

あいりん地域における疾患および食生活についての調査

～2015 年食事調査との比較を中心に～

令和 5 年（2023） 年

大阪社会医療センター社会医学研究会

【社会医学研究会】

栄 養 室：坂口 智代

医療福祉相談係：下村 春美（係長）、藤野 博基（主任）、片山 卓司

医 局：工藤 新三（副院長兼内科部長）、六車 一哉（病院長）、
溝川 滋一（整形外科部長）

看 護 部：本藤 千鶴（看護部長）、習田 祐倫子（訪問看護管理者）

事 務 局：野口 直樹（事務局次長）

広報・DX 戦略室：川田 豊秀（主任）

総 務 課：塚本 伸哉（総務課長）

目 次

要旨	
1. はじめに	3
2. 調査期間並びに調査対象者	3
3. 調査方法	3
4. 結果	3
1) 身体的特徴	4
2) 生活背景	4
3) 病気	7
4) 食生活	8
5. 考察	14
1) 2015 年(平成 27 年)社会医学研究会の調査との比較	14
2) 令和元年国民健康調査との比較	19
6. 謝辞	24
アンケート用紙	別紙

要 旨

大阪社会医療センター社会医学的調査研究における「あいりん地域の栄養調査」は今回で8回目となる。1973（昭和48）年より定期的に栄養調査が行われ、時代背景を反映した栄養状態が報告されてきた。

今回は2023年1月～9月に調査し、これまでの栄養調査との比較検討を行い、今後病院として取り組める内容について検討した。

対象は当院の内科受診患者と高齢者特別清掃¹⁾（以下「特掃」）参加者合わせて253人である。その内訳はすべて男性で生活保護受給者（以下「生保」）161人、無保険37人、国民健康保険加入者39人、後期高齢者16人（以下「生保以外」）であった。平均年齢は68.4歳で前回と比較し3歳高齢化していた。

居住環境について生保以外は簡易宿所やシェルター²⁾に住み、3畳未満が43.5%と多く、月収は5～10万未満で生活している人が多かった（71.7%）。一方、生保は87.6%がアパート等に住み、4.5～6畳が28.6%で、次いで6～9畳に27.3%が多数であった。全体で6畳以下に住む者が66.8%を占め依然として劣悪な住環境であった。

疾患では高血圧症（71.4%）と糖尿病（45.1%）が多数を占めた。歯の本数は少なく32本中平均値で10.5本であった。前回調査と比較し疾病と、歯の本数に変化はなかった。栄養素等摂取量は平均値でエネルギー2181.0kcal、たんぱく質75.7g、脂質65.4g、炭水化物299.2gでそれぞれのエネルギー比は14.0%、26.6%、55.2%であった。2015年と比較すると摂取エネルギーの有意な減少（7.0%）を認め、栄養素では炭水化物の減少、タンパク質と脂質は横ばいであった。日本人の栄養摂取基準2020年³⁾の基準に改善された。

2019年の国民健康栄養調査との比較では、あいりん地域の喫煙率は48.6%で依然として高値で全国平均31.1%を明らかに超えていた。しかし、前回2015年の喫煙率が58.1%から低下し減煙に向かっていた。飲酒について比較すると、あいりん地域の方が飲酒頻度や飲酒習慣は低く、生活習慣病のリスクを高める飲酒についてもあいりん地域の方が有意に少なかった。

今後も調査など通して、健康、栄養などの正しい知識を広めていく活動に役立てていきたい。

1. はじめに

あいりん地域は単身高齢男性が中心で人口 20106 人⁴⁾ が暮らしている。かつては日雇労働者の街であったが、高齢化、社会経済状態の悪化等で生活保護率は 37%⁵⁾ と高く福祉の街に変化してきた。あいりん地域のある西成区は 2020 年の国勢調査によると平均寿命が全国市区町村の比較で最も短く全国平均が男性 81.5 歳、女性が 87.5 歳に対し、西成区は男性 73.2 歳、女性 84.9 歳と 2015 年よりも男女とも約 1 歳寿命が延びているが、男性は初回以来 5 回連続、女性は 3 回連続最も短命記録を継続している。また、あいりん地域は結核が多くその罹患率 10 万対 118.8 (2022 年)⁶⁾ は全国 8.2 の 14.5 倍多かったが、2000 年の 1536.6 に比較すると 92.3%減少している。減少した理由は、2020 年に大阪社会医療センター付属病院が発行した「あいりん地域の結核診療における大阪社会医療センターの役割」⁷⁾ に於いて大阪市の「STOP 結核」作戦および 2012 年から実施された西成特区構想による対策などにより減少したと述べられている。

今後のあいりん地域の課題として、一層の生活環境の改善が必要であり、食生活の変容や食物に対する知識など栄養指導を行っていく必要がある。今回、再度調査を行い前回との比較・変化を把握し、生活改善や相談事業を実施していくための資料としてアンケート調査を企画した。

2. 調査期間ならびに調査対象者

調査期間は 2023 年 1 月～9 月で、調査対象者は大阪社会医療センター付属病院で内科受診している患者と高齢者特別清掃（以下「特掃」）に参加している人である。食事調査アンケートの目的等を文書で説明し口頭で同意を得た。人数総計 255 人であった。その内、健康保険加入者 2 人は人数が少ない為、比較できないので除外し、残りの 253 人（生活保護受給者（生保）161 人、国民健康保険者（国保）39 人、後期高齢者（後期高齢）16 人、無保険者 37 人）を調査対象とした。

3. 調査方法

「あいりん地域における疾患および食生活についてのアンケート」（別紙）を大阪社会医療センター付属病院関係の栄養士（4 人）および大阪栄養士会会員（4 人）によって別紙内容をタブレットにて聞き取り調査を行った。

4. 結果

今回の調査で生保と国保・後期高齢・無保険（生保以外）に分けて比較した。国保・後期高齢の人でもほとんどが一部負担金を支払えないため、無保険の患者と同じ無料低額診療で受診しているので同一群にした。

1) 身体的特徴 (表1)

各項目について全体の結果を示す。

表1. 身体的特徴

	全体	生保	生保以外	p値 ^{*2}
n	253	161	92	
年齢	68.4 ±10.0	68.0 ±10.6	69.2 ±8.7	ns
身長	165.1 ±7.0	164.8 ±7.5	165.6 ±5.9	ns
体重	65.3 ±14.6	65.8 ±16.5	64.3 ±10.4	ns
BMI	23.9 ±4.7	24.1 ±5.2	23.5 ±3.6	ns
BMI<18.5	22 (8.7)	15 (9.3)	7 (7.6)	} 0.022
18.5≤BMI<25	148 (58.5)	84 (52.2)	64 (69.6)	
BMI≥25	83 (32.8)	62 (38.5)	21 (22.8)	

平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*2 Welch検定(生保vs生保以外)

① 年齢

調査した全体の年齢は68.4歳で範囲は58.4歳から78.4歳であった。生保の年齢は68.0歳で範囲は57.4歳から78.6歳で、生保以外の年齢は69.2歳で範囲は60.5歳から77.9歳であった。

② 身長・体重・BMI

全体の身長は平均で165.1cm、体重65.3kg、BMI23.9であった。表1に示す通り生保と生保以外で有意差を認めなかった。一方、BMIの分布において両群に有意差を認め、やせと肥満が生保群に多かった。

2) 生活の背景 (表2)

各項目について全体の結果を示す。

① 住まい

全体では「アパート」112人(44.3%)、「マンション」74人(29.2%)が多く73.5%を占めた。表2に示すように生保では「アパート」「マンション」で141人(87.6%)を占め、生保以外では「アパート」「簡易宿所」「シェルター」の順に多く、住まいで大きな差を認めた。

② 住まいの広さ

全体では3畳未満が最も多く、「4.5～6畳」、「6～9畳」の順であった。生保は「4.5～6畳」46人(28.6%)「6～9畳」44人(27.3%)と多く、生保以外は「～3畳」が40人(43.4%)と最も多く、住まいの広さに差があった。「3畳未満」の主な住まいは、シェルター、簡易宿所、サポーターハウスなどに多数認めた。

③ 自炊

全体では143人(56.5%)が自宅での自炊可であった。生保では多く106人(65.8%)で生保以外では37人(40.2%)と少なかった。

④ 仕事

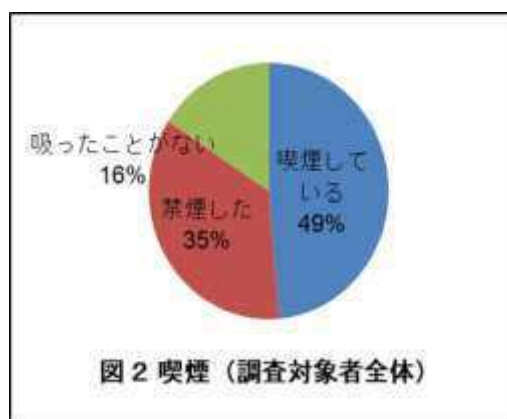
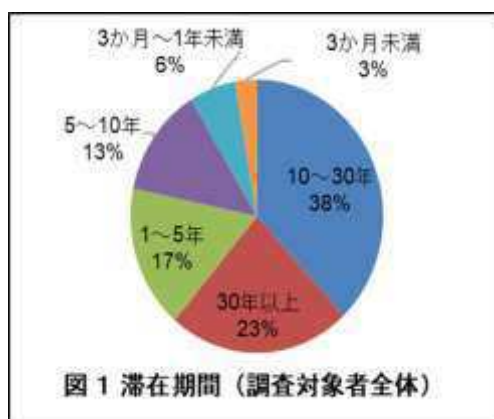
生保は「仕事なし」が134人（83.2%）、生保以外は「特別清掃」が75人（81.5%）であった。生保でも清掃や日雇いで収入を得ている人もいた。「廃品回収」は生保、生保以外共に0人であった。

⑤ 収入

生保は生活保護給付が全収入のほとんどであるが、4割近くが仕事などによる収入を得ている。生保以外は「5～10万円」が46人（50.0%）と一番多く年金受給者が多かった。

⑥ あいりん在住期間

「10～30年」が最も多く、生保では57人（35.4%）、生保以外では38人（41.3%）となった。10年以上の滞在者は生保95人（59%）、生保以外（65.2%）で、全体で155人（61.2%）があいりんで生活歴10年以上であった。調査対象者全員の割合は図1のとおりであった。



⑦ 喫煙（図2）

「喫煙している」全体の喫煙者は123人（48.6%）で、生保が86人（53.4%）、生保以外が37人（40.2%）であった。禁煙者は全体で90人（35.9%）で生保が53人（32.9%）で生保以外37人（40.2%）であった。喫煙について生保と生保以外で有意な差はなかった。

⑧ 歯の状態

32本の歯の本数中、生保10.6本、生保以外10.3本と差はなかった。義歯ありが生保80人（49.7%）、生保以外32人（34.8%）と生保の方が多く義歯を入れていた。

⑨ 運動習慣

「運動習慣あり」は生保80人（50.3%）で生保以外は44人（47.8%）で「運動習慣」がある人は生保の方が多かったが有意な差ではなかった。

表2 生活の背景

	全体	生保	生保以外	p値 ^{*1}
n	253	161	92	
住まい				
アパート	112 (44.3)	81 (50.3)	31 (33.7)	<0.001
簡易宿所	30 (11.9)	8 (5.0)	22 (23.9)	
シェアター	20 (7.9)	0	20 (21.7)	
野宿	3 (1.2)	0	3 (3.3)	
マンション	74 (29.2)	60 (37.3)	14 (15.2)	
それ以外	14 (5.5)	12 (7.5)	2 (2.2)	
住まいの広さ				
～3畳	64 (25.3)	24 (14.9)	40 (43.5)	<0.001
3畳～4.5畳	46 (18.2)	33 (20.5)	13 (14.1)	
4.5畳～6畳	59 (23.3)	46 (28.6)	13 (14.1)	
6畳～9畳	58 (22.9)	44 (27.3)	14 (15.2)	
9畳以上	26 (10.3)	14 (8.7)	12 (13.0)	
自炊				
部屋で自炊可	143 (56.5)	106 (65.8)	37 (40.2)	<0.001
共同自炊場	62 (24.5)	35 (21.7)	27 (29.3)	
できない	48 (19.0)	20 (12.4)	28 (30.4)	
仕事				
廃品回収	0	0	0	<0.001
日雇い	5 (2.0)	2 (1.2)	3 (3.3)	
特別清掃	79 (31.2)	0	75 (81.5)	
その他	26 (10.3)	25 (15.5)	5 (5.4)	
仕事なし	143 (56.5)	134 (83.2)	9 (9.8)	
収入				
～1万円	102 (40.3)	97 (60.2)	5 (5.4)	<0.001
1万円～3万円	10 (4.0)	9 (5.6)	1 (1.1)	
3万円～5万円	28 (11.1)	14 (8.7)	14 (15.2)	
5万円～10万円	62 (24.5)	16 (9.9)	46 (50.0)	
10万円以上	51 (20.2)	25 (15.5)	26 (28.3)	
あいりん在住期間				
～3ヶ月	7 (2.8)	5 (3.1)	2 (2.2)	ns
3ヶ月～1年	15 (5.9)	12 (7.5)	3 (3.3)	
1年～5年	43 (17.0)	28 (17.4)	15 (16.3)	
5年～10年	33 (13.0)	21 (13.0)	12 (13.0)	
10年～30年	95 (37.5)	57 (35.4)	38 (41.3)	
30年以上	60 (23.7)	38 (23.6)	22 (23.9)	
喫煙				
吸わない	40 (15.8)	22 (13.7)	18 (19.6)	ns
禁煙した	90 (35.6)	53 (32.9)	37 (40.2)	
喫煙している	123 (48.6)	86 (53.4)	37 (40.2)	
歯の状態				
自分の歯の本数	10.5 ±9.8	10.6 ±9.8	10.3±10.0	<0.001
義歯あり	112 (44.3)	80 (49.7)	32 (34.8)	
義歯なし	141 (55.7)	81 (50.3)	60 (65.2)	
運動習慣				
あり	125 (49.4)	81 (50.3)	44 (47.8)	ns
なし	128 (50.6)	80 (49.7)	48 (52.2)	

n(%) または 平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 χ^2 検定 (生保vs生保以外)

3) 病気について (表 3、表 4)

① 通院状況

生保は「定期的に通院」が 153 人 (95.0%)、生保以外は 38 人 (41.3%) であった。生保の調査対象が当院受診者のため定期通院が多くなったと考えられる。一方、生保以外では「通院せず」が「定期的に通院」を上回り 43 人 (46.7%) となった。

② 疾患

生保は高血圧 80 人 (49.7%)、糖尿病 47 人 (29.2%)、狭心症・心筋梗塞 (8.7%)、生保以外でも高血圧 20 人 (21.7%)、糖尿病 11 人 (11.9%) 狭心症・心筋梗塞 6 人 (6.5%) と上位 3 疾患同じ生活習慣病であった。

表3 病気について(1)

n	全体 253	生保 161	生保以外 92	p値*1
通院状況				
定期的に通院	191 (75.5)	153 (95.0)	38 (41.3)	<0.001
不定期な通院	17 (6.7)	6 (3.7)	11 (12.0)	
通院しない	45 (17.8)	2 (1.2)	43 (46.7)	
疾患(複数回答)				
糖尿病	58 (45.1)	47 (29.2)	11 (11.9)	<0.001
高血圧	100 (71.4)	80 (49.7)	20 (21.7)	
脂質異常症	10 (8.0)	6 (3.7)	4 (4.3)	
狭心症心筋梗塞	20 (15.2)	14 (8.7)	6 (6.5)	
脳卒中脳梗塞	8 (5.4)	7 (4.3)	1 (1.1)	
腎臓病	7 (4.8)	6 (3.7)	1 (1.1)	
肝臓病	9 (7.0)	6 (3.7)	3 (3.3)	
肺結核	2 (1.2)	2 (1.2)	0	
その他	66 (45.7)	56 (34.8)	10 (10.9)	

n(%) または 平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 χ^2 検定 (生保vs生保以外)

③ 市民検診、結核健診 (図 3)

市民健診は全体で半数は受診歴がなく、95 人 (37.5%) は毎年受け、30 人 (11.9%) は時々受けていた。結核健診は「毎年受けている」生保が 70 人 (43.5%) 生保以外は 81 人 (88.0%) と生保以外の方が受診率が高い。特別清掃は年に 2 回必ず結核健診を受けなければならないので受診率が高いと考えられた。調査対象者全体では「毎年受けている」が 152 人 (60.0%) であった。

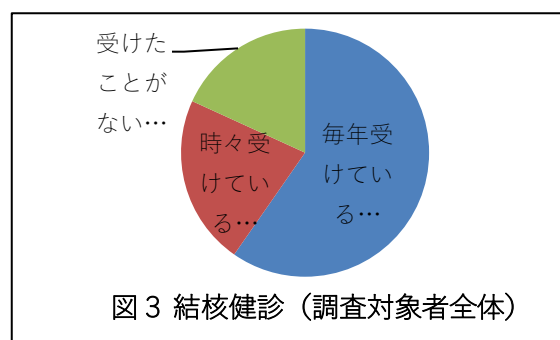


表4 病気について(2)

	全体	生保	生保以外	p値 ^{*1}
n	253	161	92	
市民健診				
毎年受ける	95 (37.5)	57 (35.4)	38 (41.3)	ns
時々受ける	30 (11.9)	20 (12.4)	10 (10.9)	
受けたことなし	128 (50.6)	84 (52.2)	44 (47.8)	
結核健診				
毎年受ける	151 (59.7)	70 (43.5)	81 (88.0)	<0.001
時々受ける	56 (22.1)	53 (32.9)	3 (3.3)	
受けたことなし	46 (18.2)	38 (23.6)	8 (8.7)	

n(%) または 平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 χ^2 検定 (生保vs生保以外)

4) 食生活について

① 食事について (表5)

「ほぼ毎日たべる」は生保で朝食 115 人 (71.4%)、昼食 116 人 (72.0%)、夕食 147 人 (91.3%) であった。生保以外は朝食 62 人 (67.4%)、昼食 71 人 (77.2%)、夕食 80 人 (87.0%) となった。毎日 3 食食べている人は、全体で 149 人 (58.8%) だった。(図4) 食事時間の「不規則」では生保 45 人 (28.0%)、生保以外 35 人 (38.0%) で生保の方が不規則な食生活をしている人が多かった。

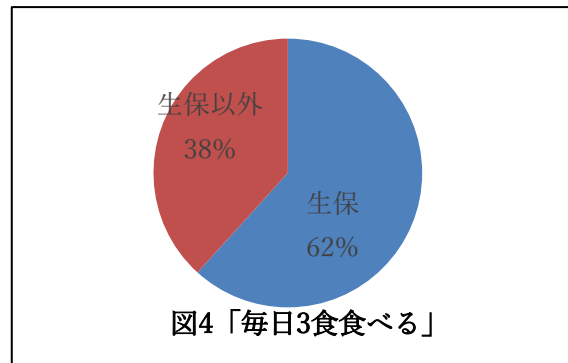
表5 食事時間

	全体	生保	生保以外	p値 ^{*1}
n	253	161	92	
朝食				
週5回以上食べず ^a	32 (12.6)	22 (13.7)	10 (10.9)	ns
週3～4回食べず ^a	28 (11.1)	14 (8.7)	14 (15.2)	
週1～2回食べず ^a	16 (6.3)	10 (6.2)	6 (6.5)	
ほぼ毎日食べる	177 (70.0)	115 (71.4)	62 (67.4)	
昼食				
週5回以上食べず ^a	21 (8.3)	17 (10.6)	4 (4.3)	ns
週3～4回食べず ^a	26 (10.3)	14 (8.7)	12 (13.0)	
週1～2回食べず ^a	19 (7.5)	14 (8.7)	5 (5.4)	
ほぼ毎日食べる	187 (73.9)	116 (72.0)	71 (77.2)	
夕食				
週5回以上食べず ^a	5 (2.0)	3 (1.9)	2 (2.2)	ns
週3～4回食べず ^a	8 (3.2)	3 (1.9)	5 (5.4)	
週1～2回食べず ^a	13 (5.1)	8 (5.0)	5 (5.4)	
ほぼ毎日食べる	227 (89.7)	147 (91.3)	80 (87.0)	
食事時間				
規則正しい	123 (48.6)	86 (53.4)	37 (40.2)	ns
時々ずれる	50 (19.8)	30 (18.6)	20 (21.7)	
不規則	80 (31.6)	45 (28.0)	35 (38.0)	

n(%) または 平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 χ^2 検定 (生保vs生保以外)



② 食事習慣について（表 6）

「好き嫌い」を除いて生保と生保以外に食事習慣に差はなかった。

「好き嫌い」では生保の方が「少しある」及び「かなりある」を含めると 66 人（38.5%）で生保以外の 19 人（20.7 人）に比べ有意に多かった。

「調理済み食品の利用」では全体で 138 人（54.5%）ほぼ毎日食べ、「ほとんど食べない」40 人（15.8%）に比べ多いように思われた。

表 6 食事習慣

	全体 n	生保	生保以外	p値*1
好き嫌い	253	161	92	
ほとんどなし	172 (68.0)	99 (61.5)	73 (79.3)	0.003
少しある	58 (22.9)	41 (25.5)	17 (18.5)	
かなりある	23 (9.1)	21 (13.0)	2 (2.2)	
食事スピード				
ゆっくり食べる	83 (32.8)	54 (33.5)	29 (31.5)	ns
普通に食べる	92 (36.4)	59 (36.6)	33 (35.9)	
早食い	78 (30.8)	48 (29.8)	30 (32.6)	
間食習慣				
ほぼ毎日食べる	56 (22.1)	35 (21.7)	21 (22.8)	ns
週3～4回食べる	29 (11.5)	17 (10.6)	12 (13.0)	
週1～2回食べる	37 (14.6)	22 (13.7)	15 (16.3)	
ほとんど食べない	131 (51.8)	87 (54.0)	44 (47.8)	
夜食習慣				
ほぼ毎日食べる	18 (7.1)	13 (8.1)	5 (5.4)	ns
週3～4回食べる	19 (7.5)	7 (4.3)	12 (13.0)	
週1～2回食べる	22 (8.7)	14 (8.7)	8 (8.7)	
ほとんど食べない	194 (76.7)	127 (78.9)	67 (72.8)	
調理済み食品の利用				
ほぼ毎日食べる	138 (54.5)	87 (54.0)	51 (55.4)	ns
週3～4回食べる	41 (16.2)	26 (16.1)	15 (16.3)	
週1～2回食べる	34 (13.4)	24 (14.9)	10 (10.9)	
ほとんど食べない	40 (15.8)	24 (14.9)	16 (17.4)	

n(%) または 平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 χ^2 検定（生保vs生保以外）

④ 飲酒について (表 7)

飲酒習慣も生保と生保以外で有意差を認めなかった。全体では朝食時の飲酒はほとんどなく全体で 2.4%であった。夕食時の飲酒は 51 人 (20.2%) が「ほぼ毎日飲む」、「ほとんど飲まない」が 172 人 (68.0%) と多数占めた。飲酒しない人は「もともと飲酒しない」66 人 (26.1%) と「最近やめた」85 人 (33.6%) を合わせると 151 人 (59.7%) で約 6 割になった。

表7 飲酒

	全体	生保	生保以外	p値*1
n	253	161	92	
朝食時の飲酒				
ほぼ毎日飲む	6 (2.4)	5 (3.1)	1 (1.1)	ns
週3～4回飲む	3 (1.2)	1 (0.6)	2 (2.2)	
週1～2回飲む	8 (3.2)	4 (2.5)	4 (4.3)	
ほとんど飲まない	236 (93.3)	151 (94.8)	85 (92.4)	
昼食時の飲酒				
ほぼ毎日飲む	8 (3.2)	5 (3.1)	3 (3.3)	ns
週3～4回飲む	2 (0.8)	1 (0.6)	1 (1.1)	
週1～2回飲む	14 (5.5)	7 (4.3)	7 (7.6)	
ほとんど飲まない	229 (90.5)	148 (91.9)	81 (88.0)	
夕食時の飲酒				
ほぼ毎日飲む	51 (20.2)	34 (21.1)	17 (18.5)	ns
週3～4回飲む	9 (3.6)	5 (3.1)	4 (4.3)	
週1～2回飲む	21 (8.3)	16 (9.9)	5 (5.4)	
ほとんど飲まない	172 (68.0)	106 (65.8)	66 (71.7)	
飲酒しない人				
もともと飲まない	66 (26.1)	37 (23.0)	29 (31.5)	ns
最近やめた	85 (33.6)	58 (36.0)	27 (29.3)	

n(%) または 平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 χ^2 検定 (生保vs生保以外)

⑤ 食品群別摂取量 (表 8)

食品群別摂取量を生保と生保以外で比較すると、「穀類」、「砂糖・甘味料類」、「緑黄色野菜」、「魚介類」で有意差を認めた。「穀類」のみ生保以外が多く、他は生保群が多かった。生保対生保以外で比較すると「穀類」は 452.4g 対 536.4g、「砂糖・甘味料類」は 82.8 g 対 69.3 g であった。

表8. 食品群別摂取量

	全体	生保	生保以外	p値
n	253	161	92	
穀類	479.4 ± 200.8	452.6 ± 181.1	526.4 ± 223.6	0.0046
いも類	39.8 ± 36.9	41.9 ± 40.8	36.1 ± 28.4	ns
砂糖・甘味料類	7.2 ± 7.9	7.9 ± 8.3	5.9 ± 7.0	0.0456
豆類	85.9 ± 73.6	80.3 ± 67.4	95.5 ± 82.5	ns
種実類	1.7 ± 5.1	1.5 ± 4.8	2.0 ± 5.5	ns
緑黄色野菜	45.9 ± 38.2	52.2 ± 41.4	34.9 ± 29.0	0.0004
その他の野菜	67.1 ± 54.8	71.1 ± 55.4	60.0 ± 53.0	ns
果実類	110.2 ± 127.3	107.8 ± 115.7	114.5 ± 145.6	ns
きのこ類	6.1 ± 9.4	6.5 ± 9.4	5.3 ± 9.4	ns
海草類	1.3 ± 3.3	1.3 ± 3.3	1.3 ± 3.3	ns
魚介類	77.9 ± 48.0	82.8 ± 49.7	69.3 ± 43.5	0.03
肉類	85.3 ± 59.1	89.6 ± 63.5	77.8 ± 49.4	ns
卵類	33.0 ± 27.6	32.8 ± 25.7	33.5 ± 30.7	ns
乳類	169.6 ± 226.9	169.1 ± 179.1	170.4 ± 293.0	ns
油脂類	12.5 ± 11.5	13.1 ± 12.3	11.9 ± 9.9	ns
菓子類	31.4 ± 39.7	30.9 ± 43.0	32.5 ± 33.2	ns
嗜好飲料類	396.0 ± 404.2	386.5 ± 429.0	412.7 ± 356.1	ns
調味料・香辛料類	20.8 ± 13.1	21.3 ± 13.1	19.8 ± 13.1	ns

平均±標準偏差

ns 有意差なし

※ 国民健康栄養調査の食品群別摂取量を参考に分類

⑥ 栄養素摂取量 (表9)

今回の栄養素等摂取量は前回分との比較を行うため「日本食品標準成分表（七訂）」で算出した。

生保と生保以外で比較すると下記に述べるものに有意差を認めた。その中で炭水化物のみ生保以外が多く、他は少なかった。炭水化物（g）は生保平均 282.8、生保以外が平均 315.6、ビタミンD（μg）は生保 6.3、生保以外 5.0、ビタミン B12（μg）は生保 5.8、生保以外 4.9 といずれも生保の摂取量が多かった。エネルギー比に関し生保群と生保以外群で比較するとアルコールエネルギー比では有意差を認めなかったが、他のエネルギー比、即ち穀類、炭水化物で有意差を認めた。穀類と炭水化物においては生保以外群が高値であったが、他は生保群が高かった。

2020 年から食品標準成分表が新しく改訂され八訂になった。八訂による栄養素等摂取量を表 9-2 に示した。その結果、差は数パーセントであったが、エネルギー（-6.2%）の値は八訂で低くなり、VA レチノール活性当量（+10.3%）及び食物繊維（+20.8%）では高値になった。

表9-1 栄養素等摂取量

7訂	全体	生保	生保以外	p値
n	253	161	92	
エネルギー(kcal)	2181.0 ± 716.8	2131.2 ± 790.1	2230.8 ± 643.5	ns
タンパク質(g)	75.7 ± 27.1	76.0 ± 30.5	75.4 ± 23.7	ns
脂質(g)	65.4 ± 31.1	66.4 ± 34.6	64.3 ± 27.6	ns
炭水化(g)	299.2 ± 103.9	282.8 ± 103.9	315.6 ± 103.8	0.012
ナトリウム(mg)	4383.0 ± 1938.2	4421.0 ± 2085.2	4345.1 ± 1785.4	ns
カリウム(mg)	2416.0 ± 981.6	2472.5 ± 1060.7	2317.2 ± 842.6	ns
カルシウム(mg)	542.5 ± 347.8	540.8 ± 304.6	544.2 ± 391.0	ns
Mg(mg)	352.0 ± 135.2	348.0 ± 144.8	356.0 ± 125.5	ns
リン(mg)	1130.0 ± 446.1	1127.4 ± 467.9	1132.6 ± 424.3	ns
鉄(mg)	7.4 ± 2.8	7.4 ± 3.0	7.3 ± 2.4	ns
亜鉛(mg)	8.9 ± 3.3	8.8 ± 3.5	9.0 ± 2.9	ns
銅(mg)	1.2 ± 0.4	1.2 ± 0.5	1.2 ± 0.4	ns
VA相当(μg)	414.2 ± 285.0	468.4 ± 313.9	360.0 ± 245.3	0.005
V. D(μg)	5.7 ± 4.1	6.3 ± 4.4	5.0 ± 3.4	0.017
VEトコ α(mg)	7.3 ± 3.3	7.7 ± 3.7	6.9 ± 2.6	ns
V. K(μg)	287.8 ± 174.3	296.9 ± 176.6	278.7 ± 170.5	ns
V. B1(mg)	1.1 ± 0.4	1.1 ± 0.4	1.1 ± 0.4	ns
V. B2(mg)	1.1 ± 0.5	1.1 ± 0.5	1.1 ± 0.6	ns
ナイアシン(mg)	19.4 ± 7.7	19.2 ± 8.2	19.5 ± 6.9	ns
V. B6(mg)	1.4 ± 0.5	1.4 ± 0.6	1.4 ± 0.5	ns
V. B12(μg)	5.4 ± 3.2	5.8 ± 3.3	4.9 ± 3.0	0.027
葉酸(μg)	309.5 ± 136.6	322.3 ± 151.2	287.1 ± 122.1	ns
パントテン(mg)	6.1 ± 2.4	6.0 ± 2.4	6.2 ± 2.3	ns
V. C(mg)	85.1 ± 54.0	90.7 ± 54.8	79.4 ± 51.9	ns
飽和脂(g)	19.4 ± 9.9	19.4 ± 9.6	19.3 ± 10.4	ns
一価脂(g)	23.3 ± 12.6	24.0 ± 13.6	22.6 ± 10.5	ns
n-6系(g)	12.3 ± 7.1	12.3 ± 8.4	12.3 ± 5.8	ns
n-3系(g)	2.9 ± 1.7	3.0 ± 1.8	2.7 ± 1.4	ns
Chole(mg)	308.0 ± 171.5	315.6 ± 166.0	300.3 ± 181.3	ns
食物繊維(g)	13.7 ± 5.2	13.5 ± 5.3	13.8 ± 4.8	ns
食塩(g)	11.1 ± 5.1	11.2 ± 5.4	11.0 ± 4.5	ns
穀類エネルギー比(%)	37.1 ± 12.5	35.6 ± 11.8	38.9 ± 13.4	0.001
タンパク質エネルギー比(%)	14.0 ± 2.7	14.4 ± 2.8	13.6 ± 2.4	0.019
脂質エネルギー比(%)	26.6 ± 6.8	27.6 ± 6.7	25.5 ± 6.9	ns
動物タンパク質比(%)	48.0 ± 12.3	50.9 ± 11.1	45.1 ± 13.5	0.0001
動物脂質比(%)	29.1 ± 16.9	31.0 ± 17.3	27.2 ± 16.1	ns
炭水化物エネルギー比(%)	55.2 ± 9.2	53.5 ± 8.7	56.9 ± 9.7	0.0036
アルコールエネルギー比(%)	4.1 ± 7.8	4.4 ± 8.3	3.8 ± 7.0	ns

平均±標準偏差

ns 有意差なし

表9-2 栄養素等摂取量

8訂	全体	生保	生保以外	p値
n	253	161	92	ns
エネルギー(kcal)	2066.1 ±680.6	2016.2 ±753.0	2115.9 ±608.3	ns
タンパク質(g)	75.2 ±27.1	75.6 ±30.5	74.8 ±23.7	ns
脂質(g)	65.2 ±31.4	66.6 ±35.2	63.8 ±27.6	ns
炭水化(g)	300.7 ±105.5	283.0 ±104.6	318.4 ±103.6	0.009
ナトリウム(mg)	4269.7 ±1909.9	4309.5 ±2036.6	4227.5 ±1783.2	ns
カリウム(mg)	2380.1 ±954.9	2459.0 ±1055.6	2301.2 ±843.6	ns
カルシウム(mg)	528.9 ±351.2	546.9 ±308.5	551.0 ±393.9	ns
Mg(mg)	335.9 ±128.8	334.6 ±136.7	339.5 ±114.3	ns
リン(mg)	1109.0 ±440.7	1108.1 ±460.1	1110.4 ±421.8	ns
鉄(mg)	7.8 ±3.0	7.9 ±3.2	7.7 ±2.6	ns
亜鉛(mg)	9.2 ±3.4	9.1 ±3.7	9.2 ±2.9	ns
銅(mg)	1.2 ±0.4	1.1 ±0.4	1.2 ±0.4	ns
VAレチ当(μg)	446.7 ±387.1	494.2 ±321.1	391.2 ±254.3	0.008
VD(μg)	6.6 ±4.3	7.1 ±4.6	5.8 ±3.6	0.02
VEトコ α (mg)	7.7 ±3.4	8.0 ±3.8	7.2 ±2.7	ns
V.K(μg)	265.0 ±174.0	295.9 ±176.5	277.1 ±169.9	ns
V.B1(mg)	1.1 ±0.4	1.1 ±0.4	1.1 ±0.4	ns
V.B2(mg)	1.1 ±0.5	1.2 ±0.5	1.1 ±0.6	ns
ナイアシン(mg)	19.9 ±8.0	19.9 ±8.5	19.9 ±7.1	ns
V.B6(mg)	1.4 ±0.5	1.5 ±0.6	1.4 ±0.5	ns
V.B12(μg)	5.8 ±3.3	6.1 ±3.4	5.2 ±3.0	0.022
葉酸(μg)	310.4 ±137.4	327.3 ±152.0	292.0 ±122.8	ns
パントテン(mg)	6.0 ±2.3	6.0 ±2.4	6.2 ±2.3	ns
V.C(mg)	85.0 ±53.7	89.7 ±54.3	79.7 ±52.5	ns
飽和脂(g)	19.4 ±10.0	19.5 ±9.8	19.2 ±10.4	ns
一価脂(g)	23.4 ±12.1	23.9 ±13.8	22.4 ±10.3	ns
n-6系(g)	12.6 ±6.6	12.6 ±7.7	12.4 ±5.3	ns
n-3系(g)	2.7 ±1.5	2.8 ±1.6	2.5 ±1.2	ns
Chole(mg)	300.4 ±162.8	305.8 ±156.9	290.9 ±167.8	ns
食物繊維(g)	17.3 ±6.6	17.4 ±7.1	17.1 ±5.8	ns
食塩(g)	10.9 ±5.0	10.9 ±5.3	10.7 ±4.5	ns
穀類エネルギー比(%)	35.9 ±12.7	34.8 ±11.9	38.0 ±13.3	0.009
タンパク質エネルギー比(%)	14.8 ±2.9	15.1 ±3.1	14.2 ±2.6	0.016
脂質エネルギー比(%)	28.3 ±7.4	29.3 ±7.3	26.7 ±7.4	ns
動物タンパク質比(%)	48.1 ±12.4	51.1 ±11.2	45.1 ±13.5	0.0001
動物脂質比(%)	29.1 ±16.8	31.1 ±17.5	27.1 ±16.1	ns
炭水化物エネルギー比(%)	58.6 ±9.9	56.7 ±9.5	60.5 ±10.2	ns
アルコールエネルギー比(%)	4.3 ±7.9	4.7 ±8.5	3.9 ±7.2	ns

平均±標準偏差

※2020年度より日本食品成分表が7訂から8訂へ改定された。

今後は8訂の成分表が基準になるため、8訂で算出した栄養素等摂取量を表記しておく

5. 考察

あいりん地域での生活背景は変化しつつあるが依然として厳しい状況にある。生活保護受給者も年々増加し 2024 年 3 月 1 日の概数値は 37.0%である。本調査では調査対象者 253 人中 161 人が生活保護受給者（63.6%）で平均年齢は 68.4 歳だった。地域は高齢化と共に生活保護受給率が上がっている。元々、単身男性日雇い労働者の街であったあいりんが、高齢化し単身高齢男性で生保受給者の街になってきた。あいりん地域のある西成区でも単身高齢化率は 28.4%と高値である。

西成区でも単身高齢化時代を迎えており、福祉の街あいりんの問題が今後の高齢化と単身即ち孤立化社会を迎える日本の先駆けとなるように思われる。

今回の調査で食品群別摂取量では生保以外は穀類を多く摂取し、生保は緑黄色野菜、魚介類を多く摂取していた。栄養素摂取量では生保以外で VA レチノール当量、VD、VB12 に有意に低かったことから、野菜摂取量が少なかったと考えられる。

1) 2015 年社会医学研究会の調査⁸⁾との比較

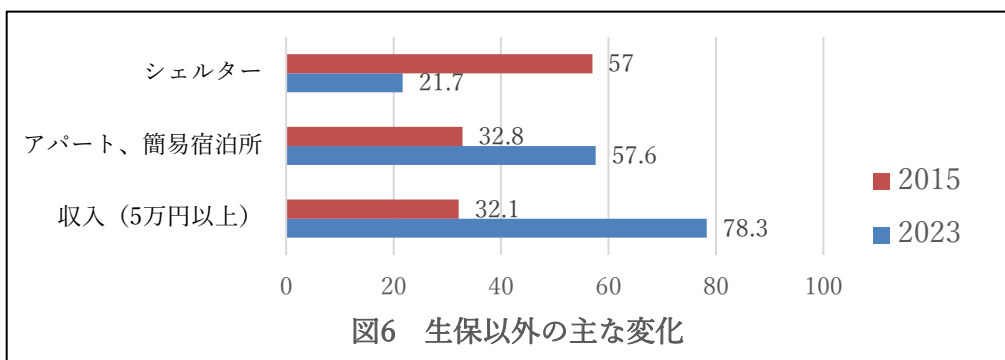
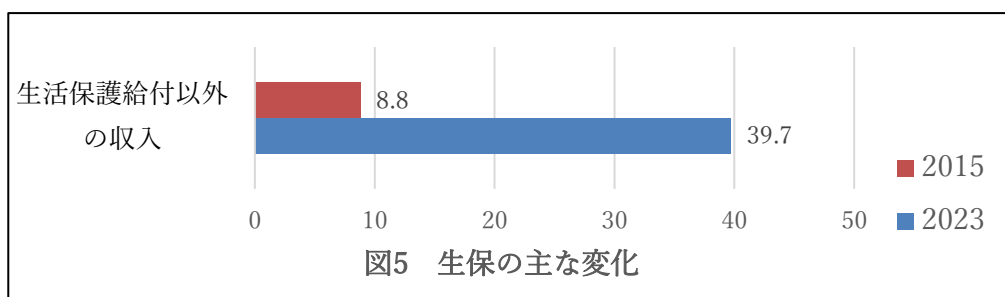
2015 年社会医学研究会の調査報告と比較すると、年齢は平均 65.4 歳から、今回は平均 68.4 歳と 3 歳高齢化が進んでいる。肥満について前回 BMI23.8 に対して今回は 23.9 と有意差はなく、歯の本数も差を認めなかった。（表 10）

表10. 身体的特徴

	本調査（2023）	前回調査（2015）	p値
n	253	253	
年齢	68.4 ± 10.0	65.4 ± 7.1	
身長	165.1 ± 7.0	164.3 ± 7.3	0.02
体重	65.3 ± 14.6	64.3 ± 12.6	ns
BMI	23.9 ± 4.7	23.8 ± 4.5	
BMI<18.5	22 (8.7)	16 (6.3)	} ns
BMI ≤ BMI<25	148 (58.5)	157 (62.1)	
BMI ≥ 25	83 (32.8)	80 (31.6)	

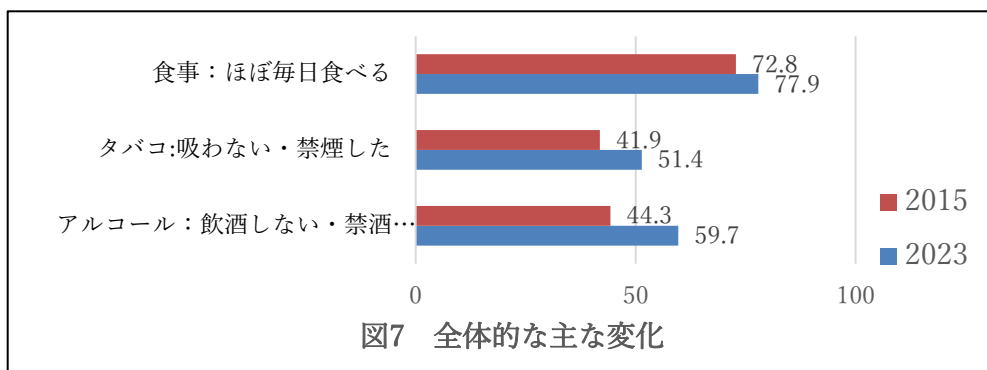
平均値 ± 標準偏差

生活背景ではあいりん地域で在住期間 10 年から 30 年、生保は 3 畳以上のアパート、生保以外は 3 畳未満のアパートで特掃の仕事をしながら自炊環境の整った暮らしを変わず送っている。一方、生保以外でシェルター利用者が減少し（57.0%から 21.7%）アパート及び簡易宿所利用者がふえた（32.8%から 57.6%）。そして収入が増加した。即ち、生保は生活保護給付以外の収入がある人が前回 8.8%から 39.7%に増加（図 5）し、生保以外でも収入が増加（5 万円以上 32.1%から 78.3%）していた。65 歳以上の人が多く年金受給者が増えた可能性も考えられる。（図 6）

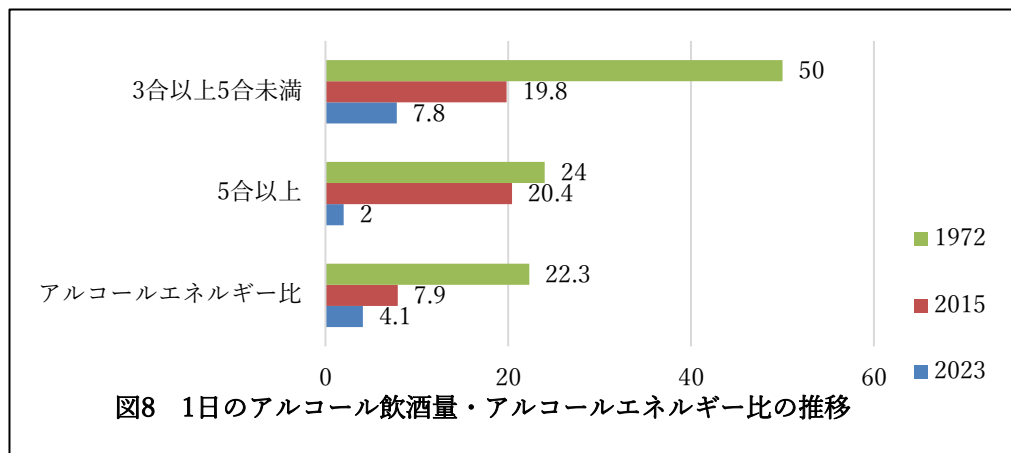


喫煙は「吸わない」と「禁煙した」を合わせて前回(41.9%)今回(51.4%)とたばこを吸わない人が増えていた。

食事習慣で「ほぼ毎日食べる」は前回(72.8%)今回(77.9%)と1日3食摂取率が高くなった。飲酒習慣では「飲酒しない人」と「最近やめた」を合わせて前回(44.3%)から今回(59.7%)とアルコール摂取しない人が増えた。(図7)



アルコールエネルギー比の推移を比較すると栄養調査開始時(1972年)では22.3%、前回調査(2015年)7.9%、今回調査(2023年)4.1%で、アルコール摂取量は明らかに減少した。一日のアルコール飲酒量の推移をみると、1972年では3合以上5合未満50%、5合以上24.0%、2015年では19.8%、20.4%、今回の2023年では7.8%、2.0%と大量飲酒者も明らかに減少した。(図8) 日雇い労働の地域では仕事の後の一杯が常であったが、高齢化した福祉の街あいりんでは飲酒者が減少し健康に関心があるのではないかと推測される。



食品群別及び栄養素摂取量の比較では前回の考察、即ち 2008 年 2015 年の流れに沿って、穀類、炭水化物の減少及びエネルギーの減少があった。一方、前回（2015 年）増加していた野菜、きのこ類、魚介類、肉類、油脂類の内、野菜・きのこ類は今回に有意に減少し、魚介類、肉類、油脂類は横ばいとなった。その結果、栄養素では脂質、たんぱく質は横ばいで一部ビタミン類及び葉酸の有意な減少を認めた。これはラーメンやパンなどの単品で満腹になるメニューを摂取し、野菜などの摂取が少なかったと推測された。

表11. 食品群別摂取量

	本調査 (2023)	前回調査 (2015)	p値
n	253	253	
穀類	479.4 ±200.8	550.4 ±253.7	0.0005
いも類	39.8 ±36.9	46.8 ±48.3	ns
砂糖・甘味料類	7.2 ±7.9	7.8 ±7.5	ns
豆類	85.9 ±73.6	104.0 ±81.1	0.008
種実類	1.7 ±5.1	2.8 ±6.2	0.028
緑黄色野菜	45.9 ±38.2	67.1 ±71.6	<0.001
その他の野菜	67.1 ±54.8	105.3 ±142.4	<0.001
果実類	110.2 ±127.3	85.6 ±86.3	0.01
きのこ類	6.1 ±9.4	10.1 ±26.0	0.01
海草類	1.3 ±3.3	1.0 ±1.8	ns
魚介類	77.9 ±48.0	81.2 ±46.7	ns
肉類	85.3 ±59.1	81.1 ±58.1	ns
卵類	33.0 ±27.6	32.2 ±38.9	ns
乳類	169.6 ±226.9	119.8 ±161.8	0.004
油脂類	12.5 ±11.5	13.3 ±11.9	ns
菓子類	31.4 ±39.7	42.6 ±56.3	0.01
嗜好飲料類	396.0 ±404.2	577.4 ±683.4	0.0003
調味料・香辛料類	20.8 ±13.1	10.6 ±9.9	<0.001

平均±標準偏差

※ 国民健康栄養調査の食品群別摂取量を参考に分類

表12 栄養素等摂取量

	本調査 (2023)	前回調査 (2015)	p値
n	253	253	
エネルギー(Kcal)	2181.0 ± 716.8	2334.5 ± 854.0	0.02
タンパク質(g)	75.7 ± 27.1	77.4 ± 29.2	ns
脂質(g)	65.4 ± 31.1	60.3 ± 30.0	ns
炭水化物(g)	299.2 ± 103.9	323.3 ± 120.4	0.005
ナトリウム(mg)	4383.0 ± 1938.2	4112.9 ± 1878.5	ns
カリウム(mg)	2416.0 ± 981.6	2592.3 ± 1230.4	ns
カルシウム(mg)	542.5 ± 347.8	538.0 ± 300.4	ns
Mg(mg)	352.0 ± 135.2	306.7 ± 129.3	0.0002
リン(mg)	1130.0 ± 446.1	1121.7 ± 443.9	ns
鉄(mg)	7.4 ± 2.8	7.6 ± 3.4	ns
亜鉛(mg)	8.9 ± 3.3	9.5 ± 3.8	ns
銅(mg)	1.2 ± 0.4	1.3 ± 0.5	ns
VAレチノール当量(μg)	414.2 ± 285.0	648.0 ± 417.6	<0.001
V. D(μg)	5.7 ± 4.1	9.0 ± 5.6	<0.001
VEトコ α (mg)	7.3 ± 3.3	7.3 ± 3.6	ns
V. K(μg)	287.8 ± 174.3	370.0 ± 314.4	0.0004
V. B1(mg)	1.1 ± 0.4	1.0 ± 0.4	0.0159
V. B2(mg)	1.1 ± 0.5	1.2 ± 0.5	0.02
ナイアシン(mg)	19.4 ± 7.7	15.8 ± 7.5	<0.001
V. B6(mg)	1.4 ± 0.5	1.3 ± 0.6	ns
V. B12(μg)	5.4 ± 3.2	5.2 ± 2.8	ns
葉酸(μg)	309.5 ± 136.6	382.6 ± 270.6	0.0001
パントテン酸(mg)	6.1 ± 2.4	6.4 ± 2.6	ns
V. C(mg)	85.1 ± 54.0	115.3 ± 91.6	<0.001
飽和脂肪酸(g)	19.4 ± 9.9	16.6 ± 9.2	0.001
一価脂肪酸(g)	23.3 ± 12.6	21.2 ± 11.3	0.03
n-6系(g)	12.3 ± 7.1	11.5 ± 5.9	<0.001
n-3系(g)	2.9 ± 1.7	2.6 ± 1.2	<0.001
Chole(mg)	308.0 ± 171.5	316.3 ± 215.9	ns
食物繊維(g)	13.7 ± 5.2	13.0 ± 7.2	ns
食塩(g)	11.1 ± 5.1	10.4 ± 4.8	ns
穀類エネルギー比(%)	37.1 ± 12.5	42.8 ± 13.4	ns
たんぱく質エネルギー比(%)	14.0 ± 2.7	13.5 ± 2.9	0.013
脂質エネルギー比(%)	26.6 ± 6.8	22.9 ± 6.5	<0.001
炭水化物エネルギー比(%)	55.2 ± 9.2	56.0 ± 9.7	ns
②炭水化物エネルギー比(%)	59.1 ± 8.6	63.6 ± 8.5	ns
アルコールエネルギー比(%)	4.1 ± 7.8	7.9 ± 11.5	<0.001

平均値±標準偏差

2) 令和元年国民健康栄養調査⁹⁾との比較

今回の調査を令和元年国民健康栄養調査の中の同世代（60～90 歳）と比較した。

喫煙は毎日または時々吸う人が今回の調査対象全体で 48.6%であったが、国民健康栄養調査は 31.1%で、あいりん地域の方が喫煙率は有意に高かった。（表 13）

表13. 喫煙

	本調査	国民健康栄養調査 ^{*1}	p値 ^{*2}
n	253	562	
毎日吸っている	123 (48.6)	168 (29.9)	} <0.001
時々吸う		7 (1.2)	
1ヶ月以上禁煙	90 (35.6)	104 (18.5)	
吸わない	40 (15.8)	283 (50.4)	

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

*2 χ^2 検定

歯の状態は今回の調査対象者全体で 0～9 本の方は 52.1%であったが、国民健康栄養調査では 14.2%と少なく、依然あいりん地域の方が歯の状態の悪い人が多かった。偏った食生活や口腔ケアの欠如が前回調査から継続している。（表 14）

表14. 歯の状態

	本調査	国民健康栄養調査 ^{*1}	p値 ^{*2}
n	253	560	
0本	55 (21.7)	26 (4.6)	} <0.001
1～9本	77 (30.4)	54 (9.6)	
10から19本	63 (24.9)	115 (20.5)	
20～27本	33 (13.0)	269 (48.0)	
28本以上	25 (9.9)	96 (17.1)	
(20本以上)	57 (22.5)	365 (65.2)	} ns
(24本以上)	40 (15.8)	264 (47.1)	

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

*2 χ^2 検定

飲酒について比較すると、飲酒頻度や飲酒習慣はあいりん地域の方が少なく、1 回当たり 3 合以上飲酒している人はあいりん地域が 9.8%、国民健康栄養調査では 10.6%と若干国民健康栄養調査の方が多かったが統計学的有意差はなかった。また飲酒習慣のない人が、あいりん地域の方が有意に少なかった。1 回の飲酒量はほぼ同じであった。更に詳しくアルコール摂取量（男性 1 日当たり 40g 以上）について、即ち、生活習慣病のリスクを高める量の飲酒している人はあいりん地域の方が有意に少なかった。（表 15－1、表 15－2、表 15－3、表 15－4）

表15-1 飲酒頻度

	本調査	国民健康栄養調査*1	p値*2
n	253	564	
毎日	51 (20.1)	234 (41.5)	<0.001
週5～6日		56 (9.9)	
週3～4日	24 (9.4)	39 (6.9)	
週1～2日	22 (8.6)	33 (5.9)	
月に1～3日	5 (2.0)	25 (4.4)	
ほとんど飲まない		53 (9.4)	
やめた	151 (59.7)	16 (2.8)	<0.001
飲まない		108 (19.1)	

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

表15-2 1回当たり飲酒量

	本調査	国民健康栄養調査*1	p値*2
n	102	387	
1合未満	34 (33.3)	93 (24.0)	ns
1～2合未満	43 (42.2)	169 (43.7)	
2～3合未満	15 (14.7)	84 (21.7)	
3～4合未満	4 (3.9)	28 (7.2)	
4～5合未満	4 (3.9)	8 (2.1)	
5合以上	2 (2.0)	5 (1.3)	

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

*2 χ^2 検定

表15-3 飲酒習慣の有無

	本調査	国民健康栄養調査*1	p値*2
n	253	564	
飲酒習慣あり	67 (26.5)	263 (46.6)	<0.001
飲酒習慣なし	186 (73.9)	301 (53.4)	

・週3日以上、1日1合以上飲酒する者を「飲酒習慣あり」とする

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

*2 χ^2 検定

表15-4 生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている割合

	本調査	国民健康栄養調査*1	P値*2
n	253	564	
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している	26 (10.3)	111 (19.7)	<0.001
していない	227 (89.7)	453 (80.3)	
n(飲酒者数)	102	387	
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している	26 (25.5)	111 (28.7)	ns
していない	76 (74.5)	276 (71.3)	

・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者とは、1日当たりの純アルコール

摂取量が男性で40g以上、女性で20g以上の者とし、以下の方法で算出した。

男性(毎日2合以上) + (週5～6日2合以上) + (週3～4日3合以上) + (週1～2日5合以上) + (月1～3日5合以上)

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

*2 χ^2 検定

国民健康栄養調査と今回の調査（2023 年）前回（2015 年）、前々回（2008 年）¹⁰⁾ 食品群別摂取量の推移は図 9-1、栄養素等摂取量の推移は図 9-2 に表し比較した。あいりん地域の摂取量が多い食品は穀類、豆類、乳類、菓子類などでその中でたんぱく質を摂取しているのは豆類や乳類だった。反対に、摂取が少ない食品は野菜類、きのこ類、海藻類、魚介類、肉類、卵類などであった。（表 16）

あいりん地域の野菜摂取量は野菜 0g が 10.7%、国民健康栄養調査では 6.0%とあいりん地域が有意に少ないことがわかった（表 17）。穀類摂取量は、国民健康栄養調査と有意差がなかった。一方、野菜類、肉類は国民健康栄養調査よりも摂取量が少なかった。これは、ラーメンやパンなどの単品メニューを摂取して、野菜などの副菜の摂取が少なかったのではないかと推測される。

栄養素等摂取量を比較するとエネルギー摂取は国民健康調査と差はなかった。穀類・脂質エネルギー比についても差はみられなかった。

食物繊維の摂取量はあいりん地域が有意に少ないことから、野菜などの摂取が少ないからと考えられる。（表 18）

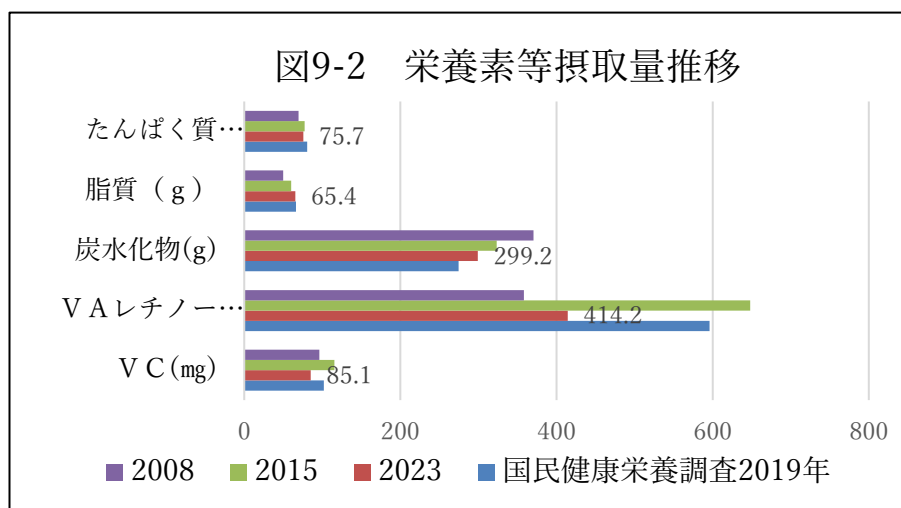
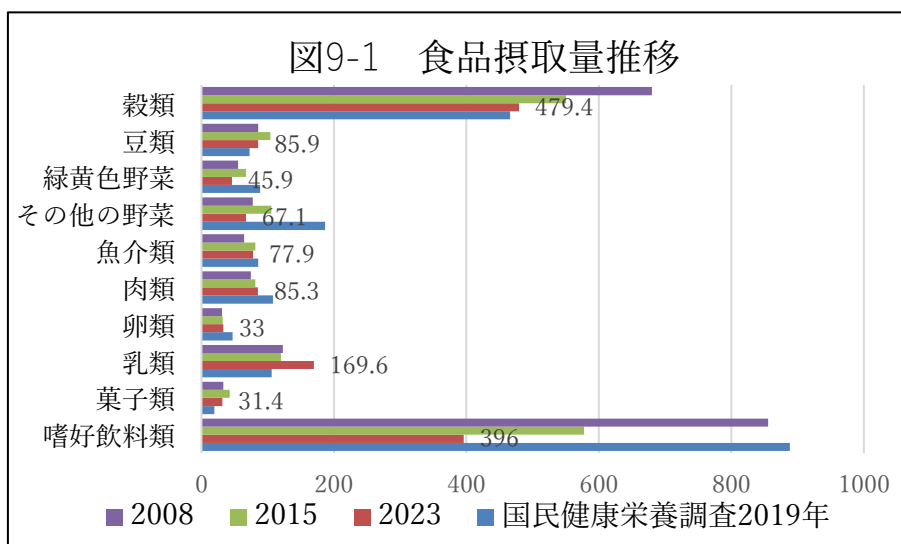


表16 食品群別摂取量

	本調査	国民健康栄養調査 ^{*1}	p値 ^{*2}
n	253	502	
穀類	479.4 ±200.8	466.0 ±172.3	ns
いも類	39.7 ±36.9	50.2 ±64.1	0.004
砂糖・甘味料類	7.1 ±7.7	6.8 ±8.7	ns
豆類	85.4 ±72.8	72.5 ±84.3	0.03
種実類	1.7 ±5.1	3.2 ±10.0	0.006
緑黄色野菜	43.9 ±34.6	88.5 ±79.8	<0.005
その他の野菜	76.9 ±55.9	186.9 ±132.2	<0.005
果実類	110.4 ±126.5	96.8 ±130.6	ns
きのこ類	5.6 ±8.5	22.6 ±35.7	<0.005
海藻類	1.2 ±3.1	11.2 ±19.6	<0.005
魚介類	77.9 ±47.9	85.6 ±82.3	ns
肉類	82.0 ±53.7	108.0 ±80.5	<0.005
卵類	33.4 ±27.9	47.1 ±41.1	<0.005
乳類	178.0 ±237.8	105.8 ±152.3	<0.005
油脂類	11.4 ±7.5	12.6 ±10.7	ns
菓子類	31.4 ±39.7	19.4 ±39.0	<0.005
嗜好飲料類	396.0 ±403.5	888.5 ±551.1	<0.005
調味料・香辛料類	20.8 ±13.1	75.6 ±52.7	<0.005

平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

表17 野菜・果物摂取量

	本調査	国民健康栄養調査 ^{*1}	p値 ^{*2}
n	253	502	
野菜摂取量			
70g未満	68 (26.9)	30 (6.0)	<0.001
70～140g未満	94 (37.2)	50 (10.0)	
140～210g未満	57 (22.5)	89 (17.7)	
210g～280g未満	18 (7.1)	87 (17.3)	
280g～350g未満	10 (4.0)	79 (15.7)	
350g以上	6 (2.4)	167 (33.3)	
果実摂取量			
0g	27 (10.7)	191 (38.0)	<0.001
50g未満	7 (2.8)	44 (8.8)	
50～100g未満	52 (20.6)	83 (16.5)	
100～150g未満	59 (23.3)	68 (13.5)	
150～200g未満	50 (19.8)	30 (6.0)	
200～250g未満	23 (9.0)	28 (5.6)	
250g～300g未満	16 (6.3)	21 (4.2)	
300g～350g未満	8 (3.1)	11 (2.2)	
350g～400g未満	9 (3.6)	10 (2.0)	
400g以上	3 (1.2)	16 (3.2)	

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

*2 χ^2 検定

表18 栄養素等摂取量

	本調査	国民健康栄養調査 ^{*1}	p値 ^{*2}
n	253	502	
エネルギー(Kcal)	2181.0 ± 716.8	2177.0 ± 542	ns
タンパク質(g)	75.7 ± 27.1	80.6 ± 23.9	ns
脂質(g)	65.4 ± 31.1	66.2 ± 25.8	ns
炭水化物(g)	299.2 ± 103.9	274.5 ± 81.6	<0.005
ナトリウム(mg)	4383.0 ± 1938.2	4521.0 ± 1644	ns
カリウム(mg)	2416.0 ± 981.1	2569.0 ± 924	0.0404
カルシウム(mg)	542.5 ± 347.8	533.0 ± 264	ns
Mg(mg)	352.0 ± 135.2	286.0 ± 100	<0.005
リン(mg)	1130.0 ± 446.1	1127.0 ± 353	ns
鉄(mg)	7.4 ± 2.8	8.8 ± 3.3	<0.005
亜鉛(mg)	8.9 ± 3.3	9.3 ± 3.4	ns
銅(mg)	1.2 ± 0.4	1.3 ± 0.45	<0.005
VAレチノール当量(μg)	414.2 ± 285.0	596.0 ± 1474	0.0078
V.D(μg)	5.7 ± 4.1	7.9 ± 8.0	<0.005
VEトコα(mg)	7.3 ± 3.3	7.5 ± 3.4	ns
V.K(μg)	287.8 ± 174.3	274.0 ± 201	ns
V.B1(mg)	1.1 ± 0.4	1.0 ± 0.47	<0.005
V.B2(mg)	1.1 ± 0.5	1.3 ± 0.52	<0.005
ナイアシン(mg)	19.4 ± 7.7	35.6 ± 12.1	<0.005
V.B6(mg)	1.4 ± 0.5	1.4 ± 0.55	ns
V.B12(μg)	5.4 ± 3.2	8.2 ± 9.9	<0.005
葉酸(μg)	309.5 ± 136.6	335.0 ± 189	0.0376
パントテン酸(mg)	6.1 ± 2.4	6.2 ± 2.22	ns
V.C(mg)	85.1 ± 54.0	102.0 ± 71	<0.005
飽和脂肪酸(g)	19.4 ± 9.9	18.9 ± 8.87	ns
一価脂肪酸(g)	23.3 ± 12.6	24.5 ± 10.81	ns
n-6系(g)	12.3 ± 7.1	11.6 ± 5.27	ns
n-3系(g)	2.9 ± 1.7	2.8 ± 1.83	ns
Chole(mg)	308.0 ± 171.5	378.0 ± 202	<0.005
食物繊維(g)	13.7 ± 5.2	20.6 ± 7.4	<0.005
食塩(g)	11.1 ± 5.1	11.5 ± 4.2	ns
穀類エネルギー比(%)	42.0 ± 13.2	38.9 ± 11.9	ns
脂質エネルギー比(%)	26.6 ± 6.8	27.1 ± 7.4	ns
炭水化物エネルギー比(%)	55.2 ± 9.2	58.0 ± 8.4	<0.005
②炭水化物エネルギー比(%)	59.1 ± 8.6	58.0 ± 8.4	ns
アルコールエネルギー比(%)	4.1 ± 7.8		

平均値±標準偏差

ns 有意差なし

*1 令和元年国民健康栄養調査結果60～69歳男性の値

今後のあいりん地域は、今回の調査で前回に比べて栄養摂取がやや改善され、アルコール摂取量が減少し、喫煙者が減少した。しかし、あいりん地域はますます高齢化が進み単身で生活する人が増加すると推測される。

このような人たちが健康や栄養に対する意識を変えるために、食事形態が変更できる宅配弁当の利用なども進めていける体制を行政や地域の関連団体と連携して対策を考えなければならない。

当院でも訪問栄養指導、健康相談などを訪問看護ステーションやケアマネージャー等地域の関連団体と連携し、地域に密着した栄養指導や支援を考えていきたい。

6. 謝辞

今回の調査で釜ヶ崎支援機構、食事調査に携わってくださった大阪社会医療センター附属病院関係の栄養士および大阪栄養士会会員の方々、他、ご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。

参考文献

1. 高齢者特別清掃（特掃）：あいりん地域内の 55 歳以上の高齢日雇い労働者を対象に就労機会を提供すること事業で、大阪府・大阪市から委託を受けて釜ヶ崎支援機構が実施している。
2. シェルター：正式には「あいりん臨時夜間緊急避難所」のことで、野宿を余儀なくされる日雇労働者に寝場所とシャワーを無料で提供する施設。大阪市からの委託事業で運営されており、今宮と萩之茶屋の 2 箇所にある。一時の避難場所であり、自立した生活に復帰できるように支援することを目的としている。
3. 日本人の食事摂取基準（2020 年版）：令和 2 年度から令和 6 年度の 5 年間に使用される食事摂取基準。
65 歳から 74 歳までの活動レベルⅡの基準
エネルギー2400kcal、たんぱく質エネルギー比 15～20%、脂質エネルギー比 20～30%、炭水化物エネルギー比 50～65%
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08517.html
4. 令和 2 年 2020 年国勢調査による
あいりん地域を山王 1～3 丁目、太子 1～2 丁目、天下茶屋北 1 丁目、花園北 1～2 丁目、萩之茶屋 1～3 丁目としている。
5. 2020 年国勢調査及び 2020 年 4 月の西成区生活保護取り扱い状況の推移報告による。

6. 「大阪市の結核 2023」
http://osmc.or.jp/disclosure/social_medicine_research/
7. 大阪社会医療センター社会医学研究 令和 2 年版 「あいりん地域の結核診療における大阪社会医療センターの役割」
http://osmc.or.jp/disclosure/social_medicine_research/
8. 大阪社会医療センター社会医学研究 平成 27 年版 「あいりん地域における疾患および食生活についての調査」
http://osmc.or.jp/disclosure/social_medicine_research/
9. 厚生労働省 「令和元年国民健康・栄養調査報告」
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/eiyoku/r1-houkoku_00002.html
10. 大阪社会医療センター社会医学研究 平成 20 年版 「大阪市あいりん地域におけるホームレスを含む住民の栄養の考察」

あいりん地域における疾患および食生活についてのアンケート調査

1.調査実施者：社会福祉法人大阪社会医療センター

2.調査実施時期：2023年1月～

3.調査実施地域：あいりん地域

しめい：_____

調査日：2023年____月____日

生年月日：____年____月____日（____歳）

調査場所：大阪社会医療センター

性別：男・女

：釜ヶ崎支援機構

身長：_____cm 体重：_____kg

住所：あいりん地域（萩之茶屋全域・山王1～3丁目・花園北1～2丁目・太子1～2丁目・天下茶屋北1丁目）
あいりん地域外の西成区
西成区以外

【生活背景】

1. 医療保険

1. 国保
2. 健保
3. 後期高齢
4. 生保
5. 無保険
6. その他（_____）

2. 住まい

1. アパート
2. 簡易宿泊所
3. シェルター
4. 野宿
5. サポートィブハウス
6. 救護施設
7. 飯場
8. マンション
9. 一戸建て

3. 住まいの広さ

1. 3畳（4.86㎡）未満
2. 3畳（4.86㎡）～4畳半（7.29㎡）未満
3. 4畳半（7.29㎡）～6畳（9.72㎡）未満
4. 6畳（9.72㎡）～9畳（14.58㎡）未満
5. 9畳（14.58㎡）以上

4. 自炊はできますか

1. 自分の部屋の中でできる
2. 共同の自炊場である
3. できない

9. 歯の状態

1. 自分の歯は何本ありますか
_____本
2. 義歯はしていますか
① している
② していない

5. 仕事

1. 廃品回収
2. 日雇
3. 特別清掃
4. その他
5. 仕事はしていない、あるいはできない

6. 1ヶ月の収入

1. 1万円未満
2. 1万円～3万円未満
3. 3万円～5万円未満
4. 5万円～10万円未満
5. 10万円以上

7. あいりんにて何年になりますか

1. 3ヶ月未満
2. 3ヶ月～1年未満
3. 1年～5年未満
4. 5年～10年未満
5. 10年～30年未満
6. 30年以上

8. 喫煙について

1. 吸ったことがない
2. 喫煙していたが今は吸っていない
1日 /本（____歳から____歳まで）
3. 喫煙してる
1日 /本（____歳から）

10. 1日の運動量について

1. 運動習慣あり
2. 運動習慣なし
運動習慣とは
①運動の実施頻度として、週2日以上
②運動の持続頻度として、30分以上
③運動の継続時間として、1年以上

【病気について】

1. あなたの最近2～3年の医療機関(歯医者は除く)への通院状況を選んでください(ひとつ)
 1. 定期的に通院した
 2. 定期的ではないが通院した
 3. ほとんど通院しなかった
2. 現在治療している病気はありますか(いくつでも)
 - 1.糖尿病 2.高血圧 3.脂質異常症 4.狭心症・心筋梗塞
 - 5.脳卒中・脳梗塞 6.腎臓病 7.肝臓病 8.肺結核
 - 9.その他()
3. 過去にかかった病気はありますか(いくつでも)
 - 1.糖尿病 2.高血圧 3.脂質異常症 4.狭心症・心筋梗塞
 - 5.脳卒中・脳梗塞 6.腎臓病 7.肝臓病 8.肺結核
 - 9.その他()
4. 病院や薬局で処方されている薬の使用状況をお知らせください(ひとつ)
 1. 薬を常用している
 2. 常用ではないが、よく薬を使用している
 3. たまに薬を使用している
 4. 薬はほとんど使用していない
5. 自分の病気の治療や健康状態に関心がありますか(ひとつ)
 1. とても関心がある
 2. やや関心がある
 3. あまり関心がない
 4. まったく関心がない
6. 健康状態を管理するためにどのようなことを行っていますか(いくつでも)
 1. 自分で体重や血圧など定期的に測っている
 2. 健康診断を受診している
 3. 健康食品を定期的に購入している
 4. 定期的に運動している
 5. 病気や薬について医師や薬剤師などの説明をよく聞く
 6. 医療機関や医師の評判を書籍などで調べる
 7. 病気の内容や医薬品について書籍などで調べる
 8. その他()
 9. 特におこなっていない
7. これまでに市民健診(胸部レントゲン、血圧、採血など)を受けたことはありますか
 1. 毎年受けている
 2. 時々(2～3年ごと)受けている
 3. 受けたことは無い
8. これまでに結核健診(胸部レントゲン)を受けたことはありますか
 1. 毎年受けている
 2. 時々(2～3年ごと)受けている
 3. 受けたことは無い
9. 病院や治療方法に関するあなた自身の選択状況について納得してますか(ひとつ)
 1. 十分納得してる
 2. まあ納得してる
 3. あまり納得していない
 4. 全く納得していない
10. 日ごろ受けている医療について不満を感じていますか(いくつでも)
 1. 信用できる医療機関・医師がどこにいないのかわからない
 2. 診療受付時間が短い(午後は毎日診療していない)
 3. 土曜・日曜の診察が受けられない
 4. 診療までの待ち時間が長い
 5. 診察後、会計終了して病院を出るまでの待ち時間が長い
 6. 診察時間が短い
 7. 治療方法や検査などの説明が十分でない
 8. 医師に質問しにくい
 9. その他()
 10. 特に不満はない

【食生活アンケート】

1.食事時間について

- (1)朝食を食べない事がありますか

- 1.週に5回以上食べない
- 2.週に3～4回食べない
- 3.週に1～2回食べない
- 4.ほぼ毎日食べる

(2) 昼食を食べない事がありますか

- 1.週に5回以上食べない
- 2.週に3～4回食べない
- 3.週に1～2回食べない
- 4.ほぼ毎日食べる

(3)夕食を食べない事がありますか

- 1.週に5回以上食べない
- 2.週に3～4回食べない
- 3.週に1～2回食べない
- 4.ほぼ毎日食べる

(4)食事時間は決まっていますか

- 1.規則正しい
- 2.時々ずれる
- 3.不規則である

2.食事習慣について

- (1)料理や食品に好き嫌いがありますか

- 1.ほとんどない
- 2.少しある
- 3.かなりある

(2)食事はゆっくり嚙んで食べますか

1. ゆっくり食べる
2. 普通に食べる
3. 早食いである

(3)間食の習慣がありますか

1. ほぼ毎日(週5回以上)食べる
2. 週に3~4回食べる
3. 週に1~2回食べる
4. ほとんど食べない

(4)夜食の習慣がありますか

1. ほぼ毎日(週5回以上)食べる
2. 週に3~4回食べる
3. 週に1~2回食べる
4. ほとんど食べない

(5)調理済み食品をよく食べますか

1. ほぼ毎日(週5回以上)食べる
2. 週に3~4回食べる
3. 週に1~2回食べる
4. ほとんど食べない

3. 飲酒について

- (1)朝食時、お酒を飲みますか

1. ほぼ毎日(週5回以上)飲む
2. 週に3~4回飲む
3. 週に1~2回飲む
4. ほとんど飲まない

(2) 昼食時、お酒を飲みますか

1. ほぼ毎日(週5回以上)飲む
2. 週に3~4回飲む
3. 週に1~2回飲む
4. ほとんど飲まない

(3) 夕食時、お酒を飲みますか

1. ほぼ毎日(週5回以上)飲む
2. 週に3~4回飲む
3. 週に1~2回飲む
4. ほとんど飲まない

(4)お酒を飲まない人は

- 1.もともと飲まない
- 2.最近やめた

(5)習慣的な飲酒量と頻度

	頻度						量	目安量
	①	②週	③週	④週	⑤月	⑥		
	毎日	5回	3~4回	1~2回	1~2回	飲まず		
日本酒							合	1升 = 10合 = 1800ml
ビール500ml							本	(大瓶630ml、中瓶500ml、小瓶330ml)
ビール350ml							本	
チューハイ							m l	レギュラー缶350ml、ロング缶500ml
ウイスキー							m l	シングル30ml、ダブル60ml
焼酎25度							m l	焼酎12度200ml = 25度100ml
焼酎35度							m l	
果実酒							m l	梅酒など
ワイン							m l	グラス1杯100ml

[illegible]

[illegible]

4.食事量について		頻度						量 g	目安量
		①	②週	③週	④週	⑤月	⑥		
		毎日	5回	3～4回	1～2回	1～2回	食はず		
	枝豆								1人前60g
	きな粉								大さじ1杯7g
	大豆以外の煮豆								金時豆小鉢1人前60g、黒豆(箸休め程度)20g 「フジッコのおめさん(金時豆)1P130g、(黒豆)1P115g」
⑫ 野菜等	緑黄色野菜								ほうれん草1束100g、人参1本100g、ピーマン1個20g、トマト1個150g、ほうれん草・小松菜浸し1人前80g、おくら1人前60g、いんげん和え物1人前60g、ブロッコリー1房20g(マヨ和え)100g
	淡色野菜								もやし1袋200g、きゅうり1本100g、キャベツ1玉800g、白菜1/4玉250g、野菜サラダ(小パック)60g、(大パック)120g、茄子の煮浸し1人前100g、大根煮物1人前80g、キャベツの千切り1袋120g、ミックス野菜1袋120g、金平牛蒡1人前50g
	きのこ								すき焼き1人前30g
	海藻								ひじき1人前5g、もずく1人前3g、汁物のわかめ1人前1g(乾燥品扱い)
⑬ 果物	みかん・オレンジ・メロン								冬みかん1個60g、オレンジ1個100g、メロン1人前100g
	バナナ								1本100g
	すいか・いちご								すいか1人前(三角2切れ)200g、いちご(1粒)15g・(パック)280g
	りんご・柿								りんご1個200g、かき1個150g
⑭ 嗜好飲料	缶詰								桃缶(4号缶)250g・(1切れ)50g、みかん缶(4号缶)230g・(10粒)45g、パイナップ缶(3号缶)340g・(1切れ)30g
	缶コーヒー								1本190g
	100%ジュース								コップ1杯200g
	コーラ・サイダー・フルーツ飲料								コップ1杯200g、レギュラー缶351ml(g)、ロング缶500ml(g)
⑮ 嗜好飲料	乳酸菌飲料								ヤクルト1個65g、カルピスコップ1杯200ml(36g)、カルピス500ml(100g)
	スポーツドリンク								コップ1杯200g、レギュラー缶351ml(g)、ロング缶500ml(g)
	乳飲料								フルーツ牛乳1本200g、コーヒー牛乳1本200g
	砂糖入りコーヒー・紅茶								ティースプーン1杯4g、角砂糖1個4g、スティック1本4g、太スティック1本6g
⑯ 味付	クリーム入りコーヒー・紅茶								液状1個5g、粉末状ティースプーン1杯2g
	砂糖・みりん	①ほとんど使わない ②少し使う ③普通に使う ④たくさん使う							
	味付け	①濃い ②普通 ③薄い							
	かけしょうゆ	①かけない ②少しかける ③たくさんかける							
⑰ 塩分		頻度							
		①1日	②1日	③週	④週	⑤週	⑥		
		3回	1～2回	5回	3～4回	1～2回	食はず		
	味噌汁・汁物								
	麺類(汁全部飲む)								
	麺類(汁半分飲む)								
	麺類(汁飲まない)								
	寿司類								
	梅干し								
	野菜漬物								
	たくあん								
	佃煮								
	煮物								
	塩蔵品(塩辛等)								
	練り製品								
	干物								