

佐賀大教育 出石康子

目的 家庭経営の立場から、適切な情報入手へのニーズは、家庭生活の中で高まりつつある。食料費は必需性・構成比共に大きい上に、細かい日々の調整が必要とされる費目であるので、これに関連する情報を作成したいと考えた。前回は栄養所要量確保に必要な1日の食料費に視点をおき、食糧構成・食品価格の変化と共に、世帯主の年齢・地方・季節等の差を配慮する情報の作成・提供について報告した。今回は個別の食品の選択・購入時の、経済上の評価・判断の資料となる情報の作成・提供を工夫した。

方法 本研究が用いている栄養素等の量の表現にもとづいて、食品100gに含まれる栄養素等の量と価格の関係を、簡単に「食品別栄養単価」として求め、これを食品の栄養素等と一緒にして可視化して提示するようにしている。計算作業のための労力・時間の軽減も配慮してパーソナルコンピューターを利用するようにし、そのソフトも開発した。提示される図には、栄養素別の所要量、それら1単位量当たりの価格も記入しており、食品の栄養素給源としての特色と共に、その経済的特色も容易に把握できるようにしている。

結果 食品の番号と価格を入力するだけでよく、提示される図も誰にでも容易に理解できるように配慮してあるので、家計管理に要求される自主的・個別的判断のよい手がかりとなる。また提示される図から、食品の栄養的側面の経済情報が得られるだけに止まらず、味・食文化等の他の側面の効用のために支出している費用の実態も推測できるようになるので、食料費の統合性のある運用を計画する意味で、有効な情報となり得ると考える。