

目的 食事内容が多様化してきた今日、学童においても消費エネルギーと摂取エネルギーの出納がうまく保たれず、摂取したエネルギーが体内に蓄積することによりおこる肥満が重要な問題となっている。現代病の一つとして肥満とその成因に関する研究は数多くなされてきている。本研究では家政学的見地より、学童の生活状況および食傾向と肥満に関して調査を行い検討を加えたので報告する。

方法 調査地域として東京都渋谷区(ティーンエイジを代表する原宿地区)および石川県金沢市の二都市を選び、小学校6年生約300名を対象として調査を実施した。

調査内容は家族構成・主婦就業の有無・家族および学童の嗜好・食品群別の摂取状況・食事の回数および時刻・むし歯の有無・運動量および運動能力などである。祖父母同居の有無や食事を作る母親の嗜好は、毎日の食生活に直接関与し学童の食傾向に与える影響は測り知れないものである。中学校入学前の学外講習やおけいこ通いは、運動時間に対して実際どの程度影響をおよぼすものであるのか。この二点に注目し、学童の食傾向と肥満に関して解析を行った。

結果 今回の調査では大部分の学童のローレル指数は130未満であった。食生活に関して好き、きらいがあるかどうかについては半数以上が「ある」と答えしており、食品群別摂取状況では肉類(豚肉、牛肉)に対する嗜好が強く摂取頻度も高かった。また肥満とのかかわり合いが強いと思われるケーキ・チョコレート・コーラなどの砂糖を多く含む食品の人気は高いが、肥満指数の高い学童のこれら砂糖類の摂取状況は低くおさえられていた。