

## ネパール北部高地住民の食物摂取状況調査

○大野佳美\* 平井和子\*\*

(\* 武庫川女大、\*\*大阪市大)

目的 低栄養は多くの発展途上国において今も深刻な問題の一つである。我々はネパール人の栄養状態および食物摂取状況を把握し、栄養改善を行うことを目的としてネパール南部工業地帯および農村地帯住民の食事調査を実施し、乳・乳製品がほとんど唯一の動物性食品であり、獣肉類や卵類の摂取量がきわめて少なかったことを報告した。食事内容は季節、食物の入手しやすさ、社会的・経済的要因に大きく影響されるため、今回、ネパール高地住民（海拔約3500mm）の食物摂取状況調査を行った。

方法 ネパール北部高地住民男子43名（ $42 \pm 17$ 歳）、女子50名（ $42 \pm 15$ 歳）を対象に直接聞き取り法による食物摂取状況調査を行った。同時に身体状況を測定し、栄養素摂取量と身体状況との関係をしらべた。また、血清中の成分濃度の測定も行った。

結果 1日の平均摂取量の多い食品群は、男女それぞれ穀類  $403 \pm 110$ 、 $382 \pm 116$  g、野菜類  $335 \pm 75$ 、 $307 \pm 60$  g、いも類  $201 \pm 94$ 、 $181 \pm 89$  g、豆類  $65 \pm 38$ 、 $55 \pm 30$  g、獣肉類  $43 \pm 30$ 、 $37 \pm 25$  gであった。魚介類および卵類の摂取は0であったことから日常食べる機会が希であると考えられた。穀類中の米の摂取量が南部地帯に比べて少なく、そば粉の摂取量が多かった。これは高地で米の栽培が不可能であるうえに米の入手が困難であるためであると考えられた。アルコール類ではチャンの摂取量が多く、塩茶も多く飲まれていたが、これら飲みものの摂取量は個人差が大きかった。総エネルギーの平均摂取量は男子  $2143 \pm 480$  kcal、女子  $1915 \pm 485$  kcal で前者の方が多く（ $p < 0.05$ ）、また、総エネルギーに対する穀類および米のエネルギー比は南部住民よりも低値であった。