

小住：西ジャワ都市部における食生活の変化

西ジャワ都市部における食生活の変化

－バンドン市におけるアンケート調査－

小住 フミ子
(鹿児島県立短期大学)

New tendency of the Dietary Habits in the Urban Area of West Java

－Questionnaires Survey in Bandung City－

Fumiko Ozumi

(Received October 3, 1995)

Kagoshima Prefectural College, Shimoishiki Kagoshima 890

Recently Indonesia has become very prosperous. However that may be, traditional dietary habits have been remaining there still now. On the other hand, raising the standard of living has brought the change of their dietary habits and of their intake of foods to the "new" middle classes of Bandung city. Such being the case, we made investigation into the dietary habits in Bandung city as a urban area of West Java.

The results were as follows:

- 1) 83% of solvers answered that they like hot foods very well. Chickens and bean products are widely used for intake of protein. Various palms are widely used for oils and fats.
- 2) In spite of lack of the electric power situation, sixty-five percentage of solvers have their refrigerators and preserve their foodstuffs in them.
- 3) On the other hand, there was a income gap between the rich and the poor so that rainwater stored with a tank was in general use in some families who can not have electric lights and hand pumps for draw-water.

Keywords : traditional food 伝統食品, dietary habits 食生活,
new middle classes 新中産階級, Bandung バンドン.

1. 緒言

経済発展のスピードが早い速度で進んできているとはいえ、国土の広大なインドネシアでは、現在も伝統的な食生活が存続している。しかし、生活水準が向上してきた都市部の新中産階級では、食事習慣や食品摂取など変化が見られるので、西ジャワ州の都市バンドン市にある国立パジャジャラン大学の協力をえて、アンケートおよび聞き取りで実情を調査し、あわせて健康に関する意識調査も行った。なおバンドン市は人口約350万人、経済、交通、文化、そして軍事の中心地である。

2. 調査方法および対象

(1) あらかじめインドネシア語でプリントしたアンケート用紙100部を用意し、パジャジャラン大学教職員、公務員及び学生並びに会社員等で、質問内容を理解できる階層に配布した。調査時期は1993年8月末。回収率92%、有効回答率84%の77名である。また調査分析は必要に応じクロス集計を行い、 X^2 による有意差検定を行った。

(2) 農村部と比較するためバンドン南方40km、山岳地帯のくぼみにある純農村チビデイ地区のカンボン（自然村）で、少数の家族に聞き取り調査を行った。調査時期は1993年8月下旬。

3. 結果及び考察

Table 1. The Number of Persons by Occupation

Occupation	Males	Females	Total
Office Workers	12	11	32
Teachers	7	4	11
Officials	7	3	10
Students	13	2	6
House wife		3	3
Farmers	1	1	2
Laborers*	3	1	4
without occupations	9		9
Total	52	25	77

*gardener, driver and maid are involved

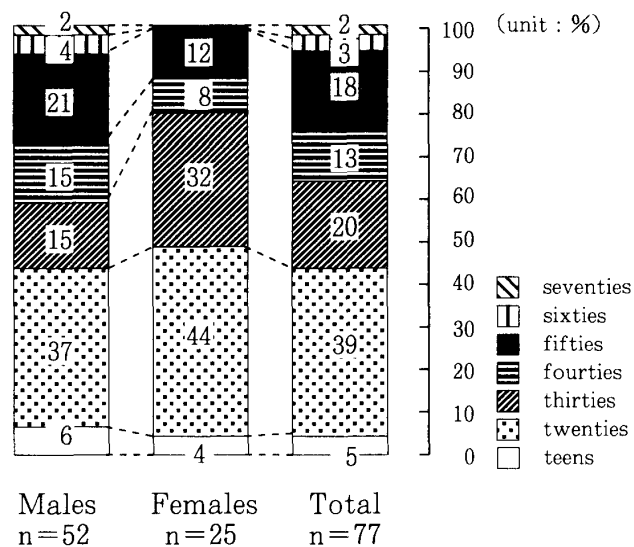


Fig.1 Percentage of Age Group

第1表、並びに第1図は今回アンケートに協力してもらった人々の職業別分類やその年齢別構成で、40%前後は20代の人であり、無職の人を含む回答である。西ジャワ島では年間2回から3回米が収穫されるため、主食は米が中心の食生活である¹⁻³⁾。本来小麦のとれない熱帯では、飯を腹一杯食べおかずはその手助けに過ぎないため、一般に少量の蛋白源や野菜を食べる。さらに米の粉を中心としたものや、キャッサバから取れるタピオカ澱粉を中心とした餅菓子が多く、いろいろな種類の椰子⁴⁾を利用したり、フルーツから恩恵を受けている料理や菓子類等たくさんある⁵⁻¹⁰⁾。例えば砂糖椰子から作られた黒砂糖¹¹⁾を餅米粉やココナツミルクにいれて練りあげたド

小住：西ジャワ都市部における食生活の変化

ドール、米の粉に砂糖やココナツミルクをいれ、縞模様入り“ういろう”に似たラピス¹²⁾など、暑い気候を凌ぐためか、多くの飲み物¹³⁾と共に甘い餅菓子がパサール（市場）やワルン（屋台）等で多く売られ食べられている。甘い間食がどの程度摂取されているのか第2図のアンケートに示した。なんらかの形で毎日男女平均80%の人が1～3回の甘い間食を食べ、20%が食べていない（ $P < 0.05$ ）。かって日本の田舎でもご飯に甘い砂糖やきなこをかけ、ごちそうとしていたように、西ジャワの一部ではジャワ茶の中に多くの砂糖をいれ、甘い菓子と共に間食で歓迎を表現してくれる。甘い間食を一日に1回食べる男性と2～3回食べる女性が各々共に半数を占めている。一方インドネシア料理は、辛いと言う概念が我々にある。それでパダン料理¹⁴⁾に代表される辛い食物を、西ジャワの大学人を中心に人々はどのように考えているかとの質問に対し、第3図は男女平均17%の低い数字の人があまり好きでないと答え、大好き32%、普通の51%と合わせると83%の人が有意に好きであると回答している。（ $P < 0.001$ ）男女間における辛い食物の嗜好は男性に多く好まれた。辛いサンバルはトラシ（魚醤）¹⁵⁾とトマト、玉葱、唐辛子、塩、ライムの汁等を入れ、家庭ではチョベック（木や石製のすり鉢代用皿）ですり潰して作る¹⁶⁾。塩分の少ない辛さでご飯やガドガド（サラダ）にサンバルをまぶし、田舎ではおかずなしのサンバルだけですますこともあるし、またクルプック¹⁷⁻¹⁸⁾のせんべいを御飯に添え

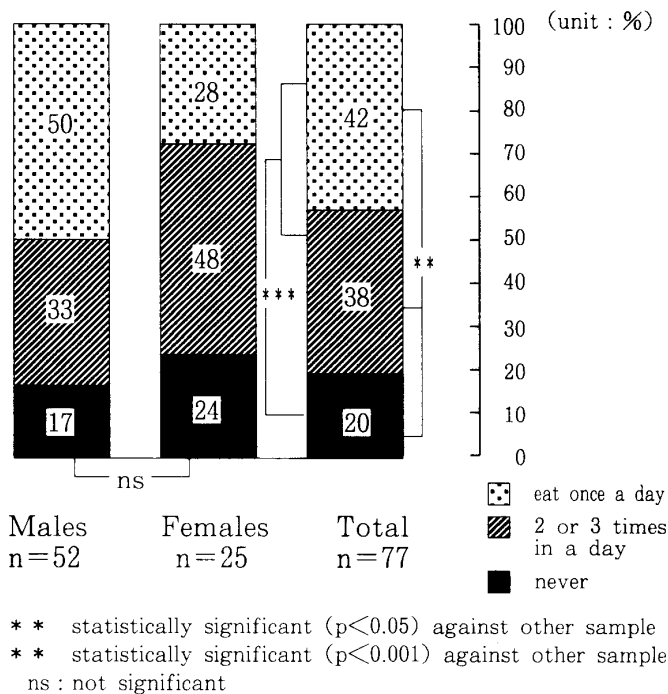


Fig 2. Persons taking the sweet snack

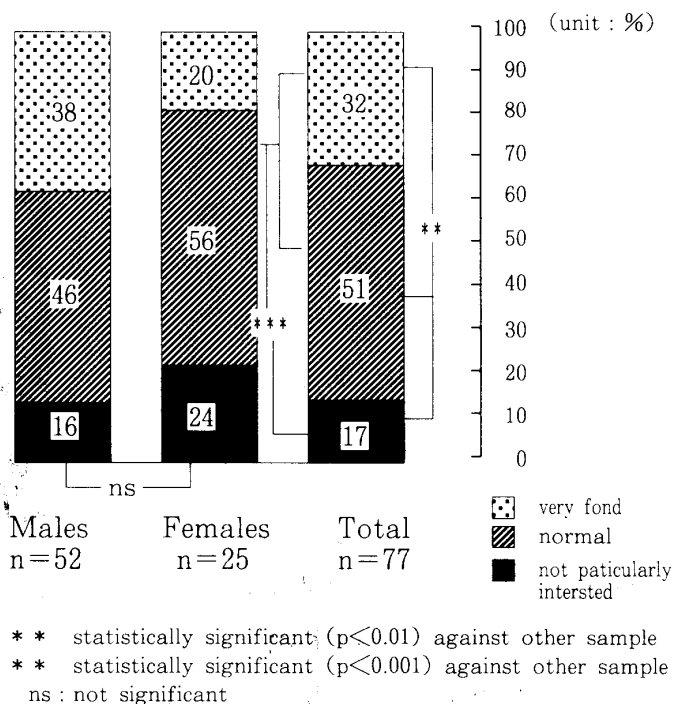
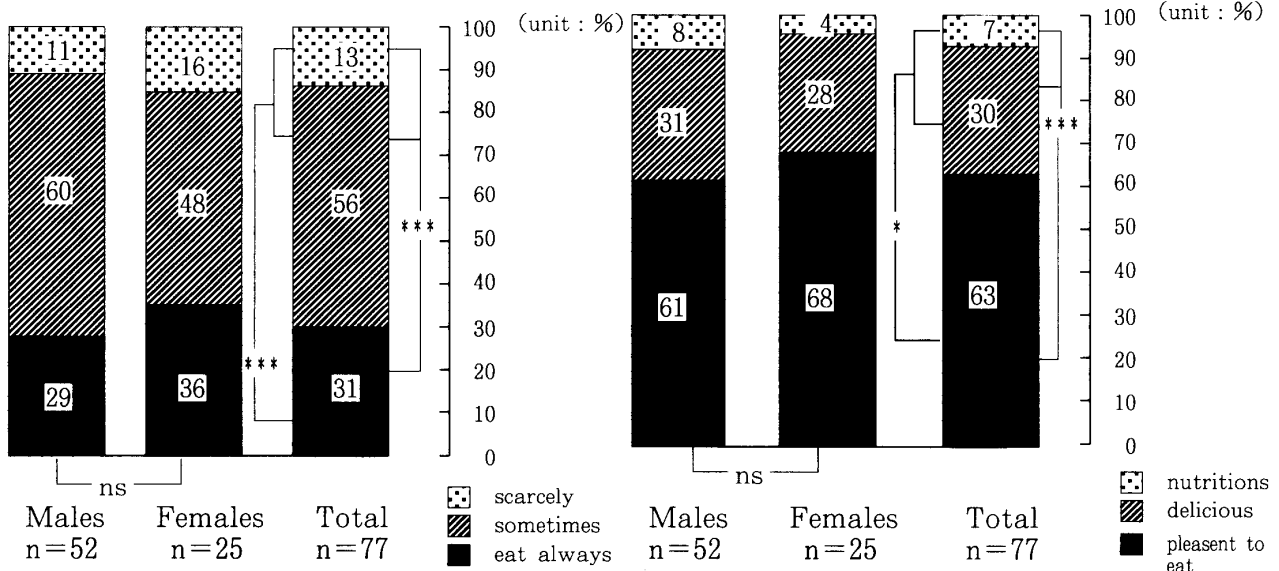


Fig 3. Persons taking the hot food

て食べる。クルプックの種類は大変多くタピオカ澱粉にエビや魚粉末等入れたのを始め、香辛料や牛乳など数多い食品を入れたものなどあるが、なかでも中部ジャワの赤、白、黒米の米のクルプックやえび入りは代表的なものである。貧しい人々はタピオカ澱粉だけの鮮明な色素のクルプックを利用する事が多い。

クルプックについて第4図および4-1図に示した。クルプックの摂取について、いつも食べ



*** statistically significant (p<0.001) against other sample
ns : not significant

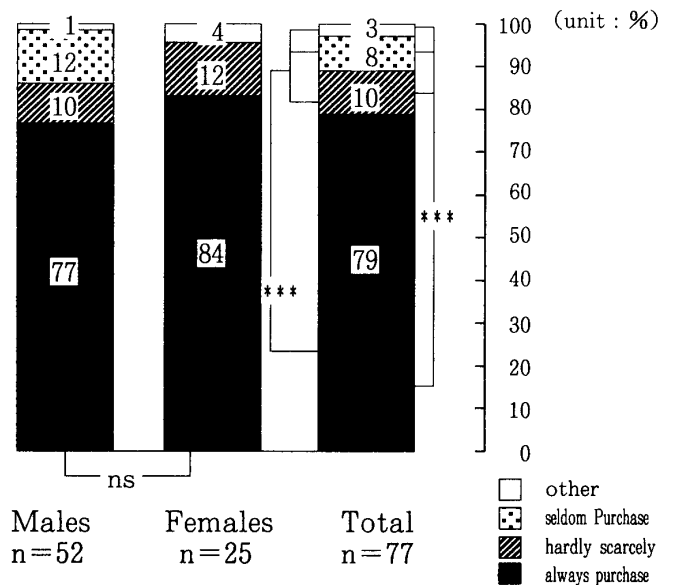
* statistically significant (p<0.05) against other sample
*** statistically significant (p<0.001) against other sample
ns : not significant

Fig 4. The kerupuk intake

Fig 4-1. The reasons of taking kerupuk

る、時々食べるをあわせると87%の人々がおおり (p<0.001), その理由は栄養があるからとか, おいしいからではなくて, 63%の人が楽しいから, (p<0.05) という歯ざわりのよさの返事がかえって来たが, ココナツオイルで揚げてあるのでコレステロールについて測定する必要がある。

次に, 食材料の購入については79%の人がいつも購入している。(第5図) 一般に自宅の周囲に多くの植物を植え, ココヤシやバナナなど有用植物のあるプカラガン (家庭菜園) の利用が多く, 庭先栽培の野菜や果樹が人々の生活を支えているが, 比較的市街地に住む人々の蛋白



*** statistically significant (p<0.001) against other sample
ns : not significant

Fig 5. Purchasing of food material

小住：西ジャワ都市部における食生活の変化

源その他の購入は、パサールや日本のスーパーマーケットと殆ど同じ形態になってきている店を中心に購入がなされている。第6図に食品保存の手段として冷蔵庫以外に天日乾燥、塩の利用、風乾燥など考えられるが、熱帯地方では特に冷蔵庫の必要性や要求が大きなウェイトを占める。電力事情の悪さ（近年の電力需要の伸びは著しく1968～1993年電化率は3.4%から38.7%になったとはいえアセアン諸国では最低¹⁹⁾）と、電気製品は高価なためあまり普及していないのではないかと考えていたが、65%の人々が冷蔵庫を持ち、冷蔵庫を持たぬ家庭との比較でも(p<0.01) 予想以上の普及と、食品の保存をしていることがわかった。

第2表に家庭のエネルギー利用を示す。石油輸出国インドネアの多様なエネルギーの利用形態は、都市部の電灯及びクッキング利用において、田舎との大きな差を見ることが出来る。すなわち1990年都会生活者の85.8%は電気利用で、灯油を電灯の代わりに生活しているのは13.9%にすぎないが、田舎では68.2%の人が電灯の恩恵を受けていない。調理利用時でも都市部のケロシン(軽油)エネルギー利用に比較して、田舎では木炭、薪使用が多い。食品保存の冷蔵庫利用が65%と大きな値が6図で示されたのは、大学に關係する人々を中心に比較的恵まれた環境で生活している人々のデータである。栄養的に食物摂取時の食品組み合わせを考えているのだろうか、という疑問にたいし第7図では男女平均よく考える人が35%、時々考える36%を合わせると、全然考え

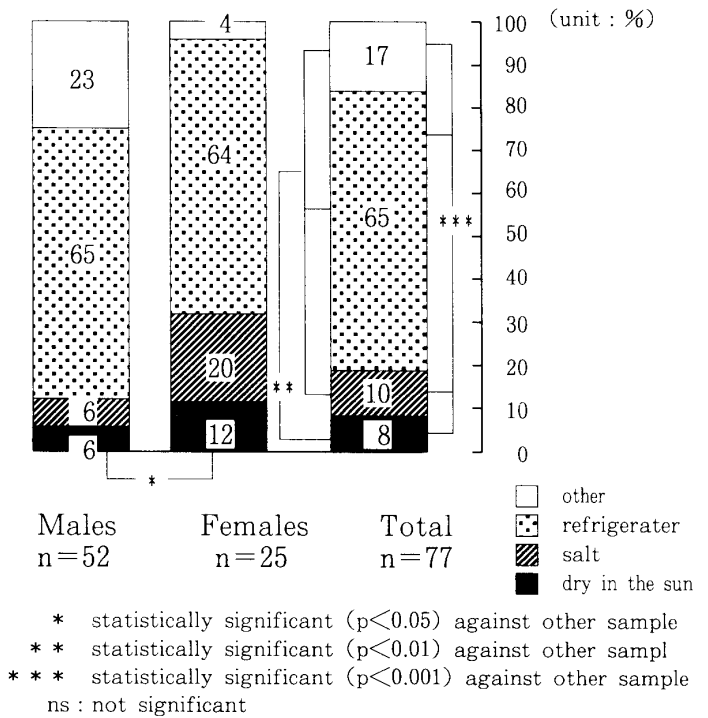


Fig 6. The methods of preserving the food

Table 2, Proportion of households by utilization of energy sources for lighting and cooking in urban and rural areas of Indonesia, 1971 1980 1990

ENERGY SOURCE	URBAN			RURAL			ALL		
	1971	1980	1990	1971	1980	1990	1971	1980	1990
LIGHTING									
-Electricity	31.3	48.6	85.8	1.4	5.4	30.8	6.1	14.2	47.0
-Kerosene	68.6	50.5	13.9	98.1	92.9	68.2	93.5	84.2	52.2
-Others	0.1	0.5	0.4	0.5	1.5	0.9	0.4	1.3	0.8
-Not known	0.0	0.4	0.0	0.0	0.2	0.1	0.0	0.3	0.1
COOKING									
-Electricity	0.6	0.9	1.8	0.0	0.1	0.4	0.1	0.2	0.8
-Gas	0.2	1.4	6.1	0.0	0.2	0.2	0.0	0.4	2.0
-Kerosene	53.3	74.0	65.3	3.9	11.7	9.3	11.7	24.4	25.8
-Wood, Coal	45.2	22.6	26.0	95.3	87.6	89.7	87.4	74.4	70.9
-Others	0.7	0.6	0.8	0.8	0.3	0.2	0.8	0.4	0.4
-Not known	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	0.1

Source : ABO, Population Census 1990

ない29%の人を大きく有意に上回っていた。(P<0.01)

第8図の蛋白源摂取については、毎日2回以上食べられる人は僅か17%で毎日1回または週に3~4回の人70%を占めていた。また一日に1回食べる男性と一週間に3~4回食べる女性が半数に近い値を占めている。よく食べる畜肉の種類は、さすがに人口約88%の人がイスラム教徒で占めているだけあつて、豚肉を食べている人はみられなかったが、バリ島を中心とする一部北スマトラや東南の島々になると宗教の信仰の違いによって或いは8-1図は相当異なってくるであろう。鶏肉が74%と3/4を占め、ついで牛肉が17%、その他には山羊、アヒル、うさぎなどである。また卵は2~3日に1回食べる人が65%おり、めったに食べない人も20%いるが、生産量はのびている食品の一つである²⁰⁾。

インドネシアから多くの養殖エビ(生、冷凍)が日本に輸入されてくる²¹⁾。汽水で養殖されるエビは海拔700米のバンドンでは養殖エビの感覚より、淡水から取れる川エビの食品として人々は考える人が多い。エビや淡水魚をよく食べる人が男女平均31%であった。時々食べる、食べられない、その他と比較すると有意に大であった。ただ質問で川エビまたは養殖エビの区別はすべきであったと思われる。海魚の塩蔵物ピンダンを時折たべ、田舎では大きなコラム(池)の中に川エビや、淡水魚がよく蓄養されている。スーパーやパサールでは、日本のスーパーで売られているのと同じような、魚の揚げ

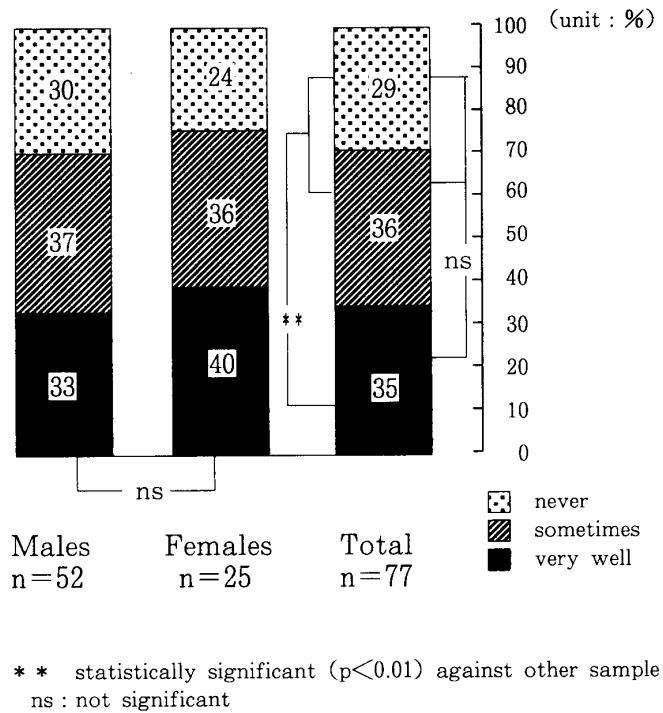


Fig 7. Thinking about the combination of foods

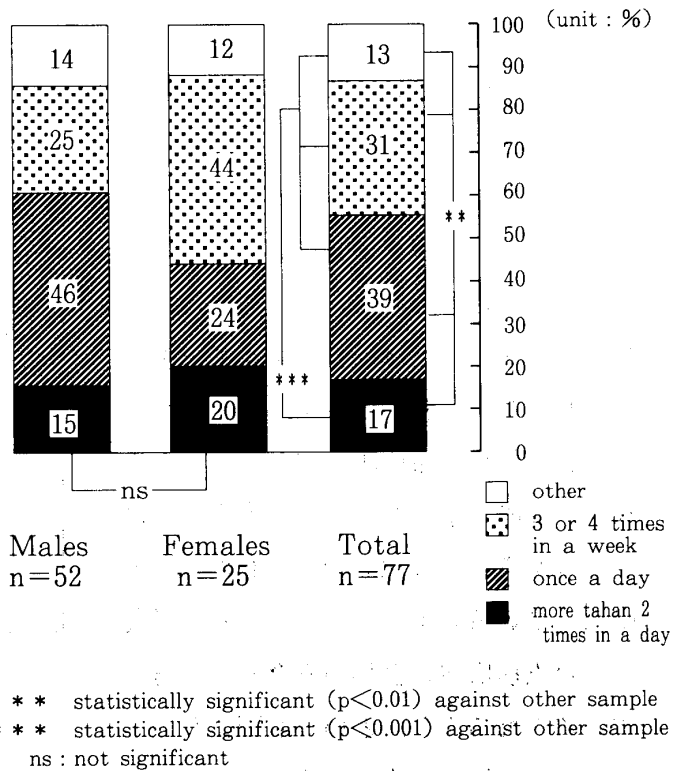


Fig 8. Meat, fish, egg and product from beans intake

小住：西ジャワ都市部における食生活の変化

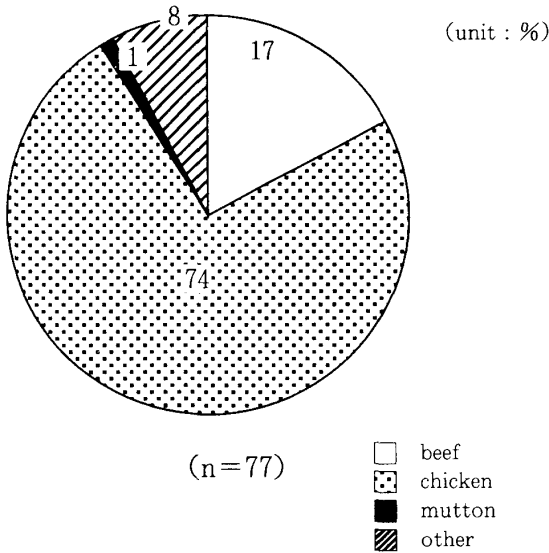
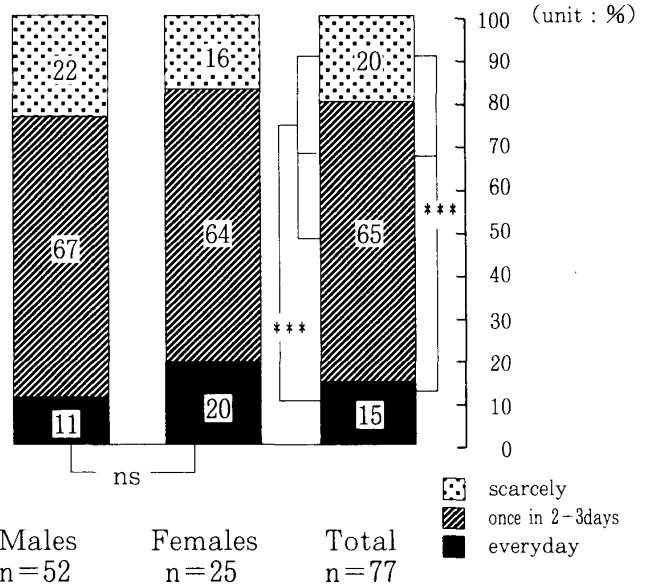


Fig 8-1. The kinds of meat taken frequently



*** statistically significant ($p < 0.001$) against other sample
ns: not significant

Fig 8-2. The number of times taking egg

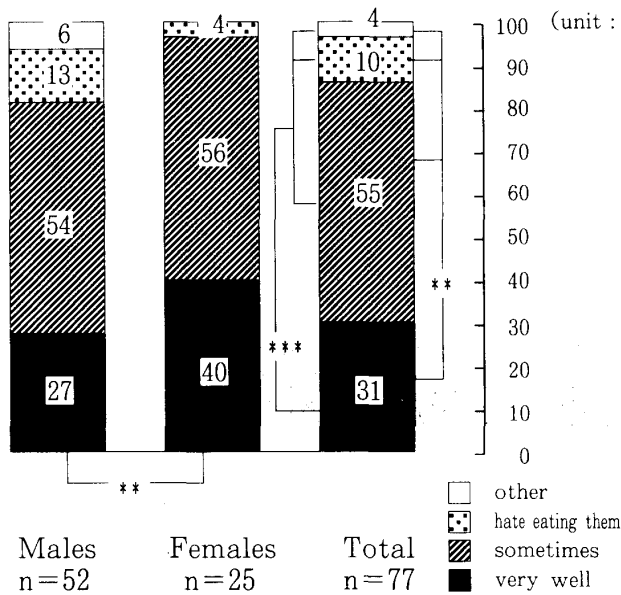


Fig 8-3. Taking shrimp and fresh water fish

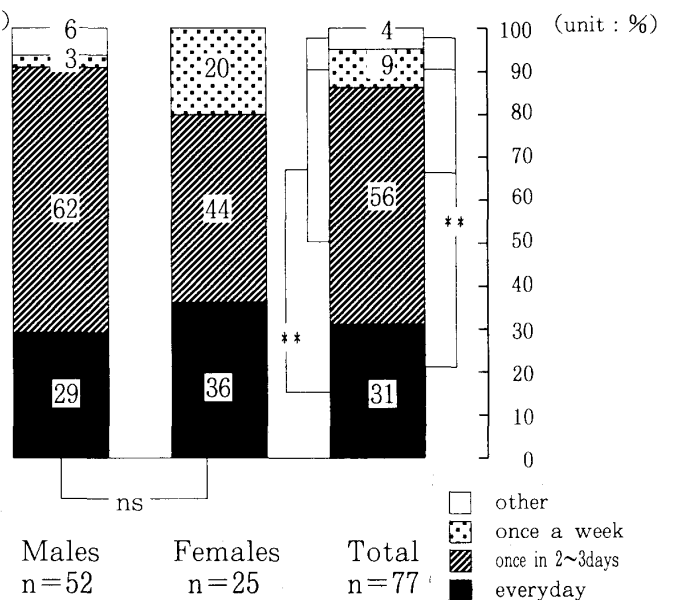
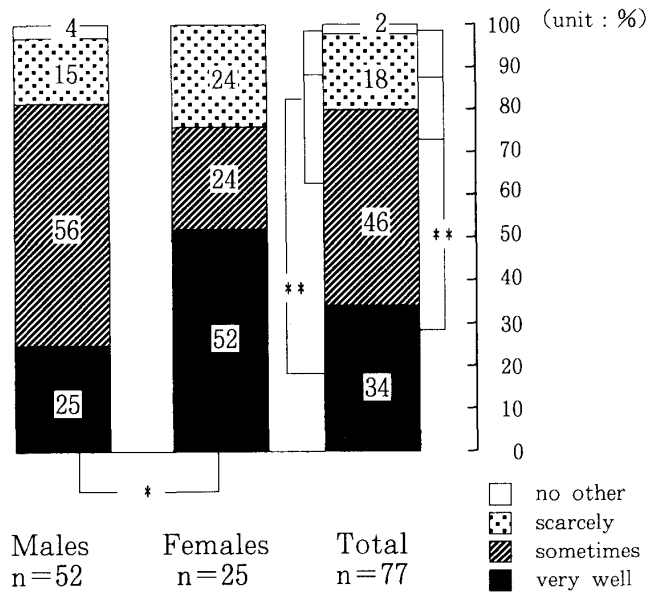


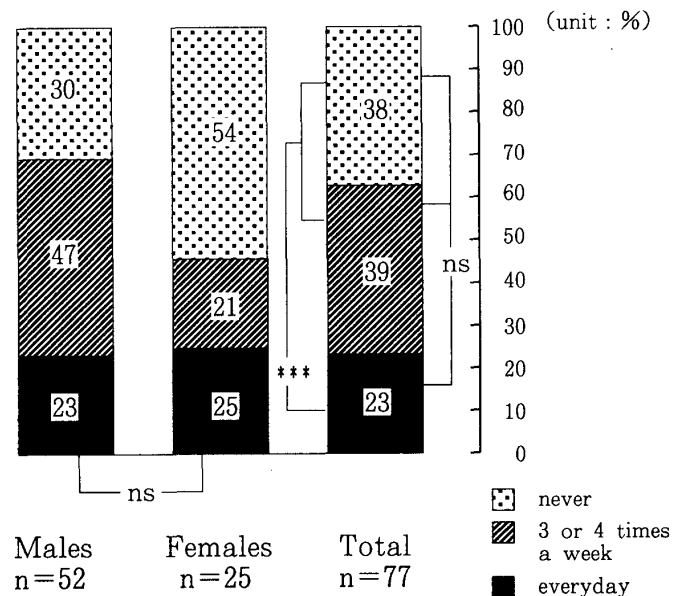
Fig 8-4. Taking bean products (tempe, oncom, tofu)

物を中心とした総菜料理の売り場も最近見られるようになった。エビや淡水魚を時々食べる、よく食べる、の人が多くを占めているが、10%の食べられないという人の中には、偏食でなのか貧しいから買えないのか、宗教上の理由のいずれかであると思われる。主要農産物の一つに大豆がある。大豆発酵のテンペ、オンチョム、豆腐など大豆製品は、毎日または2～3日に1回食べており、固く黄色いウコン入り豆腐もある。第9図のコブラから搾油される飽和脂肪酸のココナツオイルの使用は8割の人が時々、またはよく使用している。テンペやクルックをはじめ市販されている食品の殆んどがココナツオイルで揚げられているので、人々の摂取量は大きいものと推定される。(P<0.01) 男女差では、ココナツオイルを揚げ物料理によく使用する半数以上の女性の生活実感と、ココナツ油の臭いから男性が料理使用の判断をしたのか相異はわからなかった。牛乳摂取の第10図では元来、牧畜の乳しぼり、という概念は熱帯の土着社会にはないと思っていたが、長期間オランダ支配下にあって牛乳使用を見聞し、また熱帯でも海拔の高いところでは大変冷涼なところがあるので、山羊や水牛も含めて乳牛も涼しい牧場で搾乳される。このような結果、人々の生活水準の向上に伴い1969年のミルク生産量29,000 tが1989年の10年後には279,000 tと9.6倍になっている²⁾。なお1969年からの貿易の推移(輸出商品)と対日貿易統計(対日輸出)を見ると、パーム油を始め魚類、エビ、加工食品の伸び



* statistically significant (p<0.05) against other sample
 ** statistically significant (p<0.01) against other sample

Fig 9. Use of Coconut oil



*** statistically significant (p<0.001) against other sample
 ns : not significant

Fig 10. Taking milk

は大きい。

次に、(第11図) ココヤシの胚乳からとれるココナツミルクは白い液体で、その使用については毎日または週3～4回使用されている。幾つかのエステート作物の一つとしてココヤシの実の存在は大きい。

多種類のバナナ、パパイヤ、マンゴーなど豊富にある果物の摂取は毎日または週2～3回と平均83%の人が食べ、男子23%の人が食べていなかった。いつでも手に入るからなのか、それともおな一杯の米飯をたべるから欲しくないのか、偏食なのかよく分からなかった。

上述に関連してインドネシアには伝統的民間薬ジャムウ²³⁾があり、多くの人々が今なお利用しているので、体に良いと思って食べる薬草、樹木、野菜名²⁴⁾を聞いた。(第3表) ジャムウは多くの材料を入れて作る民間秘伝の生薬で、健康増進から治療薬まで多くのものがあるが、調査解答では男女の一致性は見られなかった。体に効く効能は別として地域の人々の利用する思いは伝わってくる。さらに既往症および現病歴については(第4表) 無回答が多かったが胃の病気、口角炎、リュウマチが多かった。甘いものやココナツオイルをよく食用するので糖尿病、動脈硬化の病人が多いと考えるのは早計である。文献²⁵⁾によると大量の米食摂取によるビタミン不足や沃度不足も多く、破傷風や5歳以下の子供の下痢や感染症も多いことが分かった。このような食生活の現状をふまえて、F A O食糧需給表²⁶⁾ (1984～1986年平均) をみると、日

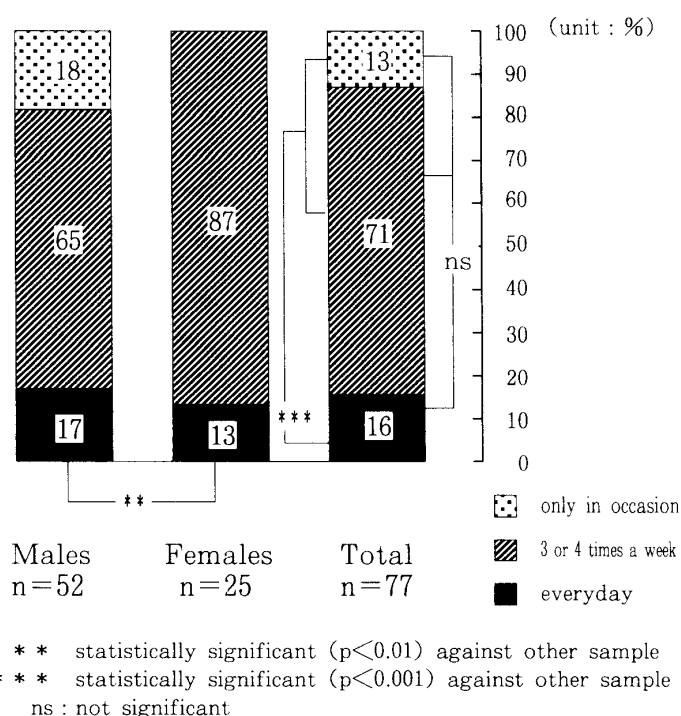


Fig 11. Taking coconut milk

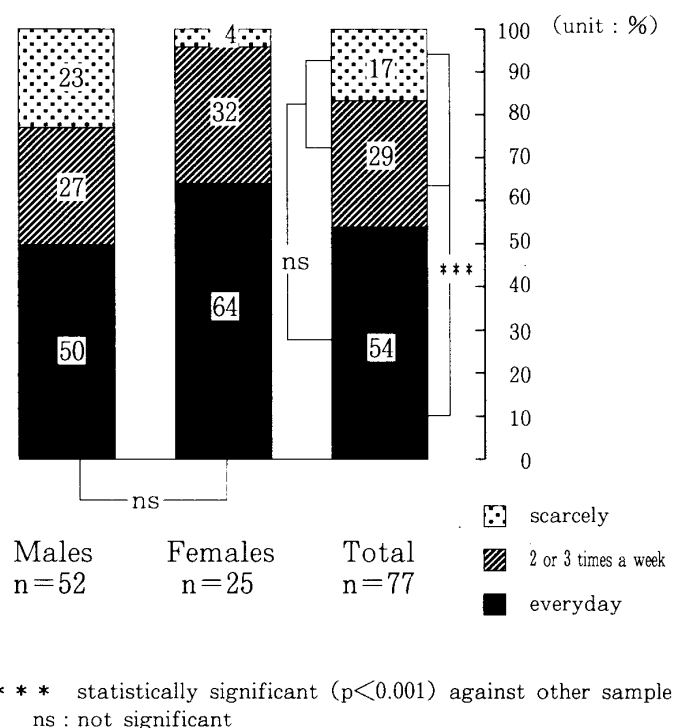


Fig 12. Taking fruits

Table 3 Medical Herbs and Plants which you think good for the Health (repeated)

Medical Herb and plant	Males		Females	
	Number	Effect	Number	Effect
daun-Tapioka	2	hypertensin	1	vitamin
daun-papaya	8	hypertensin, bone, vitamin	3	common cold, stomatitis
daun-singkong	6	stmach, bone, sleep	5	vitamin, bodybuild up
daun-kangkung	7	sleep, weightdown, bodybuild	2	sleep, eye, body
daun-kumangi	1	roborant	3	bodybuild up
bayam	8	growth, power, vitamin	7	anemia, power
wortol	9	eye, health	3	eye
Zingiberaceae	0	hypotension	1	common cold, congh
Sawanan	1	roborant	3	skin
ketimnm	1	cholesterol	3	vitamin
Jahe	3	anorexia, common cold	2	anorexia, common cold
ketumbar	1	stomatitis	4	stomatitis
pare	0		1	stomach
asam	1	fever, diarrhea, ulcer	1	fever, diarrhea, ulcer
tomat	3	vitamin	1	vitamin
bawang-putih	0		1	common cold
jackfruit	1	stomach	3	stomach
pakis	1	stomach	0	
terong	1	vitamin	0	
another	8		5	
no answer	5		2	

Table 4. Anamnesis and Present diseases (unit:man)

Anamnesis	Number	Present diseases	Number
(1) hypertension	1	(1) hypertension	2
(2) angina pectoris heart failure	4	(2) angina pectoris heart failure	2
(3) diabetes mellitus	1	(3) diabetes mellitus	
(4) stomach	5	(4) stomach	5
(5) duodenum	1	(5) duodenum	
(6) kidney	1	(6) kidney	
(7) liver	1	(7) liver	1
(8) bronclrus		(8) bronclrus	
(9) pulmonary tuberculosi		(9) pulmonary tuberculosis	
(10) low back pain	2	(10) low back pain	1
(11) arthritis	1	(11) arthritis	1
(12) rheumatoid arthritis	1	(12) rheumatoid arthritis	3
(13) shouder discombort	2	(13) shouder discombort	
(14) nyctalopia		(14) nyctalopia	
(15) stomatitis	5	(15) stomatitis	3
(16) malaria		(16) malaria	
(17) ascaris		(17) ascaris	1
(18) enterobius vermicularis		(18) enterobius vermicularis	
(19) another	7	(19) another	19
(20) no answer	45	(20) no answer	36

本に比べ穀類、芋類・澱粉以外は一人一日あたりの食糧消費高（g）は全て大変低い値で、特に野菜をはじめ、肉、卵類、魚介類の動物性蛋白および乳・乳製品の不足が目立っているが、データにのらない食品もあるのではないかと推測される。多様化していく中で都市化や工業化が進み、経済の向上と共に、病気も感染症から慢性疾患に移行してくるであろう人々の食生活改善を、そこにある材料でどのように料理し食べたら、栄養と美味しさが得られ、体位向上や寿命につながるのか考える必要がある。

一方、都市部のバンドンから離れ、南の農村部チビデイで聞き取り調査を行った。幹線道路からはずれた山間の盆地の中を歩いて行くとカンボン²⁷⁾があり、そこには水道、電気、車も無く、静寂の中で殆ど自給自足に近い営みがなされていた。家の周囲にキャッサバやカボチャ、バナナを植え、鶏や山羊を放し飼いし、大きな池の中には魚を蓄養し、食用のカンクン（水セリ）が植えられている。眼を転ずると少ない水田の外に紅茶畠が広がり、その一角にはコーヒー、ココヤシ、さらにナンカ等の果物の樹が見える。貨幣経済の流れが弱く食材に関しては自給自足で豊かに見えるが、米を炊くダン＝ダン（銅の深鍋）やククサン（竹製円錐形蒸し器）、そして金属製洗面器に似た鍋以外は目立った調理器具も殆どなく、遠くまで汲みに行く飲み水の確保が大変なところであった。一日に食事は2回、力仕事やその日の男性の労働によって間食の質や量が異なり、紅茶やバナナ、キャッサバを焼いて食べたり、一週間に1～2回の鶏卵や淡水魚を食べる自然の中での生活があった。営みの生活サイクルは辺地で貧しいチビデイでも食生活にたいする知識と衛生の改善が必要である。都市における地下水利用は地盤沈下や塩水防止から過剰汲み上げ規制はあるが、チビデイのような山間部では、今なお生活の中で行われている雨水回収タンクや河川の利用²⁸⁾を止めて、技術協力により浅井戸または深井戸の手押しポンプが普及すれば、食事をはじめ家庭用トイレや多くの事²⁹⁻³⁰⁾が解決できよう。

4. 総括

バンドン都市部の大学に関係する新中産階級を中心に、西ジャワの食生活の現実を調査した。ココナツオイルや魚醤、多種類の唐辛子などインドネシアの“辛い食事”という既製概念は少しゆらぎ、経済発展とともに街ではホカホカ弁当や、魚の揚げ物を中心とした総菜料理、ファスト・フードもスーパーで見られる等近年変化が進んでいる。

(1) アンケート調査の結果

- ① 辛い食物を17%の人はあまり好きでないと答え、32%が大好きで、51%は普通と答えた。
- ② 蛋白源として鶏肉摂取が多く、豚肉摂取者は見られなかった。川魚、川エビ、鶏卵等の外、大豆製品のテンペや豆腐の利用が多い。
- ③ 恩恵を受けるヤシの種類は多いが、特にココナツヤシはココナツミルク、ココナツオイルなど人々の生活の中に深く入り込んでいる。
- ④ 電力事情の悪さにもかかわらず、65%の人が冷蔵庫をもち、食品保存をしている。
- ⑤ 一方、経済の格差は大きく特に農村部聞き取りでは、電灯や手動ポンプの水道もない雨水回

収タンク利用の生活があった。

一般に西ジャワは米食地域であるが、中・東部ジャワは米以外のキャッサバ、トウモロコシ、大豆なども採れる。最近、都市中心部では日本型ファーストフードの食生活も少しずつみえて来る一方で、スラム地域では伝統的な自然食料への依存が強く、街角の貧しいワルン（屋台）での摂食も多い。熱帯の気候風土の恵みから多種類の椰子の恩恵を受け、大豆発酵のテンペやオンチョム等の伝統食品があり、豊富な果物が人々の生活をうるおしているように見えるが、チビデイ以上に貧しい地域も多い。人口増加、交通機関の発達や家電製品による生活文化が変化し、多様化して行く中で、今後バンドンの都市化や工業化が進み経済の向上と共に、低所得者層の病気も感染症から慢性疾患へ移行することが予想される。衛生面と食生活改善のために、そこにある材料でどのように料理し食べたら、栄養と美味しさが得られ、体位向上と寿命につながるのかが今後の課題である。

この発表をするにあたり、お手伝いいただきましたパジャジャラン大学教員のアドウン・ダナスプラタ氏をはじめ本学岩切成郎学長以下多くの皆様に深く感謝いたします。尚、これは1993年度文部省科学研究費補助金 国際学術研究（(大学間共同研究) 課題番号 05045019 西ジャワおよび南九州における地域社会、生活、文化の比較研究 研究代表者 岩切成郎）の一部で行ったことをご報告すると共に、1994年日本家政学会第46会大会で発表し、一部修正したものである。

引用文献

- 1) 辻村克良：化学と生物 vol.19, No.8 540～548 東京 (1981)
- 2) 鈴木庄亮：VESTA No.15 34～40 東京 (1993)
- 3) 石毛直道：世界の食べもの 東南アジア3 77 8-169 朝日新聞社 (1982年)
- 4) 阿部 登：ヤシの生活誌 古今書院 45～218 東京 (1989)
- 5) Korrie Layun Rampan：CITA RASA INDONESIA Pustaka Kartini 72～93 Jakarta (1991)
- 6) Marahimin.Hiang：Indonesian Dishes and Desserts Gaya Favorit Press 78～97 Jakarta (1990)
- 7) Disusun Oleh：CITA RASA Promedia Kue Favorit Ala Kakilima Gramedia Pustaka Utama
- 8) YASA BOGA：Hidangan dari Beras Buras Gramedia JAKARTA
- 9) Sri Owen：Indonesian Food and Cookery INDIRA 238～248 Jakarta (1990)
- 10) Susmayati,B.A. Asnidar：Aneka masakan KUE RINEKA CIPTA 1～121 Jakarta (1992)
- 11) 小住フミ子：鹿児島県立短大地研研究年報 vol.20 (1991)
- 12) Matheus Elanda Rosi：CITA RASA INDONESIA Variasi Dalam Selera Garuda Metropolitan Press 79, Jakarta (1991)

小住：西ジャワ都市部における食生活の変化

- 13) Hiang Marahimin : Masakan lezat untuk mencegah dan mengatur Gaya Favorit Press 96~99 Jakarta (1990)
- 14) 監修石井米雄 : インドネシアの事典 同朋舎出版 334 京都 (1991)
- 15) 石毛直道, ケネス・ラドル : 魚醤とナレズシの研究岩波書店 204~209 東京 (1990)
- 16) 小住フミ子: 鹿児島県立短大地研研究年報 vol.20 (1991)
- 17) 藤本滋生 : 鹿児島大学農学部学術報告 第33号 37~45 (1983)
- 18) 辻村克良 : 化学と生物 vol. 19, No. 8 (213号) 昭和56年
- 19) 藤本芳男 : インドネシア・ハンドブック 142 ジャカルタ (1994)
- 20) 監修石井米雄 : インドネシアの事典 同朋舎出版 498 京都 (1991)
- 21) 日本貿易振興会 : 水産加工品の原材料供給地域の多角化可能性調査 56 JETRO (平成4年)
- 22) 監修石井米雄 : インドネシアの事典 同朋舎出版 498 京都 (1991)
- 23) 高橋澄子 : ジャムウ インドネシアの伝統的治療薬 平河出版社 182~185 東京 (1988年)
- 24) 吉田よしこ : 熱帯の野菜 楽遊書房 80.81.109.157. 249 東京 (1988)
- 25) A.M.Meliala : Indonesia Health Profile 1991 Nutritional Status 52~57 JAKARTA (1993)
- 26) 香川綾監修 : 四訂食品成分表 女子栄養大 459 東京 (1995)
- 27) 布野修司 : カンボンの世界 65~102 Parco出版 東京 (1991)
- 28) CBS : Summary of 1990 Population Census
- 29) A.M.Meliala : Indonesia Health Profile 1991 Food Poisoning 48 JAKARTA (1993)
- 30) A.M.Meliala : Indonesia Health Profile 1991 Nutritional status 52 JAKARTA (1993)

参 考 資 料

ANGKET UNTUK MENGETAHUI PENGARUH
DARI MAKANAN PADA PERTUMBUHAN BADAN
DAN TIMUBLNYA PENYAKIT SAMBIL MEMBANDINGKAN
PERSAMAAN DAN PERBEDAAN ANTARA MAKANAN
JEPANG DAN INDONESIA

- | | | |
|------------------|---|-------|
| I. JENIS KELAMIN | : | |
| UMUR | : | tahun |
| PEKERJAAN | : | |
| SAUDARA KANDUNG | : | orang |
| ANAK KE | : | |
| TINGGI BADAN | : | cm |
| BERAT BADAN | : | kg |

II. SILAKAN LINGKARI NOMOR YANG SESUAI DENGAN ANDA:

- ①. TIAP HARI MAKAN: 1. 1 KALI
 2. 2 KALI
 3. 3 KALI
 4. 4 KALI LEBIH
- ②. MAKAN MAKANAN RINGAN (SNACK) : 1. SEHARI DUAKALI
 2. SEHARI 2~3 KALI
 3. JARANG
- ③. JUMLAH TAKARAN MAKANAN: 1. SANGAT DIPERHATIKAN
 2. KADANG-KADANG DIPERHATIKAN
 3. TIDAK DIPERHATIKAN
- ④. SEHARI-HARI MAKAN DAGING, TELUR, IKAN, TAHU DAN
LAIN-LAIN: 1. TIAP HARI 2 KALI LEBIH
 2. TIAP HARI 1 KALI LEBIH
 3. SEMINGGU 3-4 KALI
 4. LAINNYA _____
- ⑤. URUTAN JENIS DAGING YANG SERING DIMAKAN:
 1. 2. 3. 4. DAGING SAPI
 1. 2. 3. 4. DAGING AYAM
 1. 2. 3. 4. DAGING KAMBING
 1. 2. 3. 4. LAINNYA _____
- ⑥. MAKAN TELUR: 1. TIAP HARI
 2. SEKALI DALAM 2-3 HARI
 3. JARANG SEKALI
- ⑦. MAKAN TAHU-TEMPE: 1. TIAP HARI
 2. SEKALI DALAN 2-3 HARI
 3. SEMINGGU SEKALI
- URUTAN YANG SERING DIMAKAN: 1, 2, 3, DAGING
 1, 2, 3, TELUR
 1, 2, 3, TEMPE-TAHU
- ⑧. PEMAKAIAN MINYAK SAYUR DAN MENTEGA (MARGARINE) :
 1. SERING
 2. JARANG
 3. KURANG

小住：西ジャワ都市部における食生活の変化

- ⑨. MAKAN MAKANAN PEDAS: 1. SUKA SEKALI
2. SUKA
3. KURANG SUKA
- ⑩. MEMILIH MAKANAN YANG DISUKAI DAN YANG TIDAK DISUKAI:
1. SANGAT DIPERHATIKAN
2. KURANG DIPERHATIKAN
3. LAINNYA _____
- ⑪. MINUM SUSU: 1. TIAP HARI
2. SEMINGGU 3-4 KALI
3. TIDAK MINUM
- ⑫. PEMAKAIAN SANTAN WAKTU MASAK: 1. TIAP HARI
2. SEMINGGU 3-4 KALI
3. WAKTU SELAMATAN(SUKARAN)SAJA
- ⑬. MAKAN KERUPUK: 1. HAMPIR TIAP HARI
2. SEMINGGU 2-3 KALI
3. JARANG
- ⑭. MAKAN KERUPUK: 1. SELALU
2. KADANG-KADANG
3. JARANG
- MAKAN KERUPUK KARENA: 1. SENANG
2. ENAK
3. BERGIZI
- ⑮. MAKAN IKAN AIR TAWAR DAN UDANG: 1. SERING
2. KADANG-KADANG
3. JARANG
- ⑯. LAUK PAUK: 1. SELALU BELI
2. JARANG BELI SEBAB ADA DI KEBUN KELUARGA
3. TIDAK PERNAH BELI

III. ①. URUTAN YANG DIPERHATIKAN DALAM MAKANAN SEHARI-HARI:

- 1.2.3.4. MENGURANGI JUMLAH GARAM
1.2.3.4. MENGURANGI JUMLAH GULA
1.2.3.4. JANGAN TERLALU BANYAK MAKAN
1.2.3.4. TIDAK PERNAH DIPERHATIKAN

②. KEPERCAYAAN PADA KEKUATAN BADAN SENDIRI:

1. ADA
2. KURANG
3. TIDAK ADA

③. BILA SELESAI MAKAN: 1. SANTAI

2. NGOBROL DENGAN KELUARGA
3. LAINNYA _____

④. KONDISI BADAN AKHIR- AKHIR INI:

1. TERLALU GEMUK
2. TERLALU KURUS
3. KURANG ENAK BADAN
4. SAKIT KAKI
5. PENCERNAAN KURANG BAIK
6. SAKIT TENGGOROKAN

(SILAKAN ISI LEBIH DARI SATU KALAU PERLU)

⑤. SILAKAN TULIS NAMA SAYURAN ATAU LALAP YANG DIANGGAP BAIK UNTUK BADAN:

NAMA SAYURAN (LALAP) : BAIK UNTUK :

- 1, _____
- 2, _____

⑥. CARA MANGAWETKAN MAKANAN:

1. DIJEMUR
2. DIASIN
3. DIMASUKKAN KE DALAM LEMARI ES
4. LAINNYA _____

⑦. OBAT YANG SELALU DIPAKAI: 1. ADA

2. TIKAK ADA

KALAU ADA: 1. VITAMIN

2. OBAT SAKIT PERUT
3. OBAT NYERI
4. OBAT PENURUN TEKANAN DARAH
5. SALONPAS/KOYO
6. OBAT PENURUN KADAR GULA
7. OBAT MATA
8. RAMUAN TRANSISIONAL

小住：西ジャワ都市部における食生活の変化

⑧. PERASAAN LELAH KARENA BEKERJA:

1. TAMBAH LELAH
2. LELAH TERUS
3. SEGERA SEMBUH
4. TIDAK LELAH

⑨. PERNAH MENDERITA PENYAKIT:

1. TEKANAN DARAH TINGGI
2. JANTUNG
3. GULA
4. PERUT/LAMBUNG
5. USUS 12 JARI
6. GINJAL
7. HATI
8. GANGGUAN SALURAN NAPAS
9. TBC
10. PINGGANG
11. LUTUT
12. RHEUMATIK
13. PUNDAK
14. RABUN AYAM
15. SARIAWAN
16. DEMAM BERDARAH
17. CACING GELANG
18. CACING KEREMI
19. TIDAK ADA

SEKARANG MENDERITA PENYAKIT

1. TEKANAN DARAH TINGGI
2. JANTUNG
3. GULA
4. PERUT/LAMBUNG
5. USUS 12 JARI
6. GINJAL
7. HATI
8. GANGGUAN SALURAN NAPAS
9. TBC

10. PINGGANG
11. LUTUT
12. RHEUMATIK
13. PUNDAK
14. RABUN AYAM
15. SARIAWAN
16. DEMAM BERDARAH
17. CACING GELANG
18. CACING KEREMI
19. TIKAK ADA

⑩. PENGATURAN MAKANAN:

1. TERATUR
2. KADANG-KADANG TERATUR
3. SELALU TIDAK TERATUR

TERIMAKASIH ATAS KERJASAMA ANDA

KAGOSHIMA, 21 AGUSTUS 1993