

## 韓国都市部での高齢女性の栄養状態改善に及ぼす 訪問栄養教育の効果

クォン 権      ジン ヒ      スズ キ      タカ オ      キム      ホンギョン  
                 珍嬉\*      鈴木      隆雄\*      金      憲経\*  
ユン      ヒジョン<sup>2\*</sup>      リ      ソング                誠國<sup>2\*</sup>  
                 尹      喜貞<sup>2\*</sup>      李      ソング

**目的** 韓国都市部の一地域の保健所が運営する住民健康増進プログラムに参加している65歳以上の高齢女性を対象に、栄養に関する正しい知識、態度および食習慣について栄養士による訪問栄養教育を実施し、高齢者の栄養状態の改善効果を検討することを目的とした。

**方法** 韓国大邱広域市西区保健所が運営する住民健康増進センターを利用している65歳以上の地域在宅高齢女性183人を対象に本研究の事前調査を実施した。その結果、研究条件に適合する高齢女性80人（介入群40人、対照群40人）が選定され、介入群には4か月間（週1回計16回）の訪問栄養教育を実施し、対照群には何らの介入も行わなかった。介入群と対照群を対象として介入後調査を実施し訪問栄養教育の効果を評価した。

**結果** 訪問栄養教育実施後、介入群では栄養知識、栄養態度および食習慣の得点が各々有意に改善された（ $P < 0.01$ ）。また食品摂取量も増加し、エネルギー、たんぱく質、カルシウム、鉄、リン、ナイアシン、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンB<sub>2</sub>の摂取量は介入群において対照群より有意に増加した（ $P < 0.01$ ）。さらに、食事の全般的な質を評価する平均栄養素適正度も介入群で有意に増加した（ $P < 0.01$ ）。しかし、介入後の身体計測値および生化学的栄養状態の変化には両群間に有意差がなかった。

**結論** 地域高齢女性を対象とした訪問栄養教育は、栄養知識・栄養態度・食習慣と食品および栄養素摂取状況の改善に有意な影響を及ぼすことを確認した。訪問栄養教育を効率的に実施することにより高齢者の栄養状態が改善され、健康状態の維持・増進につながる可能性が示唆された。

**Key words**：韓国，訪問栄養教育，高齢女性，栄養状態改善

\* 東京都老人総合研究所疫学・福祉・政策研究グループ

<sup>2\*</sup> 韓国慶北大学校大学院保健学科  
連絡先：〒173-0015 東京都板橋区栄町35-2  
東京都老人総合研究所疫学・福祉・政策研究グループ 権 珍嬉