

原 著

食嗜好の変化の認識と客観的要因の比較検討

—前期高齢者における検討—

富永 一道^{1,2)} 土崎しのぶ³⁾ 濱野 強^{2,4)} 安藤 雄一⁵⁾

概要：適切な食行動が生活習慣病の予防や治療において効果的な取り組みであることは良く知られている。しかしながら、食行動と強く関連する食嗜好と口腔機能の関係については味覚を除いて十分に解明されてはいない。そこで、本研究では、「食嗜好の変化（食べ物の好みの変化）」の有無とその関連要因について検討することを目的とした。

島根県邑南町で実施した平成 29 年度特定健診および歯科健康調査の参加者 656 名のうち、前期高齢者 484 名（男性 44.2%、女性 55.8%）を分析対象とした。

その結果「食嗜好の変化」ありと回答した者は 129 名（26.7%）であった。また、「食嗜好の変化」の有無を目的変数としたロジスティック回帰分析モデルに、各群を順次強制投入したときの擬似決定係数の変化から「食嗜好の変化」に対する影響力を評価した結果、疾病・健康群（31.9%）が最も影響力が大きく、続いて歯科関連群（28.1%）、咀嚼関連群（21.1%）、食事関連群（17.2%）、基本属性群（1.7%）であった。対象者の主観に基づく食嗜好の変化に影響した「きっかけ」に関する質問では、加齢と回答した割合が最も高かった。

以上より、地域の前期高齢者において、歯科関連群、咀嚼関連群、食事関連群などの歯科に関係する要因群が疾病・健康群に次いで食嗜好を説明する要因として影響力を有していると考えられた。

索引用語：食嗜好，食行動，咀嚼，グミゼリー

口腔衛生会誌 70：136-143, 2020

(受付：令和 2 年 1 月 17 日／受理：令和 2 年 4 月 11 日)

緒 言

生活習慣病の中には不適切な食行動¹⁾が原因となって発症、悪化しているものも少なくない*1。日本肥満学会は肥満症の治療に認知行動療法の導入を推奨²⁾しており、その目的は食行動を調節することによる適切な体重の維持管理である。食行動の調節³⁾は代謝性調節と認知性調節に分けられる。代謝性調節はグルコースやレプチン、インスリン、グレリンなどの消化関連ホルモンが直接的に視床下部に作用する液性経路と、内臓に分布する求心性迷走神経が延髄弧束核を経て視床下部に至る神経性経路があり、液性経路と神経性経路で食行動の自動制御システムとなっている³⁻⁶⁾。

また、食物の認知、動機づけ、報酬などに関連した大

脳辺縁系である海馬（記憶）、扁桃体（情動）、大脳皮質連合野（運動、感覚）、大脳皮質前頭前野（判断、思考）などは交互作用を伴い、認知性調節として視床下部に情報を入力している^{3,4,7)}。動物に比べてヒトでは嗜好、経験、欲求、報酬、価値観といった認知性調節の関与が飛躍的に増大し、食行動の調節において支配的位置付けとなっている³⁾。特に味覚は大脳皮質連合野（感覚）を介して報酬系（視床下部摂食中枢）との交互作用により食嗜好に強く影響している^{4,6,8)}。

一方、安藤ら⁹⁾による国民健康・栄養調査を対象とした疫学研究で、咀嚼能力が低下した者はそうでない者に比べて硬い食品を避け、柔らかい食品を好むようになり摂取食品の多様性が低下し炭水化物の摂取が増加することが示され^{10,11)}、加えて咀嚼能力が低下した者は甘味嗜

¹⁾ 富永歯科医院

²⁾ 島根大学地域包括ケア教育研究センター

³⁾ 邑南町役場保健課

⁴⁾ 京都産業大学現代社会学部健康スポーツ社会学科

⁵⁾ 国立保健医療科学院生涯健康研究部

*1 厚生労働省：健康日本 2 1（栄養・食生活）> 栄養・食生活、https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21_11/b1.html（2019 年 12 月 22 日アクセス）。