

## 佐多地区にお住まいの方の意識調査 —身近な人とのつながりと食事に着目して—

箕 曲 在 弘

本稿は、「現代日本の地域社会における〈つながり〉の位相—新しい協働システムの構築に向けて—」の一環として、「港区にお住まいの方の意識調査」に引き続いて行われた、鹿児島県南大隅町佐多地区編の研究プロジェクトの成果報告である。本稿は、2011年度に実施したアンケート調査「佐多地区にお住まいの方の意識調査」の分析結果をもとに Final Report として整理したものであり、アンケート回答者の中で希望された方々に配布した報告書をもとにしている。なお、本稿は、報告書を取りまとめた著者がプロジェクトメンバーを代表して研究所年報に報告するものである。

### 1. 調査の位置づけと目的

明治学院大学社会学部附属研究所では、数年に一度、複数年にわたってさまざまな専門をもつ研究者等が、研究チームをつくり、特別推進プロジェクト研究を実施しています。2010～2011年度は、「現代日本の地域社会における〈つながり〉の位相—新しい協働システムの構築にむけて—」をテーマとし、居住構造の転換期を迎える現代日本の典型地域を対象として調査を行いました。

私たちの住む地域社会は、戦後、都市化・郊外化の時代を経て、現在、居住構造の転換期を迎えています。大都市圏の都心部においてはタワーマンション建設に代表される再都市化がみられ、一方で大都市部を離れ地方都市へと向かう人々（UターンやJターン）も現れはじめています。また、過疎地域や地方都市郊外では、高齢化や人口減少が進んでいます。こうした地域では、地域的つながりが弱いこと、スーパーなどの撤退による食材や日用品の調達の不便さなど、安心した暮らしを続けること自体が難し

くなっています。

高齢化や人口減少に伴って過疎化が進行する南大隅町佐多地区の人々の生活は、どのようになっているのでしょうか。本調査では、佐多地区にお住まいの方の普段の生活について、なかでもこれからの暮らしにおいて特に重要となる「つながり」や「食」について、その実態を生活者の視点から明らかにすることを目的とし、アンケート調査を行いました。

### 2. 調査の方法

本調査は、鹿児島県肝属郡南大隅町役場企画振興課（佐多支所）のご協力を得て、佐多地区の全世帯を対象としてアンケート調査を行いました。調査全体の概要は、表1にまとめてあります。

表 1 調査全体概要

調査全体概要	配布・回収時期	○配布 2012年 1 月13日                      ○回収 2012年 2 月 5 日	
	調査の方法 ～配布と回収	○配布 郵便事業株式会社による「配達地域指定ゆうメール」により、指定した配達地域の全戸を送付	調査母集団： 鹿児島県肝属郡南大隅町佐多地区の全世帯を対象とした。
		○回収 郵送回収	
	配達地域指定ゆうメール送付地域	馬籠 244世帯    辺塚 130世帯    郡 428世帯    伊座敷 853世帯	
配達総数と回収率	○配達総数 配達地域指定ゆうメール <sup>i</sup> の配達総数 (事業所等を含む)    1655 ・有効回収票    662 ・総世帯数    1655 ○回収率    40.0%    (662/1655)		

### 3. 調査結果の概要

「つながり」と「食」に注目した本アンケート調査の回答から次のようなことがわかります。まず、回答者の出生地について、「同じ自治会内」「佐多地区内」と回答した人の合計は、全体の82.6%に上ります。一方、以前の居住地について、「同じ自治会内」「佐多地区内」「生まれてからずっと現在の住まい」と回答した人の合計は、61.5%を超えています。したがって、佐多地区内で生まれた人の6割はずっと同じ地域内に住み続け、2割程度は、一度、遠方に居住したものの、再び、佐多地区内に戻ってきたことが推測できます。

また、現在の居住地を選んだ理由として、「親の代、またはそれ以前から住んでいるから」「お墓の手入れをする必要があるから」と回答した人が、上位2つとなり、親や祖先との関係を重視している方が、比較的多いことがわかります。一方、持ち家の方の割合は89.9%と最も多く、そのうち9割近くが、そのまま現在の居住地に留まりたいと考えていることがわかりました。

団体や組織への加入については、「自治会・町内会」と回答した人の割合は、全体の9割近く

に達する一方、それ以外の団体や組織への加入は、極端に少なく、次いで「老人会」が3割程度に留まり、そのほかはどれも2割程度か、それ以下の割合の方しか参加していないことがわかりました。同様に、過去5年間に参加したことのある学習活動についても、「体育・スポーツ・レクリエーション」と答えた方が14%いるくらいで、次いで「健康管理や病気の予防」「ボランティアや地域・社会的な活動」が10%程度となっています。総じて、「自治会・町内会」以外の団体・組織、あるいは学習活動への参加の割合が低いことがわかります。

しかし、同じ自治会の方と話をする機会をみると、「毎日」と答えた人の割合は、全体の45.1%と半数近くに上り、「2～3日に1回」「週に1回程度」を含めると、8割を超えます。一方、話をする状況について、「浜や道で通りすがりのとき」「知人が家に尋ねてくる時、知人宅を尋ねるとき」と回答した方の割合は、それぞれ5割強となっています。したがって、隣人との会話は、日常の一部となっていることがうかがえます。

「食」に関する設問では、買い物の頻度は、

佐多地区にお住まいの方の意識調査

週に1～2回と答えた方が一番多く、50.2%となっています。生鮮食料品の購入場所は、「スーパーマーケット」と回答した人の割合が65.9%と最も多く、次いで「個人商店」が51.4%となっています。一方、高齢者における健康状態を良好に保つには、毎日、多様な食品を摂取することが必要であると言われています。どの程度の品目の食品群を摂取しているかを尋ねたのが「食の多様性」についての設問です。分析の結果、どの世代も、7割以上の方の食の多様性が低くなっていました。

このことは、概して、食に対する意識が低く、健康状態を害する可能性が高いことを示唆しています。今後は、どの年代の方も、食品数を数

多く摂れるようにすることが重要であることがわかります。

4. 回答者の基本的属性

4-1. 年齢と性別

図1より、回答者の年齢は、50代から80代が全体の91.7%となっていますが、平成22年の国勢調査より作成した人口ピラミッドによれば、50歳以上の割合は75.4%となっており、アンケート回答者は、実際の年齢構成よりも高いことがわかります。このため、40代以下の人々についての影響を小さく表していることに留意が必要です。一方、図2より、男女比は、男性62.5%、女性37.5%となっていますが、国勢調査

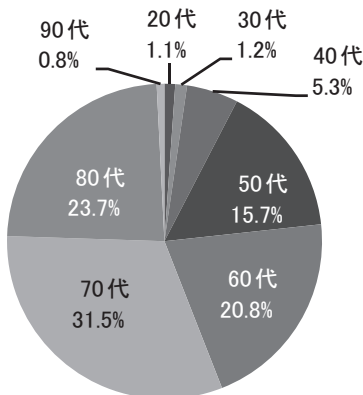


図1 年齢 [n=645]

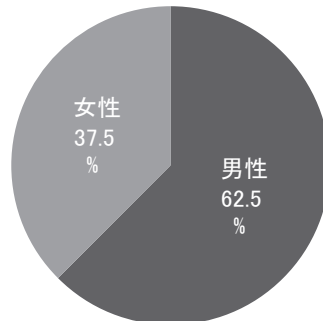
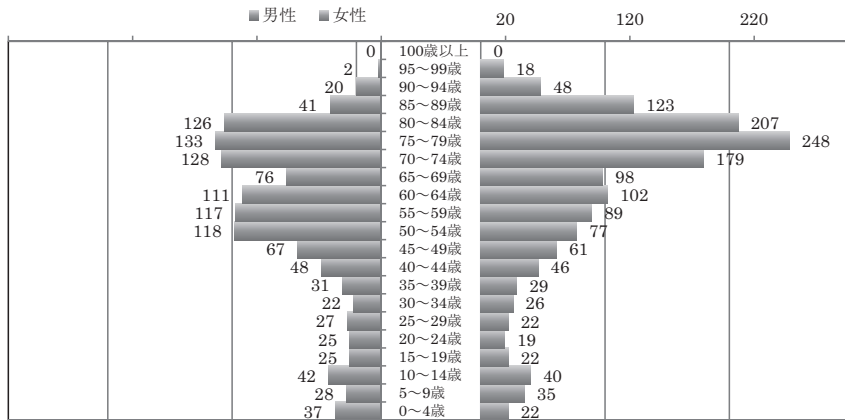


図2 性別 [n=645]



参考 佐多地区人口ピラミッド (平成22年国勢調査より作成)

によれば、男性44.8%、女性55.2%となっており、アンケート回答者は、実際の男女比よりも男性が多く、調査結果は女性の影響を小さく表していることに留意すべきです。

#### 4-2. 現在のお住まい

現在のお住まいについては、伊座敷が49.4%と半数近くを占め、馬籠、郡、辺塚という順に少なくなっています。したがって、伊座敷住民の回答が、分析結果に大きく反映していることに留意が必要です。

#### 4-3. 居住年数

佐多地区の居住年数をみると、60年以上80年未満がもっとも多く、31.3%となり、続いて40年以上60年未満が23.8%となります。40年以上、居住している方は、全体の7割以上に達してい

ます。次に現在の自治会の居住年数をみると、60年以上80年未満が26.2%、40年以上60年未満が23.8%となっています。

### 5. 転居前の居住地、居住継続意向、住まい

#### 5-1. 現在のお住まいに転居してくる前の居住地

出生地は、同じ自治会内と佐多地区内を合わせると8割を超え、比較的多くの住民が、生まれてからずっと佐多地区内に居住していることがわかります。以前の居住地については、生まれてからずっと現在の住まい、同じ自治会内、佐多地区内を合わせて、6割を超えます。したがって、これらの結果から、佐多地区内で生まれた人の6割はずっと同じ地域内に住み続け、2割程度は、一度、遠方に居住したものの、再び、佐多地区内に戻ってきたことが推測できます。

#### 5-2. 現在の居住地を選んだ理由

(複数回答可)

現在の居住地を選んだ理由について、上位2つは「親の代、またはそれ以前から住んでいるから」「お墓の手入れをする必要があるから」といった、親や祖先との関係を重視しており、一方、日用品や食料品、その他の買い物が便利という利便性に関する理由を挙げている方が、比較的少ないことがわかります。その他、「知人友

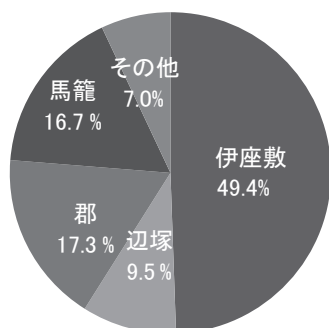


図3 現在の住まい [n=526]

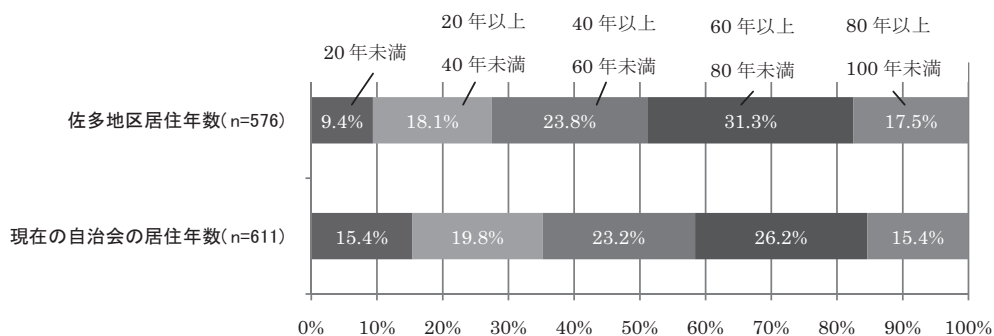


図4 居住年数

佐多地区にお住まいの方の意識調査

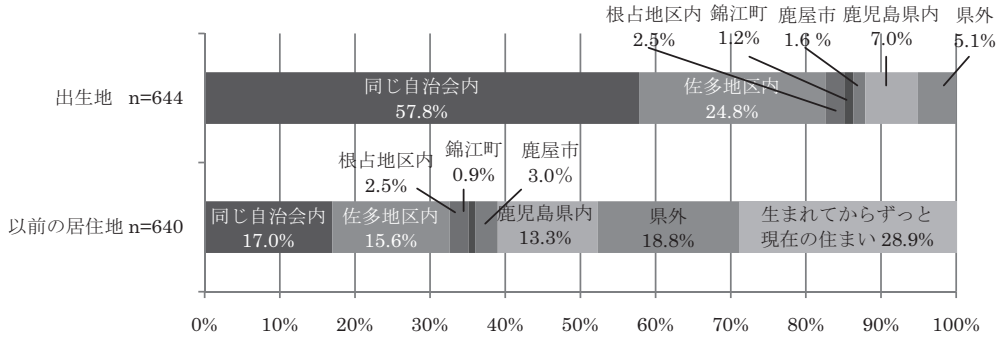


図5 出生地・以前の居住地

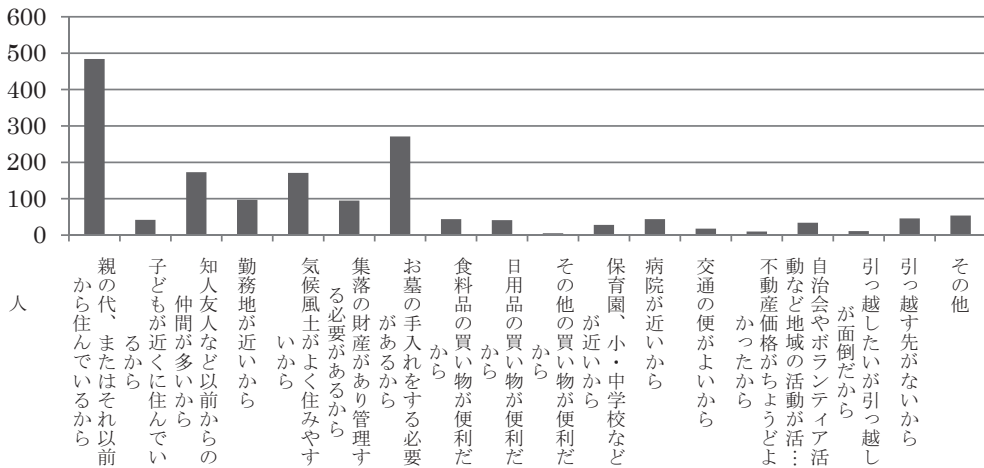


図6 居住地を選んだ理由

人など以前からの仲間が多いから」「気候風土がよく住みやすいから」「勤務地が近いから」「集落の財産があり管理する必要があるから」といった理由が挙がっています。

5-3. 居住の継続意向

居住の継続意向については、「ぜひそうしたい」、「できればそうしたい」を合わせると8割を超え、これからもずっとこの地域に住んでいきたいと考えている人が多いことがわかりました。

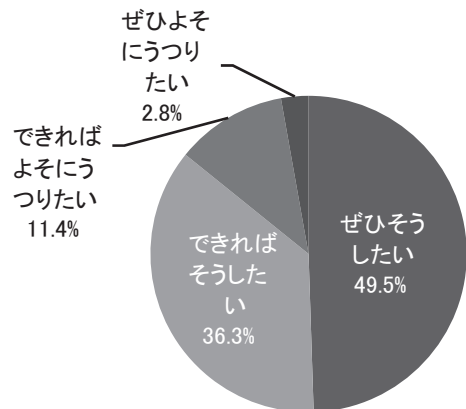


図7 居住の継続意向 [n=612]

割近くと圧倒的多数を占めていることがわかります(図8)。図9は、住まいの形態と居住の意向との関係を示しています。この結果から、町

5-4. 現在のお住まい

現在の住まいについては、持ち家が全体の9

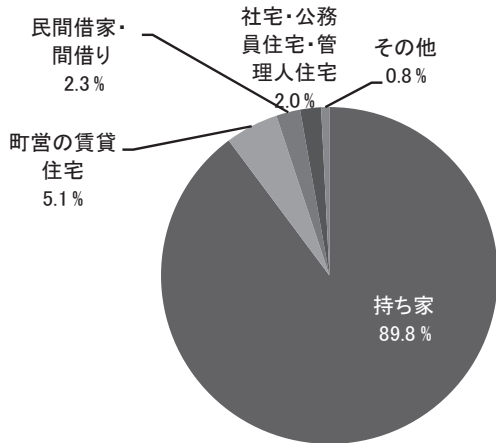


図8 現在の住まいのタイプ [n=646]

営の賃貸住宅や民間借家・間借りの人に比べ、持ち家の人は、これからもずっとこの地域に住んでいきたいと考えていることがわかります。また、住まいの広さについては中央値が、29.0m<sup>2</sup> (最大値500.0m<sup>2</sup>、最小値2.0m<sup>2</sup>) でした。表2より、いっしょに暮らしている方については、ひとり暮らしの方の割合が、もっとも多い結果となりました (表2)。

表2 いっしょに暮らしている方 (お住まいをともにしている方)

○子どもと暮らしている方の割合	16.8%
○親と暮らしている方の割合	8.2%
○ひとり暮らしの方の割合	34.9%

## 5-5. 学歴

学歴については、中学校卒業が43.3%、高等学校卒業が35.5%と、両方を合わせて8割近くとなっています。

## 6. お仕事や通勤

### 6-1. あなたの主たるお仕事の内容

回答者の仕事の内容については、農林漁業従事者が48.0%と約半数を占めていることがわかります。続いて、技能・労務職が12.1%、サービス業が9.3%、販売・営業職が7.1%となっています。

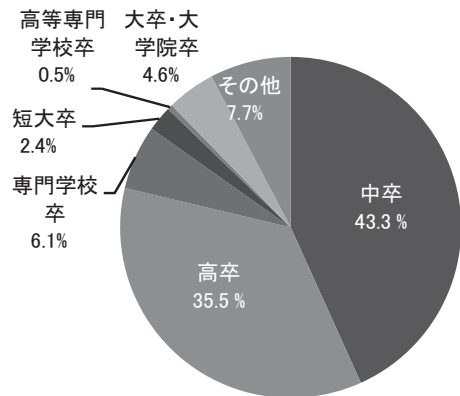


図10 学歴 [n=637]

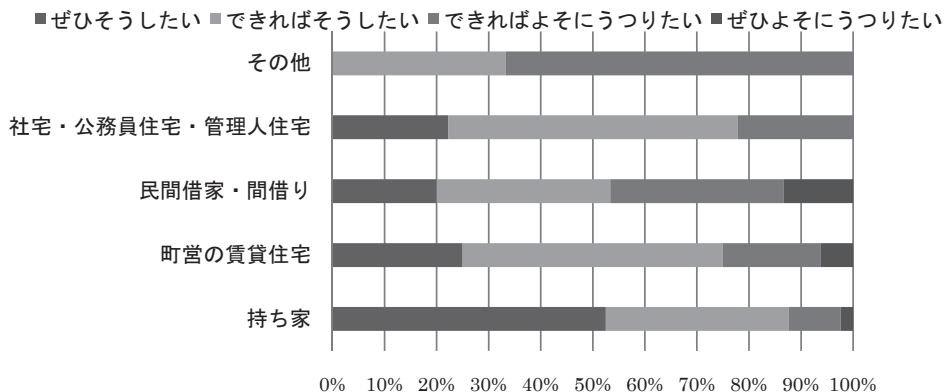


図9 住まいのタイプと居留意向の関係 [n=646]

佐多地区にお住まいの方の意識調査

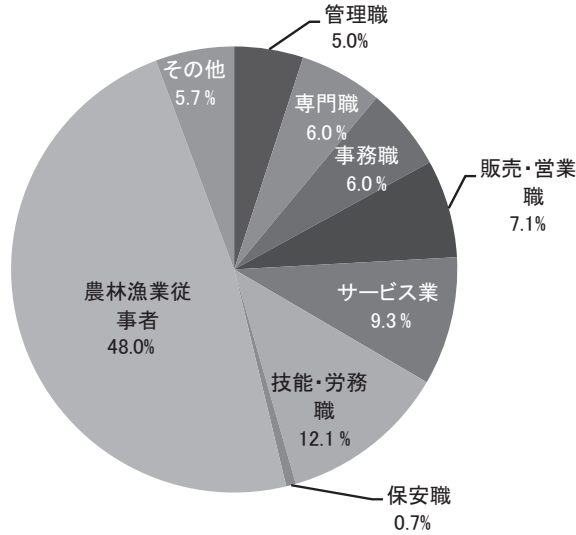


図11 仕事の内容 [n=281]

表3 仕事の内容と分類

・管理職（会社経営者・役員、課長以上の管理職、駅長、船長など）
・専門職（弁護士、医師、看護師、薬剤師、教員、建築士、議員など）
・事務職（総務・企画事務、経理事務など）
・販売・営業職（小売店主・店員、飲食店主・店員、販売店主・店員）
・サービス業（料理人、美容師・理容師、接客業、ヘルパー、バス・タクシー運転手）
・技能・労務職（大工等職人、工場作業員、建築・電気作業員、パン・菓子製造者、電気・設備作業員、清掃員、トラック運転手など）
・保安職（警官、自衛官、警備員など）
・農林漁業従事者（農業、畜産、林業、造園業、漁業など）
・その他

### 6-2. 会社の規模（支店や営業所だけでなく会社全体）

会社の規模については、「4人以下」と答えた人が全体の約3割、「5人以上、10人以下」「11人以上、99人以下」が、それぞれ約2割となっています。この結果から、回答者は比較的規模の小さい会社に勤めていることがわかります。

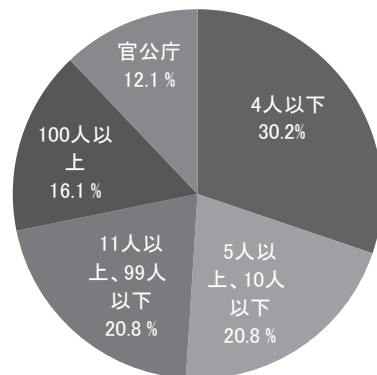


図12 会社の規模 [n=149]

### 6-3. あなたのお住まいから仕事場までの通勤手段と時間

通勤手段については、車を利用する人が、全体の72.4%と最も多くなっています。続いて、徒歩での通勤が23.6%となっ

ています。自転車やバイク、公共交通機関を使った通勤は、



かなり少ない割合となっています。一方、通勤時間については、15分未満と答えた人が、全体の66.0%と最も多く、続いて、15分以上30分未満が18.4%、30分以上1時間未満が10.2%となっています。この結果から、居住している場所から、比較的近い場所に仕事場があることがわかります。

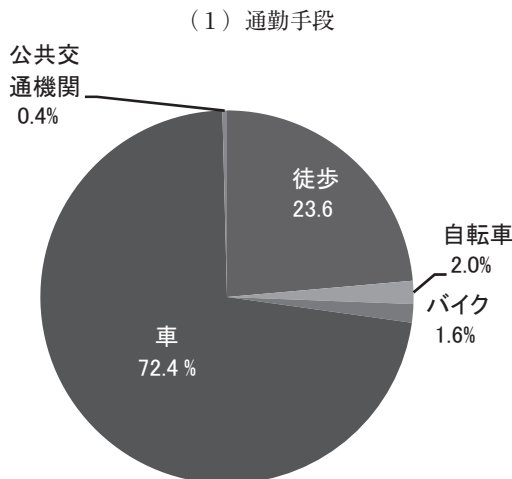


図13 通勤手段 [n=246]

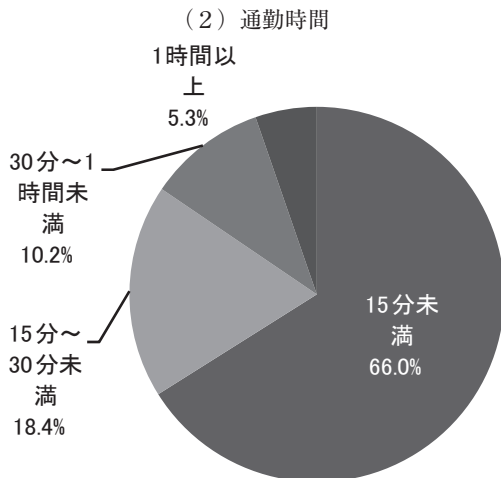


図14 通勤時間 [n=244]

## 7. 世帯全体 (共働き等の場合はその合計) の収入

世帯あたりの収入は、100万円未満が37.7%、100万円以上300万円未満が39.2%となっており、両方を合わせると全体の7割以上となっています(図15)。なお、総務省統計局が2007年に発表した、1世帯あたりの平均世帯収入(世帯あたりの勤労者数:1.49人)は、7,177,765円となっています。サラリーマンに限定すると6,178,428円となっています。図16は、「非高齢者」「前期高齢者」「後期高齢者」と3つのカテゴリを作り、クロス集計したグラフです。100万円未満の収入の割合がもっとも多いのは、後期高齢者で、54.7%でした。一方、300万円以上500万円未満の収入の割合がもっとも多いのは、非高齢者で、23.0%でした。

一方、図17から世帯人数別の収入をみると、1名世帯の55.1%が100万円未満の収入となっています。100万円未満の収入の割合は、世帯の人数が増えるほど減少していきませんが、5名世帯では15.1%に上昇します。逆に300万円以上500万円未満の収入の割合は、世帯の人数が増えるほど、多くなっていきますが、やはり5名世帯で30.8%に減少します<sup>ii</sup>。

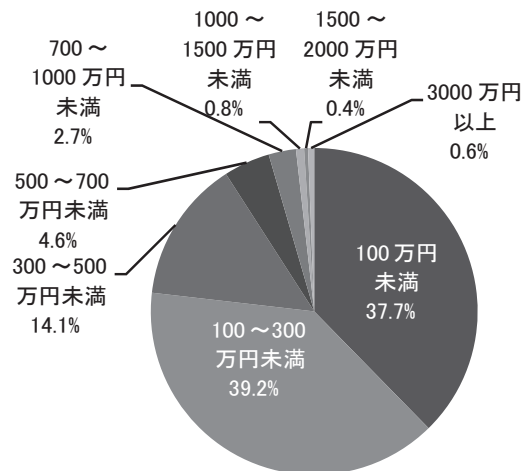


図15 世帯全体の収入 [n=523]



佐多地区にお住まいの方の意識調査

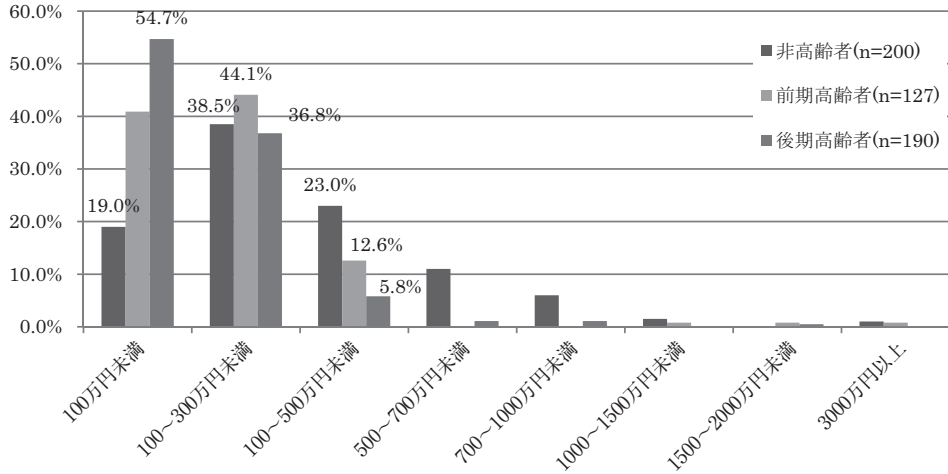


図16 年代別の世帯収入

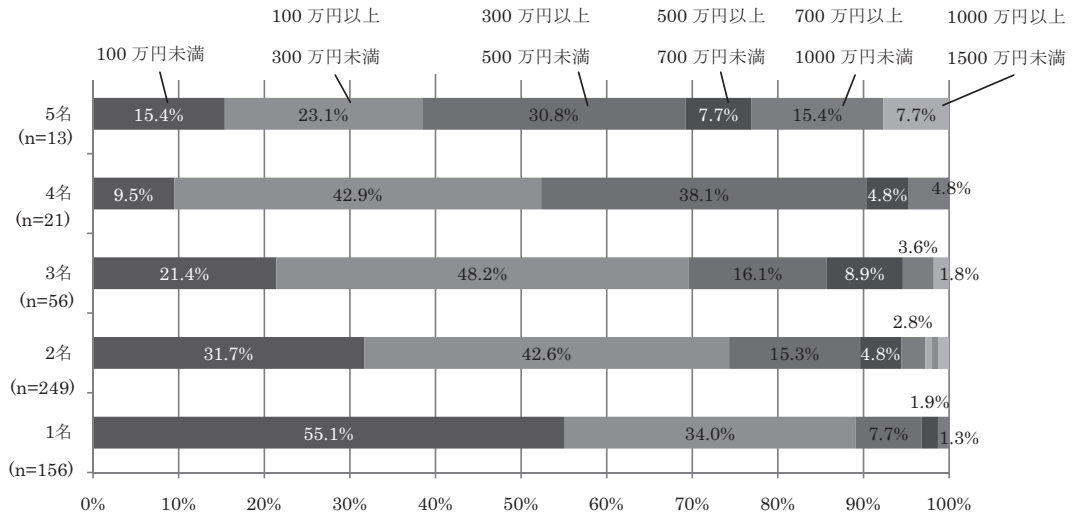


図17 世帯人数別の収入

8. 団体や組織への加入

団体や組織への参加については、「自治会・町内会」に「積極的に参加している」、あるいは「参加している」と答えた人の割合が、全体の9割近くにまで達していることがわかります。続いて、「老人会」が3割程度になっていますが、「自治会・町内会」に比べると極端に少なくなっています。それら以外は、「高齢者に関するボランティア等の団体」、「PTAなどの学校に関する活動」、「スポーツのサークル・団体」、「趣

味・おけいごとのサークル・団体」「宗教団体」が、どれも2割程度とほぼ同じくらいの割合となっています。

図19では、上記の活動に参加していない人の理由を表しています。それによれば、参加していない人の15.4%の人が、「身体に不安がある」ことを理由に挙げています。つづいて、「近くにない」「時間がない」「自分の興味をひくものはない」が多くなっていますが、どれも「身体に不安がある」という理由の半数以下となってい

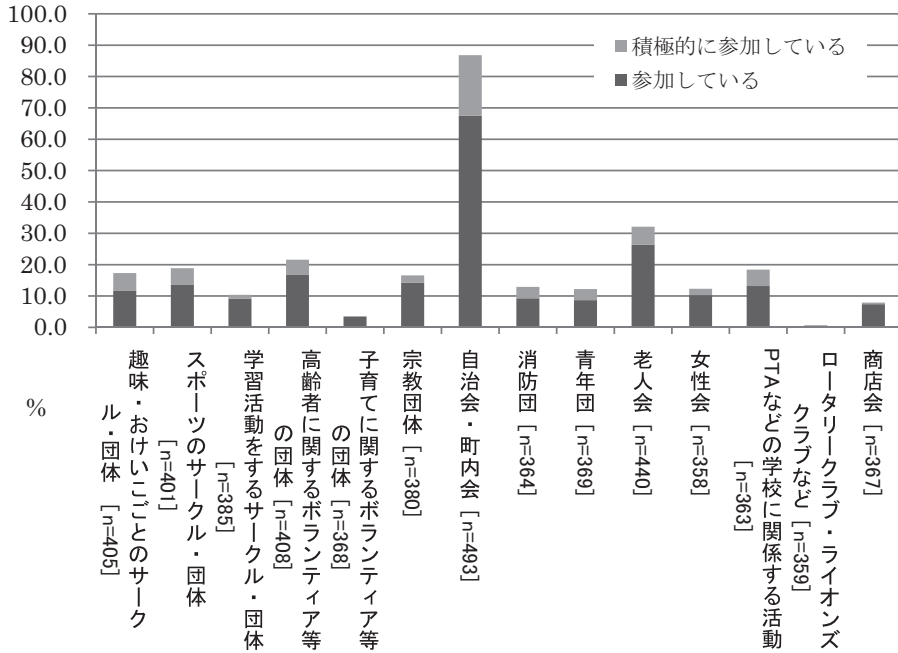


図18 団体や組織への参加

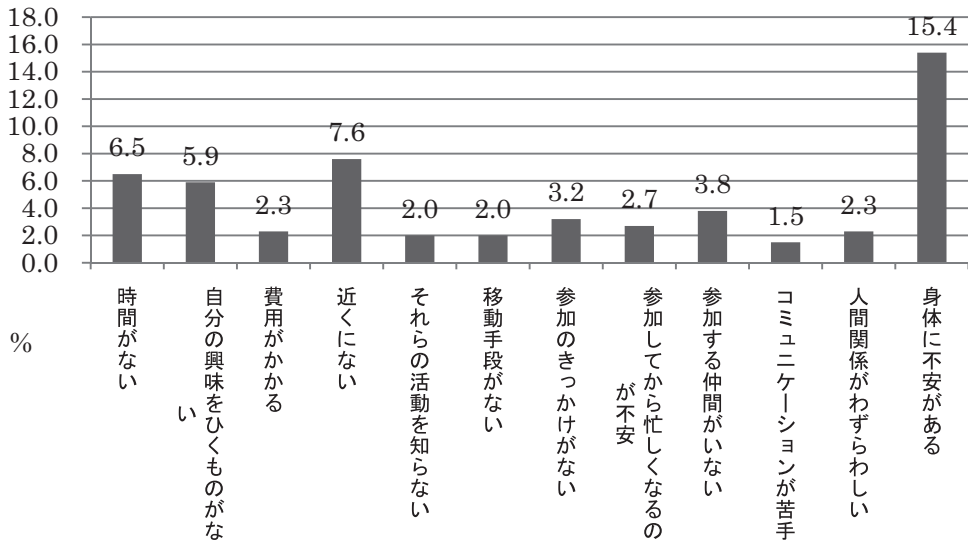


図19 参加しない理由 [n=662]

ます。「身体に不安がある」という回答が、もっとも多いのは、回答者の多くが高齢者であることと関連があるように思えます。

### 9. 過去5年間の学習活動

過去5年間に参加したことのある学習活動については、「体育・スポーツ・レクリエーション」が14.0%でもっとも多く、次いで「健康管理や病気の予防」が10.7%、「ボランティアや地

佐多地区にお住まいの方の意識調査

域・社会的な活動」が10.3%となります(図20)。

学習活動を行った場所については、「自治体・公民館の学級・講座」がもっとも多く19.0%となっている(図21)。次の「同好の集まり・サークル」は、その半分以下の8.2%となっていることから、「自治体・公民館の学級・講座」の割合の多さが際立っていることがわかります。

10. 悩みやグチを話せる方

パートナー(配偶者)を含め、悩みやグチを話せる方の人数は、459人の有効回答数でみる

と、中央値3.0人(平均値4.58人)でした。

11. 地域の困りごと

地域の困りごとについては、全回答者について、多い順にみると、「交通の便が悪い」「近所に外食できる店がない」「地域の後継者がいない」「近所に日用品や生鮮食料品を買える店がない」「保育園や学校、病院が近くにない」「近所に食事やお弁当を運んでくれる店がない」が多くなっています。

世代別にみた場合、顕著な違いが出てくるの

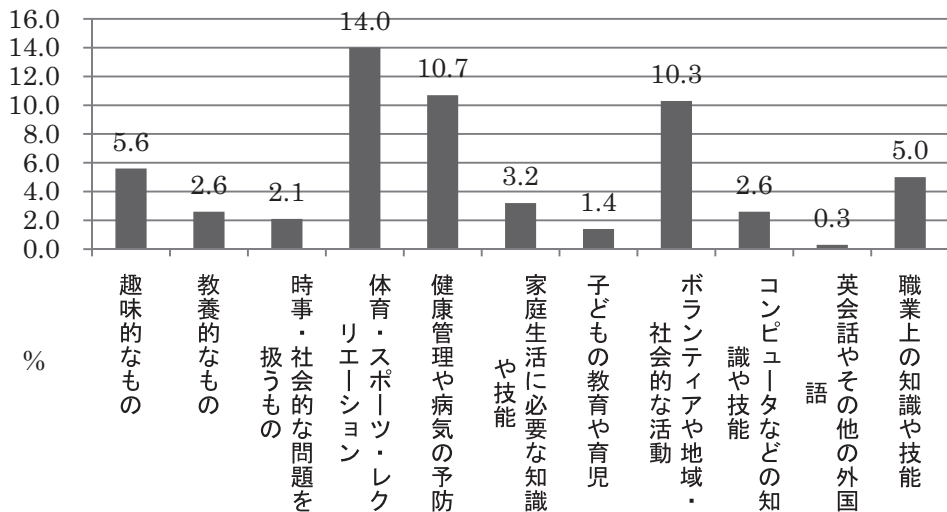


図20 学習活動の内容 [n=662]

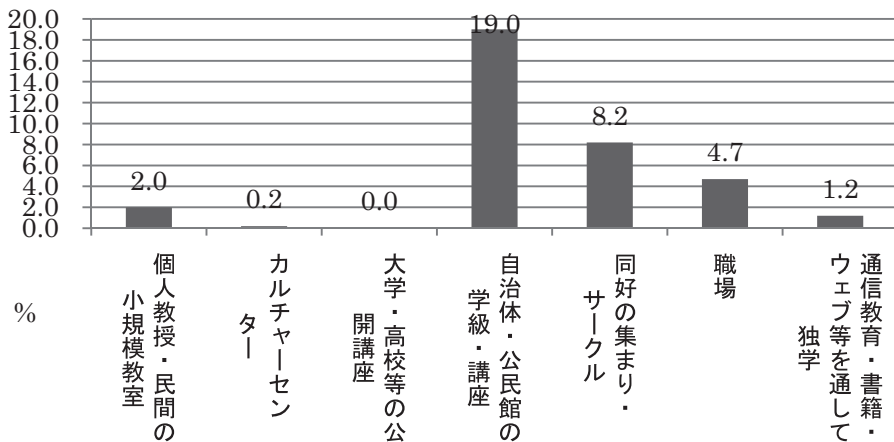


図21 学習活動を行った場所 [n=662]

は、「近所に外食できる店がない」「保育園や学校、病院が近くにない」「地域や近くに仕事がない」という項目です。これらを回答する人の割合は、非高齢者のほうが多く、後期高齢者になるほど少なくなっています。逆に、「近所に日用品や生鮮食品を買える店がない」「移動販売車の品揃えが十分でない」「庭木や家の手入れが大変」「防犯上の不安がある」「畑作業や漁をすることが大変である」と答えた人の割合は、後期高齢者がもっとも多く、非高齢者がもっとも少ないという傾向がみられます。

## 12. 同じ自治会の方と話す機会

同じ自治会の人と話す機会は、毎日と答えた人の割合が45.1%、2～3日に1回が30.5%、週に1回程度が11.6%となり、これらを合計すると9割近くになります(図23)。また、話をしている状況については、多くの人が「浜や道

で通りすがりのとき(59.4%)」「知人が家に訪ねてくるとき、知人宅を訪ねるとき(55.7%)」を挙げています(図24)。

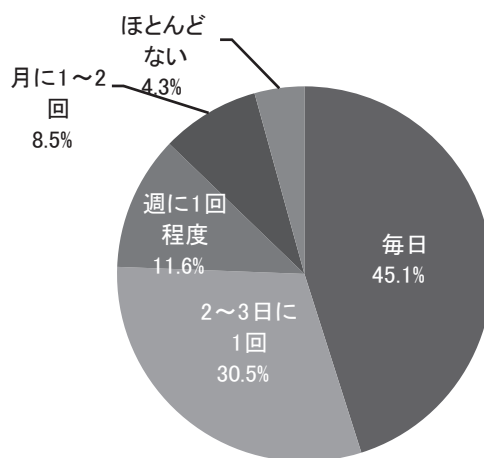


図23 話をする機会 [n=603]

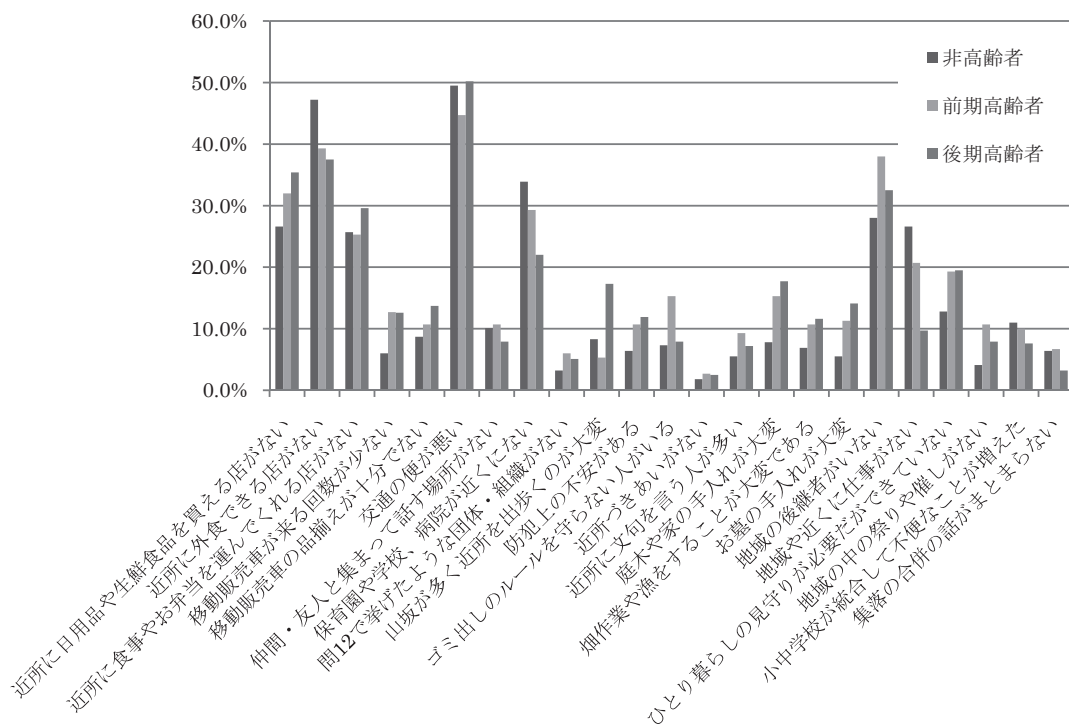


図22 地域の困りごと [n=662]

佐多地区にお住まいの方の意識調査

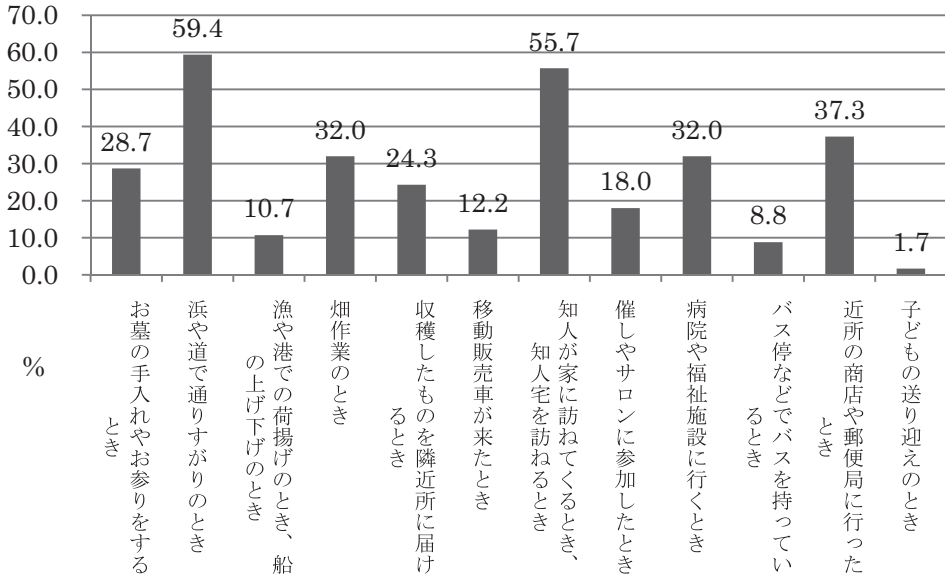


図24 話をする状況 [n=662]

13. 普段の食事について

13-1. 食材や食事そのものを買に出かける頻度

食材や食事そのものを買に出かける頻度については、週1～2回が全体の5割以上を占めています(図25)。買い物の頻度を非高齢者、前期高齢者、後期高齢者に分けたグラフが図26になります。このグラフから、上記の世代ごとの買い物の頻度には、大きな差がみられないことがわかります。

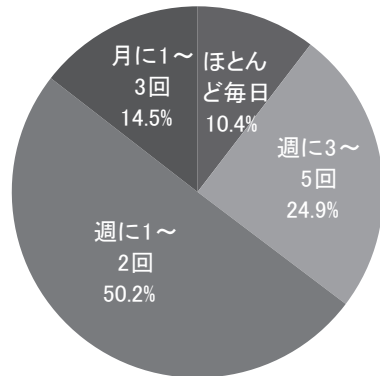


図25 買い物の頻度 [n=607]

13-2. 生鮮食品(野菜・生肉・鮮魚)をどこでよく買うか

生鮮食料品の購入場所は、「スーパーマーケット」が一番多く、つぎに「個人商店」となります。それら以外の場所との差は、とても大きくなっています。

13-3. 食の多様性

食生活の悪化は健康被害を引き起こします。低栄養状態になると、貧血や肺炎、脳出血など

のリスクが高まるとともに、運動機能が低下し、「生活自立度の低下」や「要介護度の上昇」を引き起こします。老年栄養学の熊谷修ら<sup>iii</sup>によると、次のページの「食品群の一覧」に挙げた10の食品群のうち少なくとも毎日4品目以上摂取していない高齢者は、低栄養状態になる確率が高くなると言われています。

食の多様性について、1日4品目以上を食べた人を「食の多様性高群」といい、3品目以下の人を「食の多様性低群」とし、非高齢者、前期高齢者、後期高齢者別に食の多様性がどのよ

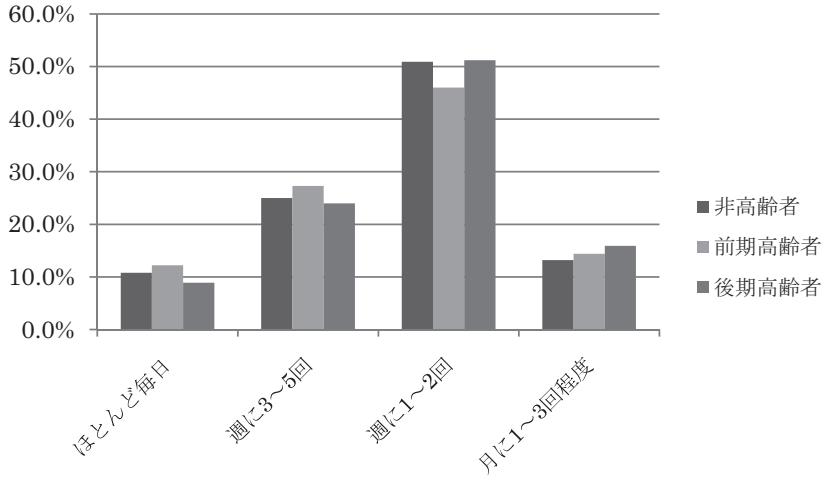


図26 非高齢者・前期高齢者・後期高齢者の買い物の頻度 [n=607]

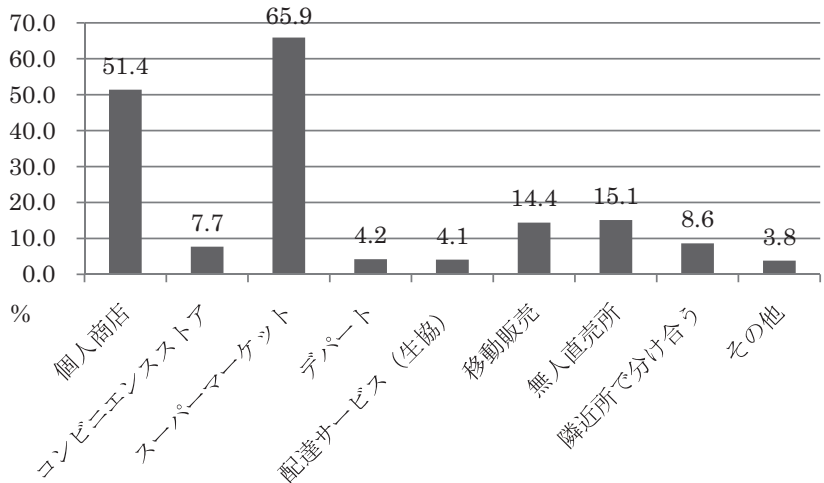


図27 生鮮食料品の購入場所 [n=662]

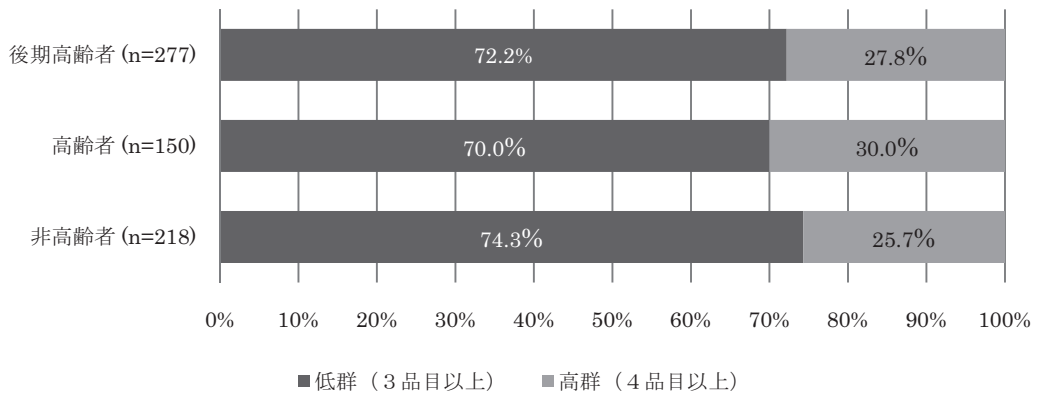


図28 食の多様性

表4 食の多様性項目

<ul style="list-style-type: none"> <li>・魚介類（生鮮、加工品を問わず、すべての魚介類です）</li> <li>・肉類（生鮮、加工品を問わず、すべての肉類です）</li> <li>・卵（鶏卵、うずらなどの卵。魚の卵は含みません）</li> <li>・牛乳（コーヒーマル、フルーツ牛乳は除きます）</li> <li>・大豆・大豆製品（豆腐・納豆などの大豆を使った食品です）</li> <li>・緑黄色野菜（にんじん、ほうれん草、かぼちゃ、トマトなどの色の濃い野菜）</li> <li>・海藻類（生・乾燥を問いません）</li> <li>・いも類</li> <li>・果物類（生・缶詰を問いません）</li> <li>・油脂類（油炒め、天ぷら、フライ、パンに塗るバターやマーガリンなど油を使う料理）</li> </ul>
---

うになっているかをみると、どの年代もともに7割以上の方が低群に分類されました。

## 14. 抑うつ感・人生の満足度

### 14-1. 1週間の抑うつ感

#### (1) ゆううつでしたか

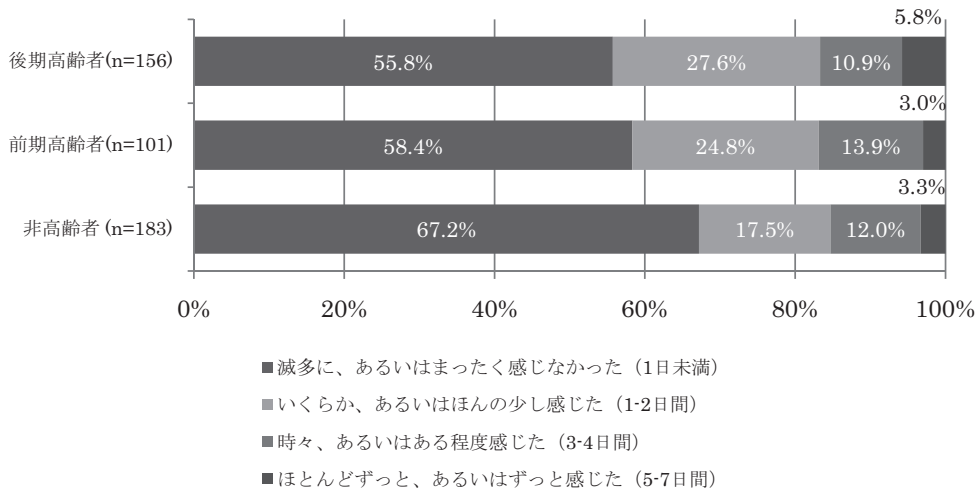


図29 ゆううつ [n=440]

この1週間、どの程度「ゆううつであったか」について、ゆううつを感じている人の割合は、高齢者になるほど多いことがわかりました。

「減多に、あるいはまったく感じなかった」と答えた非高齢者は67.2%に達し、後期高齢者の55.8%より多いことがわかります。



(2) 家族や友人の助けがあっても、ゆううつ感を解消できなと感じましたか

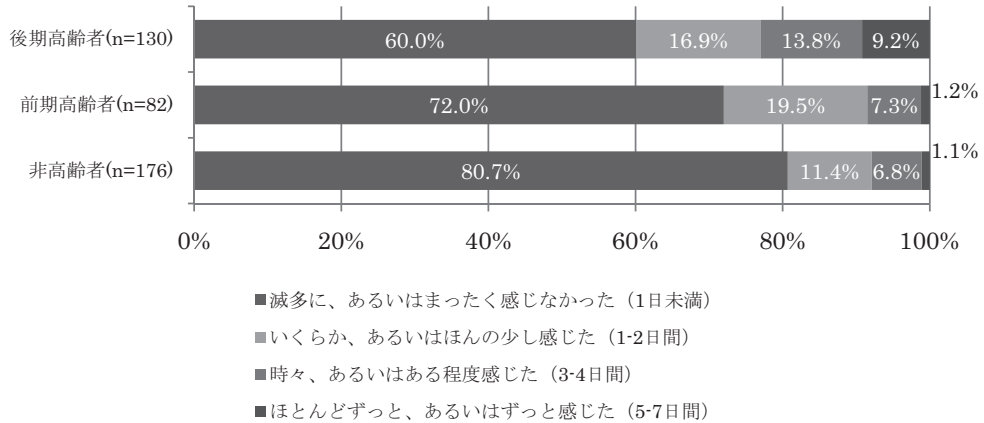


図30 ゆううつを解消できない [n=388]

「ゆううつ感を解消できない」と答える人の割合も、上記「ゆううつであったか」という質問同様、高齢者になるほど多くなることがわかりました。とくに「ほとんどずっと、あるいは

ずっと感じた(5-7日間)」と答えた人の割合をみると、後期高齢者が、他の世代に比べて、かなり多いことがわかりました。

(3) 孤独を感じましたか

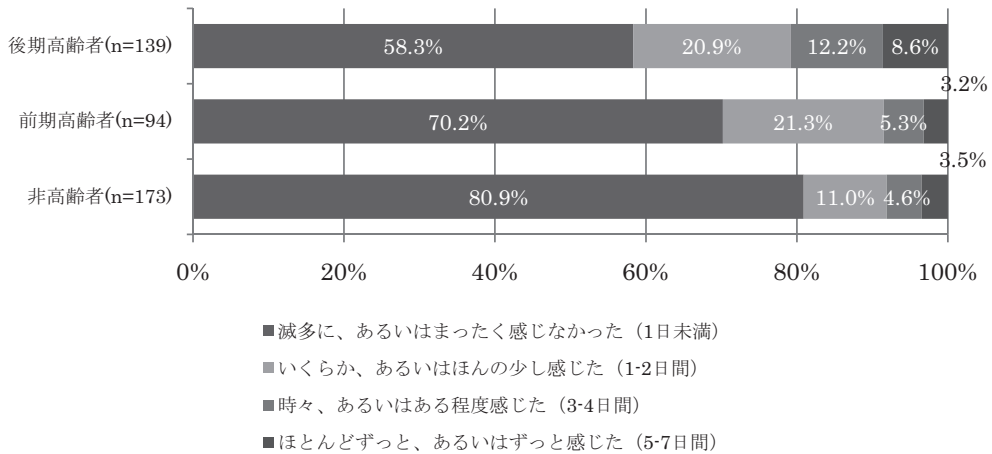


図31 孤独を感じたか [n=406]

この1週間、どの程度「孤独を感じたか」についても、高齢者になるほど高い割合になることを示しています。「減多に、あるいはまったく

感じなかった(1日未満)」の回答者は、非高齢者で約8割に上る一方、後期高齢者は6割以下という結果になりました。

佐多地区にお住まいの方の意識調査

(4) 悲しみを感じましたか

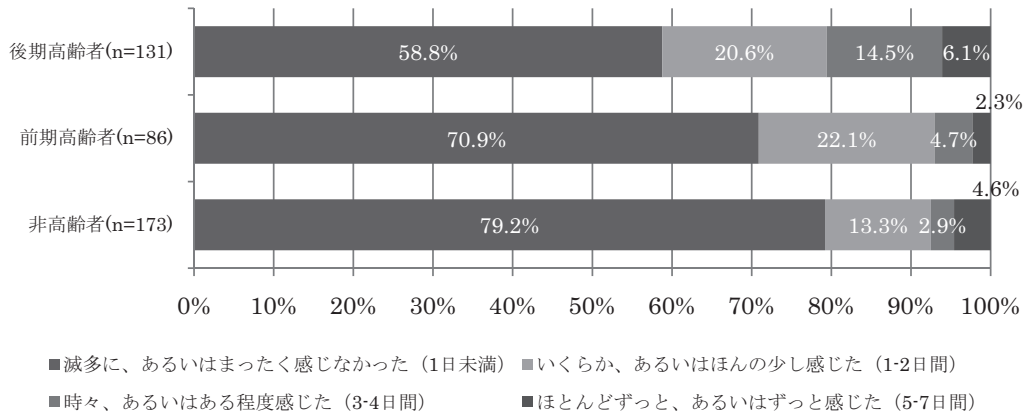


図32 悲しくなった [n=390]

この1週間、「悲しみを感じましたか」について、やはり高齢者になるほど悲しみを感じている期間が長くなることがわかりました。「減多に、あるいはまったく感じなかった(1日未満)」と回答した人の割合は、非高齢者で約8割、後期高齢者で約6割となりました。

14-2. 人生満足度

(1) 大体において私の人生は理想に近いと感じますか

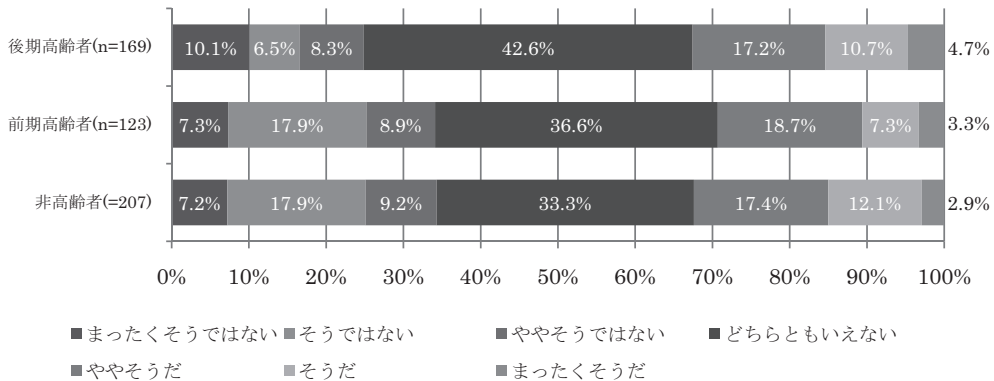


図33 大体において人生は理想に近い [n=499]

「大体において人生は理想に近いと感じますか」という質問について、7段階で聞きました。「まったくそうではない」「そうではない」「ややそうではない」の合計の割合をみると、後期高齢者をもっとも低く、前期高齢者と非高齢者はほぼ同じ程度を示しています。

(2) 私の人生は素晴らしいと感じますか

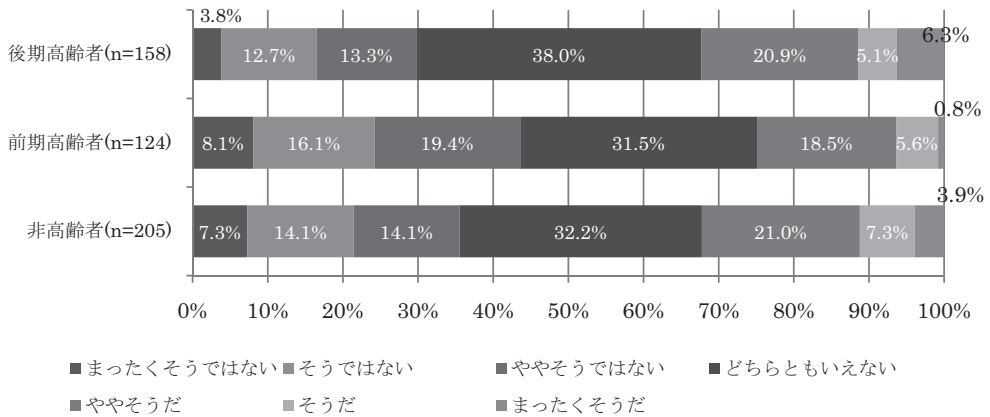


図34 人生は素晴らしい [n=487]

「人生は素晴らしいと感じますか」という質問に対して、「まったくそうではない」「そうではない」「ややそうではない」と答えた人の割合は、前期高齢者でもっとも多くなっています。

自分の人生が素晴らしいかどうかについて、前期高齢者は、他の世代に比べ、否定的な評価を下している人が、比較的多いことを示しています。

(3) 自分の人生に満足しているか

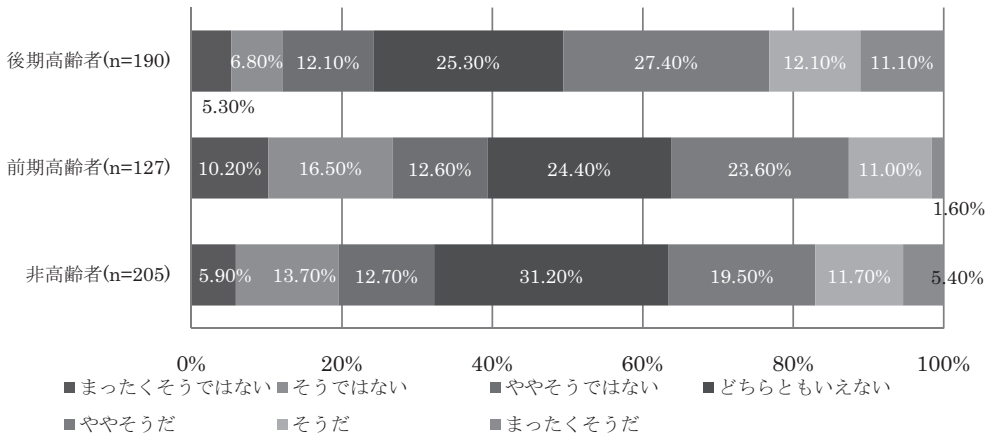


図35 人生に満足 [n=522]

「自分の人生に満足しているか」という質問に対して、「まったくそうだ」「そうだ」「ややそうだ」と答えた人の合計の割合は、非高齢者と前期高齢者はほぼ同数でしたが、後期高齢者の

み多くなっています。自分の人生に満足しているかどうかについて、後期高齢者は、他の世代に比べ、肯定的な評価を下している人が多いことを示しています。

佐多地区にお住まいの方の意識調査

(4) これまでの人生のなかで、こうしたいと思った重要なことはなしとげてきましたか

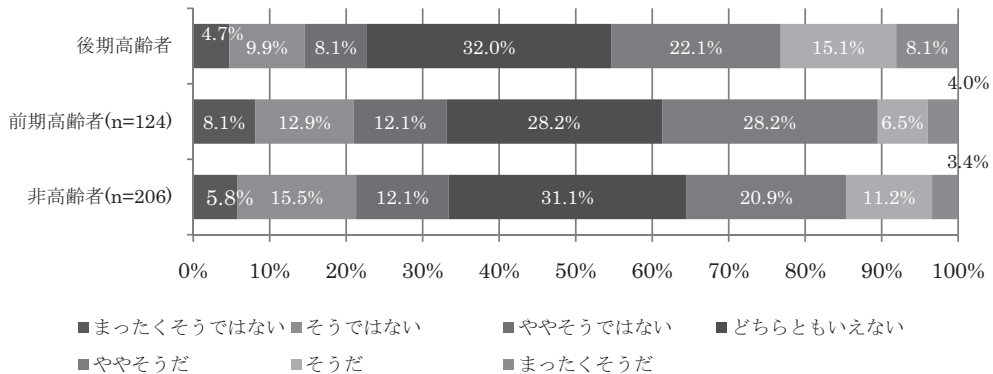


図36 重要なことをなしとげた [n=502]

「これまでの人生のなかで、こうしたいと思った重要なことはなしとげてきましたか」という質問に対して、「まったくそうではない」「そうではない」「ややそうではない」の合計の割合は、非高齢者と前期高齢者ではほとんど違いはなく、後期高齢者のみが低くなっていま

す。一方、「まったくそうだ」「そうだ」「ややそうだ」の合計の割合も、後期高齢者がもっとも高くなりました。すなわち、後期高齢者は、比較的、自分の人生のなかで、こうしたいと思った重要なことはなしとげてきたといえます。

(5) 人生をやり直せたとしても、変えたいことはほとんどありませんか

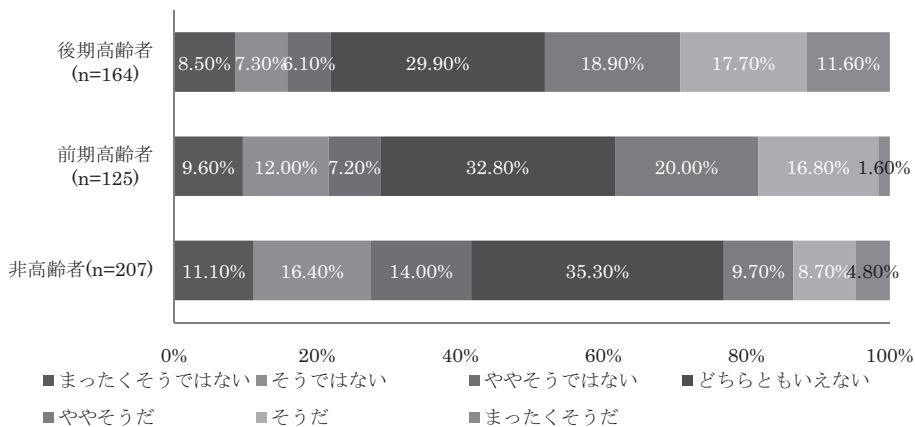


図37 変えたいこと [n=496]

「人生をやり直せたとしても、変えたいことはほとんどありませんか」という質問に対して、「まったくそうだ」「そうだ」「ややそうだ」の合計の割合は、非高齢者でもっとも低く、後期高齢者でもっとも高い結果となりました。

【註】

i 配達地域指定ゆうメールとは、宛名（住所・個人名等）を記載しない郵便物を、希望の地域の郵便受箱又は、郵便差入口に配達を行う郵便事業株式会社によるサービスである。配達地域は町・丁目・字名の単位から指定できる。

- ii 6 名世帯、7 名世帯がそれぞれひとつずつあったが、上記の集計からは除いた。
- iii 熊谷修監修「低栄養予防ハンドブック」地域ケア政策ネットワーク、2004年。