

A—59 本学院生の家庭における摂取食品群の調査（Ⅲ）

聖母女学院短大 ○大上智恵子
藤木 信代
沢田寿々太郎

1. 目的：前報において、本学院生家庭の栄養素摂取の三食への分布と食事内容の豊富さについて調査した。今回は更に、主食を形態別に分けて、摂取した食品と、調理形態について検討し、併せて、摂取食品の数と種類の相関々係について検討を行なった。

2. 方法：本学院生を対象として、夏季一週間の食事内容を記載させ、分析検討を行なった。

3. 成果：Ⅰ）動物性食品については、朝食時、米食、パン食の何れにあっても、摂取する食品は少なかった。米食では、主として卵（摂取頻度 4.0/週）パン食では、牛乳（摂取頻度 4.3週）の使用が多く、調理形態の簡単なものであった。夕食時は、摂取食品が多く、調理形態のバラエティが大であった。緑黄野菜についても、同様に、主食形態別に検討を行なった。

Ⅱ）使用食品の数と種類の相関々係を、所得、職業、家族数、調理に当たる主婦の学歴によって区分し検討を行なったその結果、食品の数と種類の増加率は、どの区分においても、ある点までは、同傾向を示しそれ以上になって個々の特徴による差を示した。この差の原因を家族の食事への関心、買ものへの関心など、精神面の影響を指標として解析した。あわせて、使用食品の種類と調味料、香辛料の種類との相関々係についても、同様の解析を行なった。