

目的 肥満が老化を促進し、悪性腫瘍の発生を促す可能性が注目されている。それらには免疫能、とくに細胞性免疫能の低下が強く関与すると考えられる。実験動物に適度の食事制限を行うと、細胞性免疫能が増強され、悪性腫瘍の発生を防ぎ、寿命を延長することが証明されている。したがって人でも、老化と悪性腫瘍の発生を防止し、長寿を保つためには、やや痩せた状態が最も望ましいものと思われる。それを明らかにする目的で調査を行なった。

方法 超高齢者として、東北6県の100才以上の方162人と、秋田県男鹿市の90才以上の方(100才以上除く)93人に郵送でアンケートをお願した(頁. 62. 6)。アンケート内容は、各年代毎の体格、現在の身長と体重と生活機能である。食歴調査は男鹿市の回答者の中から、ほとんど全てに他の人の手が必要な人6人とほとんど全て自分でできる人6人を選び、郵送によって調査した(頁. 62. 11)。

結果 1. 有効返信数は東北90人、男鹿市52人の計142人(男32人、女110人)であった。2. 生活機能①ほとんど全てに介助必要30人(男4、女26) ②半分介助必要25人(男4、女21) ③ほとんど全て自分でできる81人(男21、女60) ④不明6人(男3、女3)であった。3. 生活機能と体格では、10代の体格のみで相関が認められた。4. 食歴調査は調査人数が6人ずつと少ない上に、高齢のため若い頃の食生活を忘れており両者に差は発見できなかった。