

公民館活動参加高齢者の食生活伝承意識について

○木寺博子* 中澤弥子**

(* 十文字学園女短大,** 東京大医)

「目的」今後、高齢化社会の多様性の一つに、自立的活動度の高い高齢者の存在を見る。これら高齢者と食生活および食の伝承との関わりについて探ることを目的とする。

「方法」埼玉県新座市の6公民館高齢者講座参加者へ留置法によるアンケート調査を行い男17、女69、計86名の調査結果より分析した。調査時期は1995年10月～12月である。

「結果」調査対象者は、平均年齢、男71.4±5.7歳(61~81)、女70.4±6.5歳(60~86)、出身地、29都道府県、内埼玉県は男6名、女12名、計18名(20.9%)、一人暮らし、男0、女12名(14.0%)、労研式活動能力指標平均男12.0±1.7、女12.3±1.0であり、自分が調理担当は、男2、女53、計55名(67.0%)であった。普段の夕食の代表的料理に、野菜・いもの煮物、魚料理、みそ汁、肉料理が多く食され、得意料理も野菜・いもの煮物が多く、次いで、てんぷら、サラダ、和え物、まぜご飯、フライ、キンピラなどであった。高齢者自身が日本の伝承料理を学んだ元は、母親から60.5%、本・雑誌から37.2%、新聞から・講習会から(共に15.1%)、学校から14.0%で、伝承料理や我が家の味を次世代へ伝えてゆくことが食事の栄養バランスに役立つとする率64.0%、食文化に関すること(箸使いやマナーなど)を次世代へ伝えてゆくことが次世代の食生活を豊かにすると考える率73.2%、また、次世代や若い人たちに伝えたい料理がある率36.0%と食の伝承に関わる意識が高い結果であった。次世代や若い人たちに伝えたい料理は、野菜・いもの煮物(伝えたい人31人中51.6%)、漬物(25.8%)、赤飯・和え物(共に19.4%)である。伝承について話すのは60.5%、次世代へ教えるのは46.5%の人が生きがいとなると考えていた。