

淑徳短大 ○保屋野美智子 飯塚美和子
文教大女短大 白石好 亀城和子

目的 私共が短大で栄養や健康の問題を扱う場合、学生は体位に寄せる関心が強く、テレビや雑誌にみられる流行のスタイルなどの影響を受けていることを痛感する。特に体位に対してやせ願望の強いことは第1報で発表した。本報においては、肥満度別にこれらの学生達が食生活(食物摂取など)に対してどのように考え行動しているか調査を行った。

方法 家政科を専攻している学生97名、食物栄養を専攻している学生89名、計186名を対象に2年次のはじめにアンケートによる調査を行なった。

結果 調査対象者の体位の平均値は、身長 158.2 ± 4.7 cm、体重 51.0 ± 5.6 kgであり、肥満度は -2.6 ± 9.3 kgであった。これに対して希望する体重は、 47.2 ± 4.2 kgであり、その差は3.8 kg減であった。しかし健康に良いと考えている体重は、 48.5 ± 4.8 kgであり、現体重との差は2.5 kg減で、希望する体重より1.3 kg多く見積っている。しかし肥満に対する意識は非常に高く、肥満度 -10% 以下でも太っていると思っている。

体重による区分(5つに区分)と食習慣や食物摂取の関係をみた。朝食の摂取状況、間食はやせすぎの群の方が摂っていない。体重の多い群では、献立を作成し料理を作っている。健康の指標の一つである貧血については、献血は同じように行っており、健康には自信を持っている。しかし、献血を行っている者についてみると、やせすぎ群の方が貧血を気にしている。その他、食物摂取状況についても、体重区分により興味ある相違がみられた。