

A—63 朝食の季節別（春・秋）における喫食状況について

西南女学院短大 ○菅野 栄
松下ツイ子

1. よい朝食は生理学的にも重要であるという実験研究 (Daum. Tuttle) があるところから、我々は栄養学的立場から調和のとれた食生活を指導する資料とするため本調査を行なった。

2. 対象は都市部中学生春1216人・秋1152人・高校生春1210人・秋1186人・郡部中学生春 958人・秋 764人・高校生・1130人・秋 1015人に対し春秋共に学年別、性別、家庭の職業、通学時間、睡眠時間、朝食喫食の有無と欠食理由、食事内容等を調査項目とした調査表を製作、学年担当教師を通じて配布、記入直後に回収して頂いた。期日 春 昭和43年5月上旬 秋 同年10月下旬

3. (1) 家庭の職業 全体的に俸給生活家庭が過半数を示す。(2) 欠食状況は都市中学生春3% 秋2% 高校生春5%、秋7%郡部中学生春秋とも1%、高校生春2% 秋5%となっていた高校生の場合秋の方が欠食率が少し高い。時々食べないものの傾向も欠食者と同じ傾向をみせている。(3) 欠食理由では全体的にみて春より秋の方が時間がない、準備が出来てないの割合が高くなっている。(4) 通学時間、睡眠時間、家庭の職業等については欠食との深い関係は春秋ともにみられない。(5) 食事内容では主食がパンかごはんかによって副食の内容にかなりの変化がみられた。(6) 朝食に要した時間に10分以内が最も多く、朝食後出かけるのも10分以内が最も多い。(7) 1日の食事の重点は夕食が90%以上を示している。