

A 200 岐阜県における主婦の食生活—米国在住日本人主婦と比較して—
岐阜女大家政 ○小瀬木恵理 東野道子

目的 研究者らは、岐阜県内3地区において主婦の食生活調査を行ってきた。本研究では、各地区の比較検討を行い、岐阜県の子婦の食生活の実態を把握するとともに、米国に住む日本人主婦に対する同種の調査の結果とあわせて、日本人特有の食生活の流動面と固定面について明らかにしようと試みた。

方法 昭和58～60年、毎年7、8月、岐阜県内3地区（土岐市、古川町、海津町）および米国ニュージャージー州在住日本人、20歳以上の主婦117名（平均世代40歳～）を対象に、国民栄養調査に準じて、食物摂取状況調査を行い、このデータより、栄養価、食品構成、食事の主食パターン、副食数、食品数、必須アミノ酸量について比較検討した。

結果 1、栄養素摂取は、4地区ともにCa、Feの不足が認められた。エネルギー比率は、県内地区は、糖質中心の日本型パターンであったが、米国在住主婦は、脂肪中心の典型的な欧米型パターンであった。2、食品構成は、穀類の割合に地域差が見られた。3、主食の内容では、県内地区は、1日2～3回米を摂取する割合が約80%であった。一方、米国在住主婦は、その習慣を保つことは困難なようであったが、夕食は米を摂取する傾向が強く、日本人の食習慣の中で、変わりにくい固定的なもののように思われた。4、摂取副食数、食品数の分布より、昼食を簡単にすます傾向がうかがえた。県内農村部においては、朝、昼同一献立、限られた料理のくり返しが見られ、都市部、米国では、加工食品、外食利用が目立った。5、制限アミノ酸は、県内3地区（農村部）が(Met+Cys)、米国在住主婦がThrであった。