

塩分嗜好濃度に影響する要因分析の試み

○塚田三香子 永井清香 (聖霊女短大)

(目的) 日本における死因の第3位を占める脳血管疾患は秋田県内では特に多く、この地域において将来栄養指導を行うことを期待される女子学生の塩分濃度の嗜好を調査し、これに影響を与える要因の分析を行い、薄味を好むための具体的な方策を検討することがこの研究の目的である。

(方法) 栄養士養成課程に在籍する1、2年生95名が自宅などで摂取した味噌汁を2回別々の日に回収し、これらの塩分濃度を塩分濃度計を用いて測定した。濃度の平均値と標準偏差を求め、平均値に偏差値を加えた場合と減じた場合の両方の塩分濃度の味噌汁を実際に作成し、どちらを好むかで学生を2群に分別した。これらの学生の4種の基本味の鼓索神経支配領域における感度をテーストディスク法を用いて測定した。また、アンケートにより、主観的な塩味の好みに関する評価、甘い味と塩辛い味のどちらの食品をより多く摂取しているか、家庭外の味付けの食品への依存度などを調査した。これらの2群間における値をt検定を用いることにより比較した。

(結果) 各味噌汁の平均塩分濃度は $1.00 \pm 0.28\%$ であり、標準偏差を加えた値 (1.2%) の味噌汁を好む学生は44名、減じた値 (0.7%) を好む学生は51名であった。この2群間で有意差の認められた項目は、実際に普段摂取している味噌汁濃度 (高濃度嗜好群で $1.08 \pm 0.30\%$ 、低濃度嗜好群で $0.91 \pm 0.25\%$)、主観的な塩味の好みに関する評価 (高濃度群で濃い塩味を好む者61%、低濃度群で濃い塩味を好む者23%) であり、塩味に関する感度 (高濃度群で 1.77 ± 0.81 低濃度群で 1.98 ± 0.86) は濃い濃度を好む群で感度の高い傾向にはあったが、有意差は認められなかった。