

女子学生寮における食生活の研究 (第4報) 食品構成およびその相互関係
 甲子園短大 富田絹子 ○西田美枝子 山下慶子
 大阪市環科研 榊元慶子

目的

第37回本学会において、女子短大寮生の摂取栄養量と各栄養素の相互関係について発表したが、ひきつづき食品構成について検討したので報告する。

方法

前報と同じく女子短大寮、学生数約30人、3食とも寮で調理、喫食している。対象は昭和58年4月～59年3月の1年間262日分の献立で、食品群別使用量について季節別、年平均値、標準偏差(SD)、変動係数(CV)を求め、季節間の比較(t検定)および食品群間の相関関係を検討した。

結果

1) 食品摂取量はわが国の中都市平均に比し、砂糖類、油脂類、卵類、乳類、調味料がかなり高く、豆類、魚介類、果実類、嗜好飲料は下まわっている。

2) 食品摂取量の季節差を年間値と比較すると、春季、いも類($p < 0.05$)、野菜類($p < 0.05$)、卵類($p < 0.02$)が低く、夏季、魚介類($p < 0.05$)が低かった。冬季、砂糖類($p < 0.05$)、野菜類($p < 0.02$)、卵類($p < 0.02$)が高値となっており、前年報告の栄養摂取量季節差との関連が認められた。

3) 食品群間では $r > 0.2$ の有意水準で、砂糖類・肉類、乳類、嗜好飲料、肉類・野菜類、調味料、緑黄色野菜類・種類、淡色野菜・種類、米・パン(-)、めん類(-)などに相関が認められている。