

C 6

簡易栄養調査法の検討

日本女大家政 ○ 門倉芳枝 前之園知子 大森悦子

<目的> 集団あるいは個人の栄養摂取量を知るには数多くの方法があるが、いずれも煩雑でそれぞれ長所・短所を伴っている。著者らは、誰でも容易に実施でき、しかも信頼できる成績が得られるような簡易栄養調査法を考案してきたので、この方法の信憑性を蛋白質と脂質の面から検討したので報告する。

<方法> 20歳代女子生活活動強度Ⅱの一日の献立を作成し、それに基づき調理したものと調理する前のものを一皿ごとに採取し、それぞれ凍結乾燥し、粉末試料とした。粗蛋白質の定量はセミマイクロキールダール法、脂質の定量は、クロロホルム・メタノール法と酸分解法により行った。この定量値を作成献立の値と比較し、更に、献立標本について、本学学生55名を対象として本法ならびに目安重量による栄養調査を実施し、その成績と比較検討した。

<結果> ①粗蛋白質の定量値は、一日分として調理前 69.3g、調理後 68.3gであり、脂質定量値は、58.6g、59.5gであった。これは、作成献立の蛋白質 69.3g に対し、100%、99% であり、脂質 59.4gに対し、99%、100% となった。②作成献立を標本として本法による栄養調査を試みたところ、蛋白質摂取量は 70.7 ± 12.4 g、脂質摂取量は 60.1 ± 12.3 g となった。作成献立に対し蛋白質 102%、脂質 101% となり、調理前の定量値に対し蛋白質 102%、脂質 103%、調理後の定量値に対し蛋白質 104%、脂質 101% であり、かなり近似した値が得られた。③目安重量による栄養調査では、蛋白質 73.2 ± 16.3 g、脂質 62.2 ± 14.8 g となり作成献立に対し蛋白質 106%、脂質 105%、調理前の定量値に対し蛋白質 106%、脂質 106%、調理後の定量値に対し蛋白質 107%、脂質 105% となった。

各値を統計処理した結果、簡易栄養調査法の信憑性が高いことがわかった。