

目的 日常生活において摂取するアミノ酸量については、国民栄養調査成績から単純に概算したアミノ酸摂取量があるのみで、各年齢層の人々が献立から直接どの程度のアミノ酸を摂取するかについては、実測上からも計算上からも全く報告がみられない。演者らはこの点に着目し、単なる栄養摂取量調査ではなく、各年齢層別に栄養所要量を充たした標準献立が、果して各必須アミノ酸の必要量を充たしているか、又如何なるアミノ酸組成パターンを有するかを、実験ならびに計算により、検討することにした。

方法 年齢層別として、乳児期（乳汁のみ）、離乳期（前期、中期、後期、完了期）、学童期（6才）、思春期（12才）、成人期（20才代）、老人期（60才以上）の各期における1日の栄養所要量を充たす献立を各期別に30日分作成した。各献立については数例を実際に調理後、凍結乾燥、加水分解し、クロマトグラフ、比色によりアミノ酸組成を分析した。一方、全献立について、科学技術庁資源調査会による日本食品アミノ酸組成表を用い、献立のアミノ酸組成を算出した。これらの結果を用い、各年齢層別のアミノ酸摂取パターンを作成、量的、質的検討を行なった。

結果 各必須、可欠アミノ酸1日摂取量は乳児期から思春期の順に上昇し、成人期、老人期にかけて下降する。体重kg当たり各アミノ酸の摂取量は、離乳完了期に最も高く、以後老人期にかけて下降する。これらをFAO/WHO 必須アミノ酸必要量（1973）に対する倍率で表わすと、成人期に著しく高い。アミノ酸価は離乳期に各食当たりの変動が大きく、加齢と共に変動範囲が狭まる。各年齢別摂取アミノ酸パターンは比較的類似していた。