

桐丘短大食物 ○清水祥子・平石 房・山岸貴代美・

斉藤昌子・関崎悦子

目的: 近年家庭での調理が見直されてきており、食生活を栄養面だけではなく多面的にとらえてゆくことが重要になってきた。群馬県での減塩運動およびスリー・ホワイト運動の展開の中で、県民の食生活の実態を知り、今後の食物教育および栄養指導の方向を得るために、食事調査および食生活に関するいくつかの実態と意識調査を行った。

方法: 前橋・桐生市およびその周辺に住む家庭の主婦を対象とし、質問紙法によつて昭和58年2月中に調査した。調査項目は、1)連続した3日間の献立記録 2)食卓を囲んだ家族状況 3)食事とテレビの関係 4)宅配についての意識 5)献立作成時の条件 6)調理についての意識 7)主たる調理器具の有無と利用状況 などである。各項目において割合をだし、その一部について統計処理をした。

結果: 調査項目1)について

主食別割合は朝、昼、夕ともに米飯が多く、米飯、パン、めんの割合もNHK放送世論調査結果に類似していた。米飯との組合せをみると米飯+汁物+副菜型が朝に多かつた。昼は汁物のない米飯+副菜型および一皿物が多かつた。牛乳、乳製品および料理に使う牛乳の摂取状況をみると牛乳はパンとの結びつきが大と思われる。料理に使う牛乳の摂取頻度から牛乳料理とパンとの結びつきはみられないと思われる。米飯と組合せた副菜としての牛乳料理を指導することによつて、県民の牛乳摂取をふやすことが可能と考えられる。