

○門倉芳枝 溝本多恵
(日本女大)

【目的】栄養調査の方法には、数多くあるが煩雑なものが多いため、本研究室では誰にも簡単に実施でき、しかも信頼できる成績が得られる簡易栄養調査法を考案してきた。これまでその調査法の信憑性をたんぱく質、脂質、カルシウム、リン、鉄について検討したところ、目安法による栄養調査成績や、作成献立より算出した計算値に近似した値を得、信憑性の高いことがわかった。このたびビタミンB₁について検討した。

【方法】20歳代女子生活活動強度Ⅱの1日の作成献立について、調理したものとその調理前のものをそれぞれ試料とし、一皿ごとに採取して、ビタミンB₁をチオクローム蛍光法で定量した。調理前の定量値を基準にして、作成献立における計算値、更に、この献立標本について本学学生55名を対象として行った簡易栄養調査及び目安重量による栄養調査から得られた計算値について、比較検討した。

【結果】①1日分のビタミンB₁値で示すと、調理前定量値を100%とした場合、作成献立計算値、簡易栄養調査から得られた計算値、目安重量からの栄養調査で得られた計算値はそれぞれ、101%、112%、110%となり、簡易栄養調査法による成績が10%程高く算出された。②各皿ごとに検討してみると、ある種の料理はその調査法によって差異がみられた。これを前回と同様に重量換算表を一部訂正したところ、更により結果が得られた。③調理後の定量値は、調理前定量値の88%となりビタミンB₁については、調理による損失率を考慮する必要があった。

以上の成績から、簡易栄養調査法から得られる成績は信憑性の高いことがわかった。