

目的 食生活の欧風化に伴い、油脂摂取量が増加してきている。油は酸敗すると風味の劣化、粘性増加等嗜好性の低下に止まらず、栄養の低下や毒性をも有するようになる。そのため摂取量が増えるほど揚げ油を注意して取扱う必要が生じてくる。そこで今回は、短大生世帯を対象として、油に関する酸敗の知識や留意点等健康面でのかがわりを中心に意識調査し、その実態と把握すると共に、実際に使用中の揚げ油の酸敗度を調べ、酸敗に関する知識の有無と揚げ油の酸敗度との関連性をも合わせて検討した。

方法 昭和61年10月、短大生の46世帯を対象とし、揚げ物料理の嗜好性、揚げ油の管理方法、酸敗に関する知識、栄養的配慮等の意識調査を実施した。また同世帯で使用中の揚げ油46検体の酸敗度は、酸価、チオバルビトール酸価(TBA価)及びカルボニル価の三種の方法を用いて測定した。また対照揚げ油は、市販油脂4種類を購入して用いた。

結果 調査対象世帯の家族構成は、4人家族が40%、また核家族は76%であり、揚げ物料理は家族の好み(46.6%)や、栄養的に好ましい(36.2%)と考えて厭立に取入れられていた。約65%の世帯では、油の酸敗についての知識をもち、その油の状態を褐変化、油ぎれの悪さ、粘性の増加等と認識し、その原因としては空気との接触、熱、光等と回答された。一方、油摂取上の留意点としては、成人病、肥満、胃腸の調子に注意をほらい、動物性油脂と著しく避けるものであった。また使用中揚げ油の酸敗度は、対照油に比べて高いものであったが、厚生省指等基準に比べてかなり低いものであった。更に酸敗に関する知識を持つ世帯が使用している抽の酸敗度は、持たない世帯で使用中の油の酸敗度より有意に低かった。