

岡山県立短大 小西 英子

1. 本学の卒業生の多くは栄養士として、岡山県の栄養および食生活改善に関する事業に従事するので、社会的、文化的、経済的な諸条件と深い結びつきのある、本県民の食生活の実態ならびに、生活意識などにつき、より深く、より具体的に掌あくし、いろいろな問題点を取りあげ、その解決のいとぐちを見出したいとねがったものである。

2. 資料は昭和40年度国民栄養調査をもとに、全く同方法による県民栄養調査をも合わせて、11地区、503世帯を対象にした岡山県全地域にわたるものである。

3. 栄養摂取の状況については、各世帯ごとに、昭和45年度を目途とした、栄養基準量と比較したとき、各栄養素とも不足しているが、各世帯別に考察すると、カルシウムは83%、脂肪は68%、たんぱく質は53%、熱量ですら55%の世帯が不足を示している。

さらにこのうち、3つ以上の栄養素が不足している世帯が56%もあり、半分以上が赤信号状態にある。その原因はどこにあるのだろうか。食費なども県平均202円を示し、1日の摂取食品数は平均14品となり、食費をかけている割に、食品のえらび方、調理の方法、生活意識の低調などが、無駄の多い生活をもたらしていると思われる。