

目的 女子学生の食生活に関する情報を得るために、昼食時における食物摂取量から、個人単位のお食消費状況を明らかにし、同じ食卓上において摂取される食品の組み合わせにより、食事形態を検討し、健康増進のための食教育の基礎資料とする。

方法 1. 対象—近畿地区並びにその近郊に居住する女子学生168名(18~20歳)中、有効数161 2. 期間—昭和63年11月下旬~12月上旬 3. 調査—食物摂取状況(食品を24群に分類した調査票を用い、平日連続3日間の第2日目の摂取量) 4. 分析—i). 24群に分類した食品摂取量から、2つの食品間の相関の有無を確かめるとともに、昼食時における食事形態を明らかにする。 ii). 居住形態(自宅・下宿・寮)から、食事形態との関連性について χ^2 検定より検討する。

結果 1. 女子学生の87.6%は、昼食を友達と一緒に摂り、その食事構成は、外食73.3%(take out食13.0%を含む)、家庭食28.0%(弁当食14.3%を含む)、欠食3.1%からなる。 2. 各食品間には、正または負の相関関係が必ず存在する。米およびパン、めんの結びつきをみると、一方が正相関であれば他の二つは負相関になり、明確な対立関係が生じる。昼食時における米とめんの間には強い負の相関(-0.6676 , $P<0.001$)が成立した。これは、主食食品の特徴ともいえ、昼食の食事形態は、「ご飯型」、「パン食型」、「めん食型」から成り立ち、米—緑黄色野菜—お茶—魚介—肉—卵、パン—いも—油脂—飲み物、めん—調味料—出し汁の正相関は、同一食卓における個人レベルの食事内容を明示しているといえる。