した
　＊の後ろの数字は、２つの選択肢の間で有意差がみられたことを示す

- 油脂類：買物不便がない人に比較して、
  買物不便がある人の平均値が低い
- ただし、油脂類以外の品目に差がみられない



※t検定の結果、1%水準で有意差がみられたものに*を付した

- 「毎日食べる」４点、「２日に１回」３点、「１週間に１～２回」２点、「ほとんど食べない」０点として平均値を図示した

結果

- 高齢者における食料品の買物手段
  （あなたは、食料品をどのようにして購入されますか（複数回答））

n=875

買物手段	人数	%
自分が車を運転して買物に行く	598	68.34
同居/別居の家族に買ってきてもらう	438	50.06
家族に乗せてもらって買物に行く	191	21.83
自分で生協の共同購入を利用している	112	12.80
自分が移動販売車で購入する	77	8.80
自分が歩いて買物に行く	62	7.09
自分がバスに乗って買物に行く	54	6.17
自分が注文し商店から配達してもらう	35	4.00
近所の人や知人の車に乗せてもらって買物に行く	34	3.89
遠方にいる家族が送ってくる	15	1.71
自分が依頼しヘルパーに買ってきてもらう	9	1.03

自動車を利用した買物手段が半数以上

自動車を利用しない手段では、生協が最も利用者が多く、次いで移動販売車

結果

□　高齢男性単身世帯の買物手段

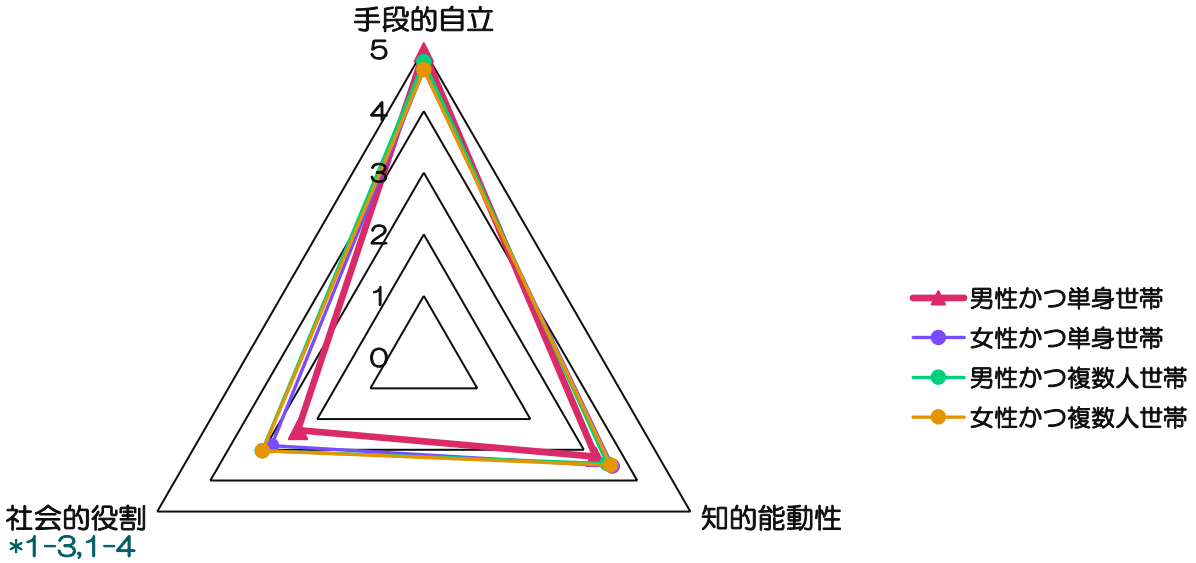
- 男性かつ単身世帯、男性かつ複数人世帯：生協と移動販売車の割合が低い
- 男性かつ単身世帯、女性かつ単身世帯　：バスや知人の送迎の割合が高い

	男性かつ単身世帯	女性かつ単身世帯	男性かつ複数人世帯	女性かつ複数人世帯
n	65	91	143	212
自分が車を運転して買物に行く	85.1	47.8	80.1	59.7
同居/別居の家族に買ってきてもらう	13.4	26.1	61.6	52.0
家族に乗せてもらって買物に行く	3.0	15.2	8.8	38.7
自分で生協の共同購入を利用している	0.0	25.0	1.8	22.1
自分が移動販売車で購入する	6.0	15.2	3.2	12.8
自分が歩いて買物に行く	3.0	14.1	3.8	9.1
自分がバスに乗って買物に行く	10.5	19.6	0.9	6.9
近所の人や知人の車に乗せてもらって買物に行く	9.0	15.2	1.2	2.7
自分が注文し商店から配達してもらう	3.0	12.0	2.1	4.0
遠方にいる家族が送ってくる	3.0	7.6	0.9	0.8
自分が依頼しヘルパーに買ってきてもらう	4.5	4.4	0.6	0.0

結果

◘　高齢男性単身世帯の特徴

・社会的役割：男性複数人世帯、女性複数人世帯よりも男性単身世帯の平均点が低い



・男性複数人世帯、女性複数人世帯よりも男性単身世帯、女性単身世帯の買い物不便の割合が高い

	男性かつ単身世帯	女性かつ単身世帯	男性かつ複数人世帯	女性かつ複数人世帯	合計
n	67	92	341	375	875
買物の不便や苦労がある(%)	37.31	39.13	26.69	25.6	28.34
買物の不便や苦労がない(%)	62.69	60.87	73.31	74.4	71.66

※Bonferroni法の結果、1%水準で有意差がみられたものに*を付した
　＊の後ろの数字は、２つの選択肢の間で有意差がみられたことを示す

まとめ

- 中山間地域の高齢者における食品摂取の特徴

・女性や後期高齢者の方が食品摂取の多様性得点が高い

→先行研究（薬師寺（2015））の結果とおおむね整合的

・買物不便がある人とない人では食品摂取の多様性がおおむね同じ傾向

→先行研究（薬師寺（2015））とは異なる傾向

・男性単身世帯の緑黄色野菜、果物類などの得点が低い

→独居高齢男性では、野菜・果物の低摂取食であることを指摘（谷（2015））おおむね整合的

⇒単身男性が食品摂取に課題を抱えている可能性がある

ただし、買物不便と食品摂取の関係はみられず、多様な買物手段によって食生活を形成していることも考えられる

まとめ

■　中山間地域の高齢単身男性の買物の特徴

・単身男性世帯の方が食品摂取の多様性得点が低い

・自分で自動車を運転して食料品調達を行う

・宅配生協や移動販売車の利用割合が低い

・買物に不便を感じている割合が複数人世帯に比較して高い

・生活機能のなかでも社会的役割の得点が低い　＝　社会とのつながりが他の属性よりも弱い

→先行研究（菊島（2018））では、高齢者は買物不便を感じていても、
買い物サービスを利用することにより食品摂取の多様性が維持されることを指摘

**⇒食品摂取に課題を抱えている可能性がある高齢単身男性を中心に、
他の買物手段に触れる機会を提供してはどうか**

まとめ

◘　今後の課題

・高齢単身男性の食生活については多様性得点での把握にとどまる

実際の食生活と食料品の買物手段の関係や、

買物手段を選択した背景・経緯について明らかにすることで、

課題を抱える高齢者の食生活の改善の糸口が見つかるのではないか

- 1,853人に配布、1,436件回収、有効回答876件のデータを分析

アンケート調査を行ったが、調査票を提出できない高齢者については不明

引用・参考文献

- 熊谷修，渡辺修一郎，柴田博，他（2003）「地域在宅高齢者における食品摂取の多様性と高次生活機能低下の関連」『 日本公衆衛生雑誌』50：117-1124.
- 農林水産省（2021）「『食料品アクセス問題』に関する全国市町村アンケート調査結果」農林水産省食料産業局食品流通課.
- 薬師寺哲郎編（2015）『超高齢社会における食料品アクセス問題―買い物難民，買い物弱者，フードデザート問題の解決に向けて― 』ハーベスト社.
- 菊島良介，高橋克也（2018）「食料品アクセス問題における買い物サービス利用が食品摂取の多様性に及ぼす影響―農林水産情報交流ネットワーク事業全国調査結果の分析―」『農林水産政策研究』(29)：29-42.
- 谷有香子，近藤克則，近藤尚己（2015）「日本人高齢者の孤食と食行動およびBody Mass Indexとの関連：JAGES（日本老年学的評価研究）の分析結果」『厚生の指標』62(13)：9-15.

本アンケート調査を実施するにあたり、鳥取県日南町の住民のみなさま、日南町役場のみなさまにご協力いただきました。

この場を借りて御礼申し上げます。