

摂取食品数から見た食物栄養学科在籍女子学生の食事内容  
藤女大人間生活 ○神島めぐみ 小林淑枝

- 目的 食物栄養学科在籍女子学生の食事内容を摂取食品数に着目して調査し、栄養摂取状況の問題点を把握し、改善策を検討する。
- 方法 食物栄養学科在籍女子学生104名を対象に年間3回、各回連続3日間について、配票、留置自記方式の食物摂取状況調査を行なった。体格指数としてはBMI (Body Mass Index)を用いた。得た成績を調査時期別、生活形態別に分け検討した。さらに、食事調査に対する意識調査アンケートを行ない検討した。
- 結果
1. 生活形態別の1人1日あたり摂取食品数は自宅通学生が若干多かったものの顕著な差は認められなかった。
  2. 調査時期別に摂取食品数の差は認められなかった。
  3. 食事調査に対する意識の違いは生活形態別には認められなかった。
  4. 摂取頻度の高い食品群として米・パン・めん類とその他の野菜が、また摂取頻度の低い食品群として海草類、いも類があげられた。