

令和 7 年度 在宅訪問栄養食事相談事業のまとめ

(公社) 新潟県栄養士会

背景と目的

本事業は、(公社) 新潟県栄養士会が新潟県後期高齢者医療広域連合から委託された低栄養対策事業であり、低栄養状態及びフレイル状態にある後期高齢者医療制度の被保険者の居宅を訪問し、個々の状況に合わせて実効性のある効果的な栄養相談を行うことで、栄養改善及び身体機能の低下予防を促すと共に、生活機能の維持・改善を図ることを目的としている。本事業は平成 29 年度より継続的に実施され、令和 7 年度で 9 年目を迎えた。今回、令和 7 年度の事業結果について解析を行ったのでここに報告する。

実施期間および対象者

事業の実施期間は 2025 年 5 月から 2026 年 3 月で、新潟市に在住の新潟県後期高齢者医療制度の被保険者で、BMI $21.5\text{kg}/\text{m}^2$ 未満かつ 1 年間で 2 kg 以上体重減少を有する方又は、新潟県後期高齢者医療広域連合長が必要と認めた方に対し、1 人当たり 6 ヶ月間をかけて 3 回の訪問栄養相談を行った。99 名の申請者のうち、3 回の訪問を終了した 64 名のデータを分析対象とした。

方法

管理栄養士が居宅を訪問し、訪問栄養相談 1 回目と訪問栄養相談 3 回目にアセスメント表(図 1)を用いた調査を行い、訪問栄養相談 1 回目時の対象者背景の評価および訪問栄養相談 1 回目と 3 回目の前後比較を行った。

分析

統計解析には、IBM SPSS Statistics (ver.29.0.2.0)を用いた。連続変数は Kolmogorov-Smirnov の正規性の検定を行った。正規分布が認められた場合は平均値±標準偏差、非正規分布であった場合は中央値(四分位範囲: Interquartile range [IQR])の表記とした、カテゴリー変数の解析には、 χ^2 検定、Fisher の正確確立検定、McNemar の検定、順序変数の解析には Mann-Whitney の U 検定、Wilcoxon の符号付順位検定、連続変数の解析には対応の無い t 検定、対応のある t 検定、Mann-Whitney の U 検定、Wilcoxon の符号付順位検定を用いた。有意水準は $p<0.05$ とした。

1. 1 回目の訪問栄養相談実施前の対象者の年齢、家族構成、身体計測（身長、体重、体格指数：Body Mass Index [BMI]、ふくらはぎ周囲長、握力）、対象者の背景について男女別に把握した。
2. 主観的健康観、生活満足度、気持ち、食事の調理、食事支度の困難、洗い物・片付け、食欲、満腹感、味、食事量の変化、むせ、食事回数、主食の摂取頻度、主食の摂取量、間食の摂取、水分量、口渇、便の性状、便秘薬の使用、飲酒、喫煙、身体活動、外出頻度、付き合い、食事の自己調整について全体、男性のみ、女性のみで比較した。
3. 体重、BMI、ふくらはぎ周囲長、握力、Mini Nutritional Assessment-Short Form (MNA-SF) ^{*1}、Simplified Nutritional Appetite Questionnaire-Japanese Elderly (SNAQ-JE) ^{*2}、Simplified Nutritional Appetite Questionnaire-Japanese (SNAQ-J) ^{*3}、Questionnaire for Medical Checkup of Old-Old (QMCOO) ^{*4}、フレイル判定^{*5}について全体、男性のみ、女性のみで比較した。
4. 食品摂取の摂取頻度を全体、男性のみ、女性のみで比較を行った。
5. 各食品の「ほぼ毎日食べる」の割合について相談前後で全体、男性のみ、女性のみで比較を行った。
6. 全体、男性のみ、女性のための食品摂取の多様性得点（Dietary variety score: DVS スコア^{*6}）の変化についてサンキーダイアグラムを作成した。
7. 事業後の体と気持ちの変化について、集計および男女間の比較を行った。

*1：Guigoz らにより高齢者の栄養状態を測定する簡便な栄養スクリーニングツールとして開発され、1994 年に妥当な方法であることが報告された。MNA には full MNA と簡便なスクリーニング用として MNA-SF がある。高齢者で発症頻度の高い①寝たきりなどの移動性障害、②うつ・認知症などの神経・精神疾患についての指標が含まれている。スクリーニングスコアは最高で 14 点であり、12-14 点は栄養状態良好、8-11 点は低栄養のおそれあり、0-7 点は低栄養と判定する。

*2：Simplified Nutritional Appetite Questionnaire (SNAQ) をもとに Tokudome らにより開発された日本人高齢者の食欲評価を行うための評価ツールである。①食欲はあります

か？、②食事を、どのくらい食べると満腹感を感じますか？、③食事の味はいかがですか？、④ふだん、どのような気持ちですか？の4つの問いに対して、5段階の回答にて評価を行う。各回答設の数字が得点となっており、4つの回答の合計が14点以下だと6か月間で5-10%の体重減少を生じるリスクがあるとされている。

*3：Tokudome らによって和訳された Simplified Nutritional Appetite Questionnaire の日本語版である。設問④には、「食事は、1日何回食べますか？」を用いる。SNAQ-JE と同様にカットオフ値は14点以下である。

*4：Questionnaire for medical checkup of old-old（QMCOO）は健康状態、心の健康状態、食習慣、口腔機能、体重変化、運動・転倒、認知機能、喫煙、社会参加、ソーシャルサポートの10類型を含んだ15項目の設問により構成されるフレイルのスクリーニング機能を有するツールである。厚生労働省は2020年度より後期高齢者の健診に用いるよう通達している。

*5：QMCOO の15項目の回答肢には得点が付与されており、合計点が3点でプレフレイル、4点以上でフレイルと判定する。

*6：対象者に肉、魚、卵、大豆、緑黄色野菜、海藻類、いも、果物、牛乳、油の10食品群についての摂取頻度を尋ねて、「ほぼ毎日食べる」、「2日に1回食べる」、「週1、2回食べる」、「ほとんど食べない」で回答を得る。「ほぼ毎日食べる」と回答した場合を1点、それ以外を0点として、10食品での合計得点を算出する。7点以上が目標とされている。

結果

1. 対象者の背景と男女別の比較結果

対象者64名の内訳は、男性20名（31%）、女性44名（69%）で女性の方が多かった。全体の平均年齢は 81 ± 3 歳であり、80-84歳代が29名（45%）でもっとも多い年代であった。家族構成は夫婦二人が24名（38%）で最も多く、次いで一人暮らしが21名（32.8%）であった。慢性的な病気は59名（92%）であり、服薬のある者は61名（95%）であった。BMI 20 kg/m^2 未満の割合70.3%であった。

男女間では、男性 81 ± 4 歳、女性 81 ± 3 歳で男女に有意な差は認められなかった。身長、体重は男女間で有意な差を認めたもののBMIでは有意差は認められなかった。握力は男性と女性の間に有意な差を認めた。その他の背景においては「発音に支障がある」で男性9名（45%）、女性1名（2%）で有意な差を認めたが、他に男女間で有意な差を認めた項目はなかった（表1）。

2. 訪問栄養相談前後の主観的健康観等の比較結果

全体では、現在の健康状態、生活の満足度、普段の気持ち、献立作成、食欲、食事の味、食事量の変化、1食のご飯量、1日の水分摂取量、食事の調整において、訪問栄養相談1回目と比較して3回目ではそれぞれ有意な改善を認め、便秘薬の使用者が有意に減少した（表2）。男性では、現在の健康状態、食事の支度における献立の作成と買い物行為、食事の満腹感、食事量の変化に訪問栄養相談1回目と比較して3回目では有意な改善を認めた（表3）。女性では、現在の健康状態、生活の満足度、普段の気持ち、食欲、食事の味、食事量の変化、食事の調整において、訪問栄養相談1回目と比較して3回目ではそれぞれ有意な改善を認めた（表4）。

3. 訪問栄養相談前後の体重、BMI等の前後比較結果

全体では、体重、BMI、MNA-SFスコア、栄養状態 SNAQ-JE、SNAQ-J、QMCOO、フレイル判定において、訪問栄養相談1回目と3回目の間に有意な改善を認めた（表5）。男性では、体重、BMI、QMCOO、において、訪問栄養指導1回目と3回目の間に有意な改善を認めた（表6）。女性では、体重、BMI、MNA-SFスコア、栄養状態、SNAQ-JE、SNAQ-J、QMCOO、フレイル判定において、訪問栄養相談1回目と3回目の間に有意な改善を認めた（表7）。

4. 訪問栄養相談前後の各食品摂取頻度、食品摂取の多様性得点の比較結果

全体では、肉、卵、海藻類、いも、果物、牛乳、油で有意な摂取頻度の変化を認めた。DVSスコアは中央値5（IQR4-7）から中央値6（IQR5-8）へ有意な上昇を認め、DVS7点以上の割合も有意に増加した（表8）。男性では、いずれの食品群においても有意な食品摂取頻度の変化は認められなかった。しかし、DVSスコアは 5 ± 2 から 6 ± 2 へ有意な上昇が認められた（表9）。女性では、卵、海藻類、いも、果物、牛乳、油の摂取頻度に有意な変化が認められた。また、DVSスコアは中央値6（IQR4-7）から中央値7（IQR5-8）へ有意な上昇が認められ、DVS7点以上の割合も有意に増加した（表10）。

5. 訪問栄養相談前後の各食品の「ほぼ毎日食べる」の比較結果

全体では、肉、大豆、いも、牛乳においてほぼ毎日食べる者の割合が有意に上昇した。男性では、いずれの食品においても、ほぼ毎日食べる者の割合の変化は認められなかった。女性では、いも、牛乳、油において、ほぼ毎日食べる者の割合に有意な上昇が認められた（図2）。

6. 訪問栄養相談前後の食品摂取の多様性得点の比較

全体、男性、女性のDVSスコアの変化についてのサンキーダイアグラムを図3、4、5に

示した。

7. 事業後の体と気持ちの変化について

体と気持ちに良い変化があらわれたのは、全体で 27 名 (42%)、男性で 7 名 (35%)、女性 20 名 (46%) だった。体に良い変化があらわれたのは全体で 11 名 (17%)、男性で 5 名 (25%)、女性で 6 名 (14%) だった。気持ち的に良い変化があらわれたのは、全体で 17 名 (27%)、男性で 4 名 (20%)、女性で 13 名 (30%) だった。まとめると、本事業により体や気持ちに良い変化があらわれたのは、全体 55 名 (86%)、男性 16 名 (80%)、女性 39 名 (89%) であった。統計解析の結果、男女間においては有意な差は認められなかった。(表 11)。

まとめ

健康日本 21 (第 3 次) では、65 歳以上の BMI $20\text{kg}/\text{m}^2$ 未満の割合を令和元年度 16.8% から令和 14 年度 13% 未満へ減少させることを目標としている。言い換えれば、BMI $20\text{kg}/\text{m}^2$ 未満の高齢者の割合を現状より 3.8% 減少させることが目標ともいえる。本事業では、有意な変化は得られなかったものの、BMI $20\text{kg}/\text{m}^2$ 未満の割合は訪問栄養相談 1 回目では 70.3% であったが、3 回目では 64.1% へ減少した。本事業における 3 回の訪問栄養相談のうち、実質的な栄養相談はわずか 2 回 (3 回目は評価が中心) であったが、訪問栄養相談により BMI $20\text{kg}/\text{m}^2$ 未満の者の割合を 6.2% 減少させたことになる。一方、BMI の数値としては、全体、男性、女性のいずれの対象群においても訪問栄養相談 1 回目と比較して 3 回目では有意な増加を認めており、継続的な介入によりさらなる改善が得られた可能性もある。そのため、訪問栄養相談は高齢者の低栄養を減少させる効果的な介入であると考えられる。

本事業では訪問栄養相談により、対象者全体の現在の健康状態、生活の満足度、普段の気持ち、献立作成の困難感、食欲、食事の味、食事量の変化、1 食のご飯量、1 日の水分摂取量、食事の調整において有意な改善を認めた。また、栄養状態、フレイル判定等においても有意な改善を認めている。さらに、食品摂取頻度では、肉、卵、海藻類、いも、果物、牛乳、油において有意に摂取頻度の増加が認められ、DVS スコアの上昇も認められている。加えて、訪問栄養相談により、8 割強の対象者が体や気持ちにいい変化があらわれたと回答した。これらの変化が体重増加とどのように関連しているのかという点は興味深いところではあるが、本事業の対象者数だけでは統計的パワーが足りず、十分な解析を行うことは困難である。この課題を解決する方法として、令和 5 年度、令和 6 年度に実施した事業結果と令和 7 年度の結果を統合することにより、解析が可能となる可能性がある。

本事業により、訪問栄養相談は体重を中心とした栄養状態の改善のみならず、食習慣、生活全般、身体及び気持ちの変化など多面的な改善効果を有する可能性が示唆された。

表 1. 対象者の背景と男女別の比較

		全体 (n=64)		男性 (n=20)		女性 (n=44)		p-value
		n/平均	(%/標準 偏差)	n/平均	(%/標準 偏差)	n/平均	(%/標準 偏差)	
年齢		81	3	81	4	81	3	0.816
年代	75～79 歳	22	(34.4%)	7	(35.0%)	15	(34.1%)	0.779
	80～84 歳	29	(45.3%)	8	(40.0%)	21	(47.7%)	
	85 歳以上	13	(20.3%)	5	(25.0%)	8	(18.2%)	
身長 (cm)		155	8	162	6	152	7	<0.001
体重 (kg)		44.9	5.8	48.8	5.3	43.1	5.1	<0.001
BMI (kg/m ²)		18.6	2.2	18.6	2.3	18.6	2.1	0.972
20 kg/m ² 未満%		45	70.3	14	70.0	31	70.5	0.971
ふくらはぎ周囲長 (cm)		30.2	2.4	30.9	2.7	30.0	2.3	0.142
握力 (kg)		21.5	6.4	27.1	5.7	19.0	5.0	<0.001
家族構成	一人暮らし	21	(32.8%)	5	(25.0%)	16	(36.4%)	0.563
	夫婦二人	24	(37.5%)	8	(40.0%)	16	(36.4%)	
	子供と同居	13	(20.3%)	4	(20.0%)	9	(20.5%)	
	三世代同居	5	(7.8%)	2	(10.0%)	3	(6.8%)	
	その他	1	(1.6%)	1	(5.0%)	0	(0.0%)	
慢性的な病気	無	5	(7.8%)	2	(10.0%)	3	(6.8%)	0.644
	有	59	(92.2%)	18	(90.0%)	41	(93.2%)	
服薬	無	3	(4.7%)	1	(5.0%)	2	(4.5%)	1.000
	有	61	(95.3%)	19	(95.0%)	42	(95.5%)	
自身の歯の数	0～19 本	22	(34.9%)	9	(29.5%)	13	(29.5%)	0.173
	20 本以上	41	(65.1%)	10	(70.5%)	31	(70.5%)	
葉や入れ歯の異常	無	54	(84.4%)	15	(75.0%)	39	(88.6%)	0.263
	あり	10	(15.6%)	5	(11.4%)	5	(11.4%)	
固いものが食べにくい	無	41	(64.1%)	13	(65.0%)	28	(63.6%)	0.916
	有	23	(35.9%)	7	(35.0%)	16	(36.4%)	
発音に支障がある	いいえ	54	(84.4%)	11	(55.0%)	43	(97.7%)	<0.001
	はい	10	(15.6%)	9	(45.0%)	1	(2.3%)	
補助食品の摂取	無	47	(73.4%)	14	(70.0%)	33	(75.0%)	0.675
	有	17	(26.6%)	6	(30.0%)	11	(25.0%)	
食物アレルギー	無	62	(96.9%)	20	(100.0%)	42	(95.5%)	1.000
	有	2	(3.1%)	0	(0.0%)	2	(4.5%)	
6 か月間の体重減少	無	47	(73.4%)	14	(70.0%)	33	(75.0%)	0.675
	有	17	(26.6%)	6	(30.0%)	11	(25.0%)	
体重減少の理由	不明	19	(29.7%)	5	(25.0%)	14	(31.8%)	0.659
	有	44	(68.8%)	15	(75.0%)	29	(65.9%)	
	無	1	(1.6%)	0	(0.0%)	1	(2.3%)	
歩行速度の低下	無	24	(37.5%)	7	(35.0%)	17	(38.6%)	0.781
	有	40	(62.5%)	13	(65.0%)	27	(61.4%)	
転倒	無	51	(79.7%)	17	(85.0%)	34	(77.3%)	0.739
	有	13	(20.3%)	3	(15.0%)	10	(22.7%)	
物忘れがあると言われる	無	57	(89.1%)	16	(80.0%)	41	(93.2%)	0.191
	有	7	(10.9%)	4	(20.0%)	3	(6.8%)	
今日の日付がわからない	無	49	(76.6%)	13	(65.0%)	36	(81.8%)	0.203
	有	15	(23.4%)	7	(35.0%)	8	(18.2%)	
ソーシャルサポート	無	17	(26.6%)	4	(20.0%)	13	(29.5%)	0.423
	有	47	(73.4%)	16	(80.0%)	31	(70.5%)	
食料品店	たくさんある	10	(15.6%)	4	(20.0%)	6	(13.6%)	0.775
	ある程度ある	27	(42.2%)	8	(40.0%)	19	(43.2%)	
	あまりない	17	(26.6%)	6	(30.0%)	11	(25.0%)	
	全くない	10	(15.6%)	2	(10.0%)	8	(18.2%)	
	わからない	0	(0.0%)	0	(0.0%)	0	(0.0%)	

表 2. 全体の訪問栄養相談前後の主観的健康観等の比較

		相談前		相談後		p-value
		n	(%)	n	(%)	
現在の健康状態	良い	10	15.6	20	31.3	<0.001
	まあ良い	18	28.1	20	31.3	
	ふつう	17	26.6	18	28.1	
	あまり良くない	16	25.0	6	9.4	
	良くない	3	4.7	0	0.0	
生活の満足度	満足	23	35.9	28	43.8	0.024
	やや満足	26	40.6	28	43.8	
	やや不満	10	15.6	6	9.4	
	不満	5	7.8	2	3.1	
普段の気持ち	とても楽しい	3	4.7	3	4.7	0.023
	楽しい	20	31.3	29	45.3	
	沈んでもなく楽しくもない	36	56.3	30	46.9	
	沈んでいる	4	6.3	2	3.1	
	とても沈んでいる	1	1.6	0	0.0	
食事の調理	自分	45	70.3	43	67.2	0.223
	家族	13	20.3	14	21.9	
	宅配弁当	1	1.6	3	4.7	
	弁当・総菜を買う	5	7.8	4	6.3	
	その他	0	0.0	0	0.0	
食事の支度						
献立の作成	困っていない	42	65.6	48	75.0	0.046
	少し困っている	17	26.6	13	20.3	
	非常に困っている	5	7.8	3	4.7	
買い物行為	困っていない	50	78.1	51	79.7	0.366
	少し困っている	11	17.2	12	18.8	
	非常に困っている	3	4.7	1	1.6	
買い物内容	困っていない	54	84.4	55	85.9	0.414
	少し困っている	8	12.5	8	12.5	
	非常に困っている	2	3.1	1	1.6	
食費	困っていない	56	87.5	58	90.6	0.705
	少し困っている	8	12.5	5	7.8	
	非常に困っている	0	0.0	1	1.6	
調理	困っていない	47	73.4	52	81.0	0.107
	少し困っている	11	17.2	7	10.9	
	非常に困っている	6	9.4	5	7.8	
洗い物・片付け	困っていない	55	85.9	57	89.1	0.414
	少し困っている	7	10.9	5	7.8	
	非常に困っている	2	3.1	2	3.1	
食欲	とてもある	13	20.3	15	23.4	0.003
	ある	17	26.6	25	39.1	
	ふつう	19	29.7	19	29.7	
	あまりない	14	21.9	4	6.3	
	ほとんどない	1	1.6	1	1.6	
食事の満腹感	満腹になることはほとんどない	5	7.8	5	10.9	0.083
	ほとんど食べて満腹	47	73.4	52	81.3	
	半分ほどで満腹	11	17.2	5	7.8	
	1/3 ほどで満腹	1	1.6	0	0.0	
	数口で満腹	0	0.0	0	0.0	

食事の味	とてもおいしい	20	31.3	23	35.9	0.011
	おいしい	21	32.8	24	37.5	
	ふつう	16	25.0	14	21.9	
	おいしくない	7	10.9	3	4.7	
	とてもまずい	0	0.0	0	0.0	
食事量の変化	増加した	2	3.1	35	54.7	<0.001
	変化なし	46	71.9	27	42.2	
	減少した	16	25.0	2	3.1	
お茶等のむせ	全くない	38	59.4	40	62.5	0.248
	たまにある	19	29.7	19	29.7	
	よくある	7	10.9	5	7.8	
	毎食むせる	0	0.0	0	0.0	
1日の食事回数	1日4回以上	1	1.6	3	4.7	0.234
	1日3回	54	84.4	53	82.8	
	1日2回	8	12.5	8	12.5	
	1日1回	1	1.6	0	0.0	
	1日1回未満	0	0.0	0	0.0	
主食の摂取頻度	毎日3回	52	81.3	53	82.8	0.705
	毎日2回以上	11	17.2	10	15.6	
	毎日1回以上	1	1.6	1	1.6	
	全く食べない日もある	0	0.0	0	0.0	
1食のご飯量	200g	7	10.9	9	14.1	0.039
	150g	23	35.9	26	40.6	
	100g	27	42.2	24	37.5	
	100g未満	7	10.9	5	7.8	
間食の摂取	補助食として	4	6.3	7	11.1	0.084
	食事に影響のない程度	46	71.9	46	73.0	
	食べない	12	18.8	7	15.9	
	改善の必要あり	2	3.1	0	0.0	
1日の水分摂取量	6杯以上	19	29.7	25	39.1	0.046
	4～5杯以上	36	56.3	32	50.0	
	4杯未満	9	14.1	7	10.9	
口の渇きが気になる	はい	25	39.1	25	39.1	1.000
	いいえ	39	60.9	39	60.9	
便の性状	水様	0	0.0	0	0.0	0.861
	泥状	1	1.6	1	1.6	
	やや軟らかい	11	17.2	8	12.5	
	普通	37	57.8	39	60.9	
	やや硬い	7	10.9	10	15.6	
	硬い	5	7.8	4	6.3	
	コロコロ	3	4.7	2	3.1	
便秘薬の使用	使用していない	45	70.3	51	79.7	0.031
	使用している	19	29.7	13	20.3	
飲酒	飲まない	48	75.0	49	76.6	0.964
	月1～2回	3	4.7	1	1.6	
	週に1～2回	4	6.3	5	7.8	
	週に4～5日	2	3.1	3	4.7	
	毎日飲む	7	10.9	6	9.4	
喫煙	吸わない	51	79.7	52	81.3	0.368
	やめた	11	17.2	11	17.2	
	吸っている	2	3.1	1	1.6	

身体活動	ほぼ毎日	27	42.2	25	39.1	0.211
	週2日以上	16	25.0	14	21.9	
	週1回	7	10.9	7	10.9	
	月1～2回	0	0.0	2	3.1	
	ほとんどしない	14	21.9	16	25.0	
外出の頻度	ほとんど毎日	30	46.9	25	39.1	0.229
	2～3日に1回	25	39.1	28	43.8	
	週1回	4	6.3	6	9.4	
	月1～2回	2	3.1	1	1.6	
	年に数回	1	1.6	0	0.0	
	ほとんど外出しない	2	3.1	4	6.3	
付き合い	はい	61	95.3	62	96.9	1.000
	いいえ	3	4.7	2	3.1	
食事の調整	できる	27	42.2	33	51.6	0.003
	どちらかといえばできる	25	39.1	27	42.2	
	どちらかといえばできない	6	9.4	4	6.3	
	できない	5	7.8	0	0.0	
	やるつもりはない	1	1.6	0	0.0	

表 3. 男性の訪問栄養相談前後の主観的健康観等の比較

		相談前		相談後		p-value
		n	(%)	n	(%)	
現在の健康状態	良い	3	15.0	4	20.0	0.007
	まあ良い	3	15.0	9	45.0	
	ふつう	6	30.0	5	25.0	
	あまり良くない	6	30.0	2	10.0	
	良くない	2	10.0	0	0.0	
生活の満足度	満足	8	40.0	7	35.0	0.518
	やや満足	8	40.0	11	55.0	
	やや不満	1	5.0	1	5.0	
	不満	3	15.0	1	5.0	
普段の気持ち	とても楽しい	1	5.0	0	0.0	0.426
	楽しい	7	35.0	8	40.0	
	沈んでもなく楽しくもない	8	40.0	11	55.0	
	沈んでいる	3	15.0	1	5.0	
	とても沈んでいる	1	5.0	0	0.0	
食事の調理	自分	7	35.0	6	30.0	1.000
	家族	10	50.0	11	55.0	
	宅配弁当	0	0.0	1	5.0	
	弁当・総菜を買う	3	15.0	2	10.0	
	その他	0	0.0	0	0.0	
食事の支度						
献立の作成	困っていない	13	65.0	16	80.0	0.046
	少し困っている	5	25.0	3	15.0	
	非常に困っている	2	10.0	1	5.0	
買い物行為	困っていない	14	70.0	17	85.0	0.046
	少し困っている	5	25.0	3	15.0	
	非常に困っている	1	5.0	0	0.0	
買い物内容	困っていない	15	75.0	17	85.0	0.157
	少し困っている	5	25.0	3	15.0	
	非常に困っている	0	0.0	0	0.0	
食費	困っていない	18	90.0	18	90.0	0.655
	少し困っている	2	10.0	1	5.0	
	非常に困っている	0	0.0	1	5.0	
調理	困っていない	14	70.0	15	75.0	0.180
	少し困っている	3	15.0	4	20.0	
	非常に困っている	3	15.0	1	5.0	
洗い物・片付け	困っていない	17	85.0	18	90.0	0.317
	少し困っている	2	10.0	2	10.0	
	非常に困っている	1	5.0	0	0.0	
食欲	とてもある	4	20.0	3	15.0	0.191
	ある	5	25.0	10	50.0	
	ふつう	5	25.0	5	25.0	
	あまりない	5	25.0	1	5.0	
	ほとんどない	1	5.0	1	5.0	
食事の満腹感	満腹になることはほとんどない	1	5.0	1	10.0	0.014
	ほとんど食べて満腹	12	30.0	17	85.0	
	半分ほどで満腹	6	60.0	2	10.0	
	1/3 ほどで満腹	1	5.0	0	0.0	
	数口で満腹	0	0.0	0	0.0	

食事の味	とてもおいしい	7	35.0	6	30.0	0.739
	おいしい	4	20.0	7	35.0	
	ふつう	8	40.0	6	30.0	
	おいしくない	1	5.0	1	5.0	
	とてもまずい	0	0.0	0	0.0	
食事量の変化	増加した	0	0.0	11	55.0	0.006
	変化なし	14	70.0	7	35.0	
	減少した	6	30.0	2	10.0	
お茶等のむせ	全くない	12	60.0	11	55.0	0.655
	たまにある	4	20.0	7	35.0	
	よくある	4	20.0	2	10.0	
	毎食むせる	0	0.0	0	0.0	
1日の食事回数	1日4回以上	1	5.0	1	5.0	0.317
	1日3回	15	75.0	16	80.0	
	1日2回	4	20.0	3	15.0	
	1日1回	0	0.0	0	0.0	
	1日1回未満	0	0.0	0	0.0	
主食の摂取頻度	毎日3回	16	80.0	16	80.0	0.317
	毎日2回以上	4	20.0	3	15.0	
	毎日1回以上	0	0.0	1	5.0	
	全く食べない日もある	0	0.0	0	0.0	
1食のご飯量	200g	7	35.0	8	40.0	0.102
	150g	8	40.0	8	40.0	
	100g	2	10.0	3	15.0	
	100g未満	3	15.0	1	5.0	
間食の摂取	補助食として	2	10.0	3	15.0	1.000
	食事に影響のない程度	11	30.0	11	55.0	
	食べない	6	55.0	6	30.0	
	改善の必要あり	1	5.0	0	0.0	
1日の水分摂取量	6杯以上	3	15.0	6	30.0	0.317
	4～5杯以上	12	60.0	8	40.0	
	4杯未満	5	25.0	6	30.0	
口の渇きが気になる	はい	7	35.0	6	30.0	1.000
	いいえ	13	65.0	14	70.0	
便の性状	水様	0	0.0	0	0.0	1.000
	泥状	0	0.0	0	0.0	
	やや軟らかい	3	15.0	2	10.0	
	普通	12	60.0	13	65.0	
	やや硬い	1	5.0	2	10.0	
	硬い	3	15.0	2	10.0	
	コロコロ	1	5.0	1	5.0	
便秘薬の使用	使用していない	14	70.0	16	80.0	0.500
	使用している	6	30.0	4	20.0	
飲酒	飲まない	13	65.0	12	60.0	0.595
	月1～2回	1	5.0	1	5.0	
	週に1～2回	2	10.0	3	15.0	
	週に4～5日	0	0.0	1	5.0	
	毎日飲む	4	20.0	3	15.0	
喫煙	吸わない	8	40.0	8	40.0	0.317
	やめた	10	50.0	11	55.0	
	吸っている	2	10.0	1	5.0	

身体活動	ほぼ毎日	9	45.0	9	45.0	0.705
	週2日以上	7	35.0	6	30.0	
	週1回	1	5.0	1	5.0	
	月1～2回	0	0.0	0	0.0	
	ほとんどしない	3	15.0	4	20.0	
外出の頻度	ほとんど毎日	11	55.0	9	45.0	0.408
	2～3日に1回	7	35.0	8	40.0	
	週1回	0	0.0	1	5.0	
	月1～2回	1	5.0	1	5.0	
	年に数回	0	0.0	0	0.0	
	ほとんど外出しない	1	5.0	1	5.0	
付き合い	はい	18	90.0	18	90.0	1.000
	いいえ	2	10.0	2	10.0	
食事の調整	できる	8	40.0	10	50.0	0.190
	どちらかといえばできる	7	35.0	7	35.0	
	どちらかといえばできない	3	15.0	3	15.0	
	できない	1	5.0	0	0.0	
	やるつもりはない	1	5.0	0	0.0	

表 4. 女性の訪問栄養相談前後の主観的健康観等の比較

		相談前		相談後		p-value
		N	(%)	n	(%)	
現在の健康状態	良い	7	15.9	16	36.4	0.004
	まあ良い	15	34.1	11	25.0	
	ふつう	11	25.0	13	29.5	
	あまり良くない	10	22.7	4	9.1	
	良くない	1	2.3	0	0.0	
生活の満足度	満足	15	34.1	21	47.7	0.021
	やや満足	18	40.9	17	38.6	
	やや不満	9	20.5	5	11.4	
	不満	2	4.5	1	2.3	
普段の気持ち	とても楽しい	2	4.5	3	6.8	0.008
	楽しい	13	29.5	21	47.7	
	沈んでもなく楽しくもない	28	63.6	19	43.2	
	沈んでいる	1	2.3	1	2.3	
	とても沈んでいる	0	0.0	0	0.0	
食事の調理	自分	38	86.4	37	84.1	0.317
	家族	3	6.8	3	6.8	
	宅配弁当	1	2.3	2	4.5	
	弁当・総菜を買う	2	4.5	2	4.5	
	その他	0	0.0	0	0.0	
食事の支度						
献立の作成	困っていない	29	65.9	32	72.7	0.248
	少し困っている	12	27.3	10	22.7	
	非常に困っている	3	6.8	2	4.5	
買い物行為	困っていない	36	81.8	34	77.3	0.705
	少し困っている	6	13.6	9	20.5	
	非常に困っている	2	4.5	1	2.3	
買い物内容	困っていない	39	88.6	38	86.4	1.000
	少し困っている	3	6.8	5	11.4	
	非常に困っている	2	4.5	1	2.3	
食費	困っていない	38	86.4	40	90.9	0.157
	少し困っている	6	13.6	4	9.1	
	非常に困っている	0	0.0	0	0.0	
調理	困っていない	33	75.0	37	84.1	0.317
	少し困っている	8	18.2	3	6.8	
	非常に困っている	3	6.8	4	9.1	
洗い物・片付け	困っていない	38	86.4	39	88.6	1.000
	少し困っている	5	11.4	3	6.8	
	非常に困っている	1	2.3	2	4.5	
食欲	とてもある	9	20.5	12	27.3	0.003
	ある	12	27.3	15	34.1	
	ふつう	14	31.8	14	31.8	
	あまりない	9	20.5	3	6.8	
	ほとんどない	0	0.0	0	0.0	
食事の満腹感	満腹になることはほとんどない	4	9.1	4	9.1	1.000
	ほとんど食べて満腹	35	79.5	35	79.5	
	半分ほどで満腹	5	11.4	5	11.4	
	1/3 ほどで満腹	0	0.0	0	0.0	
	数口で満腹	0	0.0	0	0.0	

食事の味	とてもおいしい	13	29.5	17	38.6	0.003
	おいしい	17	38.6	17	38.6	
	ふつう	8	18.2	8	18.2	
	おいしくない	6	13.6	2	4.5	
	とてもまずい	0	0.0	0	0.0	
食事量の変化	増加した	2	4.5	24	54.5	<0.001
	変化なし	32	72.7	20	45.5	
	減少した	10	22.7	0	0.0	
お茶等のむせ	全くない	26	59.1	29	65.9	0.257
	たまにある	15	34.1	12	27.3	
	よくある	3	6.8	29	6.8	
	毎食むせる	0	0.0	0	0.0	
1日の食事回数	1日4回以上	0	0.0	2	4.5	0.334
	1日3回	39	88.6	37	84.1	
	1日2回	4	9.1	5	11.4	
	1日1回	1	2.3	0	0.0	
	1日1回未満	0	0.0	0	0.0	
主食の摂取頻度	毎日3回	36	81.8	37	84.1	0.414
	毎日2回以上	7	15.9	7	15.9	
	毎日1回以上	1	2.3	0	0.0	
	全く食べない日もある	0	0.0	0	0.0	
1食のご飯量	200g	0	0.0	1	2.3	0.166
	150g	15	34.1	18	40.9	
	100g	25	56.8	21	47.7	
	100g未満	4	9.1	4	9.1	
間食の摂取 後欠損1	補助食として	2	4.5	4	9.3	0.506
	食事に影響のない程度	35	79.5	35	81.4	
	食べない	6	13.6	4	9.3	
	改善の必要あり	1	2.3	0	0.0	
1日の水分摂取量	6杯以上	16	36.4	19	43.2	0.083
	4～5杯以上	24	54.5	24	54.5	
	4杯未満	4	9.1	1	2.3	
口の渇きが気になる	はい	18	40.9	19	43.2	1.000
	いいえ	26	59.1	25	56.8	
便の性状	水様	0	0.0	0	0.0	0.816
	泥状	1	2.3	1	2.3	
	やや軟らかい	8	18.2	6	13.6	
	普通	25	56.8	26	59.1	
	やや硬い	6	13.6	8	18.2	
	硬い	2	4.5	2	4.5	
	コロコロ	2	4.5	1	2.3	
便秘薬の使用	使用していない	31	70.5	35	79.5	0.125
	使用している	13	29.5	9	20.5	
飲酒	飲まない	35	79.5	37	84.1	0.683
	月1～2回	2	4.5	0	0.0	
	週に1～2回	2	4.5	2	4.5	
	週に4～5日	2	4.5	2	4.5	
	毎日飲む	3	6.8	3	6.8	
喫煙	吸わない	43	97.7	44	100.0	1.000
	やめた	1	2.3	0	0.0	
	吸っている	0	0.0	0	0.0	

身体活動	ほぼ毎日	18	40.9	16	36.4	0.249
	週2日以上	9	20.5	8	18.2	
	週1回	6	13.6	6	13.6	
	月1～2回	0	0.0	2	4.5	
	ほとんどしない	11	25.0	12	27.3	
外出の頻度	ほとんど毎日	19	43.2	16	36.4	0.403
	2～3日に1回	18	40.9	20	45.5	
	週1回	4	9.1	5	11.4	
	月1～2回	1	2.3	0	0.0	
	年に数回	1	2.3	0	0.0	
	ほとんど外出しない	1	2.3	3	6.8	
付き合い	はい	43	97.7	44	100.0	1.000
	いいえ	1	2.3	0	0.0	
食事の調整	できる	19	43.2	23	52.3	0.006
	どちらかといえばできる	18	40.9	20	45.5	
	どちらかといえばできない	3	6.8	1	2.3	
	できない	4	9.1	0	0.0	
	やるつもりはない	0	0.0	0	0.0	

表 5. 全体の栄養状態、食欲、フレイルに関する前後比較

		相談前		相談後		<i>p</i> -value
		平均値 or	標準偏差 or	平均値 or	標準偏差 or	
		中央値 or	IQR or %	中央値 or	IQR or %	
		number		number		
体重		44.9	5.8	46.2	5.8	<0.001
BMI		18.6	2.2	19.2	2.2	<0.001
BMI 20kg/m ² 未満		45	70.3	41	64.1	0.289
ふくらはぎ周囲長	後 1 名欠損	29.9	28.5-32.0	30.0	29.0-31.5	0.214
握力	後 1 名欠損	21.0	19.0-25.3	21.0	17.0-25.0	0.840
MNA-SF スコア		11	9-12	11	11-12	<0.001
栄養状態						0.003
栄養状態良好		16	25.0	27	42.2	
低栄養の恐れあり		44	68.8	36	56.3	
低栄養		4	6.3	1	1.6	
SNAQ-JE		14	13-16	16	14-17	<0.001
SNAQ-J	前後 1 名ずつ欠損	15	13-17	16	14-17	<0.001
QMCOO		4	2-5	3	2-4	<0.001
フレイル判定	非フレイル 後 1 名欠損	16	25.0	22	34.9	<0.001
	プレフレイル	13	20.3	18	28.6	
	フレイル	35	54.7	23	36.5	

表 6. 男性の栄養状態、食欲、フレイルに関する前後比較

		相談前		相談後		<i>p</i> -value
		平均値 or	標準偏差 or	平均値 or	標準偏差 or	
		中央値 or	IQR or %	中央値 or	IQR or %	
		number		number		
体重		48.8	5.3	50.3	4.8	0.019
BMI		18.6	2.3	19.2	2.3	0.027
BMI 20kg/m ² 未満		14	70.0	13	65.0	1.000
ふくらはぎ周囲長		30.9	2.7	31.2	2.7	0.057
握力		27.1	5.7	26.8	5.8	0.484
MNA-SF スコア		11	9-12	11	10-13	0.192
栄養状態						0.157
栄養状態良好		5	25.0	8	40.0	
低栄養の恐れあり		13	65.0	11	55.0	
低栄養		2	10.0	1	5.0	
SNAQ-JE		14	3	15	2	0.132
SNAQ-J		15	2	15	2	0.065
QMCOO		4	2	4	2	0.036
フレイル判定	非フレイル	3	15.0	6	30.0	0.129
	プレフレイル	4	20.0	3	15.0	
	フレイル	13	65.0	11	55.0	

表 7. 女性の栄養状態、食欲、フレイルに関する前後比較

		相談前		相談後		p-value
		平均値 or	標準偏差 or	平均値 or	標準偏差 or	
		中央値 or	IQR or %	中央値 or	IQR or %	
		number		number		
体重		43.1	5.1	44.3	5.3	<0.001
BMI		18.6	2.1	19.1	2.2	<0.001
BMI 20kg/m ² 未満		31	70.5	28	63.6	0.453
ふくらはぎ周囲長	後 1 名欠損	29.6	28.3-31.0	29.5	29.0-31.3	0.670
握力	後 1 名欠損	19.0	17.0-22.0	20.0	16.0-22.0	0.843
MNA-SF スコア		11	9-12	11	11-12	<0.001
栄養状態						0.008
栄養状態良好		11	25.0	19	43.2	
低栄養の恐れあり		31	70.5	25	56.8	
低栄養		2	4.5	0	0.0	
SNAQ-JE		15	13-16	16	14-17	<0.001
SNAQ-J	前後 1 名ずつ欠損	16	14-17	16	14-17	<0.001
QMCOO		4	2-5	3	2-4	0.001
フレイル判定	非フレイル 後 1 名欠損	13	29.5	16	36.4	0.007
	プレフレイル	9	20.5	15	34.1	
	フレイル	22	50.0	12	27.3	

表 8. 全体の各食品摂取頻度の比較

		相談前		相談後		<i>p</i> -value
		n	(%)	n	(%)	
肉	ほぼ毎日食べる	21	32.8	29	45.3	0.013
	2日に1回食べる	26	40.6	23	35.9	
	週に1, 2回食べる	14	21.9	11	17.2	
	ほとんど食べない	3	4.7	1	1.6	
魚	ほぼ毎日食べる	24	37.5	29	45.3	0.059
	2日に1回食べる	30	46.9	27	42.2	
	週に1, 2回食べる	8	12.5	8	12.5	
	ほとんど食べない	2	3.1	0	0.0	
卵	ほぼ毎日食べる	40	62.5	46	71.9	0.002
	2日に1回食べる	14	21.9	14	21.9	
	週に1, 2回食べる	5	7.8	4	6.3	
	ほとんど食べない	5	7.8	0	0.0	
大豆	ほぼ毎日食べる	40	62.5	47	73.4	0.467
	2日に1回食べる	17	26.6	7	10.9	
	週に1, 2回食べる	7	10.9	9	14.1	
	ほとんど食べない	0	0.0	1	1.6	
緑黄色野菜	ほぼ毎日食べる	54	84.4	54	84.4	0.854
	2日に1回食べる	7	10.9	8	12.5	
	週に1, 2回食べる	3	4.7	2	3.1	
	ほとんど食べない	0	0.0	0	0.0	
海藻類	ほぼ毎日食べる	21	32.8	26	40.6	0.009
	2日に1回食べる	16	25.0	20	31.3	
	週に1, 2回食べる	21	32.8	13	20.3	
	ほとんど食べない	6	9.4	5	7.8	
いも	ほぼ毎日食べる	18	28.1	29	45.3	0.002
	2日に1回食べる	26	40.6	21	32.8	
	週に1, 2回食べる	12	18.8	9	14.1	
	ほとんど食べない	8	12.5	5	7.8	
果物	ほぼ毎日食べる	47	73.4	53	82.8	0.014
	2日に1回食べる	4	6.3	7	10.9	
	週に1, 2回食べる	8	12.5	3	4.7	
	ほとんど食べない	5	7.8	1	1.6	
牛乳	ほぼ毎日食べる	42	65.6	51	79.7	0.005
	2日に1回食べる	7	10.9	4	6.3	
	週に1, 2回食べる	5	7.8	4	6.3	
	ほとんど食べない	10	15.6	5	7.8	
油	ほぼ毎日食べる	40	62.5	48	75.0	0.004
	2日に1回食べる	12	18.8	13	20.3	
	週に1, 2回食べる	9	14.1	3	4.7	
	ほとんど食べない	3	4.7	0	0.0	
DVS スコア		5	IQR 4-7	6	IQR 5-8	<0.001
DVS 7 点以上		24	37.5	35	54.7	0.007

表 9. 男性の食品摂取頻度の比較

		相談前		相談後		p-value
		n	(%)	n	(%)	
肉	ほぼ毎日食べる	5	25.0	10	50.0	0.107
	2 日に 1 回食べる	9	45.0	5	25.0	
	週に 1, 2 回食べる	6	30.0	5	25.0	
	ほとんど食べない	0	0.0	0	0.0	
魚	ほぼ毎日食べる	9	45.0	12	60.0	0.257
	2 日に 1 回食べる	8	40.0	4	20.0	
	週に 1, 2 回食べる	2	10.0	4	20.0	
	ほとんど食べない	1	5.0	0	0.0	
卵	ほぼ毎日食べる	13	65.0	15	75.0	0.102
	2 日に 1 回食べる	3	20.0	4	20.0	
	週に 1, 2 回食べる	2	10.0	1	5.0	
	ほとんど食べない	1	5.0	0	0.0	
大豆	ほぼ毎日食べる	12	60.0	14	70.0	0.739
	2 日に 1 回食べる	6	30.0	4	20.0	
	週に 1, 2 回食べる	2	10.0	1	5.0	
	ほとんど食べない	0	0.0	1	5.0	
緑黄色野菜	ほぼ毎日食べる	15	75.0	15	75.0	0.725
	2 日に 1 回食べる	4	20.0	3	15.0	
	週に 1, 2 回食べる	1	5.0	2	10.0	
	ほとんど食べない	0	0.0	0	0.0	
海藻類	ほぼ毎日食べる	7	35.0	7	35.0	0.317
	2 日に 1 回食べる	3	15.0	6	30.0	
	週に 1, 2 回食べる	7	35.0	4	20.0	
	ほとんど食べない	3	15.0	3	15.0	
いも	ほぼ毎日食べる	6	30.0	8	40.0	0.564
	2 日に 1 回食べる	6	30.0	4	20.0	
	週に 1, 2 回食べる	4	20.0	4	20.0	
	ほとんど食べない	4	20.0	4	20.0	
果物	ほぼ毎日食べる	14	70.0	16	80.0	0.492
	2 日に 1 回食べる	1	5.0	1	5.0	
	週に 1, 2 回食べる	4	20.0	2	10.0	
	ほとんど食べない	1	5.0	1	5.0	
牛乳	ほぼ毎日食べる	12	60.0	15	75.0	0.102
	2 日に 1 回食べる	4	20.0	2	10.0	
	週に 1, 2 回食べる	1	5.0	1	5.0	
	ほとんど食べない	3	15.0	2	10.0	
油	ほぼ毎日食べる	14	70.0	13	65.0	0.748
	2 日に 1 回食べる	4	20.0	6	30.0	
	週に 1, 2 回食べる	1	5.0	1	5.0	
	ほとんど食べない	1	5.0	0	0.0	
DVS スコア		5	標準偏差 2	6	標準偏差 2	<0.001
DVS7 点以上		6	30.0	10	50.0	0.289

表 10. 女性の食品摂取頻度の結果

		相談前		相談後		p-value
		N	(%)	n	(%)	
肉	ほぼ毎日食べる	16	36.4	19	43.2	0.059
	2日に1回食べる	17	38.6	18	40.9	
	週に1, 2回食べる	8	18.2	6	13.6	
	ほとんど食べない	3	6.8	1	2.3	
魚	ほぼ毎日食べる	15	34.1	17	38.6	0.132
	2日に1回食べる	22	50.0	23	52.3	
	週に1, 2回食べる	6	13.6	4	9.1	
	ほとんど食べない	1	2.3	0	0.0	
卵	ほぼ毎日食べる	27	61.4	31	70.5	0.008
	2日に1回食べる	10	22.7	10	22.7	
	週に1, 2回食べる	3	6.8	3	6.8	
	ほとんど食べない	4	9.1	0	0.0	
大豆	ほぼ毎日食べる	28	63.6	33	75.0	0.480
	2日に1回食べる	11	25.0	3	6.8	
	週に1, 2回食べる	5	11.4	8	18.2	
	ほとんど食べない	0	0.0	0	0.0	
緑黄色野菜	ほぼ毎日食べる	39	88.6	39	88.6	0.458
	2日に1回食べる	3	6.8	5	11.4	
	週に1, 2回食べる	2	4.5	0	0.0	
	ほとんど食べない	0	0.0	0	0.0	
海藻類	ほぼ毎日食べる	14	31.8	19	43.2	0.015
	2日に1回食べる	13	29.5	14	31.8	
	週に1, 2回食べる	14	31.8	9	20.5	
	ほとんど食べない	3	6.8	2	4.5	
いも	ほぼ毎日食べる	12	27.3	21	47.7	<0.001
	2日に1回食べる	20	45.5	17	38.6	
	週に1, 2回食べる	8	18.2	5	11.4	
	ほとんど食べない	4	9.1	1	2.3	
果物	ほぼ毎日食べる	33	75.0	37	84.1	0.009
	2日に1回食べる	3	6.8	6	13.6	
	週に1, 2回食べる	4	9.1	1	2.3	
	ほとんど食べない	4	9.1	0	0.0	
牛乳	ほぼ毎日食べる	30	68.2	36	81.8	0.016
	2日に1回食べる	3	6.8	2	4.5	
	週に1, 2回食べる	4	9.1	3	6.8	
	ほとんど食べない	7	15.9	3	6.8	
油	ほぼ毎日食べる	26	59.1	35	79.5	<0.001
	2日に1回食べる	8	18.2	7	15.9	
	週に1, 2回食べる	8	18.2	2	4.5	
	ほとんど食べない	2	4.5	0	0.0	
DVS スコア		6	IQR 4-7	7	IQR 5-8	<0.001
DVS7 点以上		18	40.9	25	56.8	0.016

表 11. 事業後の体と気持ちの変化

	全体 (n=64)		男性 (n=20)		女性 (n=44)		<i>p</i> -value
	n	%	n	%	n	%	
体と気持ちに良い変化があらわれた	27	42.2	7	35.0	20	45.5	0.622
体に良い変化があらわれた	11	17.2	5	25.0	6	13.6	
気持ちに良い変化があらわれた	17	26.6	4	20.0	13	29.5	
変化はないが続けようと思う	7	10.9	3	15.0	4	9.1	
続けようと思わない	2	3.1	1	5.0	1	2.3	

(様式2)

アセスメント表

管理栄養士

対象者番号	ふりがな		性別	男・女	歳
	氏名		生年月日	大正・昭和	年 月 日
	住所				

家族構成 1.一人暮らし 2.夫婦二人 3.子供と同居 4.三世帯同居 5.その他

慢性的な病気の有無

無・有

薬の有無

無・有 (種類)

自身の歯の数

0～19本・20本以上

歯や入れ歯の異常

無・有

固いものが食べにくくなった

いいえ・はい

はっきり発音できないことがある

いいえ・はい

補助食品等の摂取

無・有

食物アレルギーの有無

無・有

6か月間で2～3kg以上の体重減少

無・有

体重が減少した理由

不明・有 ()

歩行速度の低下

無・有

転倒の有無

無・有

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云わ

いいえ・はい

今日が何月何日かわからない時がある

いいえ・はい

ソーシャルサポート

無・有

	質問項目・評価尺度	1回目	3回目	備考
		/	/	
1	現在の健康状態はいかがですか ⑤ 良い ④ まあ良い ③ ふつう ② あまり良くない ① 良くない			
2	毎日の生活に満足していますか ④ 満足 ③ やや満足 ② やや不満 ① 不満			
3	ふだんどのような気持ちですか ⑤ とても楽しい ④ 楽しい ③ 沈んでもなく、楽しくもない ② 沈んでいる ① とても沈んでいる			
4	食事を誰が作っていますか ⑤ 自分 ④ 家族 ③ 宅配弁当 ② 弁当・惣菜を買う ① その他 ()			
5	食事の仕方で困っていることはありますか ③ ない ② 少し困っている ① 非常に困っている			
	適正な献立の作成			
	買物行為			
	買物内容			
	食費			
	調理			
	洗物・片付け			
6	食欲はありますか ⑤ とてもある ④ ある ③ ふつう ② あまりない ① ほとんどない			
7	食事をどのくらい食べると満腹感を感じますか ⑤ 満腹になることはほとんどない ④ ほとんど食べて満腹 ③ 半分ほどで満腹 ② 1/3ほどで満腹 ① 数口で満腹			
8	食事の味はいかがですか ⑤ とてもおいしい ④ おいしい ③ ふつう ② おいしいくない ① とてもまずい			

対象者番号	質問項目・評価尺度	1回目	3回目	
		/	/	
9	ここ1か月の間にどのくらいの頻度で食べていますか	肉	4 3 2 1	4 3 2 1
10	④ ほぼ毎日食べる	魚	4 3 2 1	4 3 2 1
11	③ 2日に1回食べる	卵	4 3 2 1	4 3 2 1
12	② 週に1.2回食べる	大豆・大豆製品	4 3 2 1	4 3 2 1
13	① ほとんど食べない	緑黄色野菜	4 3 2 1	4 3 2 1
14		海藻類	4 3 2 1	4 3 2 1
15		いも	4 3 2 1	4 3 2 1
16		果物	4 3 2 1	4 3 2 1
17		牛乳・乳製品	4 3 2 1	4 3 2 1
18		油を使った料理	4 3 2 1	4 3 2 1
質問項目9～18において ② ほぼ毎日1点 ①～③ 0点 (目標7点以上)		点	点	
	質問項目・評価尺度	1回目	3回目	備考
19	食事量に変化はありましたか。 ③ 増加した ② 変化なし ① 減少した			
20	お茶や汁物等でむせることがありますか ④ 全くない ③ たまにある ② よくある ① 毒食むせる			
21	1日3食きちんと食べていますか ③ 1日4回以上 ② 1日3回 ① 1日2回 ④ 1日1回 ⑤ 1日1回未満			
22	ここ1か月の間に、あなたは主食（ごはん、麺、パン）もどのくらいの頻度で食べていますか ④ 毎日3回 ③ 毎日2回以上 ② 毎日1回以上 ① 全く食べない日もある			
23	1食のご飯量はどれくらいですか。 ④ 200g ③ 150g ② 100g ① 100g未満			
24	朝食は摂っていますか ② 補助食として ③ 食事に影響ない程度 ④ 食べない ⑤ 改善の必要あり ① の場合 (内容、量、頻度)	1回目	3回目	
25	1日の水分量（コップ） ⑥ 6杯以上 ⑤ 4～5杯 ④ 4杯未満 (杯)			
26	口の渇きが気になりますか ⑤ はい ④ いいえ			
27	便の状態（ブリストルスケール） ⑦ 水滲⑧ 泥状⑨ やや軟らかい⑩ 普通⑪ やや硬い⑫ 硬い⑬ コロコロ			
28	便秘の薬を使用していますが ⑤ 使用していない ④ 使用している			
29	飲酒について ③ 飲まない ④ 月1～2回 ⑤ 週に1～2日 ⑥ 週に4～5日 ⑦ 毎日飲む			
30	喫煙について ③ 吸わない ④ やめた ⑤ 吸っている			
31	ウォーキング等の身体活動を30分以上していますか ⑤ ほぼ毎日 ④ 週2日以上 ③ 週1日 ② 月1～2日 ① ほとんどしない			
32	外出の頻度はどれくらいですか ⑤ ほとんど毎日 ④ 2～3日に1回 ③ 週1回 ② 月1～2回 ① 年に数回 ⑥ ほとんど外出しない			
33	ふだんから家族や友人と付き合いですか ⑤ はい ④ いいえ			
34	歩行圏内に生鮮食品を売えるお店がありますか ③ たくさんある ② ある程度ある ① あまりない ④ 全くない ⑤ わからない			
35	自分の健康状態を良くするために、自分で食事の調節ができますか ⑤ できる ④ どちらかといえばできる ③ どちらかといえばできない ② できない ① やるつもりはない			
36	事後のみ…実行してみようと思いましたが ③ 体と気持ちに良い変化があらわれた ④ 体に良い変化があらわれた ⑤ 気持ちに良い変化があらわれた ⑥ 変化はないが続けようと思え ⑦ 続けようと思わない			

図 1.アセスメント表

全体

男性

女性

訪問栄養指導1回目

訪問栄養指導3回目

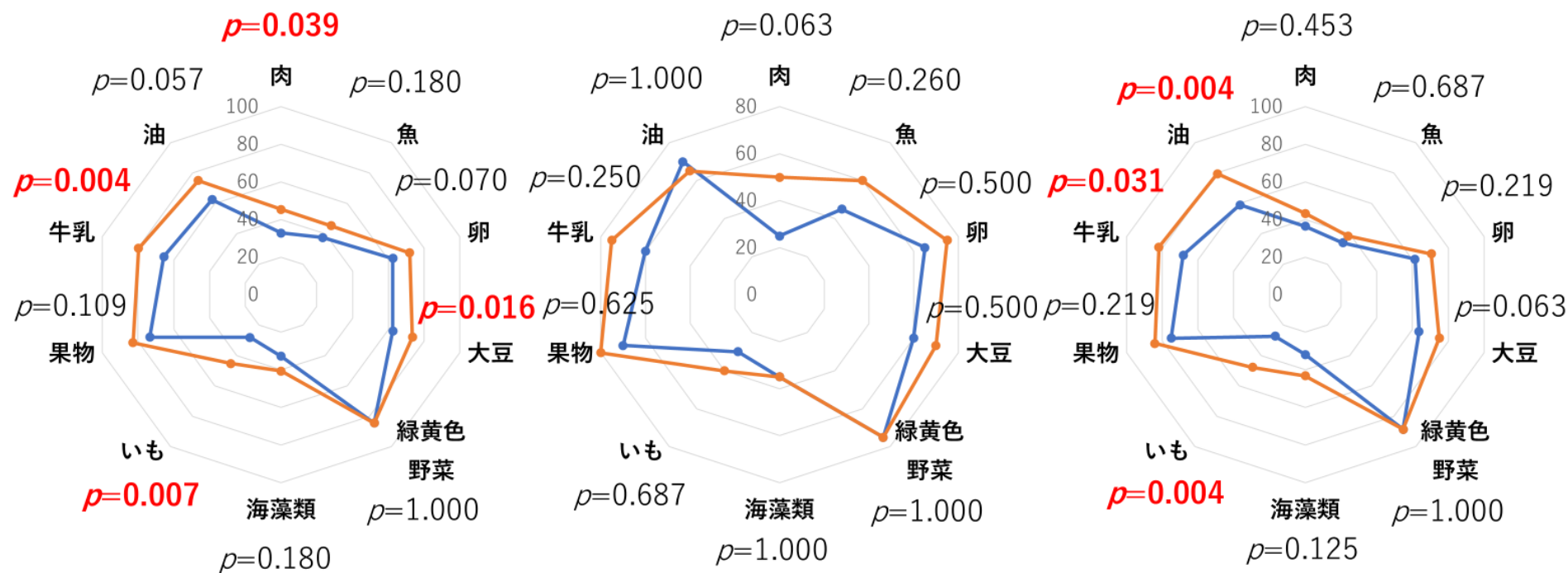


図2. 訪問栄養指導前後の各食品の「ほぼ毎日食べる」の比較

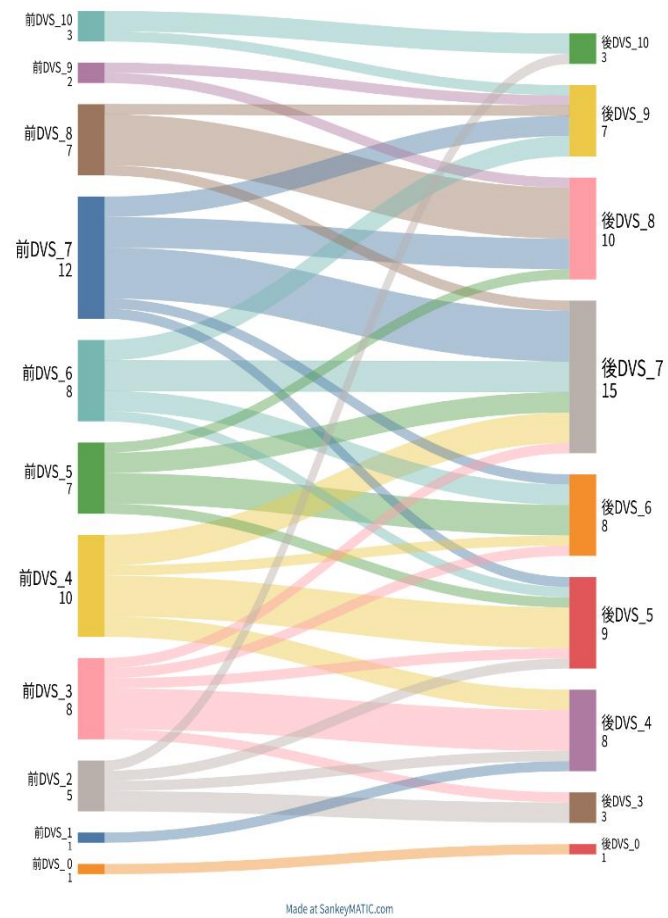


図 3. 全体の DVS スコアの変化

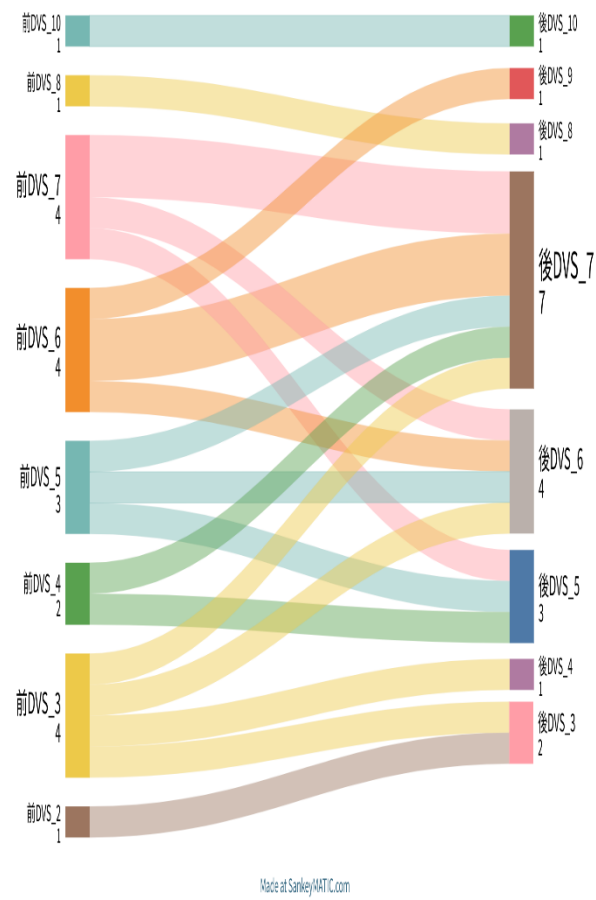


図 4. 男性の DVS スコアの変化

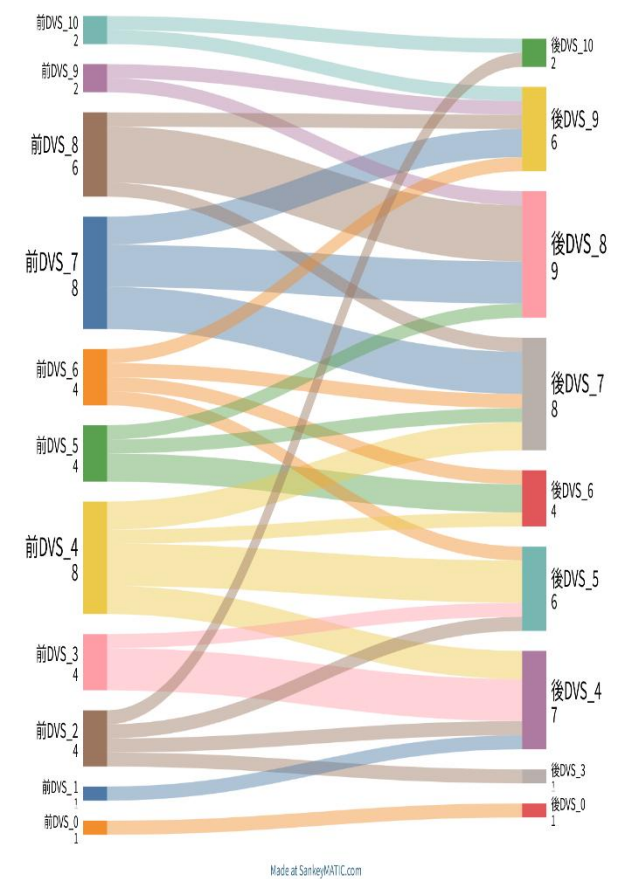


図 5. 女性の DVS スコアの変化