

買い物に苦勞する高齢者、栄養摂取の偏りから健康維持に悪影響の可能性

近年、食料品店の減少や高齢化の進展により、買い物で苦勞を感じる人が増えています。このようなアクセス困難者は、これまでの研究から 65 歳以上の高齢者に多いことが明らかになっており、これら高齢者は食品や栄養摂取に偏りがあることがわかってきました。

具体的には、アクセス困難者はそうでない者と比べ、穀類の摂取が多い反面、果実類や卵類の摂取が少ない結果となりました。同時に、栄養面では、炭水化物摂取割合が高く、脂質摂取割合が低いことがわかりました（図参照）。

食料品へのアクセスが不十分な場合、食料品の購入が制約され、栄養のバランスが偏るため、長期的には健康維持に悪影響を及ぼす可能性があります。

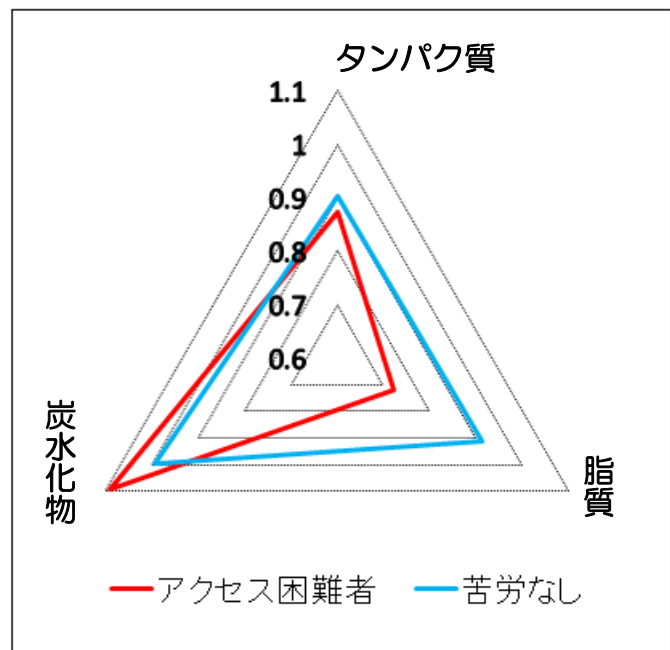
アクセス困難者の食品・栄養摂取(65 歳以上・男性)

	アクセス 困難者	苦勞なし
年齢(歳)	77.3	74.8 **
穀類	278	240 *
いも類	42	28
砂糖・甘味料類	4	4
豆類	30	34
種実類	0	2 *
緑黄色野菜	70	53
果実類	55	77 +
きのこ類	7	8
藻類	3	6 +
魚介類	52	51
肉類	28	33
卵類	12	18 +
乳類	38	53
油脂類	3	4
サンプルサイズ	31	374

註1) **、*、+はそれぞれ1%、5%、10%有意水準である。

註2) 摂取量の単位はg/1000kcal。

※『国民健康・栄養調査』個票を用いて分析



この成果の詳細については、農林水産政策研究所 Web サイトをご覧ください（以下参照）。

●食料品アクセス問題

<https://www.maff.go.jp/primaff/seika/fsc/faccess.html>

●農林水産政策研究所シンポジウム（2016 年 3 月 4 日）

<https://www.maff.go.jp/primaff/koho/seminar/2015/index.html#20160304>