

= 目的 = 前回、日本で S D A (Seventhday Adventist) 方式の菜食を行っている広島三育学院の生徒を対象に栄養面と健康面について検討し、消化器系の自覚症状の項目得点が菜食群は低い結果であったことを報告した*。今回は、各食品群の摂取状態を比較すると共に、菜食主義者の食物嗜好についても検討を加えたので報告する。

= 調査方法 = 対象は、14~16歳の三育学院全寮制生徒(菜食群)男子59名、女子50名。大阪府在住の生徒(一般群)男子57名、女子50名。調査内容は、週日連続3日間の食物摂取状況調査を実施し、あわせて Hedonic scale で、食物嗜好調査も行った。

= 結果 = ①菜食群と一般群の食物摂取状況調査より、食品群別摂取量を比較すると、男女共に各食品群で有意差が認められた。菜食群で摂取量が高い値を示したものは、穀類、いも類、種実類、豆類、乳類、野菜類、果実類、きのこ類、海藻類であった。一方、一般群が高い値を示したものは、卵類、肉類、魚介類であった。

②4つの食品群(香川綾氏による)の栄養価荷重平均の算定基礎となる食品を中心に嗜好調査を行った結果、両群の嗜好度平均値に有意差が認められた食品は多く、菜食群は豆類、乳類、野菜類、海藻類の食品が、一般群は魚介類、肉類、嗜好飲料の食品が、それぞれ他群に比較して高い値であった。食品群別の摂取量と各群の食品嗜好度は相関を示した。

*文献 垣本充、渡部由美：生活衛生，34，212-219，1990