

○地域貢献研究 T-5(※必ず課題番号を付して下さい。)

研究課題 「阿見町におけるサルコペニア・低栄養の実態調査とその予防啓発を住民健診

に組み込んだ介護予防システムの構築」

- 研究代表者 付属病院 講師 岸本 浩
○研究分担者 医科学センター 准教授 四津有人
阿見町役場 主査 堀内 梢
○研究年度 平成30年度
(研究期間) 平成30年度～平成32年度(3年間)

1. 研究目的

- 1) 住民健診に出向き、現時点での阿見町のサルコペニアの有病率を可能なかぎり明らかにする。本研究の後の阿見町の介護予防事業、健康保険施策の基礎データとする。
- 2) 阿見町住民に対しサルコペニアの知識についてアンケート調査を行い本研究前後で知識普及率が上がるか否か検証する。
- 3) 1) 2) の結果を本研究後の阿見町の介護予防事業、健康保険施策の基礎データとする。

2. 研究方法

- 1) 阿見町住民健診会場に出向き、「サルコペニア検診」を住民健診に併せて2日間実施した。検診同意者167名に対し、日本サルコペニア・フレイル学会のガイドラインに沿って、
 - ①歩行速度 (0.8m/s 以下か)
 - ②握力 (最大値が男性30kg、女性18kg未満か)
 - ③体組成計により四肢筋肉量指数 (男性7.0、女性5.7kg/m²未満か)についての測定を行い、サルコペニア、プレサルコペニアであった受診者にはサルコペニアを予防するのに適していると考えられる運動方法、栄養摂取方法について記載したリーフレットを配布した。また該当者のうち希望者には検診会場でBDHQ (簡易型自記式食事歴法質問票) に記入してもらい、後日本学付属病院にて茨城県栄養士会の管理栄養士が栄養指導を行った。都合で指導に来られなかった受診者には郵送で指導を行った。
- 2) 郵送によるアンケート調査を40歳から75歳の阿見町住民から無作為抽出 (1000名) して行い、サルコペニアの知識普及率について調査した。

3. 研究結果

1) ①男女別

2日間の特定健診総受診者数			336	
	男性	女性	計	
サルコペニア検診受診者数	61	106	167	
健常	46	67	113	67.7%
プレサルコペニア	14	35	49	29.3%
サルコペニア	1	4	5	3.0%

②年齢層別

	65歳未満	65歳～74歳	75歳以上
健常	26	59	28
プレサルコペニア (PS)	7	29	13
サルコペニア (S)	1	2	2
PS+Sの割合	23.50%	34.40%	34.80%

③栄養指導を受けた人数

	～64歳	65～74歳	75歳～	計
男性	0	3	3	6
女性	3	14	4	21
計	3	17	7	27

2) 無作為抽出アンケート調査結果

回答率 34.4%

メタボリックシンドローム	
知っていた	68.9%
だいたい知っていた	28.2%
知らなかった	2.6%
無回答	0.3%

サルコペニア	
知っていた	9.3%
だいたい知っていた	11.3%
知らなかった	77.0%
無回答	2.3%

4. 考察

先行研究と比較すると、阿見町のプレサルコペニア比率は比較的高く、適切に介入してサルコペニアへの移行を抑制できれば、介護予防効果は高いと推測された。

今後の課題

- #1. BDHQを用いた栄養指導法については再検討を要する
- #2. 2019年度はサルコペニア検診を5回開催予定
- #3. 2019年度は町の広報誌、ホームページ、町の行事等を利用してサルコペニアの知識普及に努める
- #4. 2020年度に再び無作為抽出アンケート調査を行って知識普及率を調査
- #5. 茨城県総合検診協会との協働を進める

5. 成果の発表(学会・論文等, 予定を含む)

結果につき2019年2月15日に第34回日本静脈経腸栄養学会学術集会にて口頭で発表を行った。

演題名：社会栄養学の考え方を住民健診に！～茨城県阿見町における「サルコペニア検診」計画～

演者名：岸本 浩、四津有人

6. 参考文献

東口高志：食力と社会栄養学；医学のあゆみ259；1243-1244，2016

Kobayashi S, Murakami K, Sasaki S, et al. Comparison of relative validity of food group intakes estimated by comprehensive and brief-type self-administered diet history questionnaires against 16 d dietary records in Japanese adults. Public Health Nutr. 2011 Jul;14(7):1200-11.

Lee ES, Park HM. Prevalence of Sarcopenia in Healthy Korean Elderly Women. J Bone Metab 2015; 22: 191-195

Gadelha AB et al. Stages of sarcopenia and the incidence of falls in older women: A prospective study. Arch Gerontol Geriatr. 2018; 79:151-157