

女子短大生の飲料摂取について

戸板女子短大

蟻川 トモ子

○木村 真由美

野口 富美子

文教大女短大

大久保 洋子

〔目的〕従来、日本は水のおいしい国と言われ、長い間飲料として水を飲む習慣があった。しかし、近年都市の水はおいしくないと言われ、家庭での水を飲む習慣は崩れはじめた。厚生省でも「おいしい水研究会」を設ける時代となった。その反面水に代わる飲料として、液体飲料（嗜好飲料・炭酸飲料・果実飲料・乳飲料・スポーツ飲料・その他）が、スーパーや自販機などに溢れるばかりにおいてあり、その消費量は年々増加し、昭和60年では1日当たり約700mlと報告されている。水ばなれといわれている一方、レストランや喫茶店での水のサービスは今も続けられ、若い人の水を飲む一つの場所でもある。

そこで、水及び水以外の飲料の摂取状況と、これらに対する意識等について、女子短大生を対象として調査を行った。

〔方法〕1989年1月8日～10日（冬期）、7月16～18日（夏期）のそれぞれ3日間を、二校の女子短大生（842名）を対象に、質問紙調査法による調査を行った。

内容は、水及び水以外の飲料の摂取量、種類、摂取状況等で、これらを項目ごとに集計し、考察を行った。

〔結果〕水を3日間とも飲んだものは冬期約24%、夏期約29%であり、3日間とも飲まなかったものは冬期約14%、夏期約15%を示した。飲料水量は、同一対象者では夏期が冬期より多い傾向を示した。摂取回数は、茶（主に緑茶・ウーロン茶・麦茶など）が多く、水・コーヒー・紅茶や牛乳が上位を占め、炭酸・果実飲料が意外と低く、健康飲料はわずかであった。冬期と夏期で顕著な違いがみられるのは緑茶と麦茶であった。