

山形市健診受診者における地域別の推定食塩摂取量と食習慣の関連

○伊藤七海¹, 奥山涼子¹, 本間友恵¹, 武田直子¹, 臼井朋美¹, 柴崎麻実¹, 加藤裕一¹,
山下英俊¹, 加藤丈夫² (1: 山形市保健所シンクタンクチーム, 2: 山形病院)

【背景・目的】山形市では、令和元年度より市健診受診者の中から希望者に対して推定食塩摂取量検査を実施している。その結果、山形市民の食塩摂取量は国の目標量よりも多いことが示され、食塩摂取量が多いと高血圧が有意に増加し、BMI及び腹囲の肥満の指標について関連があることを報告した(本間ら, 2021)。今回、市内の居住地区によって食塩摂取状況や食習慣に違いがあるのかを把握し、今後の健康教育に役立てることを目的とした。

【方法】令和5年4月から令和6年3月までの山形市特定健診とすこやか健診(20~39歳対象)受診者の中で、検査を希望した1,786名(男性807人、女性979人;年齢中央値69歳(範囲39歳-74歳))を対象とし、健診時の尿を利用し検査した。推定食塩摂取量検査は、田中式を用いて算出した。また、食塩摂取状況を把握するため塩分チェックシート¹⁾を実施し、有効回答数1,730名分を対象とした(有効回答率96.8%)。地区の分類は、山形市政施行時より編成されている旧市(第1~10地区)を「中心地」とし、その他を「郊外」と定義した。統計解析にはR/EZRを使用し、t検定、Fisherの正確検定、重回帰分析で分析をした。統計的有意水準は5%未満とした。

【結果】

①居住地区及び性別ごとの食塩摂取量

対象者全員を解析すると、中心部の平均食塩摂取量は 9.4 ± 2.2 g、郊外の平均食塩摂取量は 9.7 ± 2.2 gであり、郊外の方が有意に食塩摂取量は多かった(Student's t test, $p=0.0068$)。次に、男女別に中心部と郊外に分けて検定すると、男性では有意差が認められなかったが、(Student's t test, $p=0.788$)、女性では有意差が認められた(Student's t test, $p=0.0004$)。

②女性における塩分チェックシートと食塩摂取量の関連(重回帰分析)

塩分チェックシートによる食塩摂取状況と食塩摂取量で関連があった項目は、みそ汁を食べる頻度(OR 0.26 95%CI (0.02-0.5))、麺類を食べる頻度(OR 0.28 95%CI (0.08-0.48))、漬物を食べる頻度(OR 0.21 95%CI (0.06-0.36))であった。女性において、これらの食品の摂取頻度が高いほど食塩摂取量が有意に多かった。

③女性における居住地区別塩分チェックシートの回答状況

地区ごとの回答で関連があった項目は、漬物を食べる頻度(Fisherの正確検定, $p=0.0010$)、昼食の外食頻度(Fisherの正確検定, $p=0.0280$)、夕食の外食頻度(Fisherの正確検定, $p=0.0039$)であった。郊外の女性の方が中心部の女性に比べ、有意に漬物を食べる頻度が多かった。また、中心部の女性の方が郊外の女性に比べ、昼食及び夕食の外食頻度が有意に多かった。

【考察・結論】本研究により、郊外に居住する者は中心部と比較し、有意に食塩摂取量が多いことが示された。また、女性の食塩摂取量には、みそ汁を食べる頻度、麺類を食べる頻度、漬物を食べる頻度が影響を及ぼすことが示唆された。特に郊外に住む女性は、漬物を食べる頻度が高いため、適切な食べ方について重点的に指導することが、食塩摂取量の減少につながる可能性がある。

出典: 1) 監修: 社会医療法人製鉄記念八幡病院 理事長土橋卓也、管理栄養士山崎香織