

大妻女大家政 ○工藤 英子
前川 当子
八倉巻和子

1. 嗜好は私達の食物摂取の時に働く不可欠な要因である。だれでもおいしく楽しい食事をすることを望んでいる。いかに栄養のある料理を提供しても嗜好にあわない場合は、食べ残したり、栄養効率がおちるといわれている。偏食を是正しよい食習慣をつくることの要因として嗜好について調べ栄養教育に役立てたいと考えた。

2. 今回の調査はその対象として都内の小学生、中学生、高校生、大学生計 800 名を選んだ。調査時期は昭和43年9月～10月の間、調査内容は食品142種、料理158種について調査表を作成し配布した。回収率72%。同時に会社員 340 名を対象とした嗜好調査も実施した。

3. 食品・料理についての嗜好頻度を点数による規定を設け集計整理した。

年齢別：各年齢を通じて果物、嗜好飲料、そして寿司などが好まれている。小学生は洋風料理を好む傾向にある。中学生、高校生は主として主食となるようなものを好み、小学生、大学生は食品・料理に対する嗜好頻度が高いことがわかった。大学生と会社員の嗜好はややにている。

性別：性別についても比較検討した結果、男女の嗜好頻度は、高校生から大学生の間では異った傾向をしめした。

嗜好と食習慣の関係、あるいは生理的、心理的な要因などについても種々検討してみた。