

目的 現在の幼稚園児の食生活における栄養摂取量とその所要量に対する充足率を個人別に検討し、前回の女子短大生と比較し、栄養摂取の細かい実態を把握することを目的とした。

方法 5才の幼稚園児56名について、昭和55年7月に3日分の食事摂取調査を記入式で行った。その結果から、所要量に対する充足率を個人別、栄養素別に求めた。

結果 各栄養素の個人別充足率の分布状況をみると、最多を占める充足率の部分と、その充足率を示した園児の比率は次のようであった。エネルギー、70%台30.4%、タンパク質、90%台25.0%、カルシウム、50%、60%、80%、110%の各台が同率で10.7%、鉄、100%台19.6%、ビタミンA、120%台17.9%、B₁、110%台25.0%、B₂、90%台、16.1%、C、90%と100%台が同率で14.3%であった。また、充足率90%未満の者はエネルギー、B₂で50~52%、カルシウム46%、鉄、A、B₁が32~36%、Cが21%、タンパク質が18%であった。次に充足率90%でみたとき、全栄養素が充足している者は27%、1因子不足は13%、2因子13%、3因子11%、4因子7%、5因子13%、6因子6%、7因子7%、全栄養素不足が6%であった。平均不足因子数は2.85で短大生の平均不足因子数4.11と比べ、母親が管理する園児の食事の方が短大生より良好であることが考えられる。

また不足因子数と食品群別1日当たり摂取量との相関関係をみたところ、野菜類において有量の負の相関がみられた。