

目的 携帯用心拍数記録装置を用いて、食事時の心拍数と酸素摂取量の関係から消費エネルギー量を測定し、特に香辛料の強い調理品を食した時、刺戟性に対する心身の反応との消費エネルギー量についての比較検討を行ったので報告する。

方法 1) 被検者は19～21才の女子大学生15名。

2) 心拍数と酸素摂取量の回帰直線を得るために、安静時は5分間、運動時は自転車エルゴメーターを用い、12分ステップ法で測定した。心拍数測定は、毎分の心拍数において34時間記録が可能なVINE株式会社製、携帯用心拍数記録装置を用いた。RMR測定は、Douglasbag法で行った。

結果 1) 各被検者の心拍数と酸素摂取量間の相関係数は、 $r=0.9$ 以上であった。

2) 1日の心拍数頻度は毎分70～100回台に集中していたが、朝食・昼食・夕食時の心拍数は夕食時に比べて朝食・昼食時が高くなっていた。3) 昼食時に刺戟性の強い料理(Cari・乾焼明蝦)を加えたところ、刺戟性の強い料理を食した時は心拍数は高値を示した。4) 刺戟の強い料理と通常の食事との消費エネルギーでは、刺戟性の強い料理を食した時は、毎分当たり平均2.8kcalで、通常の食事は平均1.8kcalであった。この結果、食事中の消費エネルギーは料理の内容により変化することが考えられる。