

平成29年国民健康・栄養調査の解析方針(案)

1. 調査目的

高齢者の健康・生活習慣に関する実態把握、特に低栄養の実態把握をより高い精度で行うとともに、生活機能の維持に関する実態を把握し、その結果を健康寿命の更なる延伸に向けて、高齢者の虚弱化の予防又は先送りに効果的な施策の展開に活用する。

2. 解析のねらい(案)

➤ 高齢者の健康・生活習慣の実態を把握する(性・年齢区分別)。

①健康・生活習慣の実態把握を行う。

②筋肉量の分布を明らかにする。

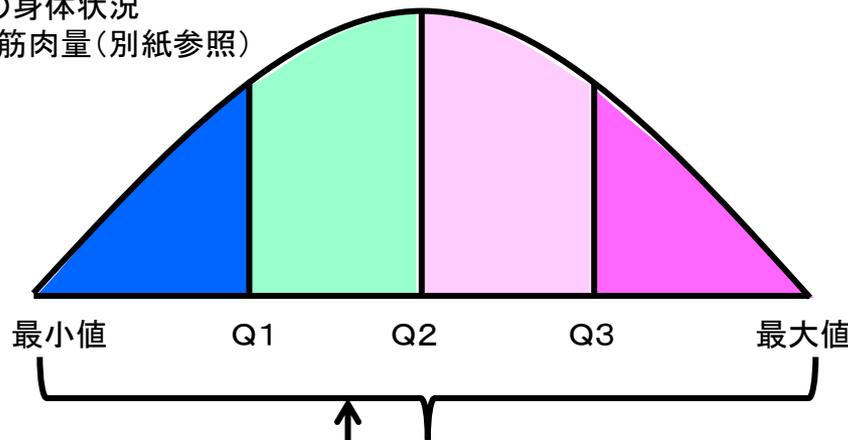
③筋肉量の分布別にみた、健康・生活習慣に関する実態把握を行う。

① 健康・生活習慣の状況

- 身体状況
・身長、体重、BMI
- 身体活動・運動
・日常生活活動の内容
・運動習慣 ・歩数
- 栄養・食生活
・エネルギー及び栄養素摂取量
・食品群別摂取量
・食事の多様性
- 睡眠
・睡眠時間 ・睡眠による休養
- 喫煙
・喫煙状況 ・禁煙の意思
・1日の喫煙本数 ・受動喫煙の状況
- 飲酒
・飲酒の状況
- 歯・口腔等
・歯の本数 ・咀嚼の状況
- 世帯
・世帯状況
- 生活の様子
・外出の頻度
・運動器の機能
・日常生活関連動作
・嚥下の状況

②

- 身体状況
・筋肉量(別紙参照)



下線部: 筋肉量との関連を見る項目

➤ そのほか、健康日本21(第二次)の推進のための基本的な項目についてモニタリングを行う。

筋肉量の把握について

○四肢の生体インピーダンス値の測定ができ、インピーダンス値を用いた筋肉量の推定方法とその精度が明らかになっている体組成計(製品コードMC-780A-Nポータブルタイプ)を用いて測定。

○当該体組成計の以下の推定式を用いて、骨格筋指数(SMI [kg]:四肢除脂肪量(ALM [kg])/Ht [m]²)を算出。

- ・男性: $ALM [kg] = (0.6947(Ht^2/Z50)) + (55.24 \times (Z250/Z5)) + (10,940 \times (1/Z50)) + 51.33$
- ・女性: $ALM [kg] = (0.6144(Ht^2/Z50)) + (36.61 \times (Z250/Z5)) + (9,332 \times (1/Z50)) + 37.91$

(参考)

Yamada et.al., Developing and Validating an Age-Independent Equation Using Multi-Frequency Bioelectrical Impedance Analysis for Estimation of Appendicular Skeletal Muscle Mass and Establishing a Cutoff for Sarcopenia. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2017.