

京都女大家政 小松 初子

1. 大都市内周辺にとり残されている山間僻地住民の食生活の実態を明らかにし、国民平均栄養状態との格差を見出し、食生活改善に資することを目的とし本調査を行なった。

2. 京都市の最北部にあるK地区40世帯を調査対象とし、昭和43年7月末の3日間、国民栄養調査の方法に準じ栄養調査を行なった。

3. 栄養摂取量は、昭和45年目途の基準量に比較して全般に不足しており、とくにビタミン類、カルシウムの不足が目立っている。食品群別摂取量については、僻地全般の傾向である植物性食品に偏重しており、動物性食品、油脂類など良質の食品群の不足が目立っている。これは交通不便という大きな障害のため、十分な食糧の確保が出来ないこと、また主婦の労働時間が長いいため粗雑な食事に終るためと考えられる。つぎに僻地における食生活改善の問題点を把握するため、アンケートにより調査を行なったが、その結果は食生活にたいする認識は低く、今後はこれらの地区の主婦達を中心に食生活の指導改善を図ることが必要である。