

【目的】生活構造の変化、景気の低迷による経済不況、女性の意識改革などに伴い女性の就業は急増し、なかでも既婚者の割合は高い。しかし家族の健康管理の担い手である主婦の就業によりその食事は総菜、レトルト食品、冷凍食品の利用など手抜き料理や調理離れが進んでいるといわれている。そこで、主婦の就業が食物摂取に及ぼす影響を知り、健康教育の基礎資料を得る目的で本調査を行った。

【方法】調査対象者は本学学生の母親で岩手県および近県に住む40～50歳代の女性96名。調査期間は平成11年7月～8月の連続する3日間。調査項目は食物摂取調査（記述および面接法）、生活状況調査。

【結果】調査対象者の年齢は 47.0 ± 3.47 歳、身長は 155.5 ± 4.87 cm、体重は 54.9 ± 7.55 kg、BMIは 22.7 ± 3.07 で、その就業率は79.2%（フルタイム40.6%、パートタイム26.0%、その他12.5%）であった。栄養素等摂取量はエネルギー 1597 ± 308 kcal、たんぱく質 61.2 ± 15.5 g、脂質 44.3 ± 13.7 gで、カルシウム（ 416 ± 164 mg）、鉄（ 8.6 ± 2.5 mg）、食物繊維（ 12.3 ± 4.1 g）の不足は顕著であった。また、PFC比はP比15.7、F比25.1、C比59.2で、穀類比45.8%、動たん比45.9%であった。運動習慣ありは33.3%、飲酒習慣ありは26.0%、喫煙習慣ありは12.5%で、毎日夕食を作るは78.1%、夕食の調理時間は56.3%が50分を越え、惣菜利用回数は週1回が26.0%であった。就業形態別栄養素等充足状況はエネルギー、カルシウム、鉄が主婦>フルタイム>パートタイムの順に不足が顕著で、食物繊維の不足はフルタイムが顕著であった。