

原著論文

地域在住高齢者が食事の価値を意識するプロセス

発行：2024年3月15日

石田 由美子 (立命館大学 食マネジメント学部)

久藤 麻子 (大阪医科薬科大学医学部)

太田 はるか (京都大学大学院医学研究科)

抄 録

目的：地域在住高齢者への効果的な食支援に向けてのアセスメントツールを検討するために、地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセスを高齢者の視点で明示することを目的とした。

方法：2022年3月から2023年4月の期間に近畿圏の地域在住高齢者を対象に、半構造化面接を実施し質的データを収集した。分析手法は、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (Modified Grounded Theory Approach: M-GTA) を用いた。データから概念を抽出し、理論を生成した。

結果：対象者は13人 (男性5人)、年齢は74-88歳 (平均77.4歳)、面接時間は21-80分 (平均47分) であった。地域在住高齢者が食事の価値を意識するプロセスには、【暮らしの中での自己形成】と【暮らしの外への自己解放】の相反する2つのカテゴリーが生成された。

考察：高齢者が食事の価値を意識するプロセスでは、歴史的文化的変化の急速さがもたらした高齢者の葛藤も明示された。効果的なアセスメントツールを検討する際には、支援者側にも高齢者個人の人生に内包されている歴史的文化と向き合う視点が必要である。

キーワード：地域在住高齢者, 食支援, アセスメント, 質的研究, M-GTA

連絡先：石田 由美子 (E-mail: yumi-is@fc.ritsumei.ac.jp)



pp. 20–34

Original Articles

The Process of Elderly Community-Dwellers' Awareness of the Value of Meals

Published: March 15, 2024

Yumiko Ishida (College of Gastronomy Management, Ritsumeikan University)

Asako Kudo (Faculty of Medicine, Osaka Medical and Pharmaceutical University)

Haruka Ota (School of Public Health, Kyoto University)

Abstract

Purpose: To examine effective assessment tools in meal support for elderly community-dwellers, we aimed to clarify the process underlying their awareness of the value and purpose of meals.

Methods: We conducted semi-structured interviews in elderly individuals residing in the Kinki region from March 2022 to April 2023. A modified grounded theory approach was used as a qualitative analysis method. Concepts were extracted from the data and theories were generated.

Results: A total of 13 individuals (five males), aged 74 to 88 years (mean: 77.4 years), participated in the study. The interview duration ranged from 21 to 80 minutes (mean: 47 minutes). Two contradictory categories were generated in the process of elderly community-dwellers becoming aware of the value of meals: “self-formation in daily life” and “self-emancipation outside of daily life.”

Discussion: The process underlying elderly community-dwellers' awareness of the value of meals highlighted the difficulties faced by elderly community-dwellers regarding the speed of historical and cultural change. When considering effective assessment tools, it is necessary for support providers to have a perspective that considers the historical and cultural contexts in which the lives of individual elderly people are embedded.

keywords: Elderly Community-Dwellers, Meals Support, Assessment, Qualitative Study, M-GTA

Correspondence concerning this article should be sent to:
Yumiko Ishida (E-mail: yumi-is@fc.ritsumei.ac.jp)

I 序論

1 研究の背景と目的

現在、日本の高齢化率は29% (URL 1) であり、諸外国とは比較にならないほど急速に高齢化が進んでいる。65歳以上の高齢者世帯は全世帯の約30%を占めており、一人暮らしの高齢者は、2020年は600万人であるが、2040年には900万人になると推計されている (URL 1)。健康寿命延伸 (URL 2) の前提となる介護予防を見据えた食事摂取の観点において、高齢者の低栄養と要介護のリスクとの関連が明らかになっており (奥村他 2020; Bracher et al. 2019)、日本において高齢者の低栄養予防は喫緊の課題となっている (武見・小岩井 2017; URL 3)。そのため、高齢者の低栄養予防戦略として、安心して適切な食事を確保できる食環境整備が求められている。

高齢者世帯の増加に伴い、配食サービスの市場規模は増加傾向 (URL 4) にあるが、在宅サービス利用者やその家族の約4割に食事の心配事がある (古明地他 2016) との報告もある。地域の在宅高齢者等が、医療・介護関連施設以外でも、健康・栄養状態を適切に保つことができ、かつ口から食べる楽しみも十分得られるような食環境整備、とりわけ良質な配食事業を求める声の高まることを予想し、2017年に厚生労働省は「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」を公表している (URL 5)。このガイドラインでは、配食注文時のアセスメント例として、食欲の程度や食事回数等についての確認事項はあるものの、食欲に影響している可能性がある背景要因や個別性 (橋元他 2014; Meiselman 1992) までを把握することはできない。

日本の医療保険や介護保険施設等で実施され

ている栄養ケア・マネジメント (URL 6) では、臨床検査を含む栄養アセスメントに基づき「低栄養状態のリスクの判断 (URL 7)」を行い、栄養介入を実施している。高齢者における低栄養状態の改善を目的とした栄養ケア・マネジメントは介護報酬として評価され (杉山 2007; URL 6)、結果として高齢者における食環境整備は、嚥下調整食等を取り入れた低栄養予防や身体機能の維持等の栄養管理に着目して進められることが多い。いずれも数値で測りやすい各論的な現象をとらえようとするものであり、高齢者の食環境は画一的な栄養管理に重点がおかれることが多い (早川他 2010)。また、保険制度を利用する地域包括ケアシステム (URL 8) も同様の栄養介入となる。高齢者の食支援におけるアセスメントでは、当事者を社会サービスの一方的受益者とみなす傾向がみられるが、高齢者個人の食に対する感情や信念等、生の声を引き出しにくい現在の食環境の状況は、高齢者の食事への意欲低下を招き、さらに低栄養やうつ状態、認知症の増加を助長する可能性がある。成田 (2019) は介護予防のための栄養・食事介入の効果が得られにくい原因について、背景要因や個別性に応じた具体的方策がないことを指摘している。

そこで本研究は地域在住高齢者への効果的な食支援に向けて、背景要因や個別性に応じた具体的方策を検討するために、地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセスを、質的分析から高齢者の視点で明示することを目的とした。

2 先行研究と本研究の位置づけ

健康の保持・増進、生活習慣病予防のためのエネルギー及び栄養素の摂取量の基準を示す「日本人の食事摂取基準」は5年ごとに改定され (URL 9)、「栄養」は統計学的な基準値を満たす成分として国民に示されている。食事摂取に関するアセスメントは、客観的妥当性が示された各種の

比較基準値と照らして評価され、その評価に基づいて栄養介入を実施している。しかしながら、日本における介護予防のための介入研究についての文献レビューでは、介護予防に有効とされる栄養介入はみられず、研究デザインの問題や評価方法が統一されていないなど介入方法の確立が求められると鶴川ら（2015）は述べている。また、栄養・食事による介入効果が得られにくいのは、対象者の個性やリスクの程度に応じた具体的方策への中長期的な介入が十分にできていないことを成田（2019）は指摘している。Bandayrel and Wong（2011）は、集団的教育よりも個別栄養カウンセリングに予防効果があることを報告しているが、日本においては従来、栄養介入の面で栄養教育と栄養カウンセリングは明確に分類されず、実施者が統合的に進めている実状がある（木戸他 2022）。そのため、効果的な栄養カウンセリングの手法など個別栄養介入のための技術を身につけるためのツールは十分とはいえない。前項で述べたように高齢者の個別栄養介入例として配食サービスが存在はするが、集団的教育の側面が強い。

海外では栄養ケア（nutrition care and cure）を必要とする対象者や対象集団に対して、効果的かつ効率的な栄養ケアを実施するための手順として、国際栄養士連盟（International Confederation of Dietetic Association: ICDA）を軸に、栄養ケアプロセス（Nutrition Care Process: NCP）（Karen 2003=2012）の国際標準化が進められている（木戸他 2022；中村他 2018）。栄養ケアプロセスにおける栄養評価の手法は、標準コード化された項目について、システマティックに評価・診断を進めるものであるが、栄養問題の本質的な原因や誘因を見抜く知識と技術は、依然評価者に委ねられている。臨床実践におけるナラティブ・ベイスト・メディスンや、ナラティブ・リーズニングの概念のように、当事者の視点から語られる経験に着目する手法は海外の栄養ケアプロセスでもみられない。

本研究は、高齢者の視点で語られる日常の食

事に着目したインタビュー調査を実施し、質的分析手法を用いて食事の価値や目的を意識するプロセスを高齢者の視点で明示しようとするものであり、支援する側（評価者）主体の評価基準や理論とは異なる点に新規性があると考えられる。

3 用語の定義

本研究の「高齢者」は「高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号）」の分類に基づき、65 歳以上の者とした。

「地域在住高齢者」の用語は集団の健康問題を扱う公衆衛生学分野において、市区町村のような組織化された地域社会（地域の特性は問わない）に居住している高齢者を「地域在住高齢者（community-dwelling elderly）」という表記で報告する例が浸透しており、これに倣って使用することとする。ただし本研究では「地域で自宅に暮らしている高齢者」と定義し、保険制度に関わる施設等へ入居している高齢者は除外する。

本稿において、「地域在住高齢者」について説明している文中で使用する「高齢者」は「地域在住高齢者」と同義語である。

4 研究デザイン

(1) 質的研究：M-GTA によるインタビュー・データの理論化

地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセスには、どのような社会的相互作用が関連しているのかを可視化して理解するために、高齢者へのインタビュー調査を実施した。質的調査分析には様々な手法がみられるが、本研究では、対人支援のための意味解釈や仮説推論等に用いられる修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（Modified Grounded Theory

Approach: M-GTA) を用いた。M-GTA は、木下 (2003) によって方法論が確立されている質的研究手法の一つである。オリジナル版 GTA は、インタビュー・データ (以下「データ」) を切片化し多数のコードに変換する作業によって、データに内在する文脈性に拘束されない客観主義的立場をとる。一方、M-GTA はデータに密着した分析から独自の理論を生成するものであり、「分析テーマ」、「分析焦点者」という二つの視点を介してデータを解釈することで社会的相互作用に基づく人間行動を説明し予測することに優れているとされる。M-GTA は記述型のスタイルではなく、概念化のスタイルをとるため、研究結果は実践的な活用のための理論となり得る。

本研究では M-GTA を用いることにより、地域在住高齢者の食支援を考えるうえで、食事に対する価値観や目的を高齢者の視点からプロセス性のある理論として説明することが可能になるとともに、より効果的なアセスメントツールを検討するうえでの活用可能性が期待できる。

(2) M-GTA による分析のためのテーマ設定

M-GTA ではデータの解釈が重要になるため、分析の途中で解釈の視点がぶれないように、調査開始前に「分析テーマ (限定的課題)」と「分析焦点者」および生成した理論を応用する「理論応用者」を明確に設定する必要がある (木下 2003) ことから、本研究では以下のように設定する。

①分析テーマ (限定的課題)

地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセス

②分析焦点者

地域在住高齢者

③理論応用者

食支援者 (管理栄養士・栄養士・配食事業者・地域包括ケアシステム従事者等)

II 研究方法

1 調査対象

対象者は近畿圏 (主に京阪神) 居住の男女高齢者、サンプルサイズ (対象者の人数) は約 15 人とした。サンプルサイズの算出根拠は、M-GTA でのベース・データの目安が 10 例～20 例である (木下 2003) ことを参考とした。

社会福祉協議会等の支援事業等へ参加している高齢者をリクルートし、同意が得られた者を調査対象者とした。ただしインタビューで受け答えができないほど認知機能が低下している者、主に日本語でのコミュニケーションが困難である者は対象から除外した。

2 調査期間

2022 年 3 月～2023 年 4 月。

3 調査方法

半構造化面接を実施した。具体的には、調査対象者に対し、調査者 1 名につき調査対象者 1 名のスタイルで行った。時間と内容については、調査者が事前に作成したインタビューガイドに基づき、1 名あたり約 1 時間で実施した。調査場所は、調査対象者が希望する場所とし、実施内容が他者に聞かれない環境で行った。調査対象者の了解を得てインタビュー内容は IC レコーダーに録音した。

インタビューガイドは保健指導経験がある管理栄養士間で議論し、手順や質問項目など統一感をもってインタビューが実施できるように作

成した。具体的には、①導入（挨拶・基本属性等についての質問）、②核となる質問（1. 現在の食事管理、2. 過去を含む日常の食事への意見、3. 食支援への意見）、③おわりに（結語）の3部構成である。

4 分析手順

録音データから名前など個人情報削除し、逐語録を作成しベース・データとした。分析テーマを「地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセス」、分析焦点者を「地域在住高齢者」に設定し、ベース・データを基に分析をすすめた。

ベース・データからの概念の生成には、分析ワークシートを使用した。このワークシートは、概念名、定義、具体例、理論的メモで構成される。解釈の視点がぶれないように、ワークシートの上部には「分析テーマ」と「分析焦点者」を記入し、分析の際に常に意識できるようにした。分析ワークシートは個々の概念ごとに作成した。さらに継続的比較分析（比較から新たな“関係”を見出していく）によって概念どうしの関係を

検討することで、複数の概念との関係で構成されるカテゴリを生成した。

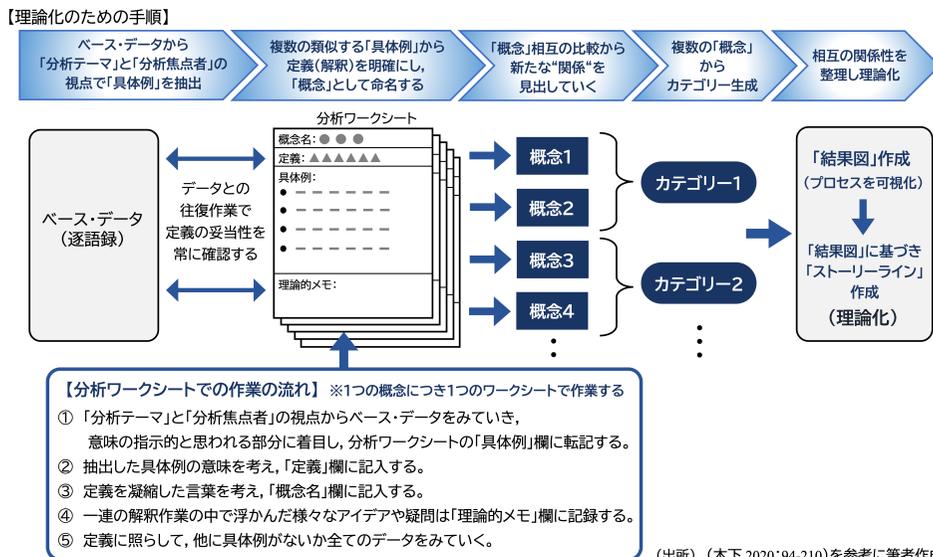
【ワークシートの作業の流れ：まず具体例欄への記入から始める。分析テーマと分析焦点者の視点からデータをみていき、意味の指示的と思われる部分に着目し、具体例欄に転記する。そしてその部分の意味を考え定義欄に記入する。さらにその定義を凝縮した言葉を考え、概念欄に記入する。この一連の解釈作業の中で浮かんだ様々なアイデアや疑問は理論的メモ欄に記録していく。そして今度は定義に照らして他に具体例がないかデータをみながら、同時並行的にデータの別の箇所にも着目して具体例として取り上げ、新たなワークシートを立ち上げる。この作業を全てのデータに対して行った。】

M-GTAによる理論化のための分析手順の概要を図1に示した。

5 信頼性と妥当性の確保

分析過程では、分析内容が恣意的にならないように質的研究経験者であるスーパーバイザーの意見を求めた。

図1 M-GTAによる理論化のための分析手順の概要



6 倫理的配慮と研究資金および利益相反について

本研究は立命館大学における人を対象とする研究倫理審査委員会の承認（承認番号：衣笠人-2021-121）を得たうえで、立命館大学研究推進プログラム（2022年度、2023年度）助成金により実施した。本研究の実施にあたり、利益相反関係にある企業・団体などはない。

III 研究結果

1 分析対象者の概要

- (1)人数と性別：13人（男性5人、女性8人）
- (2)年齢：74-88歳（平均77.4歳）
- (3)インタビュー時間：21-80分（平均47分）
- (4)対象者の属性は表1に示す。

表1 対象者の属性

ID	性別	年齢	生年	出身地	居住地	調理担当	居住形態
A	女性	79	昭和17	京都	京都市	本人	独居
B	女性	76	昭和20	京都	京都市	本人	独居
C	女性	74	昭和22	京都	京都市	本人	配偶者および子と同居
D	女性	75	昭和21	岡山	京都市	本人	独居
E	女性	75	昭和21	大阪	大阪市	本人	配偶者および子と同居
F	男性	76	昭和20	奈良	大阪市	配偶者	配偶者および子と同居
G	男性	75	昭和21	大分	京都市	配偶者	配偶者と同居
H	女性	78	昭和19	奈良	吹田市	本人	配偶者と同居
I	女性	77	昭和21	宮崎	吹田市	本人	配偶者および子と同居
J	女性	75	昭和22	鹿児島	吹田市	本人	配偶者および子と同居
K	男性	78	昭和19	大阪	吹田市	配偶者	配偶者と同居
L	男性	88	昭和9	大阪	神戸市	本人	配偶者および子と同居
M	男性	80	昭和17	宮崎	吹田市	本人	独居

2 生成された概念およびカテゴリー

(1) 生成された概念と定義

M-GTAによる分析の結果、16の概念が生成された。定義と具体例を表2に示す。

(2) 概念から生成されたカテゴリー

表2で示した16の概念について、複数の概念相互の関係性から、5のサブカテゴリーと2のカテゴリーを生成した（表3）。

3 結果図の作成とストーリーラインの生成

表3で示した16の概念、5のサブカテゴリー、2のカテゴリーについて、相互の関係性を整理しプロセスを可視化するために、結果図を作成した（図2）。

以下、図2の結果図に基づきストーリーライン（理論）を生成した。文中の【 】はカテゴリー

表2 生成された概念と定義一覧

No.	概念名	定義	具体例 ※文末の括弧内は対象者IDを示す
1	幼少期に体験した味わい深さ	当時(幼少期)の状況説明を伴う、ありがたみを感じている食体験	●帰ったらサツマイモ蒸してあったり、おばあちゃんが「ああ、帰ってきたか」って言って柿を剥いてくれたり(中略)おばあちゃんのおにぎりが美味しかったね。全てね、おばあちゃんがそばにいるよ。(H) ●先立海苔が出るのは、なんていうんだか摘みだての海苔、海苔のおつゆというのがね(中略)それは磯の香りがして記憶にあるんですね。(J) ●すり鉢持ちなさいってよく持たされて、擦って作ってくれました。なんていうのかな、業者がつくってるのと少し違う、イメージが違うんですよ。もっとゴツゴツした、母のつくるのなんかな。でもそれやっぱ好きでした。(J)
2	「懐かしい味」を確立	過去の自分と向き合う味であり、「今だから」食べたいと思う味	●やっぱ歳とってくるにつれ、育った頃のお食事が懐かしいというか、口に合うというの感じますよ。(H) ●母親がつくったものとかね、お煮しめとか、あんなん好きです。田舎煮しめというのは絶対作りますね。(I) ●僕は赤飯、好きですね(中略)正月はもちろんそうですし、誕生日には母親が炊いてくれますし(中略)だから、お祝いの時には、あのやはり赤飯というのが(K) ●甘いもの食べたい言うて。最後、死ぬ時は、おはぎ、アンパン。最終戦食べられなかったから。(F)
3	食を介した家族の連帯感	食事の準備や行事食などで、家族が一同に集うことが当たり前だという認識	●30日は餅つき、皆寄って。そのあとは大きい鉄板があるねん。焼肉とかね、まあそんなときは親があるからね、スポンサーが。(A) ●だからお誕生会が、孫たちが次々誕生日きますよわ。ご飯食べ行ったりここへ来たりしてるんですね。(G) ●両親と一緒にいましたから、お正月なんか20人ぐらい集まる時もあったんですね。もう何年か。集まってきて、やれ法事とか、特にお正月ですね。法事も何回もしましたから。(J) ●おじいちゃんかね、私にお金を持たしてね、小学校の近くの肉屋さんまでね、買いに行ってくる。でね、月に1回はね、ごちそうの日がすき焼きだった。(H) ●一緒にのん食べた方がいいかなっていうのもあったし。(J)
4	生活者としての知恵を獲得	嫁・姑の関係など苦勞しながらも、その時に培った生活力が今でも役に立っていると受け止めていること	●氣遣こてばかりでね、誰の言うこと聞いたらえのか分からんときがあるやん。せやけど、ものすごく勉強になって。(A) ●やっぱ親に教えてもらったやつは勝手に出来るわね、何でも。千切りとかピジキとか、何日なたら何やらかんやらでね。(A) ●それは親と一緒にやったからきちんと(A) ●孫もかわいがってはくれてはあったけども、嬪は嬪できつかったし、嫁にもな(C)
5	「慣れ」への信頼	経験の積み重ねに対する自信と信頼	●新しい料理はね、しばらく作ってすぐ忘れる。昔からしてるやつは忘れへんわ。(A) ●そう、自分でやっぱ見てやないと。(A) ●全然、苦にならないですよ、いつも作ってますから。(D)
6	食事にエピソードがある	ストーリーに埋め込まれている食事	●長男がってね、大学のときとか勉強のときに弁当持たすけど、2つも3つも作ったときあるんですよ。(A) ●天がら言うたらね、いつも春にね、フキノトウ。ちゃん持って来てくれるの、お友達。(A) ●もちろん、食べる時はいつも一緒にだったよ。みんな正座して食べてましたよ(H) ●正月、誕生日、せいぜいちょっとお祝いに、赤飯炊こうかってなるんですね(中略)お彼岸になったらおはぎとか作ってますし。(K)
7	虚無的心情	あえて「考えないよう」にしている」逃避的な思考	●前はね、家族いたときはなんやっただけども、もう今そんなもん邪魔くそなって(中略)もう関係なしに、それでもうパターンになってるんです(中略)基準ってないわ、もう。(B) ●一人だからね、気楽です。(D) ●だから、今さらって言うふうな気もありませんわね。もうその時期は終わったんじゃないかな。(G) ●これちゆうて、どれがうまいんとか、そんな、そんな全然ない。(L) ●別に不満はない、満足もないと思うけど。(M) ●これ食べる時はもう決まってるんだよ(中略)別にどれにしようかって思わんでいいじゃないですか、決めとけば。一人で食べる時これとこれ、みんな知ってるから。(M)
8	健康意識の高まり	健康を意識して食材を選択していること	●ほんで私冷え性から、シヨウガを買ってきてみじん切りにして(中略)ほんでニンジンがええ言わはったらニンジン入れてみたり。(B) ●そうです、朝昼晩見て、今日緑がないと、お皿の中に盛って、緑がないと思ったら、冷蔵庫の中開けて、緑のあるようなものを探す。でも、緑なかったら、例えは青汁がありますね。青汁を出さ。(D) ●今、納豆を食べるようにしてます。もう、10年はやりますかね。やっぱ体に良いやろうことね。(K)
9	「不慣れ」への抵抗	これまで接したことがない人やモノ、環境について避けようとする	●(施設)の食事について聞かれ)ストレス溜まるわ。皆とおんなじもん食べんなのね。(E) ●(地域の食事に参加について)だから別に知らない人と食べたいなって気持ちはならないなあ。(M)
10	身体機能の変化による食材の不適應	加齢による身体機能の衰えを意識し、食べにくい食材を認識していること	●歯悪なつたわ。やから噛むのがすごい…。でも入れ歯にはしたくないから。入れ歯にすごいのみ力かチカチカ噛んではんね。(E) ●胡麻とか細かいのがね。イチゴのあいうのが困る言うてたね。それ聞いているから、入れ歯にすればはるんやろうけど。でも無いままで食べるんですよ片っぽ。(E) ●硬さ、困りますよ。歯がね、あんまり良いことないんで。うん。噛みにくいあります。やっぱちよとね。やっぱ肉とか食べにくいですよ。それと、唐揚げとかね。(K) ●飲み込みが悪いと言えはいいの。自分が感じる。やっぱ水は昔はごくごく飲んでいたのができないですね。(M)
11	自己決定の正当化	自分の行動について他者の意見を介入させない姿勢	●だからね、人が何とやっても作り置きは良くないとか、栄養面でも良くないとか言われるけど、もうこれは私のことだから、別に人に食べさせませんしじゃないから。(D) ●これ食べる時はもう決まってるんだよ(中略)別にどれにしようかって思わんでいいじゃないですか、決めとけば。一人で食べる時これとこれ、みんな知ってるから。(M)
12	限定人生の有効活用	人生の残り時間を意識して、積極的に好きなものを食べておこうとする姿勢	●でも食べるの楽しみますね、年いくとやっぱそれが、それを楽しみにしようって言うて今から、これから何年食べられるやろ思て。せやから美味しもんんでちょっとでもいいから食べよも約束してないけど。(E) ●だからもう、あいつ何年生かれるか分かんないから、食べるもん食べておくみたい。(I)
13	非日常空間の共有による連帯意識	日常と離れた場所へ行き、友人や家族と外での食事を共有しようとする姿勢	●ご飯食べに行くのは昔からの友達がおって(中略)電車乗って遊び行ったりとか。よそへ行くんです。電車乗って、日帰り。で、帰ってきて、また近くのところが、要するに一杯飲み(中略) ●自分たちでお友達同士外食したりはするんですけど。(J) ●(近くに住むお孫さんと)外食しますね。家内の料理もあって、家でも食べますけど、まあ外食中心になります。(K)
14	商品に委ねる	お弁当や惣菜を購入しなけばならない状況では、その商品に全てを委ねるといってや投げやりな姿勢	●ほんで、留守のときは玄関に置いてあるやん、クーラーボックス(中略)サラダやたら冷たいやん。でな、もうこれは何でもチンして食べんねん。(A) ●ちゃんとした物を使ってる。信頼出来るそういうところに頼みたいなあ。(H) ●ああ、いや、安全な材料で、安心して食べられて、栄養的にもバランスが崩れて、ちょうどその味覚が満足させられるということであれば、良いと思うんですよ。(K)
15	知名度への傾倒	カタログ等で商品を選ぶ際に、知名度で信頼(納得)しようとする姿勢	●それはその、要するにその専門の業者さんやたら、きちとしたバランスを考えて作ってますわね。(H) ●ちゃんとした名前の通ったこのお弁当言うたら、たまには食べたないと思うときある。(G) ●こういうの目にする、間違いないだろうと思ってしまう。(H)
16	「業」だと思うようにする	自分で好んで食べている状態ではない時に、食事は「業」と発想することで乗り切ろうとする姿勢	●(配食について)皆火が通ってるからね、チンして食べるんやけど。具合が悪いときは、それで良かったん(中略)せやけど、これだけでやと、業やっばって食べたんよ。(A) ●どうせ、最後は一人やし。だから、それは健康やないか。そして、やっぱ食べ物。健康は食べ物。ほんで私、いつも言うねん、「好き嫌い言わんと、これが皆、業や。業とこれとどっちがええ？」って言うたんねん、お友達にな。(A)

表3 概念から生成されたカテゴリー

No.	概念(16)	サブカテゴリー(5)	カテゴリー(2)
1	幼少期に体験した味わい深さ	家族主体の食生活	暮らしの中での自己形成
2	「懐かしい味」を確立	自分史	
3	食を介した家族の連帯感		
4	生活者としての知恵を獲得		
5	「慣れ」への信頼		
6	食事にエピソードがある		
7	虚無的心情	自分主体の食生活	暮らしの外への自己解放
8	健康意識の高まり		
9	「不慣れ」への抵抗		
10	身体機能の変化による食材の不適合		
11	自己決定の正当化	喪失感の積極的埋め合わせ	
12	限定人生の有効活用		
13	非日常空間の共有による連帯意識		
14	商品に委ねる	不確かな安心感	
15	知名度への傾倒		
16	「薬」だと思ふようにする		

リー、{ } はサブカテゴリー、〈 〉 は概念を示す。なお、ストーリーラインは理論応用者のための理論とする（木下 2003）ため現在形で記す。

(1) 生成されたストーリーライン

地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセスには、【暮らしの中での自己形成】と【暮らしの外への自己解放】の相反する2つのカテゴリーが存在する。

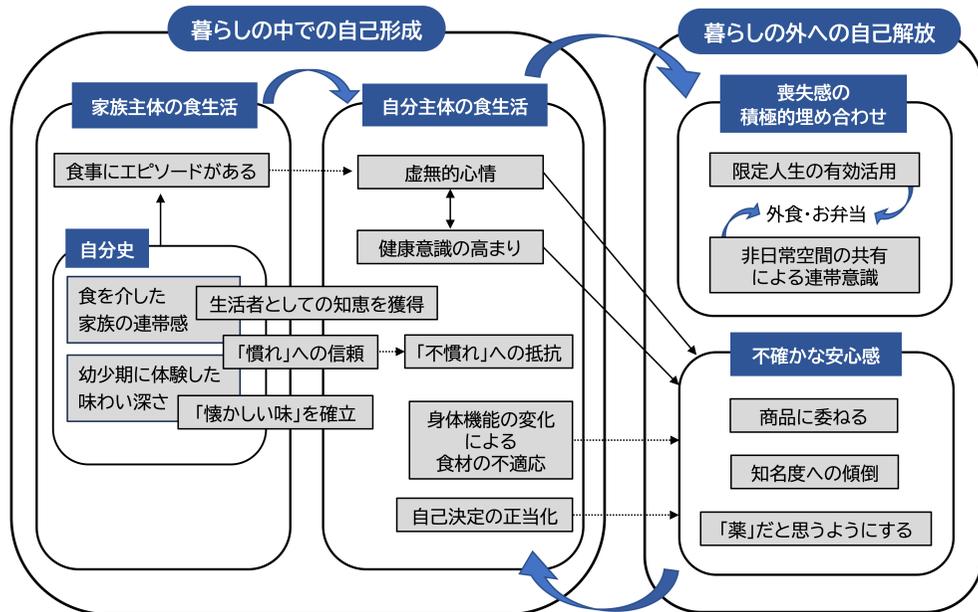
1945（昭和 20）年前後生まれの地域在住高齢者が経験している食事では、〈幼少期に体験した味わい深さ〉から〈「懐かしい味」を確立〉し、行事食などで〈食を介した家族の連帯感〉を自然に根付かせながら、食事準備に関わることは〈生活者としての知恵を獲得〉することと後に肯定的に捉えている。またこれらの経験の積み重ねは食に関する〈「慣れ」への信頼〉を醸成しており、時として〈「不慣れ」への抵抗〉にもつながっている。つまり {家族主体の食生活} では、食事は【暮らしの中での自己形成】のための要素

となっている。

一方で、家族構成等環境の変化により食事の目的の比重が家族から自分に移行し、{自分主体の食生活} になると、〈健康意識の高まり〉が一部でみられる一方で、食事準備等の面倒さから〈虚無的心情〉あるいは〈自己決定の正当化〉が進み、【暮らしの外への自己解放】を実践している。具体的には、他者がつくるお弁当、惣菜、外食等〈商品に委ねる〉ことや、選択に関しては〈知名度への傾倒〉、食事を〈「薬」だと思ふようにする〉など {不確かな安心感} を得るために食事の価値を暮らしの外に求めるようになる。また人生の残り時間を意識し〈限定人生の有効活用〉として積極的に外食をすることや、友人や家族と遠出（お弁当・外食）をするなど〈非日常空間の共有による連帯意識〉を持つことで、食事の目的が {喪失感の積極的埋め合わせ} の要素になっている面がある。

(2) 作成した結果図

図2 地域在宅高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセス



* 図中の 内の文字はカテゴリ、 内の文字はサブカテゴリ、 内の文字は概念を示す。

IV 考察

1 地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセスの特徴

地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセスには、【暮らしの中での自己形成】と【暮らしの外への自己解放】の相反する2つのカテゴリが明示され、高齢者の葛藤が伺えた。

食事に対する価値や目的を決定づける要因の一つとして歴史的環境要因が考えられる。本研究の対象者は1934（昭和9）年から1947（昭和22）年の戦中戦後直後に生まれた世代であり、対象者の親世代は戦中戦後の食料統制下で食糧確保の苦勞と工夫を余儀なくされた世代である。対象者の子ども時代はその影響を強く受けて育った世代といえる。

図3に対象者のライフステージの推移と時代

背景の概観を示す。家族（親世代、子世代、孫世代）のライフステージも同様に推移しながら相互に関わるため、同じシートに表す。

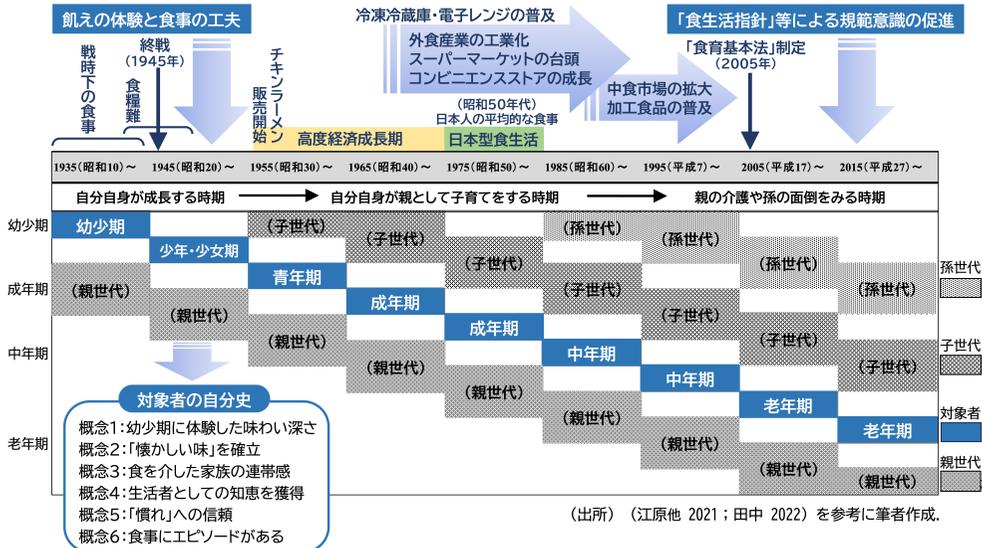
本研究の対象者は図3に示す通り、幼少期から少年・少女期にかけて、戦中戦後という特殊な状況下で食事に対する嗜好や価値観を形成したことが伺える。実際インタビューでは以下のような語りがあった。

●日本は敗戦後ガチャガチャやったんです。そやから食べるもんでほとんどなかったんです。食に関してはなんでも食べるんです（中略）なんせ食べるもんだけは、おばあちゃん、私の母がやってくれました。雑炊つくったり、芋も焚いてくれたり、そういう質素な生活やったんですけど、まあなんとかやりました（中略）ええ、もうなんでも有り難いと思って食べるんです。残すとあかん。一粒も残したらあかんという教え込まれましたけど。（F）

●（思い出の食べ物について聞かれ）あるというたら雑炊ですわ。配給の。そこへ並んでもらいに、買いに行くわけですよ。（L）

●私のおじさんが要するに軍人やったですね。そし

図3 対象者（昭和9～22年生まれ）のライフステージの推移と時代背景の概観



て海軍やから中国の本をくれたんですわ（中略）それで中国の食文化に興味をもった。（L）

石毛（2015）は、幼少期から少年・少女期にかけて形成された食べものに対する嗜好や価値観は、世代を単位とするゆっくりとした変化の過程で、少しずつ変形しながら伝承される性格のものであると述べている。しかし対象者が成長する過程では、外食産業の工業化やスーパーマーケットの台頭、コンビニエンスストアの成長、中食市場の拡大、家電の普及（田中 2022）など、親世代とは全く異なる状況の中で新たな食習慣を形成していくことになる。また、様々なインスタント食品・冷凍食品・チルド食品・レトルト食品等簡便化商品の開発が著しく進み（大浦 2012）、ひとつ前の世代とは異なり「自分で作る」が原則ではなく、こうした商品・サービスを合理的に生活の中に取り入れ、顧客として育てる世代（北濱 2014）でもあった。食事に対する価値や目的に虚無的心情がみられたのは、歴史的環境の変化の急速さゆえの特徴であるかもしれない。総じて「懐かしい味」に価値を見出す傾向がみられた。

一方、対象者が子育て期にあたる 1975 年頃（昭和 50 年代）の日本の平均的な食事について、

農林水産省は「日本型食生活」との名称で「バランスのとれた食事」と評価し、その実践を推奨している（URL 10）。しかし当時の食事の状況について、インタビューでは以下のような語りがあり、「日本型食生活」時代の日常食は必ずしも豊かな食事風景とはいえないことも伺えた。

- 今日にはこれにしようて楽しんで作ったことない。大変やったから。（E）
- 仕事している時はもうほとんどまともには帰れない。我々は企業戦士の時代ですからね。（K）
- （定年前は職場に）定食が A と B と麺と 3 種類があって、もうメニューが決まってますのでね。安い金額で食券買って（G）

食糧難を経て高度成長期に食生活が豊かになる一方で、典型的な核家族では大黒柱の夫が企業戦士となり、家族が全員そろわない夕食等は、簡便な料理のほうが合理的で家庭での調理時間を短くする傾向になっていたことも考えられる。対象者から子育て時期の日常食について得られる情緒的な感想は乏しく、「とにかく忙しかった」と振り返る例が多い。一方で対象者の親世代に対しては「生活の知恵や技術」を教えてくれたことへの感謝ともとれる認識を示している。塩谷（2011）は三世代同居世帯の第二世代の女

性の意識に焦点をあてた1998年と2003年の調査で、料理が愛情・信頼・感謝などの情緒的要因に結びついている場合は食文化が継承されているが、世代間の葛藤、婚家との確執や不満がある場合は食文化の断絶意識が働いていると考察し、食文化の継承には食以前に家族の情意的な関係性のありようが影響するとの結論を導き出している。今後、非婚者・一人暮らしの増加により、食文化食意識の共有はますます難しくなると思われる。

本研究結果より、地域在住高齢者において、歴史的文化的変化の急速さゆえに、食事の価値を意識するプロセスには、食への意識の確立と現状の乖離から葛藤がみられ、高齢者がどのように食環境と折り合いをつけているのかを明示することができた。一生関わった食事摂取において、その葛藤を取り除く方法論はない。その課題提起という面で、本研究において成果を得られたと考える。

2 食支援への示唆

本研究結果より、高齢者自身の中で形成された食への価値観と現実（環境の変化や身体機能の変化、人生の限定意識など）との葛藤により、望まない食環境を高齢者自らが受け入れる要因が存在することが示唆された。高齢者の葛藤は何か、その境目（分岐点）に支援の担い手が着目する必要がある。また、支援環境が整っていないことに加えて、高齢者自身も自分と折り合いをつけながら自分の望むものから無意識に目を背けている可能性が示唆されている。保健医療や福祉の分野では、当事者が本来持つ能力や権限を発揮するためのエンパワメント環境の重要性が示されている（安梅 2021）。そのことから、地域在住高齢者への食支援においても個人がもつ能力や権限を放棄させることなく、自己を発展的に形成していく過程を支援する必要があると考える。つまり、栄養ケア等の支援システム

の充実とともに、高齢者自らが自身の中に確立された食事意識に気づくためのきっかけづくりが求められるのではないかと考える。また、食支援におけるアセスメントにおいて、高齢者個人の人生に内包されている歴史的文化を知るといふ姿勢は当事者理解のために重要なステップであると考えられる。当事者の視点から語られる経験に着目し、その語りからその人の歴史的文化を読み解く技術が支援の担い手に求められることが重要になると考える。

本課題をさらに深め、高齢者の食支援における当事者理解のためのアセスメントツールの開発につなげることは、管理栄養士だけでなく高齢者に近い介護者や介護施設職員、医療者等により、高齢者の食事への価値観や信念に寄り添う食支援を行う事が可能となり、高齢者の食への意欲を高め、ひいては低栄養の予防につながると考える。

V 結論

地域在住高齢者が食事の価値や目的を意識するプロセスには、【暮らしの中での自己形成】と【暮らしの外への自己解放】の相反する2つのカテゴリーが生成された。【暮らしの中での自己形成】では【家族主体の食生活】に【食事にエピソードがある】ことで、暮らしの中に価値や目的を見出すのが、環境の変化により【自分主体の食生活】に移行すると、【虚無的心情】がみられ、食事の価値や目的を暮らしの外に求めるようになる。つまり【暮らしの中での自己形成】としての食事から【暮らしの外への自己解放】を実現するための食事に価値や目的が移行していた。このプロセスでは歴史的文化的変化の急速さがもたらした高齢者の葛藤も明示され、その葛藤は解決されないまま内在している。地域在住高齢者への効果的な食支援に向けた具体的方策を検討するには、支援者側にも高齢者個人の人生に内包されている歴史的文化と向き合う視点

が必要である。

VI 今後の展望について

本研究では、M-GTAによって地域在住高齢者の視点で食事の価値を意識するプロセスを明示した。プロセスにはいくつかの重要な分岐点（高齢者の食への葛藤）があることが示唆されたことから、今後はその分岐点に着目した食支援の在り方を検討する必要がある。M-GTAによる分析の限界として、生成した理論は解釈する人間の要素が決定的に作用すること、必ずしも個人の現象の時間的展開と同じとはならない点がある。歴史的、文化的、社会的な文脈に埋め込まれている人間の質的変容を捉えるには、時間を捨象せず価値相対的に「移行」という視点が有用とされている（サトウ 2009）ことから、今後はそうした認識論を備えている TEM（安田・サトウ 2012）や TEA（安田・サトウ 2017）等、異なる質的分析手法を参考に検証を重ねる必要がある。

一方で M-GTA によって生成される理論は、完成された形で提示されるのではなく、結果を現場で活用しようとする応用者（実装者）による創造的修正の余地を含んでいる（木下 2020）ことから、実装者によるフィードバックで理論の精緻化が図られていくという今後の建設的な相互関係の構築も望まれる。

■謝辞

本研究実施にあたりインタビューにご協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

本研究の実施までお導きくださり支えとなってくくださった故・田中浩子先生（元立命館大学食マネジメント学部教授）に深謝いたします。

VII 引用文献

- 安梅勅江（2021）エンパワメントの理論と技術に基づく共創型アクションリサーチ—持続可能な社会の実現に向けて．北大路書房。
- 石毛直道（2015）日本の食文化史—旧石器時代から現代まで．岩波書店。
- 鶴川重和・玉腰暁子・坂元あい（2015）介護予防の二次予防事業対象者への介入プログラムに関する文献レビュー．日本公衆衛生雑誌, 62 (1), 3–19. https://doi.org/10.11236/jph.62.1_3
- 江原絢子（編）（2021）日本食の文化—原始から現代に至る食のあゆみ．アイ・ケイコーポレーション。
- 大浦祐二（2012）食に関する多様な消費者行動の解明に向けた視点と方法．フードシステム研究, 19 (2), 46–49. <https://doi.org/10.5874/jfsr.19.46>
- 奥村圭子・廣瀬渉・塚原丘美（2020）食生活課題のある地域在住高齢者を対象とした介護予防のための低栄養問題の早期発見と栄養教育の検討．*Nagoya Journal of Nutritional Sciences*, 6, 37–45. <https://doi.org/10.15073/00001534>
- 北濱利弘（2014）2020～50年を見据えた食品マーケティングの展開．生活協同組合研究, 462, 37–47. https://doi.org/10.57538/consumercoopstudies.462.0_37
- 木戸康博・中村丁次・寺本房子（編）（2022）改訂新版 栄養管理プロセス．第一出版。
- 木下康仁（2003）グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践—質的研究への誘い．弘文堂。
- 木下康仁（2020）定本 M-GTA—実践の理論化をめざす質的研究方法論．医学書院。
- 古明地夕佳・杉山みち子・榎裕美・川久保清・葛谷雅文（2016）在宅サービス利用高齢者にお

- ける低栄養状態の実態および要因分析. 日本健康・栄養システム学会誌, 16 (2), 20–27. https://doi.org/10.57440/jncm.16.2_20
- サトウタツヤ (2009) TEM ではじめる質的研究—時間とプロセスを扱う研究をめざして. 誠信書房.
- 塩谷幸子 (2011) 食文化の継承意識に影響する家族関係—正月料理の変化を通して. 風間書房.
- 杉山みち子 (2007) 改正介護保険制度と栄養ケア・マネジメントに関する研究. 栄養学雑誌, 65 (2), 55–66. <https://doi.org/10.5264/eiyogakuzashi.65.55>
- 武見ゆかり・小岩井馨 (2017) 高齢期における低栄養予防の必要性および今後の対策—地域高齢者等の健康支援のための配食事業と共食の場の充実. 保健医療科学, 66 (6), 603–611. https://doi.org/10.20683/jniph.66.6_603
- 田中浩子 (2022) 食サービス産業の工業化—外食・中食産業を中心に. 晃洋書房.
- 中村丁次・川島由起子・寺本房子 (2018) 栄養ケアプロセスにおける栄養診断. 日臨栄会誌, 40 (1), 8–14.
- 成田美紀 (2019) 要介護化予防のための栄養・食事介入の実情と課題. 体力科学, 68 (5), 319–325. <https://doi.org/10.7600/jspfsm.68.319>
- 橋元千久佐・葭原明弘・宮崎秀夫 (2014) 地域在住高齢者における食欲および咀嚼不自由感と関連要因に関する研究. 口腔衛生会誌, 64 (3), 284–290. https://doi.org/10.5834/jdh.64.3_284
- 早川麻理子・西村佳代子・山田卓也・岩田尚・竹村博文 (2010) 栄養アセスメントツールの対象患者と効果的な活用. 静脈経腸栄養, 25 (2), 13–16. <https://doi.org/10.11244/jjspen.25.581>
- 安田裕子・サトウタツヤ (2012) TEM でわかる人生の径路—質的研究の新展開. 誠信書房.
- 安田裕子・サトウタツヤ (編) (2017) TEM でひろがる社会実装—ライフの充実を支援する. 誠信書房.
- Bandayrel, K., & Wong, S. (2011) Systematic literature review of randomized control trials assessing the effectiveness of nutrition interventions in community-dwelling older adults. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 43 (4), 251–262. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2010.01.004>
- Bracher, M., Murphy, J., Steward, K., Wallis, K., & May, C. R. (2019) What factors promote or inhibit implementation of a new procedure for screening and treatment of malnutrition in community settings? A prospective process evaluation of the Implementing Nutrition Screening in Community Care for Older People (INSCCOPe) project (UK). *BMJ Open*, 24 (2), e023362. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-023362>
- Meiselman, H. L. (1992) Methodology and Theory in Human Eating Research. *Appetite*, 19 (1), 49–55. [https://doi.org/10.1016/0195-6663\(92\)90235-X](https://doi.org/10.1016/0195-6663(92)90235-X)
- Karen, L., & Ellen, P. (2003) Nutrition care process and model: ADA adopts road map to quality care and outcomes management. *Journal of the American Dietetic Association*, 103, 1061–1072.

URL List

1. 内閣府 (2023) 令和 5 年版高齢社会白書 (2024 年 1 月 5 日取得 https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2023/zenbun/05pdf_index.html).
2. 厚生労働省 (2019) 健康寿命延伸プランの概要 (2024 年 1 月 5 日取得 <https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000607837.pdf>).

3. 厚生労働省（2023）第 51 回厚生科学審議会
地域保健健康増進栄養部会（2024 年 1 月 5
日取得
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_34700.html).
4. 厚生労働省（2016）配食事業の動向等につ
いて（2023 年 10 月 1 日取得
<https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-10901000-Kenkoukyoku-oumuka/siryoku3.pdf>).
5. 厚生労働省（2017）地域高齢者等の健康支
援を推進する配食事業の栄養管理に関する
ガイドライン（2023 年 10 月 1 日取得
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000158814.html>).
6. 厚生労働省（2021）令和 3 年度介護報酬改
定の概要（栄養関連）（2024 年 1 月 5 日取得
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000818036.pdf>).
7. 厚生労働省（2009）低栄養状態の指標につ
いて（2024 年 1 月 5 日取得
<https://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dl/tp0501-siryoku4-2.pdf>).
8. 厚生労働省（2016）地域包括ケアシステム
（2024 年 1 月 5 日取得
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/chiiki-houkatsu/).
9. 厚生労働省（2020）日本人の食事摂取基準
（2023 年 10 月 1 日取得
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/eiyoku/syokuji_kijyun.html).
10. 農林水産省（2016）日本型食生活のすすめ
（2023 年 10 月 1 日取得
https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/zissen_navi/balance/style.html).

編集・制作協力：特定非営利活動法人 ratik

<https://ratik.org>

