

# A—33 女子大生の栄養摂取量と生活時間調査 (第3報)

大妻女子大 渡辺 和子

1. 都市における女子大生の食物摂取状況と生活時間調査を行い、女子学生の生活に要する消費熱量と栄養摂取の状態を年次検討してきたが、今回は主として、生活環境の相違、つまり、自宅、下宿、寮よりの通学者に何等かの相違があるものかなどを合せて検討した。

2. 大妻女子大の短大1, 2年, 学部3年より無作為に抽出し、1962年11月末～12月始、3日間を選んで、各人の朝、昼、夕、そして間食を記入させ食物調査を行った。一方、生活時間調査を実施した。回収し利用した数は各々171名である。

3. 熱量についてみると、1961年度調査の時は摂取熱量は平均2001 Calであったが、今回は2017 Calであった。

消費熱量は前回は1936 Calであったが、今回は1957 Calであって熱量出納は(+)になっている。

蛋白質、その他の栄養素についても検討した。なお、生活環境の相違は熱量の点ではどの通学者も大差なかった。生活時間の内容については、自宅通学者が家事の手伝いなどから、自由時間は少い。数回の調査で特に目立つことは、女子学生の欠食の多いことである。忙しくて食べられないのか、食欲がないのか、やせたいためか、その辺の原因については改めて検討するつもりであるが、朝食について、下宿者は35%、寮生は26%の欠食率である。