

目的 隣接のK市における住民検診受診者の食生活調査を行い、中年婦人の食事内容及び食生活意識をしらべた。

方法 調査時期 1982年～1983年 調査対象 30～69歳の女子909名、うち1982年(330名)、1983年(191名)、1984年(388名)、調査方法は栄養士が前日/日分の食事内容を聞きとる24時間思い出し法を用いた。1984年には食生活意識についてアンケート調査も実施した。計算には卓上コンピューターキャノンSX-350, CX-1を用いた。

結果 標準体重から各人のエネルギー基準量(A)を求め、摂取量(B)との比を算出した。%が110%以上の者が50才代に多かった。肥満度120%以上の者は42.7%(1982年) 26.2%(1983年) 37.6%(1984年)であり年代別では40才代が一番多かった。肥満者で%が120%以上の者は13.9%(1982年) 10.5%(1983年) 16.2%(1984年)にすぎなかったが、ほとんどの食品群を平均摂取量より多く摂取していた。%と食品群別摂取量の間には、ほとんどの食品群に正の相関($P<0.01$)がみられ、なかでも飯類、動物性食品、油類、菓子類において相関性が高かった($P<0.001$)。この結果は前回¹⁾と同様である。アンケート調査の結果、日常の食生活で気をつけている内容では「栄養のバランス」と答えた者が各年代とも半数近かった。診断結果をよく理解したと答えた者は30才代に多かった。なお再受診者のうち注意事項を食生活にとり入れた者は58.7%であり、注意事項を守って効果があったと答えた者はそのうち1/3であり、それは50才代でもっとも多かった。

1)浅野真智子ら 第34回日本家政学会年次大会(昭和57年度)