

目的 最近の食形態の報告をみると、主食の違いが、副食に使用されている食品とその調理法に影響をおよぼしていると思われる。そこで我々は、昭和50年山口県民栄養調査を資料として朝食における主食形態と副食の関連について分析した。

対象および方法 山口県の昭和45年国勢調査により設定された単位区より無作為に抽出した25地区の朝食例数875(292世帯、1026名)である。時期は昭和50年11月の連続した3日間である。方法は厚生省が毎年実施している国民栄養調査に準じて行った。

結果 1) 主食は米飯が、パン、めん類、混合に比べ多い。世帯業態別にみると農家世帯が非農家世帯よりも、地域別にみると山間地域が、その他地域より米食の出現率が高い。

2) 米食とパン食を比べると、米食の方が豆類、緑黄色野菜、その他の野菜、海草類、魚介類の使用率が高く、油脂類、乳類、果実類の使用率が低い。

3) 卵類、緑黄色野菜、その他の野菜の調理法は、米食では汁物が多く、パン食では卵類は焼物、緑黄色野菜、その他の野菜は生物が多い。

4) みそ汁の出現は、全県で62.6%、米食においては93%であり、地域では山間地域に多い。みそ汁の実は3品が最も多く、種類は豆腐、油揚げ、卵、ねぎの順に多い。

以上の結果より、米食とパン食では副食として使用される食品、摂取量、調理法に違いがある。