

日本人の食生活に関する研究

——料理様式からみた短大生の実態——

西 堀 すき 江

A Study of Food Habit in Japan.

Investigation of Junior Women's College Students on the
Types of Cooking Pattern.

Sukie Nishibori

I 緒 論

日本の食生活は戦後急激に豊かになり、古来からの日本料理に加え、西洋料理、中華料理と多岐にわたっている。このような食生活についての調査、報告は多方面でなされているが、その主流は栄養学的な見地からのものである。しかし、食生活は民族の形質、文化に根ざしたものであり、日本料理様式は日本民族の文化そのものであるとの観点から、今回は大きく食文化として捕え検討した。

日本の食文化はマスメディアの発達、コンビニエンス・フーズの発達、職業婦人の増加など色々な環境要因により大きな変化をきたしている。しかし、構造的に分析すると米飯中心の食形態にみられるように日本人特有の食生活パターンが根強く残っていると^{1) 2)}いわれている。このように、流動的な面と固定的な面とで構成されている食生活を、本研究では将来食生活を担う短大生の料理様式に関する調査から、その実態を把握し、今後の食文化の動行を検索した。

II 研究方法

(1) 調査対象

本学家政学科一，二年生 181 名について行なった。

(2) 調査期間

昭和55年5月中旬の連続6日間とした。

(3) 調査方法

調査用紙を用い、対象者が当日飲食した食事を自己記入した。

(4) 調査内容

Table 1 に示すように対象者の居住形態、家族構成、食事様式を調査した。

Table 1 Investigation of the cooking pattern

1. Name
2. Family

	Age	Country	Taste of food	Living form
Subject				
Father				
Mother				
Brothers, Sisters And Grand parents				

3. Cooking pattern

Day	Cooking pattern	Menu	Staple food
1 st	B		
	L		
	S		
2 nd	B		
	L		
	S		
3 rd	B		
	L		
	S		
4 th	B		
	L		
	S		
5 th	B		
	L		
	S		
6 th	B		
	L		
	S		

B---Breakfast L---Lunch S---Supper

Ⅲ 結果および考察

(1) 対象学生の生活特性

対象学生の生活特性を Table 2 に示す。専攻は栄養士コース，食物コース，生活経営コースであった。居住形態は自宅通学生154名，下宿生21名，寮生6名であった。父親の平均年齢

Table 2 Environment factors of 181 students on the investigation

Factor		Number of subjects	
Major	Sophomore of Eiyōshi	52	
	Freshman of Eiyōshi	45	
	Freshman of Shokumotsu	47	
	Freshman of Seikatukeiei	37	
Living form	Home	154	
	Lodging	21	
	Dormitory	6	
Father's age 49.1 ± 3.8	36 - 40	2	
	41 - 45	25	
	46 - 50	97	
	51 - 55	41	
	56 - 60	12	
Mother's age 45.5 ± 3.3	36 - 40	16	
	41 - 45	82	
	46 - 50	63	
	51 - 55	18	
	56 - 60	1	
Family 4.5 ± 1.0	Nuclear families	138	
	Extended families	only grandfathers	5
		only grandmothers	23
		grandparentes	15
Brothers and Sisters	1	21	
	2	114	
	3	43	
	4	1	
	5	1	

は 49.1 ± 3.8 才, 母親は平均年齢は 45.5 ± 3.8 才だった。また, 家族形態は核家族が 138 名, 拡大家族が 43 名, 兄弟の人数は 2 人が一番多い結果になった。

(2) 欠食について

i) 専攻別による欠食状態

調査全期間を通して欠食をしている学生が朝食において 5.0% いた。これらの欠食に栄養の知識が関与しているか否かを検討するため, 専攻別の比較をした (Table 3)。栄養の知識の

Table 3 Influences on fast by major. (%)

	major				
	average	Sophomore E.*	Freshman E.*	Freshman S.**	Freshman Se.***
Breakfast	12.9	11.2	8.1	24.1	6.8
Lunch	3.4	3.5	1.5	6.0	2.3
Supper	2.1	2.9	0	3.5	1.8

*---Eiyōshi **---Shokumotsu ***---Seikatsukeiei

有無に関しては, 一年間栄養関係の勉強をしている二年栄養士コースに高い欠食率が認められることから, 知識は知識とし, 日常の食生活に生かされていないことがわかった。

ii) 居住形態による欠食状態

居住形態に関しては下宿生の朝食において高い欠食率を示し, さらに, 日本では一日の食事の中で一番主となる夕食においても 4.0% と高い結果になった (Table 4)。⁶⁾

Table 4 Influences on fast by home, lodging and dormitory. (%)

	living form			
	average	home	lodging	dormitory
Breakfast	12.9	12.8	16.7	2.8
Lunch	3.4	3.7	2.4	0
Supper	2.1	1.9	4.0	0

(3) 料理様式について

i) 居住形態の影響

対象学生の居住形態の相違と料理様式の関係を図 1 に示した。

朝食, 夕食において, 自宅通学生, 下宿生と寮生の上に顕著な差 ($p < 0.01$) が認められた。寮生の朝食における日本料理様式, 夕食における折衷料理様式への偏りは, 学生の嗜好というより委託業者の都合によるものと考えられる。昼食においては, 学生の自由選択になるため, 自宅通学生, 下宿生と同じような傾向を示した。

自宅通学生と下宿生の比較では, 朝食については同じように西洋料理様式が多くなり, 夕食については自宅通学の方が日本料理様式が多くなった ($p < 0.05$)。

全体的にみて西洋料理様式が短大生の食生活の中に積極的に取り入れられているのに比べ、中国料理様式は出現頻度が少ないことが認められた。特に朝食においては自宅通学生に0.6%みられるのみであった。昼食、夕食における中国料理様式も献立からみると、ラーメン、チャーハン、餃子が主流を示めていた。また、6日間を通じて中国料理様式が一度も夕食の献立になかったのが62%あった。

ii) 家族形態の影響

核家族と拡大家族の違いが短大生の料理様式にどのように影響を与えているかを検討するために自宅通学生に関して調べた (Fig. 2)。

朝食において核

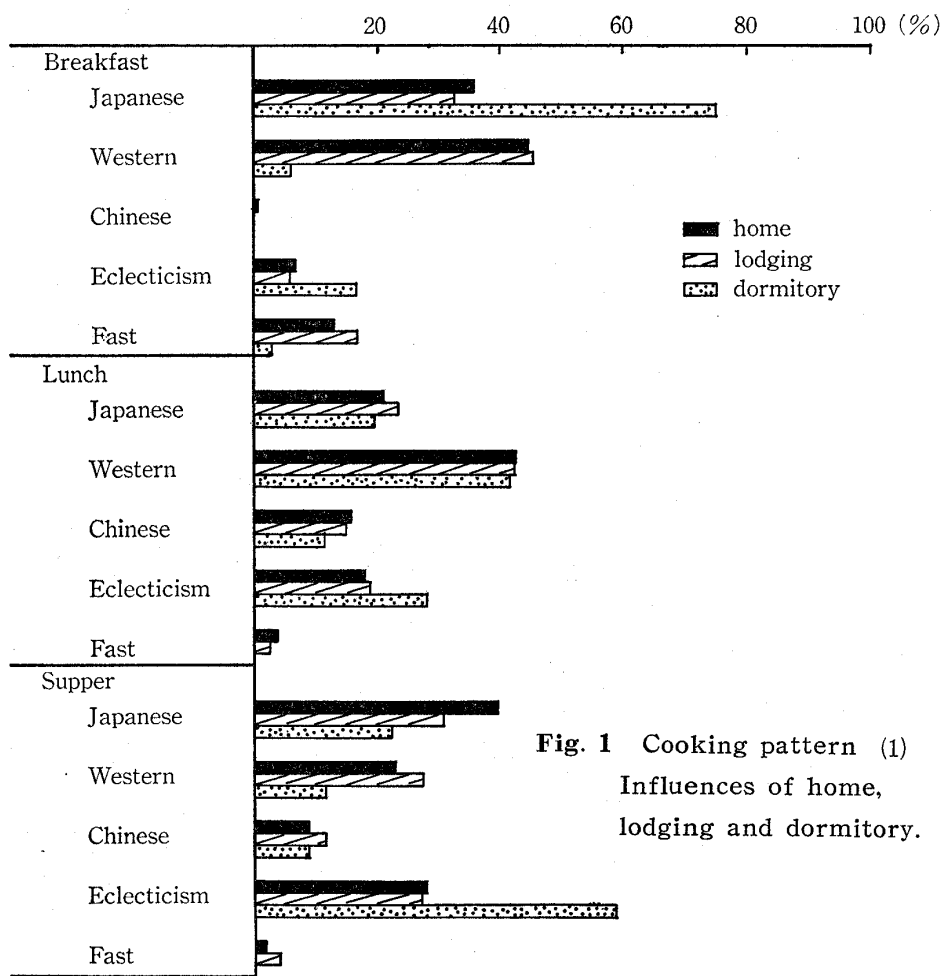


Fig. 1 Cooking pattern (1)
Influences of home, lodging and dormitory.

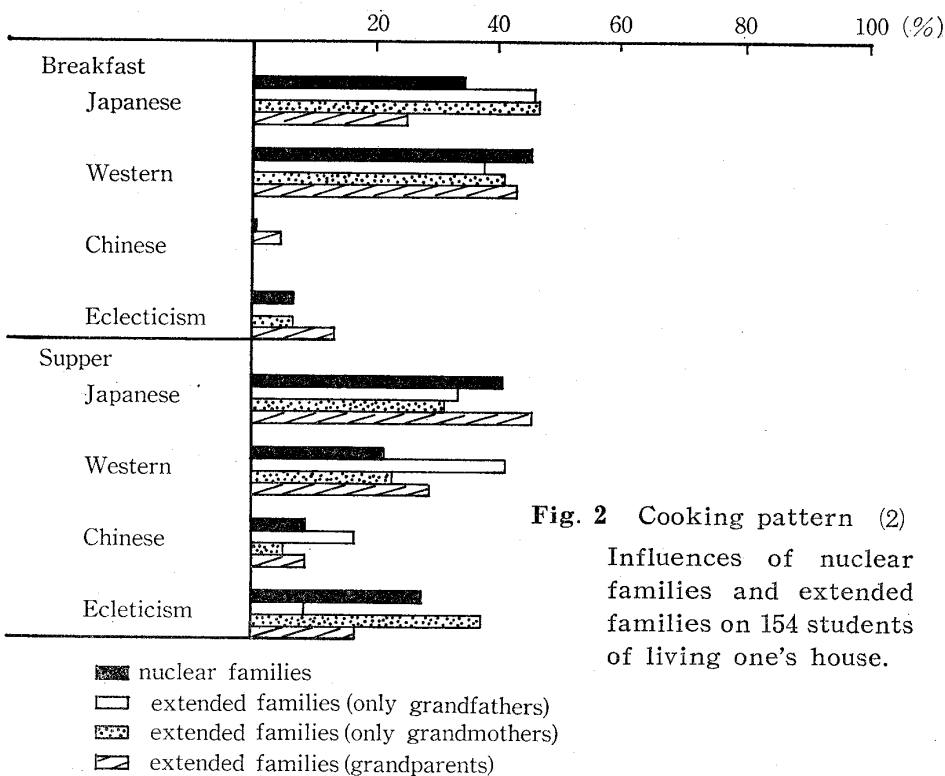


Fig. 2 Cooking pattern (2)
Influences of nuclear families and extended families on 154 students of living one's house.

家族は西洋料理様式45%と多くなっている。祖父または祖母のいずれか同居の群は逆に日本料理様式が多くなった。しかし、祖父母ともに同居の群は西洋料理様式が多くなっていた。

iii) 父親の年齢による影響

父親の年齢が短大生の料理様式に
関与しているかを
検討した(Fig.3)。

父親の年齢が35~40才と低い群(2名)において日本料理様式が多く($p>0.05$)な
ったが、その他の群においては父親の年齢が高くなる程日本料理様式も多
くなった。夕食におい
ても、ほぼ父親の年齢に比例して日本料理様式が多
くなった。

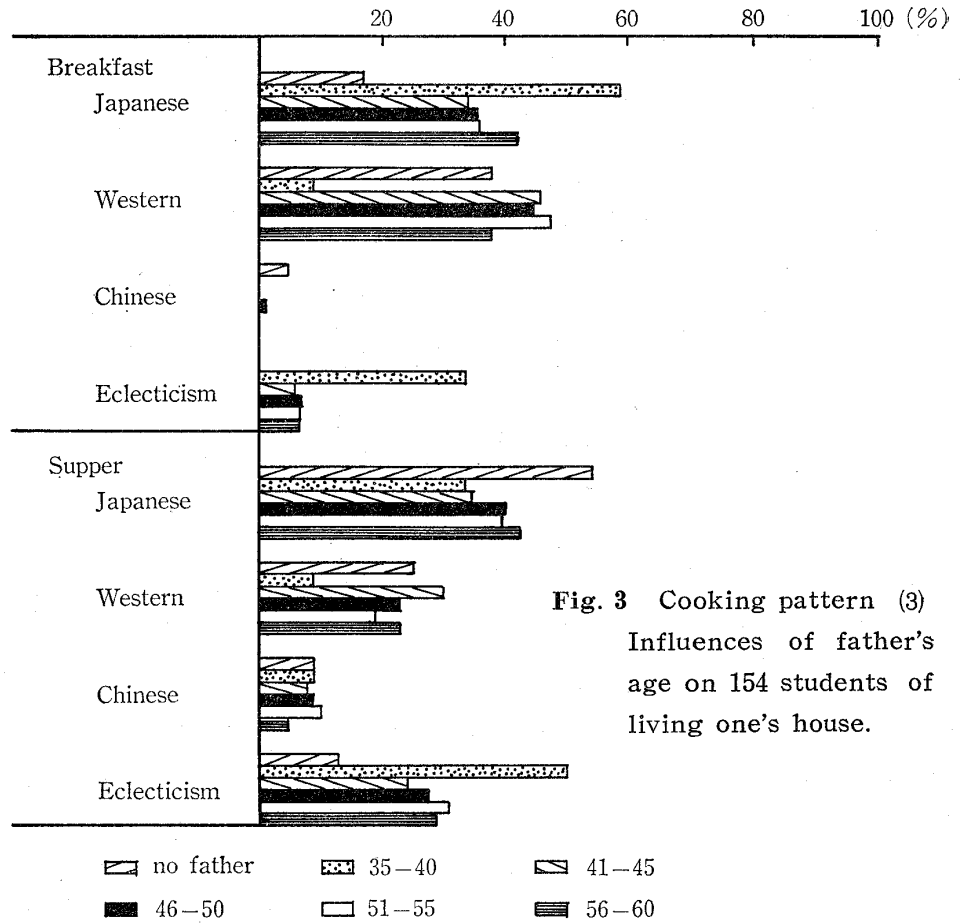


Fig. 3 Cooking pattern (3) Influences of father's age on 154 students of living one's house.

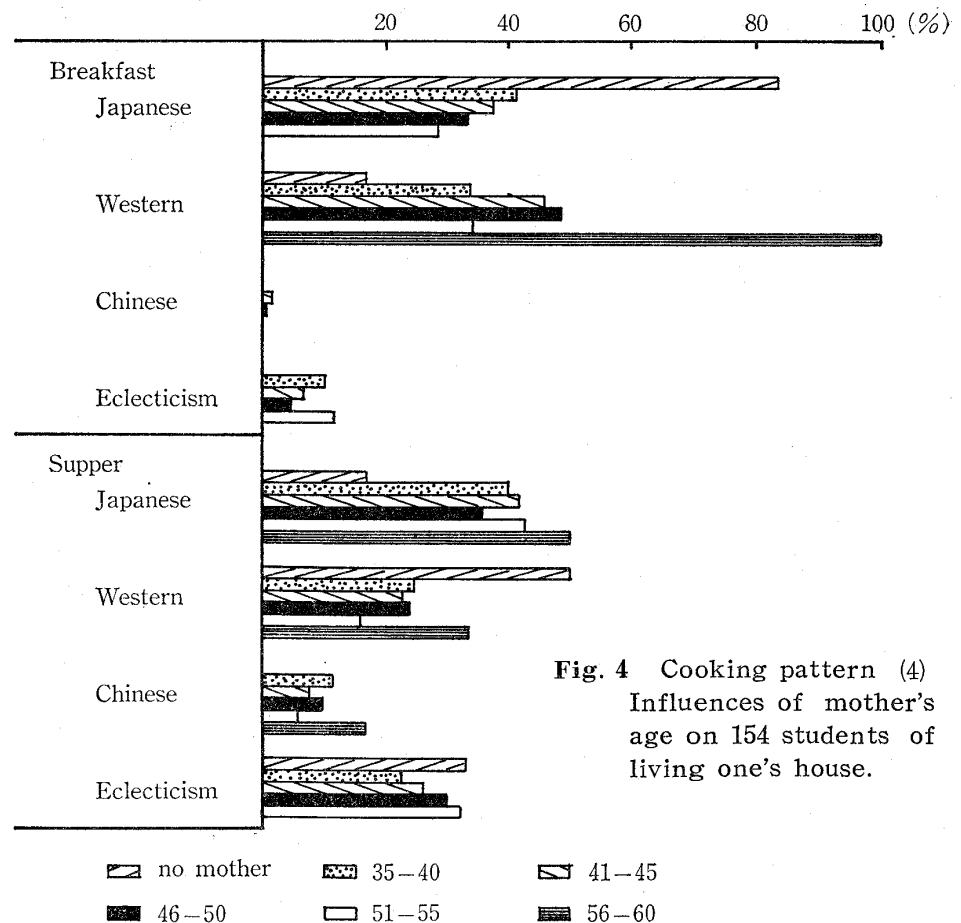


Fig. 4 Cooking pattern (4) Influences of mother's age on 154 students of living one's house.

iv) 母親の年齢による影響

母親の年齢と短大生の料理様式の関係を図 4 に示す。

父親の場合との反対に、朝食において母親の年齢が高くなる程西洋料理様式が多くなった。特に 56~60 才の群においては、6 日間とも西洋料理様式となっていたが、この群は 1 名であるため余り信頼出来る値ではないと思われる。

夕食においては父親の場合と同様に年齢に比例して日本料理様式が多くなった。

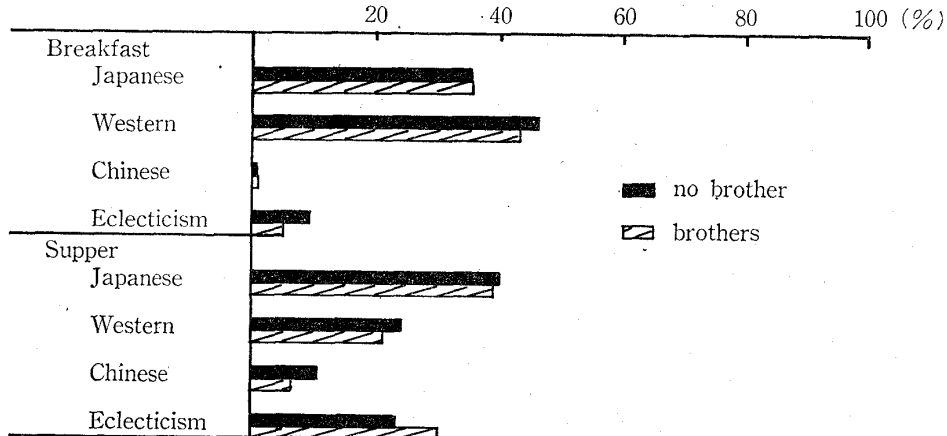


Fig. 5 Cooking pattern (5)

Influences of brothers on 154 students of living one's house.

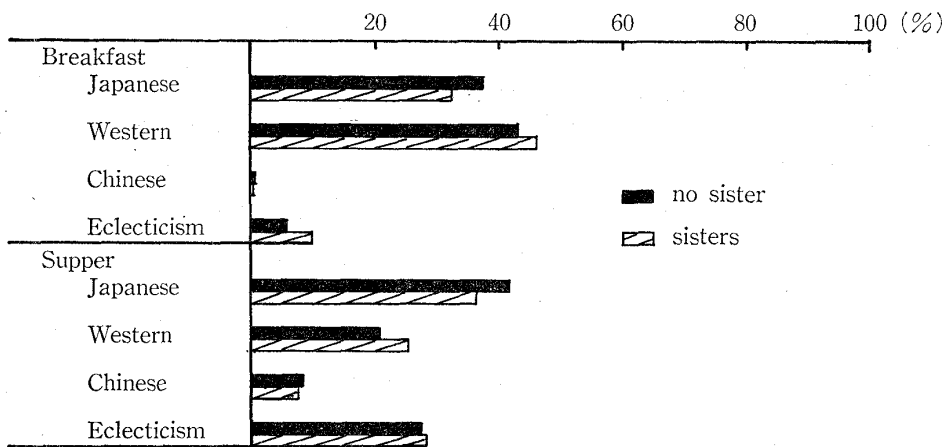


Fig. 6 Cooking pattern (6)

Influences of sisters on 154 students of living one's house.

v) 兄弟、姉妹の有無による影響

兄弟、姉妹の有無と料理様式との関係を検討した。兄弟の有無を図 5、姉妹の有無を図 6 に示した。

従来、男子は米飯、みそ汁で代表される日本食嗜好が強いといわれているが、今回は顕著な差は認められなかった。

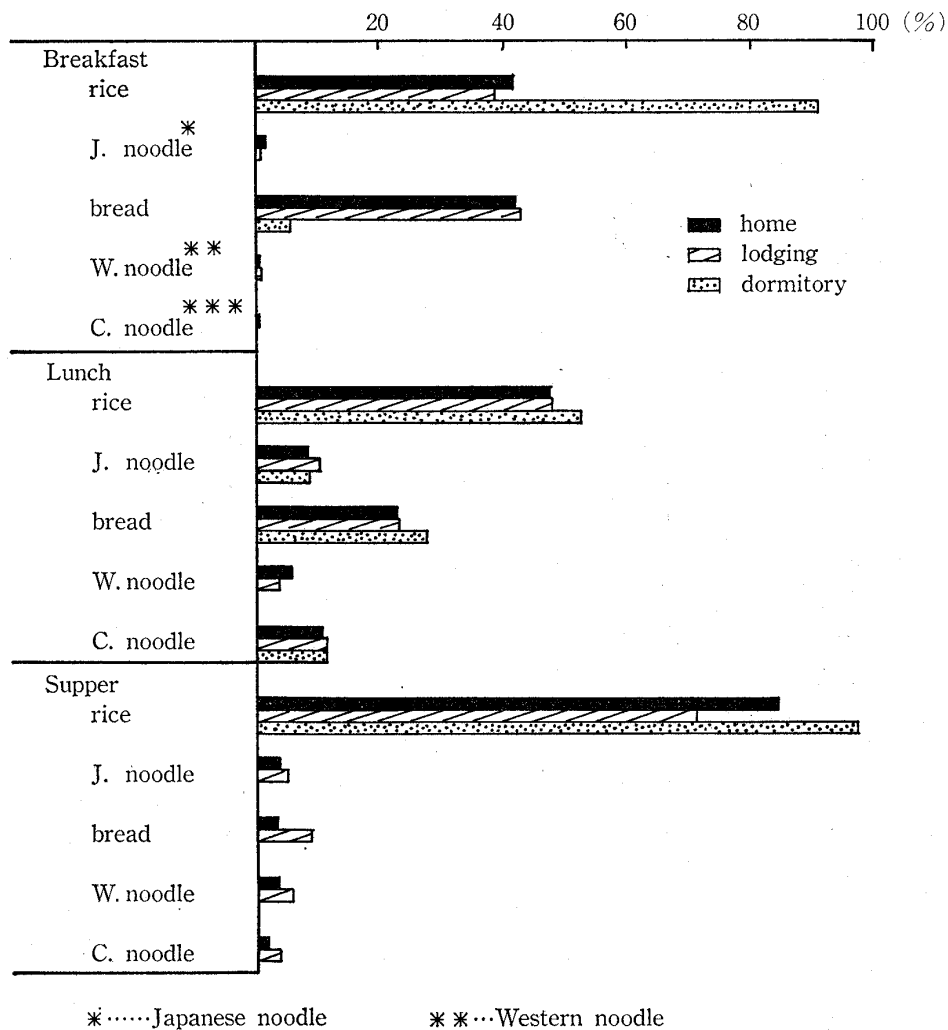


Fig. 7 Staple food (1)

Influences of home, lodging and dormitory

(4) 主食について

i) 居住形態の影響

居住形態が短大生の主食パターンにどのように関与しているかを Fig. 7 に示した。

寮生の朝食に高い米飯が認められた ($p < 0.01$) が、自宅生、下宿生においては米飯 36%、パン 43% の割合で用いられていた。昭和 42 年の平山の報告⁶⁾によると米飯 90%、パン 8% (横浜市等) であり、14~15 年の間にパン食が急激に進んでいることが認められる。しかし、夕食においては米飯が共に 85~87% で変化はなかった。

昼食に多く出現している麺類については三群とも間食として古来から用いられてきた日本麺より、ラーメンに代表される中華麺が多くなった。

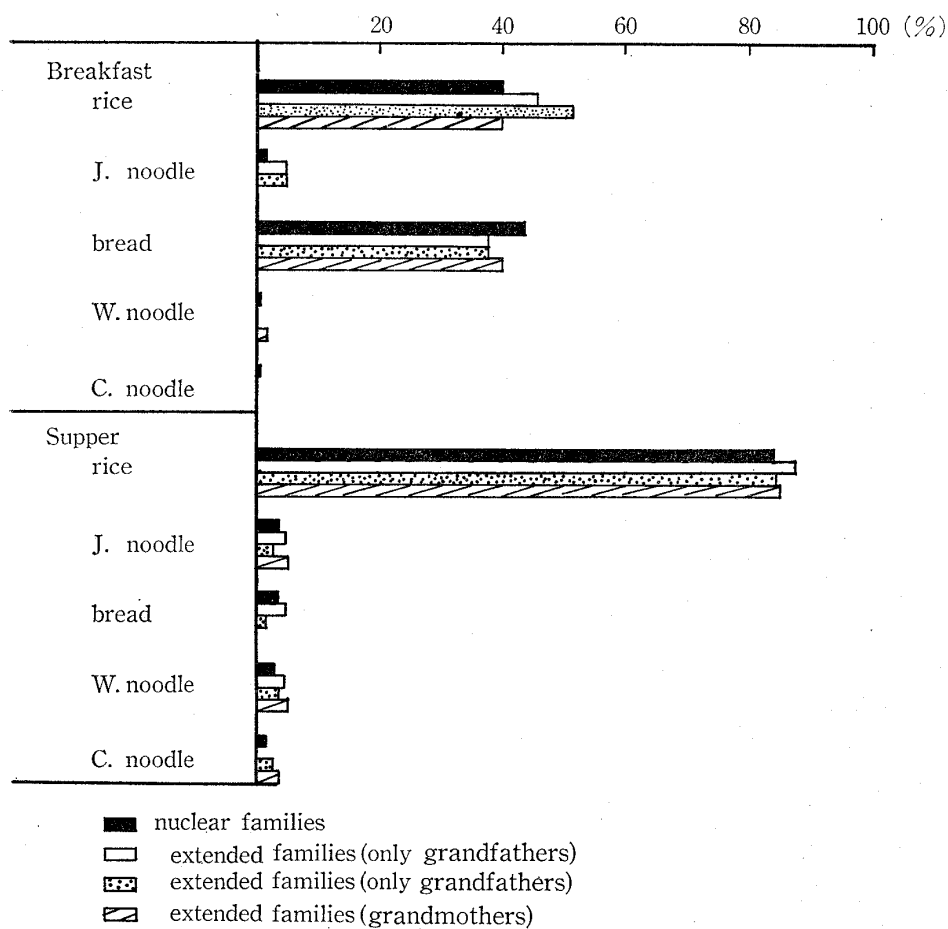


Fig. 8 Staple food (2)

Influences of nuclear families and extended families on 154 students of living one's house.

ii) 家族形態の影響

家族形態と主食パターンとの関係を Fig. 8 に示した。

朝食において核家族の方が、ややパンが多くなっているが、顕著な差はなかった。夕食の米飯、その他についても差がなかった。

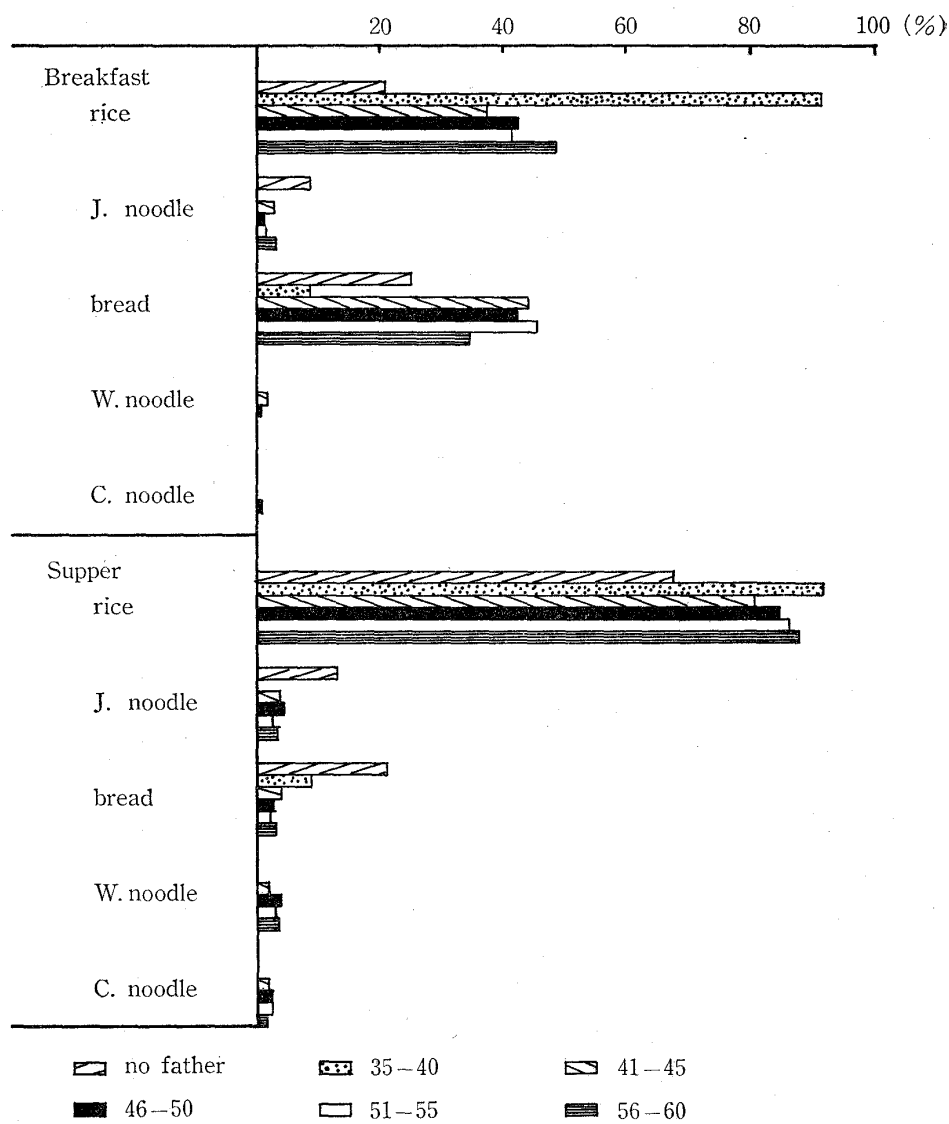


Fig. 9 Staple food (3)

Influences of father's age on 154 students of living one's house.

iii) 父親の年齢による影響

父親の年齢と主食との関係では、年齢が高くなる程米飯が多くなる傾向があった(Fig. 9)。

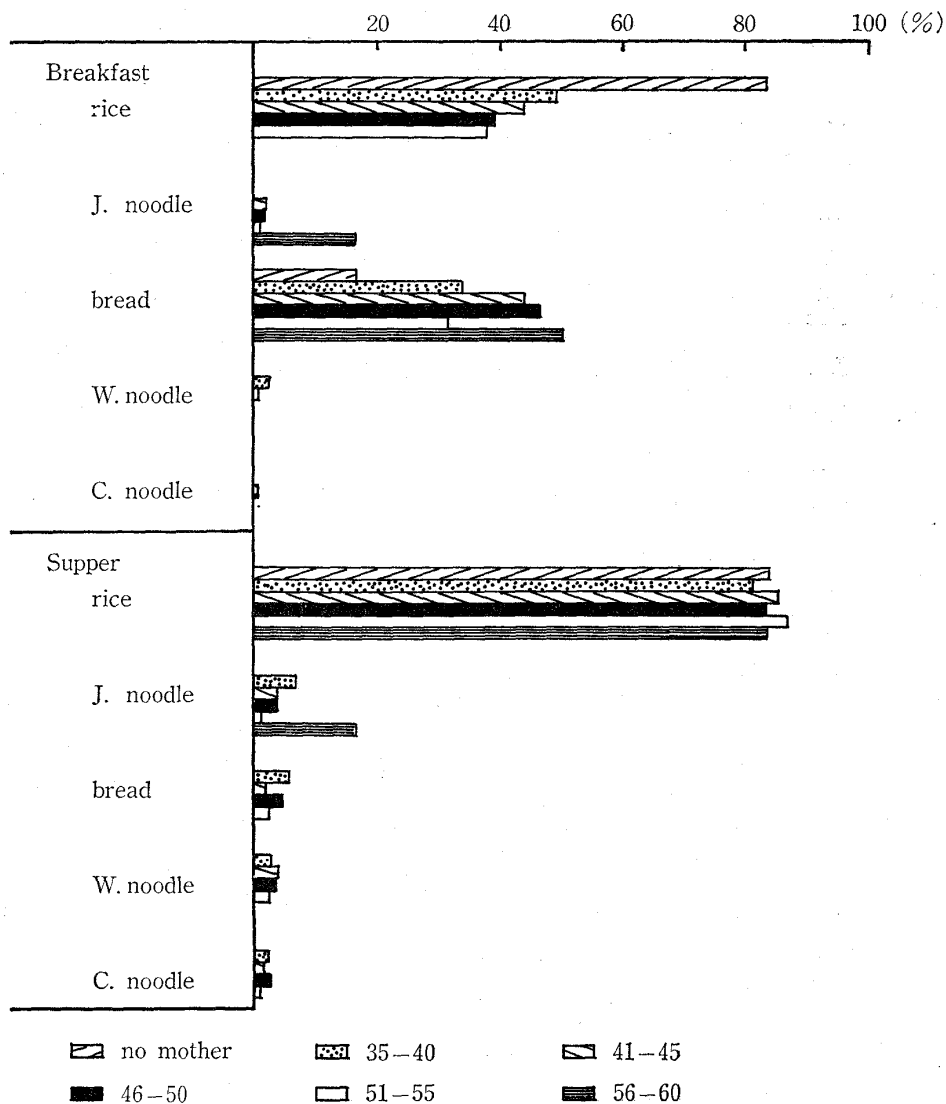


Fig. 10 Staple food (4)

Influences of mother's age on 154 students of livingo ne's house.

iv) 母親の年齢による影響

母親の年齢と主食との関係では、朝食において年齢が高くなる程パンが多くなり、夕食においてはほぼ平均化されていた (Fig. 10)。

一般的に日本の食文化形態をより伝承していると考えられる祖父母や年齢の高い父母の群とその他の群について、今回の調査では有意差はなく、やや父親の高い年齢層に日本料理様式や米飯が多く出現したのみだった。

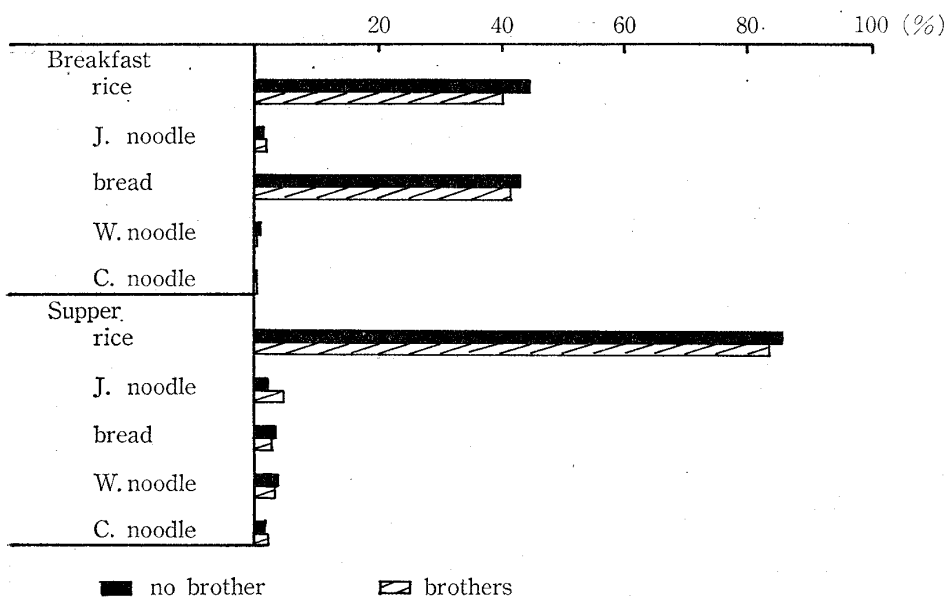


Fig. 11 Staple food (5)
Influences of brothers on 154 students of living one's house.

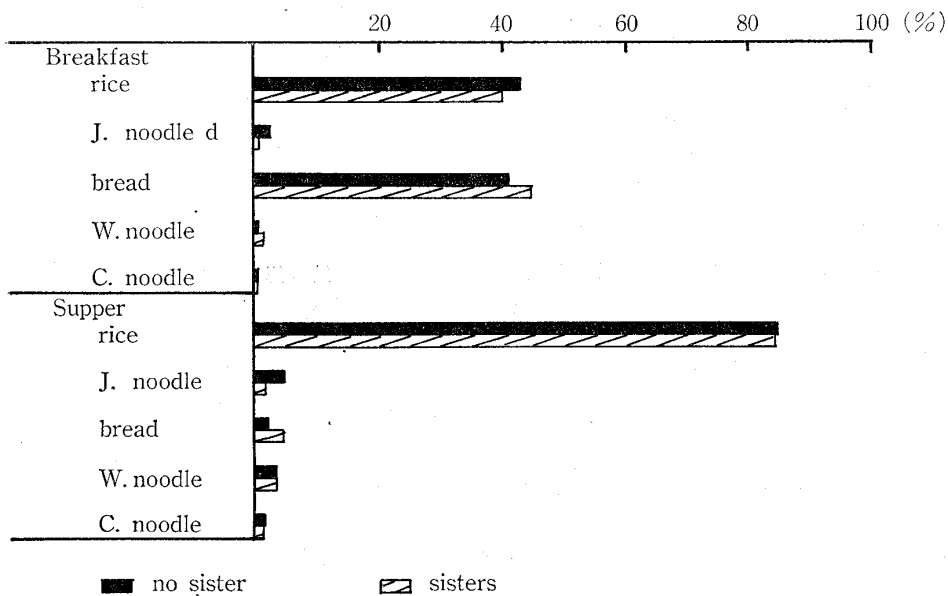


Fig. 12 Staple food (6)
Influences of sisters on 154 students of living one's house.

v) 兄弟, 姉妹の有無による影響

兄弟, 姉妹の有無と主食パターンを Fig. 11, Fig. 12 に示した。しかし, 料理様式同様ほとんど差が認められなかった。

以上の今回の調査において、対象学生の居住地が大都市圏に集中しているため、住宅事情の変化にともなう調理器具の変化、マスメディアによる情報の偏り、職業婦人の増加に伴う調理時間の短縮化、食品材料の変化および画一化、さらには献立の画一化がより進行しているように思われる。

Ⅳ 要 約

本学短大生 181 名を対象に、料理様式、主食の調査を行なった。

1 居住形態においては、自宅通学生と下宿生は西洋料理様式が多く、寮生は日本料理様式が多くなった。昼食は三群とも西洋料理様式が多くなった。

欠食は下宿生に高く、特に夕食の欠食率も高くなった。

2 家族形態、父親の年齢、母親の年齢との関係においても顕著な差がなく、日本の食文化の伝承が確認できなかった。しかし、父親の年齢と日本料理様式、米飯は相対的に増加する傾向があった。

3 兄弟、姉妹の有無に関しては料理様式、主食に余り影響がなかった。

本研究の統計処理は、名古屋大学大型計算機センターを利用し行なった。なお、本研究は、1981年5月、第27回日本家政学会中部支部総会で発表したものである。

文 献

- 1) 香川靖雄ら; 栄養学雑誌, 38, 283, (1980)
- 2) 赤羽正之ら; 栄養学雑誌, 35, 45, (1977)
- 3) 沖 増哲ら; 栄養学雑誌, 39, 15, (1981)
- 4) 内野澄子; 人口変動と食生活, (1977) 第一出版。
- 5) 厚生省公衆衛生局栄養課編; 国民栄養の現状 (昭和55年国民栄養調査成績), (1980) 第一出版。
- 6) 平山昌子; 栄養学雑誌, 25, 7, (1967)