

な方法で食べているか。それはただちに家族の健康や幸せにつながるものであろう。朝・昼・夕の食形態を中心にして、都市の世帯を調査した。この実態を把握することによって、今後、標準的献立の作成、理想的な食形態のあり方を追求する手がかりとしたい。

2. 時期：昭和43年5月20日～24日連続3日間

対象：本学々生のうち東京および近郊の家庭430世帯を選び調査票を配布。回収は312世帯(回収率73%)。有効数226世帯。

調査項目：連続3日間の献立名、食品名、食品概量、調理方法などを記入。

3. ①食形態一朝、昼、夕別にみると、朝食は、ボリュームは少ないが副菜の数が多く、“はし休め”的に食べる傾向がある。しかも手数のかからない生食や加工保存食品が多い。昼食は、主食が米、パン、めんと多様化し、主菜および副菜もそれに準ずる。夕食は、調理に手間をかけ、食品的にも栄養的にも豊富な調理が行なわれている。

②食品群別の形態—主食、汁、主菜および副菜別に食品群別形態を調べた。

③調理方法別形態—家庭で加熱しないもの、加熱したものに分類した。以上これらについての結果を数量的に検討した。総理府委託研究「食生活の標準的パターン」に関連づけて考察した。

## A-111 食形態に関する一考察（第2報）

大妻女大家政 ○前川 当子  
渡辺 和子  
村田 輝子  
神保 洋子  
小泉 純子

1. 家庭のなかで人はどんな食物を、どれだけ、どん