

A-19 発声と職業とをする人(特に声楽家)の食物に関する意識調査 君島京子, 本田幸子, 宇都宮信子, 高宮和彦(共立女大, 家政)

目的及び方法 職業として発声を行う人達は夫々に栄養及び食物に対する関心が深く、日常注意を払っていると思はれるが、実際の把握は互いに出来ていない。声楽家の他、アナウンサー、邦楽家、俳優の1000人に対して質問紙配布による調査を行った所、回収率38%と種々の意見がよせられた。調査実施期日は昭和48年5月1日より6月30日の間であった。

結果 食物が声の質及び音量に影響すると思える人は全体の43%であり、実際に食事を規則正しく摂り、栄養のバランスに注意すると思える人は39%であった。たばこを悪いとする人が87%であるに対して、酒は影響ないと思える人は86%、清涼飲料は72%であった。関心を集めた食品を、声がよくなると思う食品から始めて、声に悪いと思える食品に終る系列に作成してみると、次の順であった。〔はちみつ、黒豆、生卵、にんにく、みかん、昆布、天ぷら、きんかん、牛乳、アイスクリーム、落花生、茄子、カレー、唐辛子〕。考之方としては次の順であった。①体力をつけるものとしての肉、魚、レバー、にんにく、鶏卵など。セチニン補給として野菜、果物。②喉に対して一過性に効くものとして甘いもの、粘質のもの、温かい飲料、神経興奮にアルコール性飲料、茶、血管拡張を考之るもの。除痰にレモン、漢方薬、喉の痛み防止。③聞き伝えている信じているもの。逆に声に悪いとして敬遠されるものは、辛いもの、おろの強いもの、酢っぱいもの。個々に工夫されている料理はレモン、はちみつ、にんにく中心が多く、所謂自然食品の考之方の影響がみられる。