

目的：インドネシアでは、国民の栄養摂取の向上、とくに村の乳幼児・児童の栄養を高めるための食生活改善を目標に栄養改善計画が進められているが、未だ十分にその目的を達しているとは云えない。私は1987年に中部ジャワのチョプラヤン村で3ヵ月間、村の食生活と食事作りを担当する主婦の役割について調査を行い、いくつかの問題点を見出した。一方、今日の日本人の平均的食生活は世界的にみて栄養のバランスのとれたものであると云われている。そこで、現在の日本の家庭の食生活を調査すると共に、戦後の低栄養状態から今日の向上をみるに至った背景、とくに栄養指導の実情を調べ、今後のインドネシアの栄養改善に役立たせたいと考えた。

方法：①調査対象は茨城県水戸市およびその周辺の150世帯の主婦を対象に質問紙を配布し、43項目について調査した。②農家、商家、給料生活者の家庭に宿泊し食事の体験をした。③専門家を訪問し聞き取りをすると共に、資料を収集した。

結果：調査対象の主婦の年齢は30～40歳代が72%で最多で、学歴は高卒が56%で最も多い。就業状況は専業主婦58%、フルタイム就職8%、パートタイム10%、自営業その他24%であった。献立は栄養のバランスを考えて立てる人が多く、家族の嗜好を取り入れるとき主人(37%)と子供(32%)の好みを重視する傾向が強い。チョプラヤン村ではタンパク質源は主としてテンペ(大豆)に依存しているが、日本では肉、魚、卵などが献立にできる頻度が多く食の豊かさがうかがえた。食生活と栄養摂取のあり方は経済的条件の差だけではなく、主婦の栄養知識や食習慣の相違からも影響を受けるものと考えられる。

本研究にあたり、トヨタ財団より研究助成を受けた。