

## 食生活と健康状態

### — 沖縄県石垣市における牛乳摂取量および食事調査 —

女子栄養大学学長 香川 芳子  
長谷川 恭子  
教授 古我 可一

1987年度（第1報）では、沖縄県の食生活と牛乳摂取について、1986年に行なった沖縄本島南部二地区調査と、1987年に行なった県北部離島の伊是名島についての、調査報告及び、県全体として学童の体位と牛乳摂取（給食）について報告した。1988年度は、沖縄県平安座島における食生活調査（訪問聞き取り調査）について、さらに平安座島及び国頭郡大宜味村において行なった牛乳に関するアンケートの結果を報告した。1989年度は沖縄県糸満市における調査報告を、1990年度は石垣市新栄町住民と台湾華僑一世の食事調査及び健康調査の結果、飲料水及び食品中のカルシウム含量の測定結果を報告した。

本年度は

- I. 1991年5月、沖縄県石垣市在住の台湾華僑二世（23世帯、20～50歳代、昨年度調査した華僑一世の子どもを含む）を対象とし、男性対象者については、実測値を、女性対象者については計算値を用い、食事調査についての検討を特にカルシウム摂取の面から行なった。
  - II. 同じ調査時に行なった牛乳・乳製品のアンケート調査について検討した。
- 以上の結果を、夫が華僑である（Aグループ）、妻が華僑である（Bグループ）、夫婦共に華僑である（Cグループ）の3グループに分け、報告する。

(以下の図表は、紙数の関係上、省略しました)

- 表1-① 年代及び職業別対象者数
  - 表1-② 世帯属性
  - 表2、3 栄養素等摂取量
  - 図2-① 栄養素等充足率(生活活動強度別)
  - 図2-② 同上
  - 表4 食品群別
  - 表5-① 食品群別摂取量(男性)
  - 表5-② 同上(女性)
  - 表6 牛乳及び乳製品の使用状況
  - 表7-① 栄養素別食品構成比(男性)
  - 表7-② 同上(女性)
  - 表8-① 食品群別摂取量の相関行列(男性)
  - 表8-② 同上(女性)
  - 表9 食品群別摂取量とミネラル量との相関係数
  - 表10-① 牛乳の嗜好
  - 表10-② 牛乳飲用の有無
  - 表10-③ 牛乳の嗜好と飲用の有無における関係
  - 表10-④ 牛乳飲用者の摂取頻度
  - 表10-⑤ 牛乳飲用者の摂取量
  - 表10-⑥ 牛乳飲用者の飲用履歴
  - 表11 牛乳飲用者の飲む理由
  - 表12 非飲用者の飲まない理由
  - 表13 牛乳の利用法
  - 表14 牛乳以外でよく飲む飲み物
  - 表15-① 牛乳以外の乳製品使用頻度
  - 表15-② 牛乳以外の乳製品使用頻度
- アンケート結果及び考察

## まとめ

### I. 食事調査

1. 石垣市在住台湾華僑二世及びその配偶者に対する食事調査の結果、カルシウム摂取量の男性対象者における実測値は一日当たりAグループ467、Bグループ508、Cグループ386mgであった。女性対象者における計算値はAグループ550、Bグループ498、Cグループ448mgであった。

カルシウム摂取量は、男女ともいずれのグループにおいても所要量を満たしていなかった。特に、男性では華僑二世のA、Cグループのカルシウム充足率は沖縄出身者のBグループに比べ、低い値を示した。一方、女性のカルシウム充足率は、夫婦共に華僑二世であるCグループが54%と低かった。A、Bグループはいずれも77%前後であった。

2. 乳製品の摂取量は男性では一日当たりAグループ164.3、Bグループ176.1、Cグループ154.1g、女性ではAグループ131.3、Bグループ179.2、Cグループ56.2であった。カルシウムの食品群別摂取量は男女とも、乳製品からの摂取が最も高かった。昨年度の調査では、華僑一世の乳製品の摂取は男性59.7g、女性25.7gであったが、華僑二世においては、牛乳・乳製品摂取量はこれより高く、石垣市新栄町住民（昨年度調査においては男性190.4g、女性230.5g）に近い値を示した。
3. 乳・乳製品の摂取量と有意の正相関を示した食品群は、男性で果実類、嗜好飲料であった。女性でも同様の傾向がみられた。有意ではなかったが、乳・乳製品と正の相関があったミネラルはカルシウム、リン、カリウム、マグネシウムであった。カルシウム摂取量と乳製品間に有意の相関関係はみられず、むしろ豆類との間に $r=0.62$ と高い正相関がみられた。個人別に乳・乳製品の内容をみると、牛乳の摂取以外にコーヒー乳飲料や乳酸菌飲料などの摂取が大変多く、これらの摂取が相関関係を低くしている原因と考えられる。

## Ⅱ. 牛乳・乳製品に関するアンケート

1. 牛乳に関するアンケート調査では、牛乳を飲むと答えた人は全体の88%全く飲まないと答えた人は12%であった。飲む理由としては、体によい、おいしいなどの理由で、一方飲まない理由としては、習慣がない、まずいから、であった。
2. 沖縄で生まれたかまたは子どもの頃沖縄に移住した人に「小さいころから牛乳を飲む」という回答が多く、牛乳の飲用履歴と沖縄居住年数に何らかの関連があるといえる。
3. 牛乳の価格においては、石垣市では本土に比べ1.5倍高くなっている。これは、生乳の生産量が少なく生産コストが高つくためと思われる。また、濃厚牛乳の原料となる脱脂粉乳やバターが沖縄では安く手にはいるため、本土とは逆に牛乳より安価で濃厚牛乳が購入できる。