調理済み食品利用の背景

——食事づくりにかかわる要因——

安 田 直 子, 岡 本 佳 子^{*1}, 浅 野 真 智 子^{*2}, 深 蔵 紀 子^{*2},
尾 立 純 子^{*3}, 瓦 家 千 代 子^{*3}, 山 本 悦 子^{*4}, 伊 東 ソヨ子^{*5},
島 田 豊 治^{*6}, 難 波 敦 子^{*7}

堺女子短大, ^{*1}神戸女学院大, ^{*2}帝国女子大, ^{*3}大阪市立環科研附設栄養専門学校,
^{*4}大阪女子学園短大, ^{*5}大阪女子短大, ^{*6}大阪府立公衆衛生専門学校, ^{*7}常磐会短大

Background for Use of Ready-to-serve Dishes

——The Relation with the Factors for Cooking Meals——

Naoko Yasuda, Keiko Okamoto^{*1}, Machiko Asano^{*2}, Noriko Fukakura^{*2}, Junko Odachi^{*3},
Chiyoko Kawaraya^{*3}, Etsuko Yamamoto^{*4}, Soyoko Ito^{*5}, Toyoharu Shimada^{*6} and Atsuko Nanba^{*7}
Sakai Women's Junior College, ^{*1}Kobe Jogakuin College, ^{*2}Teikoku Women's University,
^{*3}Osaka City Nutrition College, ^{*4}Osaka Joshigakuen Junior College,
^{*5}Osaka Women's Junior College, ^{*6}Osaka College of Public Health, ^{*7}Tokiwakai Junior College

We studied the use of ready-to-serve dishes and grounds for their use, their experiences of tasting and preparing, culinary knowledge and willingness to cook among housewives who are mainly responsible for preparing meals at home. The survey was conducted between December, 1984 and January, 1985 among 1,332 subjects in charge of cooking in Osaka area. Obtained data were classified according to age and profession.

The results are as follows.

- 1) Over 1/3 of respondents shopped for grocery 3 to 4 times a week ; most of those in their 40s and 50s shopped 5 to 6 times a week.
- 2) Forty three % of the respondents spent 45 to 60 minutes for preparing supper. Those holding jobs spent 30 to 45 minutes while those with no jobs spent 60 to 90 minutes.
- 3) Among 10 items which the respondents cooked at home during the past year were steamed egg custard (24%) and corn potage (41%). The items purchased as ready-to-serve dishes were steamed egg custard, croquette, Jiaozi-dumplings, roasted fish, etc. Reasons for purchase were that they were easy to eat, troublesome to prepare, easy to purchase, etc.
- 4) Those dishes that respondents did not prepare at home such as egg custard, corn potage and Ma-Pou bean were also the dishes which some did not know how to prepare, which some had not eaten for a year, and which some did know how to prepare but did not make.
- 5) Respondents who cooked all of ten dishes were those who always cooked their meals and those who didn't tended to purchase ready-to-serve dishes for reasons of convenience.
- 6) The processes which were found troublesome were chopping, wrapping, preparing fish and cooling ingredients which were time consuming, and steaming, making broth, rolling ingredients skillfully which required culinary skills.
- 7) Those who spent longer time in preparing suppers were housewives who held no jobs, those who

Key words : ready-to-serve food, time required for cooking, knowledge of cooking, complex cooking process

調理済み食品, 食事づくりに要する時間, 料理づくりの知識, 面倒な料理過程

loved cooking, those with bigger families and those older than average (but younger than 60), those who had more number of cooking utensils, those who have tasted or made the ten dishes, those who had knowledge of cooking or those willing to try.

Jpn. J. Nutr., 48 (3) 107~119 (1990)

は じ め に

経済的繁栄を背景に、現在の食生活に9割の者が満足しているという一見恵まれた食生活と感じられる状況の中で、家庭の外食費は14.9%, 調理済み食品費は6.8% (昭和61年)¹⁾と増加し、食事及び食事づくりを家庭外に求める傾向が進行している。生川ら²⁾は、家庭の調理担当者である主婦は、新しい食材料や加工食品をテレビ・雑誌などから知り、変化を求めるために使用し、今日の食生活では、健康、手づくり、伝統食への健全な志向の一方で、簡便な現代風食品への志向の二面性をもっていると報告している。

谷田沢ら³⁾は外食化についての研究で、母親は外食に批判的であるが、反面外食を好むのも母親であるといっている。また、味の素グループ⁴⁾は食生活の意識と実態を消費者構造解明の立場から、調理の煩わしさとは、買物から後片づけに至る全ての仕事に対し感じるものであり、調理を楽しいと思わない主婦に強く、手づくり度とは無関係であると報告し、更に合理的な手づくり志向があると指摘している。

筆者らが調理済み食品の利用実態を知る目的で調査⁵⁾を行ったところ、調理担当者は手づくり意識を高くもっているにもかかわらず、今後、家庭内へ調理済み食品を浸透させる傾向の強いことが認められた。また、調理済み食品を利用したくない者が約15%あった。20歳代、常勤の者などには手づくりしたい傾向がみられた。

そこで、筆者らは調理済み食品利用の背景を明らかにするために、食事づくりにかかわる要因を調べ、特に手づくりとの関係を検討する目的で本調査を行った。

調 査 方 法

大阪周辺に在住する女子学生の母親または知人の調理担当者に対し、質問紙による調査を1984年12月から翌年1月にかけて実施した。

対象者数は、1,332人、全員女性であった。その年代別、職業別構成は表1のとおりである。

調査内容として、① 食事づくりにかかわる要因として1カ月の生活費、食料費、家族数、所有調理器具、買い物回数、夕食づくりに要する時間、料理づくりの好き嫌いなどの事項、② 前回の調査⁵⁾から調理済み食品で比較の利用されていたもの(巻ずし、ハンバーグ、卵豆腐、ポテトコロッケ)、年代により利用頻度に差

表 1 年代・職業別調査対象

(人)

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	合計
常 勤	63	46	57	45	10	221
パ ー ト	16	47	69	31	17	180
自 営	15	25	46	39	21	146
無職(専業主婦)	117	152	143	105	179	696
そ の 他	52	6	3	6	22	89
合 計	263	276	318	226	249	1,332

別表1 調査票例(喫食経験と手づくり経験)

焼き魚についておたずねします。

過去1年間の経験から矢印に従って適当な番号または記号に○印をつけて下さい。

別表2 調査票例(つくり方の知識とつくる意欲)

がみられたもの(ぎょうざ、焼き魚、麻婆豆腐、コーンポタージュ)、利用頻度の低かったもの(茶わん蒸し、ポテトサラダ)など、特徴のあった10種の料理を取り上げ、過去1カ年間の家庭での喫食経験と手づくり経験、つくり方の知識やつくる意欲を調べた(別表1、2の様式)。

調査成績は、年代別、職業別に集計した。職業別では常勤、パートタイマー、自営業を含めた有職者と無職者(専業主婦)について比較検討した。無職者は52.3%と半数を占め、その他には学生、内職、茶道・華道教師などが含まれる。調査項目間はクロス集計を行い、 t 検定、 χ^2 検定で分析した。

結果及び考察

1. 対象者の食事づくりにかかわる要因

(1) 1カ月の生活費、食料費及び家族数

1カ月の生活費は、年代別では20歳代・30歳代で15～20万円(36%・30%)、40歳代・50歳代で25～30万円(27%・25%)の層が多く、職業別では自営業で25～30万円(25%)、パートタイマーで20～25万円(26%)、常勤・無職は15～20万円(27%・25%)の層が多かった。食料費は、20歳代は7万円(43%)、30歳代・50歳代・60歳代は7～10万円(40%・26%・32%)、40歳代で10～13万円(26%)が多かった。生活費、食料費は、年代層が高くなるほど、また職業別では自営業、無職の区分で費用の分布に広がりが見られ、多様な支出状況がうかがわれた。

表 2 調理担当者の職業と夕食の調理時間

(人)

	夕食の調理時間			小計 (n=1,324)
	45分以下 (n=338)	45～60分 (n=576)	60分以上 (n=410)	
無職 (専業主婦)	140 (20.2)*** ^{a, b}	294 (42.4)*** ^a	259 (37.4)*** ^b	693 (100)
常 勤	70 (32.0)* ^c	97 (44.3)	52 (23.7)	219 (100)
パ ー ト	45 (24.9)	93 (51.4)	43 (23.8)	181 (100)
自 営	50 (34.2)	70 (47.9)	26 (17.8)	146 (100)
そ の 他	33 (38.8)* ^c	22 (25.9)	30 (35.3)	85 (100)

t検定; * $p < 0.05$, *** $p < 0.001$; ^{a-c} 同一文字間で有意差有り

( ) 内は%

家族数は平均3.80人で、4人家族が最も多く(35%)、次いで3人(19%)、5人(18%)の順であった。家計調査年報⁶⁾では世帯人員平均3.72人、世帯平均年齢46.9歳の1カ月消費支出は約26.6万円、食料費は約7.3万円(昭和59年)、大都市平均食料費7.7万円、京阪神地方は7.8万円と報告されている。今回の調査は、費用を幅で尋ねたため比較がむずかしいが、ほぼ近似の状況と思われる。

(2) 買い物の回数

買い物回数は、約1/3の者が週3～4回で、次に5～6回、7回の順であった。年代別でも週3～4回が多いが、40歳代・50歳代は週5～6回が多かった。職業別にみると、自営業は週7回以上、パートタイマーは5～6回、常勤と無職は3～4回が多かった。20歳代及び常勤者に、週1～2回のまとめ買いの者もみられた。前回の調査では半数が毎日、約1/3が週3～4回であったのに対し、今回は回数の分布に広がりが見られ、やや異なる成績であった。

(3) 所有調理器具

調理器具(12種)の所有率は、冷蔵庫 96%(冷凍庫のみ 11%)、天ぷら鍋 89%、オーブントースター 87%、蒸し器 86%、はかり 82%、魚焼き網 79%、ミキサー 78%、グリルコンロ 72%、電子レンジ 69%、オープン 56%、流し箱 48%であった。20歳代では魚焼き網、蒸し器、ミキサー、流し箱、60歳代では電子レンジ、オープン、ミキサーの所有率がやや低かった。内野⁷⁾によると、台所用器具の所有と利用は必ずしも一致せず、地域別、職業別においても異なるという。いずれにしても内野の調査結果と比較すると、品目はやや異なるものの今回の調査の所有率がおおむね高く、特に電子レンジ、オープン、オーブントースター、ミキサーの所有率が高かった。電子レンジは全国消費実態調査⁶⁾(昭和59年)の全国平均 54.1%、大阪地区 63.2%の成績よりやや高かった。

(4) 夕食づくりに要する時間

夕食づくりに要する時間は、全体に45～60分が最も多かった(43%)。次いで60～90分(26%)、30～45分(21%)、90分以上・30分以内が各々5%ほどみられた。年代別では60歳以上に45分以下が35%みられ、他の年代よりやや多かった。調理時間と年代との関係は、年齢が高くなるほど夕食の調理時間が長く、有意な差がみられた($p < 0.01$)、60歳以上は20～50歳代に比べて短くなっていた($p < 0.01$)。

表2に、職業別にみた夕食づくりに要する時間を示した。無職者は有職者に比べて有意の差がみられ($p < 0.01$)、夕食づくりに多くの時間をかけていることがわかった。

(5) 料理の好き嫌い

料理の好きな人は全体の39%であり、普通の人は55%であった。無職、自営業に好きな人がやや多くみられ

表 3 料理の好き嫌いとは夕食の調理時間 (人)

調理時間	料 理			小 計
	好き	普通	嫌い	
45分以下	118 (22.6)	199 (27.4)	23 (29.9)	340
45～60分	217 (41.7)	320 (44.0)	36 (46.7)	573
60分以上	186 (35.7)	208 (28.6)	18 (23.4)	412
小計	521 (100)	727 (100)	77 (100)	1,325

χ^2 検定; $p < 0.05$

( ) 内は%

た。

2. 夕食づくりに要する時間と食事づくりにかかる要因

調理時間の長短が、献立に調理済み食品を利用することと関係が強いのではないかと推測し、夕食づくりに要する時間と各要因間のクロス集計を行った。表3に料理の好き嫌いとは夕食の調理時間の関係を示した。

料理の好きな者は、嫌いな者、普通の者に比べ夕食の調理時間に有意な差がみられ ($p < 0.05$)、調理に時間をかけていることが分かった。

調理担当者の年代と家族数の関係は、年代が高くなるほど家族数も増えるが、60歳代と20歳代は1人暮らしが多かった ($p < 0.01$)。1人暮らしの夕食調理時間は45分以下が約70%と短い者が多く ($p < 0.01$)、家族数が多くなるほど調理時間が60～90分 (5人家族で37%、6人以上で46%)と長い傾向となった ($p < 0.001$)。家族数と買い物の回数は、1人暮らしは2人以上の家族に比べ回数が少なく、家族数が多くなるほど、買い物回数が多くなった ($p < 0.01$)。年代が高くなり、家族数が増え、それにつれてつくる量、食品材料が多くなることから買い物回数や夕食調理時間が増え、主婦の食事づくりのための時間が長くなることがうかがえる。

所有調理器具と夕食調理時間の関係をみると、調理時間の短いグループはミキサー、グリルコンロ、オーブン、オーブントースター、蒸し器、はかり、天ぷら鍋、流し箱の所有率が低下する傾向にあった (t 検定, $p < 0.05$)。この傾向は1人暮らしの者にもみられた。料理の好き嫌いとは調理器具の所有率の関係をみると、オーブン、流し箱では有意差がみられ ($p < 0.05$)、料理の好きな者の所有率が高い傾向にあった。内野の報告と合わせ考えると、調理器具の所有率は、器具のもつ機能が調理時間の短縮をはかるというより、むしろ料理の好き嫌いの要因との関連性が強いことが推察できた。

3. 料理の喫食経験と手づくり経験

(1) 過去1年間に食べたことのある料理と手づくり経験

表4に10種の料理の年代別の喫食及び手づくりの経験を示した。

年代別の区分にかかわらず、10種のうち7種はほぼ90%以上の者に喫食経験がみられたが、コンボタージュ、卵豆腐、麻婆豆腐の喫食率は85～70%であった。職業別でも区分にかかわらず、ほぼ同じ比率であった。コンボタージュは特に60歳以上と20歳代では有意な差がみられ ($p < 0.05$)、60歳以上に低い傾向がみられた。

手づくりした経験のある料理は、焼き魚 96%、ポテトサラダ 92%、茶わん蒸し 90%、ハンバーグ 90%前後と、かなり多く手づくりされていた。巻ずしは 70%、麻婆豆腐 65%、ポテトコロケ 60%、ぎょうざ

表 4 10種料理の喫食経験, 手づくり経験

(%)

年代	焼き魚			ハンバーグ			ポテトコロッケ			ぎょうざ			巻ずし		
	喫食		手づくり	喫食		手づくり	喫食		手づくり	喫食		手づくり	喫食		手づくり
	有	無		有	無		有	無		有	無		有	無	
20歳代 (n=263)	98.9	93.8	6.2	99.2	90.4	9.6	94.7	61.0	38.2	98.9	43.8	56.2	98.5	55.2	44.4
30歳代 (n=276)	99.6	96.4	3.6	98.9	95.2	4.8	96.0	70.2	29.8	98.2	59.0	40.6	98.9	64.8	35.2
40歳代 (n=318)	98.4	99.4	0.6	95.3	91.4	8.3	94.3	60.7	39.3	97.2	57.3	42.4	98.1	75.3	24.7
50歳代 (n=226)	99.6	95.6	3.6	94.7	93.5	6.5	94.2	64.3	35.7	96.0	56.7	43.3	99.1	75.4	23.2
60歳代 (n=249)	99.6	96.4	3.6	86.3	74.4	24.7	92.8	42.9	57.1	87.6	42.2	57.8	99.2	76.9	23.1
平 均 (n=1,332)	99.2	96.4	3.4	95.0	89.5	10.3	94.4	60.1	39.7	95.7	52.2	47.6	98.7	69.5	30.2

年代	茶わん蒸し			麻婆豆腐			ポテトサラダ			コーンポタージュ			卵豆腐		
	喫食		手づくり	喫食		手づくり	喫食		手づくり	喫食		手づくり	喫食		手づくり
	有	無		有	無		有	無		有	無		有	無	
20歳代 (n=263)	96.6	83.5	16.5	76.8	60.0	40.1	100.0	92.8	6.8	92.0*	43.8	56.2	79.8	17.6	81.9
30歳代 (n=276)	94.6	95.4	5.4	73.9	65.7	32.8	99.3	96.7	3.3	87.0	45.4	54.6	87.0	24.6	75.0
40歳代 (n=318)	95.3	88.8	10.9	70.4	67.9	31.3	97.8	94.2	5.5	80.2	38.0	61.2	83.0	24.2	75.4
50歳代 (n=226)	97.8	91.4	8.1	73.0	69.7	29.1	98.2	92.8	6.8	83.6	46.6	53.4	83.6	27.0	72.0
60歳代 (n=249)	97.2	90.9	9.1	55.0	60.6	38.7	95.6	81.1	18.9	65.1*	30.2	69.1	88.4	27.3	72.3
平 均 (n=1,332)	96.2	89.9	10.1	70.0	64.9	34.2	98.2	91.8	8.0	81.7	41.3	58.5	84.3	24.1	75.3

 χ^2 検定; * $p < 0.05$

52%でやや少なく, コーンポタージュは 41%, 卵豆腐は 24%で, 逆に手づくりしなかった者の割合のほうが高くなった。手づくりした人の中では茶わん蒸し, ポテトサラダ, 焼き魚, 麻婆豆腐, ハンバーグは84~63%の者がいつも手づくりしており, ほとんど及び時々手づくりした者に比べ有意な差がみられた ($p < 0.001$)。ポテトコロッケ, ぎょうざ, 巻ずし, コーンポタージュ, 卵豆腐はいつも手づくり, ほとんど手づくり, 時々手づくりした者が約 1/3 ずつみられた。手づくりしなかった者の中でいつも調理済み食品を購入していた率の高かったものは, 卵豆腐, ポテトコロッケ, ぎょうざ, 焼き魚, ポテトサラダの順で, それぞれ83%, 71%, 62%, 62%, 59%で, 調理済みのものを時々買ったり, 外食をしたり, いただきもの時だけ食べた者に比べて有意な差がみられた ($p < 0.001$)。このことから, 手づくりする者はいつも手づくりし, しない者は購入に頼る傾向がうかがえた。

(2) 夕食づくりに要する時間と手づくり経験及び調理済み食品利用の理由

10種の料理のうち, 手づくり経験の多いハンバーグ, 少ない卵豆腐, 中間的なコーンポタージュの3種について, 夕食の調理時間を45分以下, 45~60分, 60分以上に分けて, 喫食経験及び手づくり経験との関連をみた(表5)。調理時間の長い者ほどハンバーグ, コーンポタージュの喫食経験のある者が多いが, 卵豆腐では差は認められなかった。3種とも, 調理時間の長い者のほうがよく手づくりして食べており, 45分以下の短い者に比べて有意な差が認められ ($p < 0.01$), 調理時間と手づくりとの関連性の大きいことがうかがえた。

しかし, 手づくりした者の中で調理済み食品を一部利用している者がいるが, その理由はハンバーグで“時間がなかった”, “簡単に食べられる”, “献立に1品プラスする”が挙げられ, 調理時間が45~60分の者では45分以下の者に比べ“時間がなかった”とする者が多い傾向にあった ($p < 0.05$)。コーンポタージュ, 卵豆腐

表 5 タ食づくりに要する時間と喫食経験、手づくり経験

(人)

調理時間	ハンバーグ	コーンポタージュ	卵豆腐
食べたことのある人			
45分以下	337 (91.1) ** ^{a, b}	336 (75.6) ** ^{d, *e}	337 (83.7)
45～60分	574 (96.0) ** ^{a, *c}	569 (85.6) ** ^d	574 (84.0)
60分以上	409 (98.5) ** ^{b, *c}	407 (84.0) * ^e	412 (86.2)
手づくりして食べた人			
45分以下	306 (81.7) ** ^{f, g}	254 (32.3) ** ^{h, i}	284 (18.3) ** ^j
45～60分	552 (91.7) ** ^f	486 (42.8) ** ^h	480 (24.0)
60分以上	402 (92.5) ** ^g	341 (46.0) ** ⁱ	355 (29.3) ** ^j
いつも手づくりする人			
45分以下	250 (86.8)	81 (58.0) * ^k	51 (70.6)
45～60分	507 (89.3)	210 (68.6)	118 (69.5)
60分以上	370 (91.6)	158 (72.2) * ^k	102 (67.6)

χ^2 検定; * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$; ^{a-k} 同一文字間で有意差有り

( ) 内は%

では時間別に特別の理由はなかった。

手づくりしなかった者がハンバーグ、コーンポタージュ、卵豆腐の調理済み食品を利用した理由は、3種とも“簡単に食べられる”であるが、卵豆腐では特に調理時間の短い者ほど“簡単に食べられる”としており ($p < 0.01$)、調理済み食品利用の簡便性を指摘していた。また調理時間の短い者は、ハンバーグ、コーンポタージュで外食率がやや高い傾向がみられた。

4. 料理の知識と意欲

(1) 10種の料理への知識

調理済み食品として取り上げた10種の料理についてそのつくり方の理解度を表6に示す。

10種の料理中7種は約90%以上の者がつくり方を知っていたが、卵豆腐、コーンポタージュ、麻婆豆腐について知らない者が約30%あった。60歳以上に、ハンバーグ、ポテトサラダ、コーンポタージュ、ポテトコロッケなどの洋風料理や、ぎょうざ、麻婆豆腐などの中華料理のつくり方を知らない人がやや多くみられた。そしてこの年代では知る必要がないと思っている者もやや多くみうけられた。

つくったことがない料理は、卵豆腐、コーンポタージュ、麻婆豆腐などが多く、つくり方を知らない料理とほぼ同じものであった。

つくった時面倒に思うのは、ぎょうざ、ポテトコロッケ、巻ずし、卵豆腐、コーンポタージュなどで、たいへん面倒に思う、少し面倒に思うを合わせると70～60%を占め、20歳代、有職者にその傾向がやや強いように思われた。これらは調理済み食品の利用頻度の高い料理とほぼ同様のもので、調理済み食品利用に大きく影響していると推察できた。また、つくり方を知りたいという意欲は感じられるものの、反面、面倒に思う意識も強いように思われた。

(2) 面倒な料理過程とつくらない理由

各料理のつくる過程を示し(別表2)、過去1年間につくったことがある者に一番面倒と思われた箇所を示してもらった。その1位、2位を表7に示す。面倒に思う過程は、みじん切り(ハンバーグ、麻婆豆腐)、皮でつつむ(ぎょうざ)、小麦粉などをつける(ポテトコロッケ)、ルーをつくる(コーンポタージュ)、型をつ

表 6 料理のつくり

料 理 名	年*1 代 (歳代)	知		つ く っ た 時 ど う 思 っ た か				知		つ くり 方 を		
		っ て い る	つ く っ た こ と が る	た い へ ん 倒	少 し 面 倒	面 わ な い 思 い	つ な く っ た こ と が い	ら な い		知 り たい	知 る 必 要 い	わ か ら ない
焼 き 魚	20	100.0	95.8	4.8	33.7	61.1	1.1	0	0	0	0	0
	30	100.0	98.8	5.9	35.5	58.6	0.4	0	0	0	0	0
	40	100.0	97.5	1.6	32.3	64.5	0.3	0	0	0	0	0
	50	100.0	96.9	1.8	32.9	62.6	0.4	0	0	0	0	0
	60	99.6	99.6	2.4	33.2	64.4	0.4	0	0	0	0	0
	計	100.0	97.7	3.3	33.5	62.3	0.5	0	0	0	0	0
ハ ン バ ー ゲ	20	99.6	98.1	3.9	39.7	56.4	1.5	0.4	0	0	0	100.0
	30	99.3	97.8	1.5	39.9	57.1	2.2	0	0	0	0	0
	40	97.8	96.5	2.7	41.7	55.7	2.3	0.3	100.0	0	0	0
	50	97.3	97.7	3.7	39.5	55.8	1.8	1.3	33.3	33.3	0	0
	60	88.0**	88.1	9.3	43.0	47.7	11.4	9.2	26.1	43.5	26.1	26.1
	計	96.5	95.9	3.9	40.7	54.9	3.7	2.1	28.6	39.3	25.0	25.0
ポ テ ト コ ロ ッ ケ	20	94.7	84.7	24.6	49.3	25.6	14.9	4.2	72.7	18.1	0	0
	30	97.5	84.8	18.9	53.9	25.9	15.2	1.1	33.3	33.3	33.3	33.3
	40	96.2	82.4	19.4	55.2	24.2	17.3	2.2	28.6	42.9	28.6	28.6
	50	94.7	84.6	14.4	52.5	30.9	14.5	3.5	0	62.5*	12.5	12.5
	60	86.3**	75.8	20.9	46.6	31.9	23.7	11.2	17.9	46.4	28.6	28.6
	計	94.1	82.6	21.8	51.9	30.2	17.0	4.3	28.1	42.1	21.1	21.1
ぎ ょう ざ	20	88.6	77.3	22.2	54.4	22.8	24.5	9.9	51.8*	19.2	23.1	23.1
	30	93.1	83.3	13.6	51.9	32.7	16.7	5.4	13.3	45.7	26.7	26.7
	40	93.4	83.5	16.1	60.1	23.0	16.5	6.0	52.6*	15.8	15.8	15.8
	50	92.5	81.3	11.8	48.8	37.1	16.7	6.6	40.0	40.0	13.3	13.3
	60	75.9**	74.6	18.4	50.4	31.2	25.4	22.5	10.7	55.4	26.8	26.8
	計	89.0	80.4	16.3	53.7	28.9	19.6	9.8	29.0	39.7	22.9	22.9
巻 ず し	20	94.3	79.4	23.4	55.3	19.8	19.8	5.3	35.7	42.9	14.3	14.3
	30	97.5	86.6	15.0	49.4	34.8	13.0	1.1	66.7	0	33.3	33.3
	40	97.5	91.6	10.2	51.1	38.7	7.1	0	0	0	0	0
	50	99.6	92.4	13.0	43.8	41.8	6.2	0	0	0	0	0
	60	98.0	93.4	6.6	46.5	46.5	6.6	0.8	0	50.0	50.0	50.0
	計	97.3	88.7	13.2	49.2	36.8	10.5	1.4	36.8	36.8	21.1	21.1

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$ *1 $n=1,332$ (20歳代 263人, 30歳代 276人, 40歳代 318人, 50歳代 226人, 60歳以上 249人)

くるなどの細かな作業や、魚の下ごしらえ、調味し冷ます（巻ずしの具）、水切り（麻婆豆腐）、後片づけなど時間を要する部分や、卵豆腐や茶わん蒸しなど“す”が入らないように蒸す、巻ずしの具が中心になるように巻く、卵とだしをほどよい割合に合わせるなどコツを要する部分に多くの指摘がみられた。

方について

(%)

料 理 名	年*1 代 (歳代)	知 っ て い る	つあ く つ た こ と が る	つくった時 どう思ったか			つな く つ た こ と が い	知 ら な い	つくり方を		
				た面 い へ ん 倒	少 し 面 倒	面わ 倒な と思			知 り た い	知 な る 必 要 い	わ か ら な い
茶わん蒸し	20	95.8	94.0	2.5	37.6	57.8	6.0	3.4	55.6	11.1	33.3
	30	96.7	95.9	2.7	33.6	62.9	3.7	1.4	50.0	25.0	0
	40	97.8	96.1	6.0	36.5	57.5	3.5	0.6	50.0	0	0
	50	98.7	95.5	2.3	32.4	63.4	3.6	0	0	0	0
	60	97.2	93.0	4.9	32.4	62.2	6.6	0.8	0	0	50.0
	計	97.2	95.0	3.8	34.6	60.6	4.6	1.3	47.1	11.8	23.5
麻婆豆腐	20	74.9	74.6	2.7	19.7	76.2	24.9	23.2	49.2	24.6	21.3
	30	74.6	77.2	1.3	20.8	77.4	21.8	24.6	44.1	36.8	16.2
	40	74.5	82.7	3.1	24.0	73.0	16.5	24.8	45.6	29.1	20.3
	50	74.8	77.5	4.6	21.4	72.5	21.9	23.0	36.5	38.5	17.3
	60	54.2*	93.3	5.2	26.8	68.0	38.5	41.8	21.2	46.2	29.8
	計	70.9	77.6	3.1	22.2	73.5	22.2	27.3	37.6	36.0	22.0
ポテトサラダ	20	99.2	97.7	2.0	28.2	68.2	2.3	0.3	0	0	100.0
	30	98.2	97.8	1.9	20.8	76.6	2.2	0.4	100.0	0	0
	40	97.2	96.8	2.0	26.1	71.2	2.9	0.3	0	0	100.0
	50	97.3	94.2	1.4	19.7	77.9	3.3	0.9	50.0	50.0	0
	60	92.4	92.6	0.5	22.1	77.5	7.4	3.6	0	55.6	22.2
	計	96.9	96.4	1.6	23.6	74.0	3.5	1.1	14.3	42.9	28.6
コーンポタージュ	20	72.6	78.0	16.1	48.3	34.2	20.9	24.0	52.4	27.0	15.9
	30	73.9	66.7	16.2	39.7	42.6	31.4	23.9	47.0	25.8	24.2
	40	65.7	66.5	10.8	50.4	38.8	33.0	30.5	47.4	27.8	20.6
	50	69.0	70.5	7.3	43.6	48.2	28.2	27.0	54.1	21.3	16.4
	60	45.4*	61.1	10.1	42.0	47.8	38.1	53.0*	18.2	47.0	30.3
	計	65.5	69.1	12.6	45.3	41.3	29.8	31.5	39.9	32.5	22.9
卵豆腐	20	58.1	53.6	12.2	58.5	29.3	44.4	39.5	41.3	37.5	19.2
	30	67.8	59.9	16.1	52.7	31.3	39.0	30.4	34.5	35.7	27.4
	40	68.6	57.3	14.4	45.6	39.2	42.2	30.0	47.4	25.3	17.9
	50	69.9	60.8	14.6	49.0	32.3	39.2	27.0	44.3	34.4	21.3
	60	65.9	56.1	10.9	33.7	55.4	43.3	30.9	19.5	42.9	32.5
	計	66.1	57.6	13.8	47.7	37.5	41.6	31.6	37.8	34.9	23.3

表8は、つくり方を知っている者でこの1年間つくったことがない者に、つくらない理由を3つまで聞いたものである。“購入が手近でできる”，“つくるのに時間がかかる”，“つくるのが面倒である”という理由が、それぞれ45%，35%，31%で上位を占めていた。

表 7 面倒と思われる料理過程

料 理 名	順位	面倒と思われる料理過程	割 合 (%)
焼 き 魚	1	魚の下ごしらえをする	64.3
	2	後片づけをする	19.8
ハ ン バ ー グ	1	たまねぎをみじん切りにする	40.4
	2	後片づけをする	10.7
ポ テ ト コ ロ ッ ケ	1	小麦粉、とき卵、パン粉をつける	25.5
	2	じゃがいもに玉ねぎ、ひき肉をませ調味し、型をつくる	19.2
ぎ ょ う ざ	1	皮でつつむ	63.9
	2	野菜を細かく切る	23.7
巻 ず し	1	具が中心になるようにのりで巻く	27.6
	2	調味し、煮込んで冷ます	27.0
茶 わ ん 蒸 し	1	ほどよい温度で“す”が入らないように蒸す	37.6
	2	卵をときほぐして、ほどよい割合にだしを合わせる	22.0
麻 婆 豆 腐	1	土しょうが、にんにく、ねぎをみじん切りにする	45.2
	2	豆腐の水切りをする	13.4
ポ テ ト サ ラ ダ	1	粉ふきいもにし、冷ます	32.5
	2	じゃがいもを洗い、皮をむいて切る	28.7
コーンポタージュ	1	炒めてルーをつくる	61.0
	2	小麦粉とバター（マーガリン）をはかる	10.0
卵 豆 腐	1	ほどよい温度で“す”が入らないように蒸す	65.4
	2	卵をときほぐして適量のだしと合わせる	9.6

5. つくり方と夕食づくりに要する時間との関係

ハンバーグ、コーンポタージュ、卵豆腐の3種を取り上げ、夕食の調理時間とつくり方の関係を表9に示した。3種とも、調理時間の長い者ほどつくり方をよく知っている傾向にあった ($p < 0.05$)。

手づくりするのを面倒と思う者の中には、ハンバーグで、調理時間の短い者と60分以上の長い者との間で有意な差がみられた ($p < 0.01$)。ハンバーグは、調理時間の短い者にとって面倒な料理だと思われることがわかった。調理時間の短い者にはつくり方を知らない者が比較的多くおり、手づくりする意欲もやや劣る傾向がみられ、特にハンバーグにおいては面倒という主観的困難度¹⁸⁾を感じているとも考えられる。

卵豆腐やコーンポタージュは、全体につくり方を知らない者がみられ、調理時間の45分以下の者はいつも調理済み食品やインスタント食品の購入に頼っている傾向がうかがえた。

*

以上、家庭の調理済み食品を利用する背景を知るに当たり、各家庭の調理の状況要因を調べ、料理の喫食・手づくり経験、つくり方の知識や意欲を調査した結果、これら相互の関連性が深いことを認めた。特に食事づくりの要因として、調理担当者の職業の有無、年代、料理の好き嫌い、家族数、調理器具の所有率、喫食・手づくり経験、つくり方の知識、つくる意欲などは、夕食づくりに要する時間の長さに関連性を有していた。国民栄養調査成績¹⁹⁾によると、調理時間の長い者と短い者に2分される傾向がでてきており、調理済み食品利用の理由としては、家での時間的ゆとりがないことと、簡便性と経済性が挙げられていた。今回の調査では、夕食の調理時間の短い者ほど調理済み食品を利用する簡便性を指摘し、長い者は手づくり経験が多くみられた。

これらのことから、調理時間の長い者は食を生活活動の中心におく余裕のある人達とも考えられる。年代別

表 8 手づくりしない理由 (%)

	つくるのに時間がかかる	経済的にない	器具がない	台所が汚れ、後片づけが面倒	つくり方が複雑でむずかしい	つくるのが面倒である	あなたや家族が嫌いである	人がつくってくれない	上手につくれない	購入が手近でできる	その他
焼 き 魚 (n=7)	14.3	14.3	14.3	28.6	14.3	14.3	14.3	14.3	28.6	71.4	14.3
ハ ン バ ー グ (n=48)	35.4	14.6	0	0	6.3	27.1	22.9	14.6	8.3	18.8	6.3
ポ テ ト コ ロ ッ ケ (n=213)	47.9	9.9	0.9	9.9	4.2	39.4	11.7	3.8	14.6	56.3	3.3
ぎ ょ う ざ (n=232)	45.7	9.1	0.9	6.9	6.5	43.5	22.0	6.0	19.8	53.9	6.0
巻 ず し (n=136)	47.1	5.9	5.9	2.2	8.8	32.4	14.0	22.1	20.6	48.5	8.8
茶 わ ん 蒸 し (n=60)	33.3	10.0	8.3	3.3	6.7	40.0	31.7	18.3	6.7	28.3	6.7
麻 婆 豆 腐 (n=210)	12.4	23.8	0.5	1.0	4.8	18.6	56.2	5.7	16.7	29.0	8.1
ポ テ ト サ ラ ダ (n=45)	44.4	11.1	4.4	6.7	4.4	33.3	17.8	28.9	8.9	51.1	4.4
コ ー ン ポ タ ー ジ ュ (n=260)	36.2	9.2	0.8	2.3	11.2	30.8	25.8	5.4	18.1	44.6	8.5
卵 豆 腐 (n=366)	32.2	6.8	11.7	1.6	5.7	30.6	20.5	3.0	18.3	49.2	6.0

表 9 夕食づくりに要する時間と料理づくりの知識と意欲 (人)

調理時間	ハンバーグ	コーンポタージュ	卵豆腐
つくり方を知っている人			
45分以下	332 (94.9) ** ^{a, b}	327 (62.1) * ^c	327 (62.4) * ^d
45～60分	573 (98.6) ** ^a	561 (68.6)	564 (67.9)
60分以上	407 (98.8) ** ^b	400 (70.8) * ^c	406 (71.2) * ^d
手づくりしたことのある人			
45分以下	313 (94.2)	208 (63.5) * ^e	204 (57.4)
45～60分	564 (96.6)	385 (72.2) * ^e	382 (56.5)
60分以上	405 (96.8)	284 (69.4)	289 (61.2)
手づくりを面倒に思う人			
45分以下	296 (49.7) * ^f	131 (55.7)	118 (59.3)
45～60分	541 (46.8) * ^g	282 (59.9)	215 (66.5)
60分以上	388 (38.4) * ^{f, g}	195 (57.9)	174 (60.6)

χ^2 検定 ; * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$; ^{a-g} 同一文字間で有意差有り
( ) 内は %

にみる場合には、今後、食行動というものを青年期、壮年期、老年期という大きなライフサイクルとしてとらえ、他の生活活動との違いや、関連性をもつものとしてみることもよいのではないかと考える。職業別にみた場合、有職者と無職者の別というよりも、調理時間の長短という条件も大きく関与していると思われた。調理済み食品は調理時間の短い者によく利用されている傾向にあった。つくり方を知らない料理と、1年間喫食経験のなかった料理及びつくり方を知っていてもつくらなかった料理は10種の中ではほぼ一致していた。これらは、つくるのが面倒と思われており、特に細かな作業、時間を要する部分、コツのいる部分に指摘がみられたとこ

ろから考えると、全体として料理そのものへの知識や技術に欠け、それらは細かな操作数も多く、調理時間を増加させ、面倒と感じ、手づくり意欲を減退させているものと思われた。そしてすぐに購入できる簡便性が備わる場合、手づくりよりも調理済み食品の利用に向かうことにもなると思われる。これらのことに加え、国民栄養調査⁹⁾で夕食の調理時間の長い家庭ほど栄養素等の摂取量が多い傾向がみられるとしていることを考え合わせると、これから調理担当者となる学生を対象に教育する場合、調理済み食品利用云々以前の問題として、次のようなことも考慮する必要があるのではないかと思われた。

- 1) 料理づくりにおける基礎知識と技術を、難易点を浮き彫りにしながら的確に与える。
- 2) 調理技術を失敗のない方法で簡便化することを検討する。
- 3) 短時間で料理するコツや、余裕をもって料理する楽しみ、応用力をつける。

これらの点を考慮した上で、現状に合わせて調理済み食品のもつ簡便性、合理性をうまく利用し、機能させるべきと考える。しかし料理の手づくり意欲や楽しみは、食べる家族の受け入れ姿勢や理解と協力に大きく左右されるであろうと思われる。これらは調理済み食品利用の問題の今後の検討課題としたい。また、今回の調査より類推される結果は、今後の他地域での調査や経年変化を重ねみていくことで調査の信頼性を求めている。

要 約

調理済み食品利用に関し、家庭の食事づくりを担当する主婦の食事づくりの状況、料理の喫食及び手づくり経験、料理をつくる知識と意欲について調査した。調査は、1984年12月から翌年1月、大阪周辺に在住する調理担当者1,332人を対象に行った。

- 1) 食材料の購入回数は、週3～4回が約1/3以上あり、40歳代、50歳代の者は週5～6回が多かった。
- 2) 夕食づくりに要する時間は45～60分が最も多かった。職業別では有職者は30～45分、無職者は60～90分が多かった。
- 3) 10種の料理中、過去1年間の手づくり経験は卵豆腐 24%、コーンポタージュ 41%であった。手づくりしなかった者は、卵豆腐、ポテトコロッケ、ぎょうざ、焼き魚などの調理済み食品をよく利用していた。利用理由は、簡単に食べられる、つくるのが面倒である、購入が手近でできるなどであった。
- 4) 手づくりされない卵豆腐、コーンポタージュ、麻婆豆腐などの料理は、つくり方を知らない者、1年間食べたことのなかった者、つくり方は知っているがつくらなかった者が示す料理とほぼ同じ料理であった。
- 5) 10種の料理を、手づくりする者はいつも手づくりし、手づくりしない者は簡便性を理由に購入に頼る傾向がみられた。
- 6) 面倒と思う料理過程は、みじん切り・皮でつむむなどの細かな作業、魚の下ごしらえ・冷ますなどの時間を要する部分、蒸す・だしの合わせ方・上手に巻くなどコツを要する部分に多くみられた。
- 7) 夕食づくりに長い時間をかける者は、無職の主婦、料理が好き、家族数が多い、年代が高い(60歳以上は除く)、調理器具所有率が高い、10種の料理の喫食や手づくり経験が多い、つくり方の知識・意欲がある者などであった。

*

本報告の一部は、第32、33回日本栄養改善学会において発表した。

文献・資料

- 1) 総理府広報室編：日本人の食生活と食料問題（1988）大蔵省印刷局
- 2) 生川浩子，高桑稔子：日本食生活文化調査研究報告集 昭和61（1986）日本食生活文化財団
- 3) 谷田沢典子，新田米子，草野愛子，西脇泰子，松永久子：日本食生活文化調査研究報告集 昭和60（1985）日本食生活文化財団
- 4) A M C '86レポート編集委員会編：主婦の食生活意識調査（1986）味の素(株)
- 5) 浅野真智子，深蔵紀子，尾立純子，瓦家千代子，山本悦子，伊東ソヨ子，岡本佳子，安田直子，島田豊治，難波敦子：栄養学雑誌，**45**，107～116（1987）
- 6) 総務庁統計局編：日本統計年鑑，**36**，528～546（1986）
- 7) 内野澄子：食生活研究，**7**，7～17（1987）
- 8) 杉田浩一：からだの科学，増刊，75～80（1983）
- 9) 厚生省保健医療局健康増進栄養課編：国民栄養の現状 昭和57～62年調査成績（1984～1989）第一出版
- 10) 国民生活センター編：食と生活（1984）光生館

（受付：昭和63年12月22日）