

食事パターンによる食習慣の評価について

—都市部中年男子の耐糖能異常者の場合—

昭和女子大短大

渡辺満利子

○横塚昌子

目的：朝食の食事内容および嗜好を要素として構成される食事パターンは食環境、食行動、食意識と関連が認められた。そこで、今回は耐糖能異常者の食物摂取状況と食事パターンとの関連性を分析し、食事パターンが食習慣の評価尺度として有用であるかについて検討した。

調査対象および方法：既報（家政誌、40, 10, p905-912）の対象者より、耐糖能異常者50名を任意に抽出し、分析可能な40名を対象者とした。なお耐糖能判定基準は、1982年日本糖尿病学会の勧告に基づき、75g経口ブドウ糖負荷試験の結果による。年齢35～59歳、職業は管理職が最も多かった。食物摂取状況調査は栄養士がドックの予約時に記入方法を説明し、対象者の平常日1日について自記式にて記入を受け、回収時に面接し補完した。分析は、栄養量の算出をおこない、食事パターン：和風充実型、洋風充実型、洋風偏食型、辛党偏食型の4タイプに分類し、健康状態との関連性を検討する。

結果および考察：耐糖能異常者の食物摂取状況を分析した結果、特に、朝食はエネルギー量等各栄養素とも偏差が大であり、1日の栄養摂取量に影響を及ぼしていることが考えられた。タイプ別分類では、辛党偏食型を示すものが有意に多く、和風充実型、洋風充実型は少なかった。耐糖能異常者のリスク要因として肥満度や血糖値が明かにされており、食物繊維、動物性脂肪はそれらのリスク要因に関連性があるとされている。しかし、食事パターンの影響について報告したものは、あまり見あたらない。本調査結果により、都市部中年男子の耐糖能異常者に健康上問題のある食事パターンが多かったことから、食事パターンが食習慣の評価尺度として有用であることが示唆された。今後、食習慣を料理や嗜好を要素として包括的に捉えていく必要がある。