

A-59 幼児の食生活に関する研究(第9報) ビタミン栄養の地域的変動
県立新潟女子短期大学 ○岡田玲子 塚原 毅

目的 演者らは、10年来幼児の食生活に関する調査研究を進めてきたが、幼児栄養の問題点はVAを初めとするビタミン栄養にあることがうかがわれた。そこで新潟県下幼児のビタミン摂取パターンを地域的な観点から比較検討し、その実態をより詳しくして、幼児期の栄養指導についてより適切な指針を得ることを目的とした。

方法 調査対象は山村16名、平地農村11名、近郊農村10名、漁村14名、市街地25名の3~6才児で、四季の各連続3日間(通年12日間)の食餌摂取量を個人別に秤量し、得られた成績は年齢別性別栄養所要量と対比して充足率を求め、地域別に比較した。

結果 季節変動が顕著であるが、通年の成績の平均値については次のように要約される。(1)所要量に対する摂取栄養パターンの類似性において、所要量との類似を低めている第1要因は、農・漁村はVAの不足、市街地はVAの過量(肝油服用による)であり、山村は動蛋白の不足であったが、山村の第2~4要因にはVA、VB₂、VB₁の不足が位置していた。(2)充足率の適正を示す者ならびに充足率15%以上の対象児は比較的限られているが、充足率50%以下の対象児は、VAは農・山・漁村に31~80%、VB₁は市街地、農・山村に5~19%、VB₂は農・山村に10~33%、VCは市街地、山・漁村に3~20%それぞれ観察された。(3)ビタミン給源食品は、VA(緑黄野菜、卵)とVC(野菜、果実)については5地域に共通しており、VB₁は第一給源の穀類のみ共通で、第二給源は肉(市街地)、魚介(漁村)、果実(農村)、淡色野菜(山村)と多様であり、VB₂の第一給源は乳(市街地)、農・漁村、卵(山村)で、第二給源は卵(市街地、農村)、魚介(漁村)、緑黄野菜(山村)といずれも地域差が浮彫りにされていた。