

A-64 農家における個人別栄養摂取状況

長崎県立女短大 ○赤星千寿 井上寿子

目的 これまでおこなわれている栄養調査では、一世帯当りの食物総消費量から、家族全体としての栄養摂取量を評価しようとする場合が多い。殊に成人換算することにより、性別、年令別、労作別などの要因は除かれて、成人男子普通労作としての平均的な摂取量が推定される。しかし世帯構成員の摂取状態には当然個人差があるので、この値は各個人の摂取量を代表するものではない。さきに農家における20才以上の男女について、栄養摂取量を測定発表した。今回は世帯の摂取状況とともに、家族全員の個人別摂取量を測り、年令層別の摂取上の特徴について検討を加えた。

方法 調査対象は水田と果樹作の農家47世帯と、その家族254人である。連続した3日間、調査員による秤量で、消費した食品量を求めた。

結果 ① 男子の個人別摂取熱量は、主農業に従事する年令層では、前報同様一般人の所要量をはるかに上回って高く、農作業の労働強度を“やゝ重い”とみなして、その所要量と比較してもなお高い。それに反し、20才以下の農業に従事しない者の摂取量は全般的に所要量を下回って低く、特に年令の若い層にその傾向は強い。② 女子の摂取熱量も男子同様の傾向であるが、主農業に従事している年令層での摂取量の増加は、男子ほど大きくない。③ 蛋白質の摂取量は、男女とも19才までは低く所要量に達しない。20才以後は所要量を大きく上回り、特に摂取熱量の高い男子にその傾向は強い。しかし高令になるに従い、摂取熱量の低下とともに蛋白質も低下する。④ その他の栄養素も、幾分かの差はあるが、摂取熱量の増減に従い推移している。