

目的 大学生、50歳代、70歳代の食物摂取状況調査結果を用いて、世代別の食生活を比較するために、集団の摂取量レベルで比較する従来の方法に加え、エキスパートシステムを導入した方法で個人の食べ方を分類して示し、そのパターンによって比較した。

方法 対象者は女子大生176名、福岡県内に居住する50歳代女性263名、70歳代女性214名で、半定量頻度法による食物摂取状況調査を行った。世代別に栄養素等摂取量および充足率、栄養比、食品群別摂取量の平均値と標準偏差を求め、t検定を行い集団レベルの比較をした。一方、個人レベルの食べ方については、エキスパートシステムを利用して開発した食事診断システムに個々人の摂取データを入力し、「エネルギーと主食主菜副菜」「油脂とたん白質」「アルコールと砂糖」「主菜源食品」「副菜源食品」「補助食品」「食塩」のとり方と「食事状況」別にパターン化して分類した。

結果 対象者の平均身長は各々158cm, 152cm, 147cm、体重は50kg, 54kg, 48kgで、年長者の方が肥満気味であった。栄養素等充足率は年長者ほど高く、エネルギーや鉄に有意差がみられた。なお、脂肪エネルギー比は若いほど、穀類エネルギー比は年長者ほど有意に高かった。食品群別摂取量では、乳類、肉類、油脂類、砂糖類は学生が、魚介類、豆類、野菜類、果物類、藻類、いも類、穀類は年長者が有意に多かった。食べ方についてみると、学生には「エネルギー不足」「洋食」「豆不足」「魚不足」「野菜不足」「果物不足」型が多く、食事状況は「不規則」型が多かった。一方、50歳代は「バランスのとれた食事」「折衷適比」型、70歳代は「和食」型の者が多く、ともに「乳類不足」と「塩分過剰」型は多かったが、食事状況には「問題なし」型が多かった。