

令和 7 年度 在宅訪問栄養食事相談事業アンケートのまとめ

(公社)新潟県栄養士会

1. 背景と目的

令和 7 年 10 月 1 日現在の新潟県における後期高齢者にあたる 75 歳以上人口は 407,939 名であり、昨年より 8,947 名増加している。また、後期高齢者人口は今後も増加し続け、令和 12 年 442,241 名がピークと推計されている¹。一方、新潟県の令和 4 年の平均寿命は男性 81.05 歳、女性 87.21 年、健康寿命は男性 72.22 年、女性 75.53 年、その差は男性 8.83 年、女性 11.68 年である²。平均寿命と健康寿命の差を短縮することは、個人の生活の質の低下を防ぐとともに、医療費や介護給付費等の社会保障負担の軽減も期待でき、全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に寄与すると考えられることから、そのための取り組みの強化が求められている³。

フレイル対策は健康寿命延伸のために重要である⁴。「後期高齢者の質問票 (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 項目の質問によりフレイルを評価することができるツールであり、自治体の後期高齢者健診で用いられている⁵。新潟県栄養士会は、新潟県後期高齢者医療広域連合との連携のもと、令和 6 年に後期高齢者において 1 年間で 2 kg 以上の体重減少があった者を対象に、QMCOO によるフレイル調査を行った。その結果、対象者 256 名のうち、フレイルは 70 名 (27%)、プレフレイルは 38 名 (15%) であった⁶。また、「ここ半年間で食べる量が減った」と回答した者は、フレイル保有オッズ比の有意な上昇を認めた (オッズ比: 2.796; 95%信頼区間: 1.272-6.144; $p=0.011$)。

今回我々は、再度、フレイルと食生活との関連を明らかにすることを目的に、令和 7 年に実施した食生活と生活習慣アンケート調査を解析したので報告する。

2. 方法

(1) 対象と方法

調査期間： 2025 年 5 月～2025 年 12 月

対象： 75 歳以上の新潟県後期高齢者医療広域連合の被保険者のうち、新潟市内に居住し、令和 5 年度の健康診査にて Body Mass Index (BMI) 21.5 kg/m^2 未満かつ 1 年間で 2 kg 以上の体重減少を認めた 969 名

方法： 在宅訪問栄養指導食事相談事業の参加推奨を行う郵便物にアンケート用紙を同封し、自記式にて記載後の返送を文章にて依頼した

(2) 調査の概要

- i. 対象者の背景は、性別（男性、女性）、年齢（歳）、家族構成（一人暮らし、夫婦 2 人、子どもと同居、三世帯同居、その他）について回答してもらった。
- ii. 食生活の課題は、「食料品を買う店が近くにない」、「食料品を買う費用（食費）が十分でない」、「食事は一人で食えることが多い」、「食べる気力や楽しみを感じない」、「ここ半年間で食事を食べる量が減ってきた」、とし、「はい」または「いいえ」で回答してもらった。
- iii. QMCOO は 15 の質問と回答から構成されており、回答内容により加点される。「現在の健康状態はいかがですか→0 点：よい、まあよい、ふつう；1 点：あまりよくない、よくない」、「毎日の生活に満足していますか→0 点：満足、やや満足；1 点：やや不満、不満」、「1 日 3 食きちんと食べていますか→0 点：はい；1 点：いいえ」、「半年前に比べて硬いものが食べにくくなりましたか→0 点：いいえ；1 点：はい」、「お茶や汁物等でむせることがありますか→0 点：いいえ；1 点：はい」、「6 か月間で 2~3 kg 以上の体重減少がありましたか→0 点：いいえ；1 点：はい」、「以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか→0 点：いいえ；1 点：はい」、「この 1 年間で転んだことがありますか→0 点：いいえ；1 点：はい」、「ウォーキング等の運動を週 1 回以上していますか→0 点：はい；1 点：いいえ」、「周りの人から、いつも同じこと聞く、などの物忘れがあると言われていきますか→0 点：いいえ；1 点：はい」、「今日が何月何日かわからない時がありますか→0 点：いいえ；1 点：はい」、「あなたはたばこを吸いますか→0 点：吸っていない、やめた；1 点：吸っている」、「週に 1 回以上は外出していますか→0 点：はい；1 点：いいえ」、「ふだんから家族や友人と付き合いがありますか→0 点：はい；1 点：いいえ」、「体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか→0 点：はい；1 点：いいえ」の 15 の設問に回答してもらった。各設問の回答点数を合計し、3 点未満はロバスト（非フレイル）、3 点はプレフレイル、4 点以上はフレイルと判定した⁷（図 1）。

(3) 統計解析

アンケート回答結果のうち、欠損値がある場合は、多重代入法を用いて 20 個のデータセットを作成し、データを統合することで欠損値を補った。

対象者の食生活の課題の各設問同士、また、食生活の課題と QMCOO の各設問におけるリスク保有者との関連は Spearman の相関係数を用いた。対象者の背景とフレイルとの関連は従属変数をフレイル有、独立変数を性別（Ref：男性，対象[カテゴリー]：女性）；年代（Ref：75-79 歳，対象[順序]：80-84 歳，85 歳以上）；家族構成（Ref：一人暮らし以外，対象[カテゴリー]：一人暮らし）；食料品を買う店が近くに無い（Ref：いいえ，対象[カテゴリー]：はい）；食料品を買う費用が十分でない（Ref：いいえ，対象[カテゴリー]：はい）；食事を一人で食えることが多い（Ref：いいえ，対象[カテゴリー]：はい）；食べる気力や楽しみを感じ

ない (Ref: いいえ, 対象[カテゴリー]: はい); ここ半年間で食べる量が減った (Ref: いいえ, 対象[カテゴリー]: はい) とし、ロジスティック回帰分析を用いて解析した。また、プレフレイル有+フレイル有と対象者背景との関連を、同じ独立変数を用いて同様に解析した。統計解析は IBM SPSS statistics ver. 29 を用いた。統計学的有意水準は $p<0.05$ とした。

結果

(1) 対象者の背景

アンケートの回答は 239 名から得られた (回答率 24.7%)。年齢、家族構成以外はすべての項目において 1~7 つの欠損が見られた (表 1)。

欠損値を代入した結果、全体 239 名 (男性 93 名、女性 146 名)、年代は 75-79 歳 112 名 (47%)、80-84 歳 112 名 (47%)、85 歳以上 15 名 (6%) だった。家族構成の最多は夫婦 2 人で 103 名 (43%) だったが、男性は 53% に対して女性は 37% と低率であった。食生活の課題は、「食事を一人で食べることが多い」は男性 16% に対して女性 30% であり、女性で高率だった。「現在の健康状態」は、「よくない」は女性の 2% と比較して男性は 7% と高率であった。フレイルスコア平均値は全体で 2.9 点 (標準誤差 0.1,)、男性 3.0 点 (標準誤差 0.2)、女性 2.9 点 (標準誤差 0.2) だった。また、フレイルスコアの最頻度値は 2 点だった (図 2)。フレイル判定は、全体では非フレイル 115.4 名 (48%)、プレフレイル 46.4 名 (19%)、フレイル 77.3 名 (32%) だった。プレフレイルは男性 13% と比較して女性は 24% と高率であった (表 2)。

(2) 食生活の課題内の相関関係

「食料品を買う店が近くにない」と「食料品を買う費用は十分でない」の間には $p<0.05$ の有意な相関関係 ($r=0.156$) を認めた。また、「食料品を買う費用は十分でない」は「食べる気力や楽しみを感じない」との間に $p<0.01$ の有意な相関関係 ($r=0.212$) を認めた。「食事を一人で食べることが多い」は「食べる気力や楽しみを感じない ($r=0.374$)」と「ここ半年間で食べる量が減ってきた ($r=0.237$)」の間に $p<0.01$ の有意な相関関係を認めた。そして、「食べる気力や楽しみを感じない」は「ここ半年間で食べる量が減ってきた」との間に $p<0.01$ の有意な相関関係 ($r=0.322$) を認めた (表 3)。

(3) QMCOO 内の相関関係

「健康状態」は「生活満足度」との間に $p<0.01$ の有意な相関 ($r=0.43$) を認めた。「転んだことがある」は「物忘れがあると言われる」との間に $p<0.01$ の有意な相関 ($r=0.30$) を認めた。「家族や友人と付き合いがない」は「相談できる人がいない」との間に $p<0.01$ の有意な相関 ($r=0.47$) を認めた (表 4)。

(4) 食生活の課題と QMCOO の相関関係

「食事は一人で食えることが多い」は「相談できる人がいない」との間に $p<0.01$ の有意な相関 ($r=-0.322$) を認めた。「食べる気力や楽しみを感じない」は、「健康状態 ($r=-0.300$)」、「生活満足度 ($r=-0.387$)」との間に $p<0.01$ の有意な相関を認めた。「食事を食べる量が減ってきた」は「体重減少がある」との間に $p<0.01$ の有意な相関 ($r=-0.417$) を認めた (表 5)。

(5) フレイルと対象者背景との関連

「ここ半年間で食べる量が減った」はオッズ比 4.446 (95%信頼区間 2.069-9.554; $p<0.001$)、「食べる気力や楽しみを感じない」はオッズ比 4.421 (95%信頼区間 1.236-15.813; $p=0.022$) でフレイルとの有意な関連を認めた (表 6)。

(6) フレイル+プレフレイルと対象者背景との関連

「ここ半年間で食べる量が減った」はオッズ比 3.463 (95%信頼区間 1.464-8.193; $p=0.005$)、「食事を一人で食えることが多い」はオッズ比 3.066 (95%信頼区間 1.004-9.369; $p=0.049$) でフレイル+プレフレイルと有意な関連を認めた (表 7)。

考察

令和 7 年のフレイルの保有率は 32%であった。令和 6 年のフレイル保有率は 27%であったことから昨年よりも上昇していた。また、令和 7 年においても、令和 6 年と同様に「ここ半年で食べる量が減ってきた」はフレイルとの有意な関連を認めた。食欲の低下はフレイルおよび身体機能低下と関連することが示唆されている^{8,9}。一方、令和 7 年では、「食べる気力や楽しみを感じない」も独立してフレイルとの有意な関連を認めた。うつや無気力はフレイルと関連することが報告されていること¹⁰、また、令和 6 年の調査でも有意ではないが $p=0.093$ であり関連する傾向はみられていたことから、妥当な結果と考えられる。だが、本調査は横断研究のため、フレイルと食事摂取量減少の因果関係を明らかにすることはできないため、さらなる調査が必要である。

「ここ半年で食べる量が減ってきた」は「食事を一人で食えることが多い」や「食べる気力や楽しみを感じない」と有意な相関を認めた。食事を一人で食べる者(孤食)はそうでない者と比較して、食欲が低下しているとの報告がある¹¹。また、孤食はそうでない場合と比較して、栄養素摂取量の低下、食品摂取頻度の低下、体重減少、フレイルとの関連が示唆されている¹²。一方で、家族や友達との付き合いがない社会的孤立はうつを介して食欲低下と関連する¹³。これらの背景は食欲低下との間に有意な交互作用を有する可能性も考えられるが、本調査ではデータ数の不足から解析を行うことは困難であり、過去の調査結果と統合した更なる解析が必要と考えられる。

結論

令和 7 年、75 歳以上を対象に QMCOO によるアンケート調査を実施した結果、239 名のうちフレイルと判定された者は 77 名 (32%) だった。食生活の課題のうち、「ここ半年間で食べる量が減った」は令和 6 年調査結果と同様にフレイルと有意な関連を認めたことから、フレイル対策として食欲不振への対処が必要と考えられる。一方、「食べる気力や楽しみを感じない」も独立してフレイルとの関連が示された。しかしながら、本調査は小サンプル数の横断研究であるため、食生活背景とフレイルとの因果関係を明らかにするためには更なる調査が必要である。

参考文献

- 1) 新潟県：高齢者の現況 令和 7 年 10 月 1 日現在 .<https://www.pref.niigata.lg.jp/uploaded/attachment/472364.pdf> (Accessed 2026 年 3 月 22 日)
- 2) 新潟県：健康にいがた 21 (第 4 次) .<https://www.pref.niigata.lg.jp/uploaded/attachment/450051.pdf> (Accessed 2026 年 3 月 22 日)
- 3) 厚生労働省:健康日本 21 推進のための説明資料 (その 1) .<https://www.mhlw.go.jp/content/001426890.pdf> (Accessed 2026 年 3 月 22 日)
- 4) 厚生労働省：健康寿命延伸プラン.<https://kenet.mhlw.go.jp/information/information/hale/h-01-004> (Accessed 2026 年 3 月 22 日)
- 5) 厚生労働省：後期高齢者の質問票の解説と留意事項 . <https://www.mhlw.go.jp/content/12401000/000557576.pdf> (Accessed 2026 年 3 月 22 日)
- 6) 公益社団法人新潟県栄養士会：令和 6 年度 在宅訪問栄養食事相談事業アンケートのまとめ . <http://eiyou-niigata.jp/file/3a31d7e2.pdf> (Accessed 2026 年 3 月 22 日)
- 7) Yakabe M, Shibasaki K, Hosoi T, et al: Effectiveness of the Questionnaire for Medical Checkup of Old-Old (QMCOO) to diagnose frailty in community-dwelling older adults. *Geriatr Gerontol Int.* 2022;22(2):127-131.
- 8) Lu WH, Sánchez-Sánchez JL, de Souto Barreto P: Appetite loss as a clinical marker of loss of function during ageing. *Proc Nutr Soc.* 2025;1-10.
- 9) Rudzińska A, Piotrowicz K, Perera I, et al: Poor appetite in frail older persons-A systematic review. *Nutrients.* 2023;15(13):2966.
- 10) Kuroda Y, Abe T, Tsujimoto T, et al: Associations of apathy and depressive symptoms with frailty domains in individuals aged 75 years old: A cross-sectional study. *Geriatr Gerontol Int.* 2026;26(2):e70394.
- 11) Mikami Y, Motokawa K, Shirobe M, et al: Relationship between eating alone and poor appetite using the simplified nutritional appetite questionnaire. *Nutrients.* 2022 ;14(2):337.

- 12) Wyman C, Thomas J, Lawless M, et al: Associations between nutritional and physical outcomes of community-dwelling older adults eating alone, versus with others: A systematic review. *Appetite*. 2026;217:108327.
- 13) Noritake K, Fujii K, Nakashima D, et al: The association of family and friend networks with appetite: structural equation modeling of the indirect effects of depression among community-dwelling older adults. *Ann Geriatr Med Res*. 2025;29(1):131-137.

表 1. 対象者データの欠損数

	元データ	
	N=239	欠損数 (%)
性別	239	0
年齢	239	0
家族構成	239	0
食生活の課題		
食料品を買う店は近くにない	235	4 (2%)
食料品を買う費用（食費）は十分にない	234	5 (2%)
食事は一人で食べることが多い	236	3 (1%)
食べる気力や楽しみを感じない	235	4 (2%)
ここ半年間で食事を食べる量が減ってきた	238	1 (0.4%)
QMCOO		
あなたの現在の健康状態はいかがですか	236	3 (1%)
毎日の生活に満足していますか	236	3 (1%)
1日3食きちんと食べていますか	235	4 (2%)
半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	238	1 (0.4%)
お茶や汁物等でむせることがありますか	238	1 (0.4%)
6か月間で2～3 kg の体重減少がありましたか	235	4 (2%)
以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	238	1 (0.4%)
この1年間で転んだことがありますか	237	2 (1%)
ウォーキング等の運動を週1回以上していますか	238	1 (0.4%)
周りの人から「いつも同じことを聞く」など物忘れがあるとされていますか	232	7 (3%)
今日が何月何日かわからない時がありますか	235	4 (2%)
あなたはたばこを吸いますか？	238	1 (0.4%)
週に1回以上は外出していますか	238	1 (0.4%)
普段から家族や友人と付き合いがありますか	238	1 (0.4%)
体調が悪いときに身近に相談できる人がいますか	238	1 (0.4%)
フレイルスコア	222	17 (7%)

QMCOO: 後期高齢者の質問表

表 2. 対象者の背景

	合計 (n=239)		男性 (n=93)		女性 (n=146)	
性別%			39		61	
年齢	80.1 [0.2]		80.3 [0.3]		80.1 [0.2]	
年代						
75-79 歳	112	47%	43	46%	69	47%
80-84 歳	112	47%	45	48%	67	46%
85 歳以上	15	6%	5	5%	10	7%
家族構成						
一人暮らし	43	18%	9	10%	34	23%
夫婦 2 人	103	43%	49	53%	54	37%
子供と同居	73	31%	27	29%	46	32%
三世帯同居	16	7%	6	6%	10	7%
その他	4	2%	2	2%	2	1%
食生活の課題						
食料品を買う店は近くに無い	44.7	19%	15	16%	29.7	20%
食料品を買う費用は十分でない	16	7%	9	10%	7	5%
食事は一人で食べることが多い	59.4	25%	15	16%	44.4	30%
食べる気力や楽しみを感じない	25.5	11%	10	11%	15.5	11%
半年間で食事を食べる量が減ってきた	50	21%	15	16%	35	24%
現在の健康状態						
満足	48.3	20%	18.1	19%	30.2	21%
やや満足	37.7	16%	15.3	16%	22.4	15%
ふつう	100.5	42%	37.2	40%	63.3	43%
あまりよくない	43.9	18%	16.2	17%	27.7	19%
よくない	8.8	4%	6.3	7%	2.5	2%
生活の満足感						
満足	99.3	42%	33	35%	66.3	45%
やや満足	103.1	43%	43	46%	60.1	41%
やや不満	27.7	12%	13	14%	14.7	10%
不満	9	4%	4	4%	5	3%
一日 3 食きちんと食べている	218.8	92%	86.5	93%	132.3	91%
硬いものが食べにくい	64.5	27%	28	30%	36.5	25%
お茶や汁物でむせることがある	55.6	23%	22	24%	33.6	23%
体重減少がある	62.1	26%	22	24%	40.1	27%
歩く速度が遅くなった	134.3	56%	48	52%	86.3	59%
この一年間で転んだことがある	50.2	21%	19.7	21%	30.5	21%
週 1 回以上、運動をしている	159.5	67%	63	68%	96.5	66%

いつも同じことを聞くとされている	31.5	13%	13.6	15%	17.9	12%
今日が何月何日かわからない	53.6	22%	17	18%	36.6	25%
喫煙						
吸っている	13.4	6%	9	10%	4.4	3%
吸っていない	180.4	75%	41	44%	139.4	95%
やめた	45.3	19%	43	46%	2.3	2%
週 1 回以上、外出している	227.6	95%	86	92%	141.6	97%
家族や友人との付き合いがある	227.5	95%	87	94%	140.5	96%
体調が悪いときに相談できる人がいる	220.6	92%	86	92%	134.6	92%
フレイルスコア（点）	2.9 [0.1]		3.0 [0.2]		2.9 [0.2]	
フレイル判定						
非フレイル	115.4	48%	48.7	52%	66.8	46%
プレフレイル	46.4	19%	12.0	13%	34.4	24%
フレイル	77.3	32%	32.4	35%	44.9	31%

n , %, or 平均値 [標準誤差]

多重代入法を用いたためデータには少数点が付いている

表 3. 対象者の食生活背景内の相関関係

	食料品を買う店が 近くにない	食料品を買う費用は 十分にない	食事を一人で食べる ことが多い	食べる気力や楽しみ を感じない	ここ半年間で食べる 量が減ってきた
食料品を買う店が近 くにない		0.156*	0.105	0.119	0.062
食料品を買う費用は 十分にない			0.116	0.212**	0.104
食事を一人で食べる ことが多い				0.374**	0.237**
食べる気力や楽しみ を感じない					0.322**
ここ半年間で食べる 量が減ってきた					

*: $p<0.05$; **: $p<0.01$

表 4. QMCOO 内の相関関係

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1		0.43**	-0.00	0.12	0.08	0.22**	0.26**	0.15*	0.06	0.14*	0.09	-0.08	-0.02	0.13	0.09
2			0.03	0.09	0.05	0.20**	0.27**	0.16*	0.05	0.19**	0.07	0.01	-0.03	0.19**	0.24**
3				-0.00	0.03	0.00	-0.01	0.00	-0.01	-0.03	0.14*	0.01	0.02	0.17*	0.16*
4					0.21**	0.05	0.26**	0.06	0.06	0.02	0.09	-0.02	0.14*	0.18**	0.04
5						0.06	0.12	0.11	-0.00	0.13	0.16*	-0.04	0.02	0.17*	0.11
6							0.20**	0.14*	0.12	0.07	-0.03	-0.01	0.05	0.17*	0.04
7								0.20**	0.12	0.09	0.05	-0.09	0.03	0.11	0.09
8									-0.01	0.30**	0.10	0.06	0.08	0.19**	0.13
9										0.02	-0.05	0.03	0.14*	0.06	0.00
10											0.29**	0.07	0.13	0.12	0.10
11												0.05	0.08	0.17*	0.15*
12													0.05	0.13	0.08
13														0.25**	0.10
14															0.47**
15															

1: 健康状態（あまりよくない、よくない）；2: 生活満足度（やや不満、不満）；3: 一日3食食べていない（はい）；4: 硬いものが食べづらい（はい）；5: お茶や汁物等でむせる（はい）；6: 体重減少がある（はい）；7: 歩く速度が遅くなった（はい）；8: 転んだことがある（はい）；9: 運動を週1回以上していない（はい）；10: 物忘れがあると言われる（はい）；11: 今日が何月何日かわからない（はい）；12: たばこを吸っている（吸っている）；13: 週1回以上外出していない（はい）；14: 家族や友人と付き合いがない（はい）；15: 相談できる人がいない（はい）

*: $p < 0.05$; **: $p < 0.01$

表 5. 対象者の食生活背景と QMCOO との相関係数

	食料品を買う店は 近くにない（はい）	食料品を買う費用は 十分にない（はい）	食事は一人で食べる ことが多い（はい）	食べる気力や楽しみ を感じない（はい）	食事を食べる量が 減ってきた（はい）
健康状態（あまりよくない、よくない）	-0.112	-0.113	-0.161*	-0.300**	-0.287**
生活満足度（やや不満、不満）	-0.144*	-0.178**	-0.237**	-0.387**	-0.253**
一日3食食べていない（はい）	0.001	-0.030	-0.266**	-0.129	-0.051
硬いものが食べづらい（はい）	-0.060	-0.106	-0.032	-0.101	-0.162*
お茶や汁物等でむせる（はい）	-0.147*	-0.105	-0.116	-0.110	-0.068
体重減少がある（はい）	-0.051	-0.129	-0.154*	-0.145*	-0.417**
歩く速度が遅くなった（はい）	-0.108	-0.160*	-0.184**	-0.123	-0.234**
転んだことがある（はい）	-0.095	-0.094	-0.095	-0.260**	-0.150*
運動を週1回以上していない（はい）	-0.120	0.012	-0.147*	-0.093	-0.063
物忘れがあると言われる（はい）	-0.166*	-0.166*	-0.047	-0.160*	-0.024
今日が何月何日かわからない（はい）	-0.150*	-0.202**	-0.151*	-0.129	-0.093
たばこを吸っている（吸っている）	0.054	-0.081	-0.083	0.005	0.020
週1回以上外出していない（はい）	-0.169*	0.060	-0.121	-0.020	-0.054
家族や友人と付き合いがない（はい）	-0.172*	-0.143	-0.256**	-0.191*	-0.148*
相談できる人がいない（はい）	-0.082	-0.227**	-0.322**	-0.237**	-0.098

対象者が各設問の（ ）内の回答であった場合は1、該当しない場合は0の値をふり解析した

表内の値は相関係数=rを示す

*: $p<0.05$; **: $p<0.01$

QOCOO: 後期高齢者の質問表

表 6. フレイルと対象者背景との関連

	OR	95%CI	p-value
性別	0.676	0.338-1.352	0.268
年代	1.090	0.640-1.858	0.750
家族構成	0.490	0.134-1.788	0.280
食料品を買う店が近くにない	1.461	0.601-3.550	0.402
食料品を買う費用が十分でない	3.380	0.881-12.968	0.076
食事を一人で食べることが多い	2.345	0.817-6.726	0.113
食べる気力や楽しみを感じない	4.421	1.236-15.813	0.022
ここ半年間で食べる量が減った	4.446	2.069-9.554	<0.001

OR : odds ratio ; CI : Confidence Interval

性別 (Ref : 男性, 対象[カテゴリー] : 女性) ; 年代 (Ref : 75-79 歳, 対象[順序] : 80-84 歳, 85 歳以上) ; 家族構成 (Ref : 一人暮らし以外, 対象[カテゴリー] : 一人暮らし) ; 食料品を買う店が近くに無い (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; 食料品を買う費用が十分でない (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; 食事を一人で食べることが多い (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; 食べる気力や楽しみを感じない (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; ここ半年間で食べる量が減った (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい)

表 7. フレイル+プレフレイルと対象者背景との関連

	OR	95%CI	p-value
性別	1.215	0.637-2.318	0.553
年代	1.447	0.868-2.412	0.156
家族構成	0.355	0.092-1.374	0.134
食料品を買う店が近くにない	2.789	1.124-6.915	0.027
食料品を買う費用が十分でない	8.346	1.002-69.516	0.050
食事を一人で食べることが多い	3.066	1.004-9.369	0.049
食べる気力や楽しみを感じない	4.059	0.739-22.300	0.107
ここ半年間で食べる量が減った	3.463	1.464-8.193	0.005

OR : odds ratio ; CI : Confidence Interval

性別 (Ref : 男性, 対象[カテゴリー] : 女性) ; 年代 (Ref : 75-79 歳, 対象[順序] : 80-84 歳, 85 歳以上) ; 家族構成 (Ref : 一人暮らし以外, 対象[カテゴリー] : 一人暮らし) ; 食料品を買う店が近くに無い (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; 食料品を買う費用が十分でない (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; 食事を一人で食べることが多い (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; 食べる気力や楽しみを感じない (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい) ; ここ半年間で食べる量が減った (Ref : いいえ, 対象[カテゴリー] : はい)

令和7年度

食生活と生活習慣のアンケート調査へのご協力のお願い

<調査の目的>

良好な食生活や生活習慣は、健康で長生きするためにとても大切なことです。
後期高齢者の医療保険を管理している「新潟県後期高齢者医療広域連合」では、皆様がよりよい食生活や生活習慣を過ごしていただけるよう、新潟県栄養士会や新潟市と協力して訪問相談事業を実施いたします。
この事業は、ご希望される方には栄養士がご自宅へ伺い、食生活や生活習慣の改善についてご相談をさせていただくものです。多くの方々の参加をお待ちしています。
なお、このアンケート調査は、訪問を希望される方、希望されない方の何れの方にもお答えいただきたく、ご返送いただければ幸いです。

新潟県後期高齢者医療広域連合・(公社)新潟県栄養士会

～ アンケート調査 ～

問1 現在のあなたについて教えてください。

1-1 性別 1. 男性 2. 女性

1-2 年齢 (歳)

1-3 家族 1. 一人暮らし 2. 夫婦二人構成 3. 子どもと同居 4. 三世代同居 5. その他 ()

問2 食生活に関する質問です。あてはまる方に○をつけてください。

1. 食料品を買う店が近くにない 1. はい 2. いいえ

2. 食料品を買う費用（食費）が十分がない 1. はい 2. いいえ

3. 食事は一人で食べることが多い 1. はい 2. いいえ

4. 食べる気力や楽しみを感じない 1. はい 2. いいえ

5. ここの半年間で食事を食べる量が減ってきた 1. はい 2. いいえ

裏面もご記入ください

問3 後期高齢者の質問票です。あてはまる回答に○をつけてください。

1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	④ 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
4	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい ②いいえ
5	お茶や汁物等でむせることがありますか	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てきたと思いますか	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1回以上していますか	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吸っている ②吸っていない ③やめた
13	週に1回以上は外出していますか	①はい ②いいえ
14	ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	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

アンケート調査はこれで終わりです。ご記入いただきありがとうございます。返信用封筒に入れて返送してください。
訪問希望の方には訪問時にも活用させていただきます。

図1. アンケート用紙

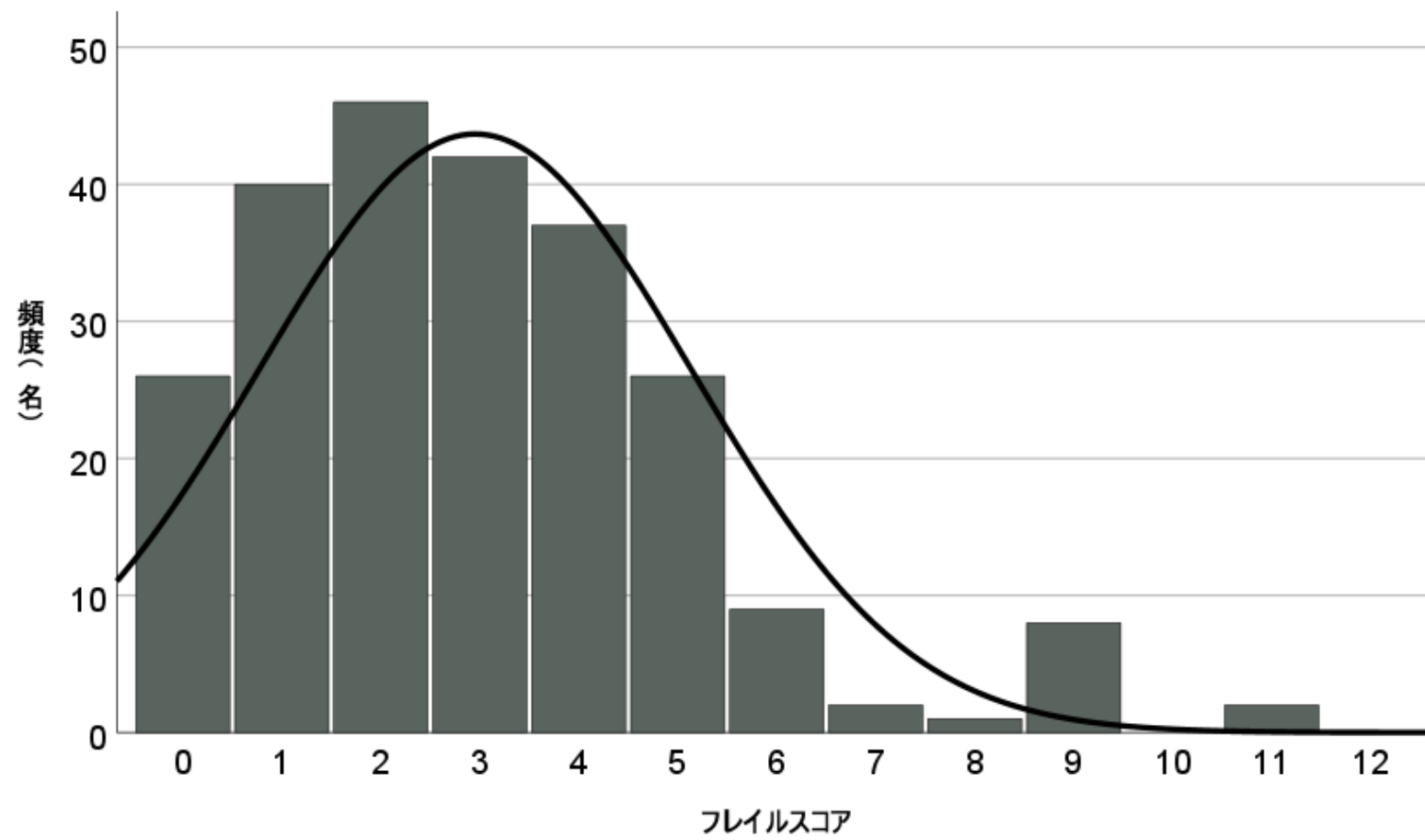


図 2. フレイルスコアの分布