

農・食品



キーワード： フレイル、口腔、栄養

高齢期のフレイル予防に向けた多面的アプローチ法の探索

農学部 食品栄養学科 助教

中田 恵理子 NAKATA Eriko

研究の内容

背景

- ・フレイルとは、加齢に伴い心身が老い衰えた状態のことを言います。
- ・フレイルは、栄養や身体活動、精神的・社会的な側面の障害が複雑に関わりながら進行していきます。
- ・口腔機能の低下が、低栄養を招き、フレイルの進行に影響を及ぼすことがわかっています。

目的

- ・口腔機能低下と関連する栄養学的因子を探索します。
- ・口腔機能低下がある方でも豊かで健康な食生活を維持できる方法を解明します。
- ・フレイル予防に効果のある栄養と口腔の複合的アプローチ法の構築を目指します。

主な成果

- ・咀嚼能率低下が食欲低下を介して抑うつ気分と関連することを明らかにしました。
- ・口腔機能の軽微の低下状態である「オーラルフレイル」と栄養素等摂取量や食事全体の質との関連を解明しました。
- ・オーラルフレイルがある方では、栄養指導による食事の変化が減弱される可能性を明らかにしました。

食べにくい・・・



図1オーラルフレイルがある方では、たんぱく質やミネラル摂取量が少ない
Topics in clinical nutrition (in press)



栄養指導



図2オーラルフレイルが栄養指導による食事の変化を妨げる可能性
日本臨床栄養学会雑誌. 2025 May; 47(1):54-69.

産学連携・社会連携へのアピールポイント

これらの研究課題を解明することは、健康状態や生理機能に個人差の大きい中高齢期の個別化・包括的ケアを推進し、多職種連携による早期からのフレイル予防管理戦略構築のための一助となる可能性があります。

研究者総覧（中田 恵理子）

URL : https://gyoseki.setsunan.ac.jp/html/200000566_ja.html

