

買い物弱者を支える食の公共性

図1によれば、2005年から2015年の食料品アクセス困難人口は増加傾向にあり、2025年にはさらに増える見通しである。特に75歳以上の増加が著しく、高齢化の進行と商業環境の変化により「買い物弱者」の問題は今後より深刻化すると考えられる。食品の入手が困難になると、低栄養やフレイルを招き、介護・医療需要の増加にもつながるため、食へのアクセス確保は地域の重要課題であり「食の公共性」として捉える必要がある。

現状の課題は三つに整理できる。第一に、店舗の偏在がある。郊外大型店への集約化で、徒歩圏の店舗が減少した。コンビニエンスストアは数が多いものの価格や品揃え、調理済み食品偏重のため高齢者の主食・副菜を継続的に満たしにくい。第二に、移動手段の減少である。免許返納・身体機能低下・公共交通の縮小が重なり、実質的な距離は拡大している。第三に、デジタル格差である。ネットスーパーや宅配サービスが利用できても、ICT利用が苦手、少量でこまめに買いたい、現金志向などの特性が、高齢者の利用を難しくしている。

こうした状況を踏まえると、課題は「食を届ける」「人を運ぶ」「暮らしを支える」という3点に整理できる。「食を届ける」では、生鮮品を含む多様な食品を小口で届けられる効率的な物流体制が必要である。「人を運ぶ」では、買い物や通院など複数の目的を同時に支える交通の整備が求められる。「暮らしを支える」では、独居・老老世帯の見守りや栄養状態の把握など、生活全体を視野に入れた多機関連携が重要となる。

これらを踏まえた解決策として、五つの方向性が考えられる。

①共同配送と移動販売の連携。地域の小売店、生協、ドラッグストア、青果店等が在庫情報を共有し共同配送を行うことで配送コストを削減する。移動販売車は自治会館などに定時停車し、高齢者が利用しやすい売場を提供する。また、その場で管理栄養士や保健師が栄養相談を行うことで、買い物を健康支援の入り口として活用できる。

②見守りを兼ねた宅配サービス。週1回の宅配に安否確認や冷蔵庫内の食材チェック、服薬確認などを組み込み、異変時は地域包括支援センターと連携する。これにより、フレイルの早期発見や孤立防止につながる。

③高齢者向けの食事提供の工夫。少量多品目を無理なく摂取できる高たんぱく・減塩ミールや、刻み食・やわらか食の開発を地域の特性に応じて進める。価格はワンコイン程度に抑えつつ、自治体の外出ポイントや健康ポイントと連動させ、継続的に利用しやすい環境を整える。

④買い物支援につながるデマンド交通の整備。医療機関、スーパー、行政窓口などを結ぶ多目的型の交通網をつくり、移動販売の時間帯とも連動させる。さらに、停留所にベンチや血圧測定機を設置し、外出自体を健康づくりの機会として活かす。

⑤高齢者が使いやすいICTの採用。スマートフォンの操作が難しい高齢者向けに、紙カタログ、電話注文、音声応答システムを組み合わせる。注文履歴から栄養の偏りを分析し、改善提案を次回配達時に同封するなど、無理なく続けられる仕組みを作る。

これらの施策を実行するには三つの要件が必要である。第一に、自治体、社会福祉協議会、包括支援センター、JA、小売事業者などが参加する「食アクセス協議会」を設置し、連携を日常的に行うこと。第二

に、自治体の補助金、企業の共同出資、ポイント制度など多様な財源を組み合わせ、事業を持続可能に運営する仕組みを整えること。第三に、野菜や果物の購買頻度、たんぱく質や塩分摂取量、フレイル指標、見守り件数、買い物時間などを評価指標として可視化し、改善を重ねる体制をつくることである。

食料品アクセス問題は、単なる買い物の問題ではない。高齢者が安心して暮らし、食べる力を維持し、地域全体の健康寿命を延ばすための重要な基盤である。行政、事業者、専門職、住民が協働し、地域の特性に合わせた仕組みを着実に重ねることで、誰もが住み慣れた地域で「食べること」を諦めずに暮らし続けられる社会を実現できると考える。