

26 農山村の生活実態調査と生活改善指導，食生活について（第2報）

純真女子短大 西沢 照

1 宮崎県東旧杵郡椎葉村を調査地域として，農山村（特に僻地）に於ける生活状態を調査し，本村の特徴をつかみ，ここに住む人々が如何なる食品を摂取し，如何なる栄養状態に於かされているかを知り，これを如何なる方法で改善してゆくかを考究する事を目的として行ったのである。1956年に予備的調査を行い（1957年に第1報をスライドによって発表した）研究の価値あるものと認められたので，本調査を行った。

2 大河内地区の5部落89世帯529人を対象とし，期間は季節的变化をみるために夏7月，秋10月，冬12月に各々4日間宛とした。なお料理講習会を催し，食生活改善に対する意欲の向上を図るために，動物性食品，油脂類の利用法及び有色野菜の摂取の必要については特に力説して指導した。

3 農山村（特に僻地）に於ける食品類は殆んどが自給自足の状態であるため，摂取食品の種類，調理法の変化に乏しかった献立が，鯨類，大豆製品或は油脂類の利用範囲が拡大された献立となり，栄養状態についても一段の向上が認められたので，調査指導の効果があった事を確信する。