

目的 女子大生と高齢女性の食生活アンケート調査結果を用いて、食後の満足感が食生活とどのように関係しているか、世代別に比較検討した。

方法 女子大生192名と福岡県内に居住する65歳以上の高齢女性1871名を対象に、食生活アンケート調査を行った。家族構成・運動量・健康度・生活満足度・食事作り・食事の規則正しいさ・食事の意義・食事に関する悩み、及び調査前日の夕食の内容と料理を作った人・手作り度・食事仲間・食事環境・食事時間・食事量・味・食後の満足度について調べた。食後の満足感と他の種々の食生活の要因との関係を見るために、満足度（大変満足・ほぼ満足・やや満足・大変不満・不明）を2分類にして、分割表・logistic回帰分析を行った。

結果 学生と高齢者の健康度には差がなかったが、家族と同居・生活満足度・食事作り・規則正しい食事は高齢者の方が、運動量は学生が多かった。食事の意義として、学生は「空腹を満たす」を、高齢者は「健康体力の素」を1番に上げ、食事に関する悩みは高齢者に多かった。前日の夕食については、学生は他の家族が、高齢者は自分が作ったものが多く、手作りや家族との食事は高齢者の方が多かった。食事環境は会話あり、食事時間は15～30分、味は美味が最も多く、両世代ともほぼ同率(59%・58%・77%)であった。食後の満足度は学生の86%、高齢者の96%が大変あるいはほぼ満足であった。食後の満足度と生活満足度とはよく相関しており、両世代とも「家族と同居」で「家族の手作り」を「家族と一緒に」「会話しながら」が最も満足度が高く、「少量」「テレビを見ながらや無言」「短時間」「塩辛い味」の食事では、相対的に満足度は低くなった。しかし、高齢者は家族と一緒にでも不満の割合は高く、食事量は学生が「満腹」で、高齢者は「適量」で満足度が高い等、若干の世代差が認められた。