

食についての調査(才三報)……意識と行動との関連
山陽学園短大 ○ 露木久恵・相川リズ子

目的 才一報・才二報に続き今回も意識と行動との関連について知りたいため、都内小学校6年生の父親・母親に対し意識調査を行い、併せて学童に食事調査を行った。そして母親の意識が食事作りなどのように関連づけられているかその結果をみた。

調査方法 父親・母親には調査表を配布し、父親には9項目、母親には15項目につき記入してもらう。学童(145名)には食事調査表を配布し、朝・夕の食事、あやつ、夜食、家族の摂食状態等くわしく記入してもらい集計を行った。(調査時期 両親昭和57年10月、学童昭和58年1月、調査表回収率 父親78.6% 母親84.1%、平均年齢、父親42.4歳、母親38.0歳)

結果 栄養素では、Ca、VA、VB₁の不足があり、献立面では野菜類の不足が目立つ。緑色野菜はとくに不足がちなあり、淡色野菜はサラダとしての摂取が目立つ。朝食の野菜はとくに摂取量が少ない。朝食は全員が摂取しているが内容は個人差が大きい。摂食状態では家族そろって24.1%、1人で20.5%、その他52.7%である。あやつは10名(75.9%)がとっており、その内容は約64品目(4訂成分表で分類)で、せんべい、嗜好飲料、スナック菓子、パン類、アイスクリーム、フッキーである。夕食は家族そろって45.2%、1人9.0%、その他45.2%である。夕食の主菜は、肉類では、ハンバーグ、やき肉、コロッケ、シュマイ、魚類では、やき魚、さしみ、煮魚で、卵料理は少ない。全体に料理数も少なく、揚げものは購入したものが多い。冬期のため鍋ものはあるが、野菜類はサラダが多く、ほうれん草、煮物がわづかである。夜食は果物、せんべい、パン等280名(55.2%)が摂取している。全体として母親の意識は高いが食事作りに関連が見られず、両親共通のものでは食事中的行儀についてである。