

F-43 勤労学生の実態調査（カロリーの出納について）

昭和女子短大 熊澤幸子

目的 勤労学生は昼間学生と比較してみると週休二日制が普及したとはいえ、一日の時間のうち拘束される時間が約二倍である。このような勤労学生の健康管理はどのように行われているかを調べた。その一つとして生活時間調査をし、摂取カロリーと消費カロリーの出納を検討し、今後の指導及び管理の参考としたい。

方法 44年度生35名、45年度生35名、46年度生32名の勤労学生を対象に火曜日一日を選び生活時間調査（5分単位）、尿量を調査し、この尿量に基づいて摂取カロリー計算を行い、生活時間調査から消費カロリーを算出し、その出納を調べた。

結果 ①年度別において摂取カロリー、消費カロリーは大差ない。

②一日当りの消費カロリーが多く、摂取カロリーは少ない。

③したがって摂取カロリーの再検討、改善が必要である。

④90%の学生が疲労を訴えている。

⑤一日4回食が多く、特に炭水化物の摂取量が目立つ。

⑥食事の選択を許されぬ寮住りの学生、給食の学生が多い。