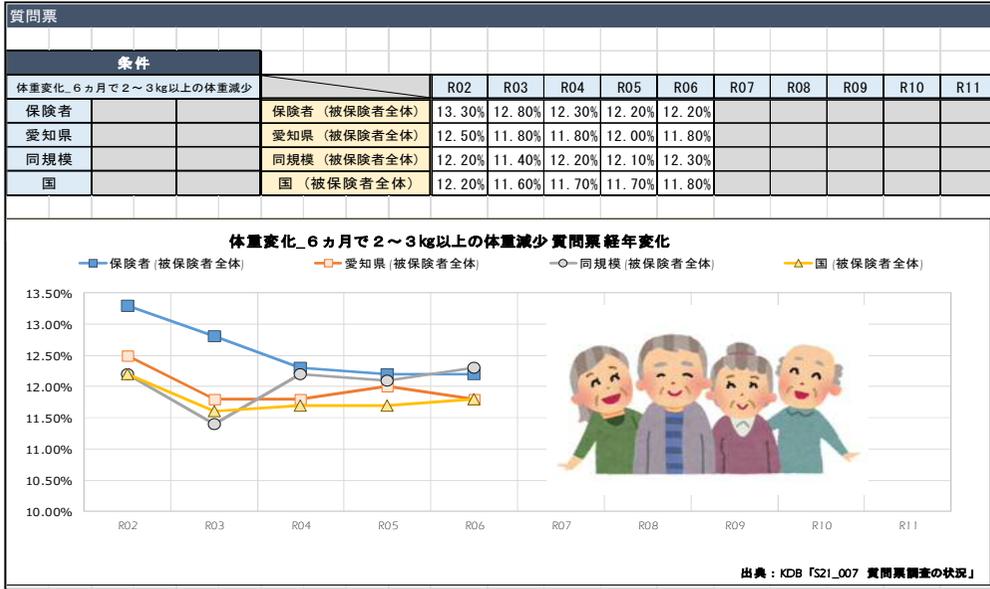


# 一宮市の低栄養の人の増加が気になります！

## 体重が減少したと自覚している人の割合の推移

※保険者は一宮市のことです。



## ご存じですか？

一宮市の健康課題として、「全体の医療費で3番目に骨折が多い」ということがあります。（後期高齢者医療保険 KDBより）

その背景には、フレイルが潜んでいることが想像されます。

フレイル予防のための3本柱<十分な栄養摂取（食事・口腔ケア）・適度な運動・社会参加>の中でも、自分で気が付きにくいものが**栄養摂取**です。

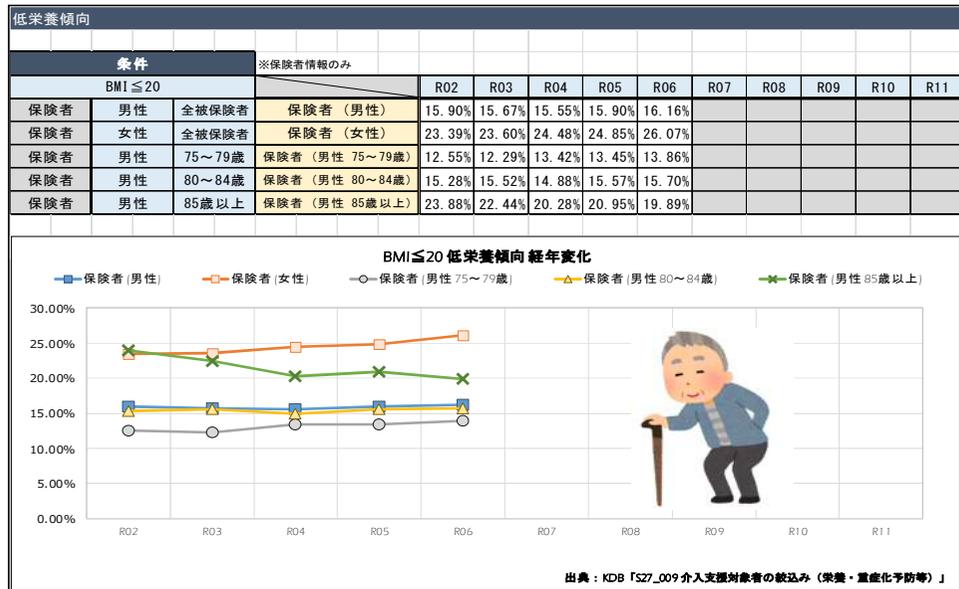
外出の機会が減ると、体を動かすことが減り、食べるものに偏りが出たり、たくさん食べているように思っているにもかかわらず、**知らないうちに体重が減少**していくこともあります。

左の図は、体重が減ったことを自覚している人の割合です。一宮市は、県・国より多く、その割合は減少傾向となっています。

下の図は、**低栄養（BMI≦20）**の人割合の推移です。男女とも緩やかに増加しています。

☆☆**高齢期だからこそ、体が衰えたり、抵抗力が落ちないように、栄養をとることが大切です**☆☆

## 男性の低栄養年齢別の推移



## 女性の低栄養年齢別の推移

