

目的 男子労働者の摂取食品バランスの良否と生活行動との関連について明らかにする。

方法 静岡市周辺の17企業に勤務する男子労働者1400名を対象に、1974年10月 会社依頼による留置きアンケート調査を行った。調査内容は、1. 一日の摂取した食品名 2. 食生活行動 3. 生活行動 についてである。

結果 1. 摂取食品バランスの良い人は20%未満で少く、未婚者別では既婚者の方(22.5%)が未婚者(16.8%)より多い。また年令別にみると、良い人は30才以上に多く、悪い人は30才未満に多い。2. 朝食状態については 未婚者の60% 既婚者の88%が毎朝喫食している。3. 夕食の夕食状態と摂取食品バランスの良否との関連についてみると、外食回数の多い程食品バランスの悪い人が多い。外食動機については既婚者の場合「つきあい」より「家庭サービス」で外食する方が摂取食品バランスはよい。4. 家計(支出)配分について、第一位に重点を置いている項目は、未婚者は「娯楽費」既婚者は「食費」が多い。摂取食品バランスの悪い人は 食費に重点を置く人より 娯楽費に重点を置く人に多い。以上の事柄は個人生活周期の相異によるものであろう。すなわち未婚者は既婚者と比較して、生活周期と家族からの拘束度が少ないことなどにより、彼ら自身の欲求充足のための単独消費行動の可能な時期にある。また若さゆえ 健康管理への意識の薄いことから食事への関心も低く、摂取食品バランスが悪いという結果につながっていると考えられる。