

A-24 岡山県における食生活の実態と改善策についての研究

岡山県立短大 ○小西 英子
西村 隆子
高峰 倫子
堀井 佳江

1. 栄養、食生活の実態を把握し、栄養摂取等に関する不合理を改善して、地域社会に貢献したい。

2. 昭和40年度の国民栄養調査、ならびに昭和41年度における調査の、栄養、食生活の実態にもとづき、県南は倉敷市を、県北は津山市を指定して、地域の実情を考慮した改善策を研究し、実施する。この二地区に対しては特に追跡調査等により、問題点を指摘し、改善グループを組織して、講演会、講習会、研究討議会等を月2回くらい開催すること、各世帯別に栄養効果をあげる経済的な献立の作成、偏食の矯正、老人の食事等の特殊栄養

の指導等，多角的な計画を実施して食生活に対して関心をもちたせ，改善意欲をもちたてていく。

3. 成果についてはこれとって，はっきりしたものをつかむことはできないが，生活意識が旺盛になり，各世帯それぞれの立場において，一步一步向上して来たことは，たいへんよろこばしいことと思っている。そこでその栄養指導上の経過を報告したい。