

A-54 女子短大学生の栄養調査成績

東京文化短大 ○松木 光
生部 節子
岡山就実短大 長尾 金子

1. 女子短大学生の栄養摂取量ならびに消費熱量、蛋白要求量などについて調査する目的で、10年間における調査成績を、すでに昭和37年の当学会に報告したが今回は、その後、引き続いて行なった成績を岡山市在の短大において調査した成績と共にして、栄養摂取状態の傾向などについて観察したので報告する。

2. ① 生活記録表を各々の学生に渡し、3日間を調査期間として、24時間の動作における Time Study を行ない、R. M. R から消費熱量、蛋白所要量などを求めた。

② 年齢、体重、身長。体表面積は Du Bois, 高比良の改良式によって算出し、基礎代謝は栄養対策審議会のものに従った。

③ 摂取栄養量は、献立、材料、分量を記入させ、その栄養価の算出を行なわせたものについて集計した。

3. 一般に脂肪の摂取量が極めて多く、平均50g前後を示し、蛋白質は70g前後であるが、その中、動蛋の比率が35%以上の好ましい成績を示した。しかし、熱量は栄養基準量よりやや下回る傾向が見られた。カルシウム、ビタミンAはかなり低く、B₂では岡山が低く平均1mgに満たなかったが、Cは東京よりはるかに上回る成績を示した。