

目的 静岡県東部の中伊豆町ならびに天城湯ヶ島町の住人には、これまでの定期健康診断の結果、朝食前の血糖値が高い糖尿病前段階の人が多く、また前年の栄養調査から菓子類の摂取も多く、味付けが濃厚であることがわかった。そこで甘さと煮物の味付けについての味覚検査とあわせて間食に関するアンケート調査を行ない、その実態を把握することにした。

方法 対象は上記2つの町に居住する20才代から60才代までの婦人229名。調査は昭和57年7月下旬に行なった。味覚検査の試料としては、日常生活に即したものとして牛乳かんと高野豆腐を取りあげた。牛乳かんは甘さの閾値と嗜好を、高野豆腐は煮物としての味付け嗜好濃度を調べた。間食に関するアンケート調査は、間食の種類とその摂取頻度、摂取量について、また味付けに対する意識について行なった。

結果 [I]味覚検査 牛乳かんの甘味に対する閾値が平均42%、牛乳かん甘味の嗜好濃度の平均値13.7%、そして高野豆腐の煮物としての甘味嗜好濃度の平均値は13.4%であった。比較する成績は見当らないが蔗糖の閾値0.7%、都市20才女子の蔗糖溶液の嗜好濃度9.2%、一般的な高野豆腐の煮物の甘味濃度に比べ、対象者の方が高かった。甘味の嗜好濃度が高い人は煮物の味付け嗜好濃度も高い傾向にあり、加齢と共に甘味嗜好濃度が高くなった。

[II]間食調査 間食からの摂取エネルギーは総エネルギーに対し平均22%で大きかった。また間食と調味料類からの砂糖摂取量は37gで多かった。嗜好濃度が高いにもかかわらず意識の上では、自分の味付けを「普通」または「うすい」と思っている人が大半であった。