調理済み食品利用状況の地域差及び 栄養素等摂取量との関連

笠 松 隆 洋, 吉 村 典 子, 上 田 晃 子,
森 岡 聖 次, 橋 本 勉
和歌山県立医科大学公衆衛生学教室

Study on Regional Differences in Utilization of Ready-to-serve Dishes and Relationship between the Utilization and Nutrient Intake

Takahiro Kasamatsu, Noriko Yoshimura, Akiko Ueda,
Seiji Morioka and Tsutomu Hashimoto
Department of Public Health, Wakayama Medical College

This study was conducted to clarify the regional differences of utilization of ready-to-serve dishes among four regions ; i. e. urban, plain rural, mountainous rural and fishing villages in Wakayama Prefecture. The subjects were persons in charge of cooking. Furthermore, we analyzed the relationship between the consumption frequency of ready-to-serve dishes and the nutrient intake. The results were as follows.

1) The subjects who responded that they used ready-to-serve dishes once or twice a week were the most frequent in the plain rural region (38%), followed by the urban region (36%), the mountainous rural region (29%) and the fishing villages (24%). On the other hand, the subjects who responded that they did not use ready-to-serve dishes were the most frequent in the mountainous rural region (37%), followed by the fishing village (31%), the urban region (25%) and the plain rural villages (18%).

2) The most frequent reason given for utilizing ready-to-serve dishes in all regions was "not having enough time for preparing meals", although their percentage differed with regions ; 71% in mountainous rural, 64% in plain rural, 63% in urban, and 50% in fishing villages. The next most frequent reason was "more economical than preparing meals at home".

3) There were no regional differences in the most frequently utilized ready-to-serve dishes. Steamed dumplings stuffed with minced pork and croquettes were most frequently eaten. However, frequencies of these food items showed regional differences. The percentage was highest in plain rural (55%) and lowest in urban area (40%).

4) Families who did not use ready-to-serve dishes and spent longer time in preparing meals had the well balanced nutrient intake.

In conclusion, there were regional differences in the consumption frequency of ready-to-serve dishes. In addition, utilization of ready-to-serve dishes and the time spent in preparing a meal affected the quality of nutrient intake.

Jpn. J. Nutr., 53 (2) 83~92 (1995)

Key words : ready-to-serve dishes, consumption frequency, regional differences, time for preparing a meal, nutrient intake

調理済み食品, 摂取頻度, 地域差, 食事作りに要する時間, 栄養素摂取量

表 1 調査対象者の地域別，年齢階級別内訳

(人)

地域	総数	年齢階級					
		20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
総 数	752 (100)	54 (7.2)	192 (25.5)	175 (23.3)	161 (21.4)	108 (14.4)	62 (8.2)
都 市 近 郊	251 (100)	20 (8.0)	66 (26.3)	71 (28.3)	40 (15.9)	34 (13.5)	20 (8.0)
平 地 農 村	220 (100)	16 (7.3)	66 (30.0)	50 (22.7)	53 (24.1)	26 (11.8)	9 (4.1)
農 山 村	150 (100)	5 (3.3)	33 (22.0)	25 (16.7)	36 (24.0)	31 (20.7)	20 (13.3)
漁 村	131 (100)	13 (9.9)	27 (20.6)	29 (22.1)	32 (24.4)	17 (13.0)	13 (9.9)

() 内は%。

緒 言

近年における国民の食生活の多様化と食品加工技術の進歩に伴い，多種多様な加工食品が流通するようになった。このような中において，主婦の家事労働の簡便化志向などが調理済み食品の需要を増大させており^{1,2)}，これらの食品の利用の仕方によっては栄養素の摂取に偏りが生じ^{3,4)}，健康への悪影響が危惧される。しかし，調理済み食品の利用実態についての報告は少なく^{5～8)}，しかも地域差を検討した報告はない。

そこで今回，調理済み食品等の利用状況について，その地域差を検討し，調理済み食品利用の有無及び調理時間の長短と栄養素等摂取状況との関連を検討した。

調査対象と方法

農林統計に用いる経済地帯区分に準じて，和歌山県全域を市町村単位で都市近郊，平地農村，農山村，漁村の4地域に分けた。各地域の中から県内10保健所ごとに3地区，1地区当たり30世帯を目途に対象地区を選定し，国民栄養調査に準じて1986年11月に県民栄養調査を実施した。その際，被調査世帯の調理担当者（主婦またはこれに代わる者）を対象に，国民栄養調査⁹⁾と同じ食品選択式の食生活状況調査票を用いて調理済み食品利用状況等を調査した。調査対象者の年齢階級，地域別分布は表1のとおりである。調査内容は，調理済み食品（加熱または解凍しただけで食べられる食品）及びそうざい（量り売りや店頭パックの形態でそのまま食べられる持ち帰り料理）の利用頻度，利用する理由，利用状況，夕食の調理に要する時間である。なお，調理済み食品及びそうざいの利用状況については，食品の選択に際して，家族の年齢構成の違いが影響を及ぼす可能性を考慮するために，地域別の調査対象者に対する利用者数の割合を全解析対象者の年齢を10歳階級別に層化したものを基準に，直接法により年齢調整した割合として算出した。また，調理済み食品の利用の有無（利用しない，週1～2回以上利用）及び夕食の調理時間の長短（30分未満，30～60分，60分以上）と栄養素等摂取量との関連の検討には前報⁹⁾の栄養素等摂取量を用いた。

クロス集計の結果に対する検定にはχ²検定を用いた。

結 果

1. 調理済み食品及びそうざいの利用状況の地域差について

(1) 調理済み食品の利用状況

調理済み食品の利用頻度を“ほとんど毎日”，“週3～4回”，“週1～2回”，“月1～2回”，“使わない”の5段階に分け，その分布を図1に示した。“週に1～2回”以上利用する者の割合が最も多かった地域は，平

表 2 調理済み食品の利用状況 (%)

出現 順位	都市近郊	平地農村	農山村	漁 村
1 ギョーザ	37.8	ギョーザ 56.6	ギョーザ 50.6	コ ロ ッ ケ 44.2
2 コ ロ ッ ケ	37.2	コ ロ ッ ケ 53.4	コ ロ ッ ケ 43.3	ギョーザ 41.4
3 卵 豆 腐	25.3	卵 豆 腐 33.2	卵 豆 腐 30.3	卵 豆 腐 35.7
4 シューマイ	22.3	ハンバーグ 27.4	ハンバーグ 24.7	シューマイ 23.0
5 ハンバーグ	19.4	シューマイ 18.5	フ ラ イ 20.5	中 華 ま ん 頭 18.2
6 中 華 ま ん 頭	17.7	中華まん頭 17.7	中華まん頭 17.9	ハンバーグ 16.8
7 フ ラ イ	15.7	フ ラ イ 15.2	肉の空揚げ 11.3	フ ラ イ 15.2
8 ス ー プ	12.1	ス ー プ 13.5	シューマイ 11.2	ス ー プ 11.9
9 ポテトサラダ	11.4	カ レ ー 13.0	ス ー プ 10.0	カ レ ー 8.2
10 フレンチポテト	9.9	肉の空揚げ 9.6	麻 婆 豆 腐 6.4	フレンチポテト 6.9

地農村で38%，次いで都市近郊36%，農山村 29%，漁村 24%の順であった。逆に，“使わない”と回答した者の割合をみると，農山村が37%と最も多く，次いで漁村 31%，都市近郊 25%，平地農村 18%の順であった。

調理済み食品を“週1～2回”以上利用すると回答した者の利用する理由は，図2のとおりである。各地域とも“家で作る時間的ゆとりがない”が最も多かったが，その割合に地域差がみられ，農山村71%，平地農村 64%，都市近郊 63%，漁村 50%の順になっていた。次いで多い理由は，“自分で作るより経済的”が多く，漁村25%，都市近郊 21%，平地農村 16%，農山村 11%の順であった。

次に，普段よく利用する調理済み食品を，調査票に示した22品目から5品まで選んでもらい，その利用率の高い上位10食品までを表2に示した。各食品の出現順位にはほとんど地域差がみられず，各

図 1 調理済み食品の利用状況

図 2 調理済み食品を利用する理由

表 3 そうざいの利用状況

(%)

出現 順位	都市近郊	平地農村	農山村	漁 村
1	コ ロ ッ ケ 28.8	コ ロ ッ ケ 41.2	コ ロ ッ ケ 35.1	コ ロ ッ ケ 36.0
2	て ん ぶ ら 25.7	て ん ぶ ら 33.1	て ん ぶ ら 30.0	て ん ぶ ら 29.4
3	煮 豆 23.9	焼 鳥 30.8	煮 物 24.6	煮 豆 27.1
4	焼 鳥 21.3	煮 豆 26.5	煮 豆 22.7	ギ ョ ー ザ 20.8
5	サ ラ ダ 類 20.1	ギ ョ ー ザ 24.7	ギ ョ ー ザ 17.2	焼 鳥 15.7
6	ギ ョ ー ザ 16.3	サ ラ ダ 類 17.0	焼 鳥 16.4	フ ラ イ 14.7
7	煮 物 14.8	ミートボール 16.5	焼 魚 16.3	煮 物 13.6
8	ミートボール 14.5	煮 物 13.6	サ ラ ダ 類 16.1	ミートボール 13.4
9	フ ラ イ 13.0	焼 魚 13.4	酢 の も の 14.0	酢 の も の 11.4
10	焼 魚 11.7	フ ラ イ 12.7	ミートボール 13.9	サ ラ ダ 類 11.3

表 4 夕食の調理に要する時間

(人)

地域	総数	夕食の調理時間			
		30分未満	30～45分	45～60分	60分以上
都 市 近 郊	251 (100)	35 (15.1)	62 (24.7)	82 (32.7)	69 (27.5)
平 地 農 村	220 (100)	37 (16.8)	60 (27.3)	94 (42.7)	29 (13.2)
農 山 村	150 (100)	42 (28.0)	57 (38.0)	35 (23.3)	16 (10.7)
漁 村	131 (100)	22 (16.8)	45 (34.4)	48 (36.6)	16 (12.2)

注) χ^2 検定の結果, 調理時間と地域との間に有意 ($p < 0.01$) の関連あり。

() 内は%。

地域ともギョーザ, コロッケ, 卵豆腐がよく利用されており, それぞれ1～3位を占めていた。しかし, 利用率には地域差がみられ, ギョーザ, コロッケの利用は平地農村が約55%で最も高く, 都市近郊が約40%で最も低かった。

(2) そうざいの利用状況

そうざいの利用頻度を“ほとんど毎日”, “週3～4回”, “週1～2回”, “月1～2回”, “使わない”の5段階に分け, その分布を地域別に検討したところ, 調理済み食品の場合とほとんど同様の地域分布を示していた。

そうざいを“週1～2回”以上使うと回答した者のそれを利用する理由は, 調理済み食品の場合と同様, 各地域とも“家で作る時間的ゆとりがない”が最も多く, 次いで“自分で作るより経済的”が多かった。それぞれの理由の地域別割合は, 調理済み食品の場合と同様であった。

次に, 普段よく利用するそうざいを, 調査票に示した22品目から5品まで選んでもらい, 利用率の高い上位10食品を表3に示した。各地域ともコロッケ, てんぷらをよく利用しており, それぞれ出現順位の上位1, 2位を占めていた。しかし, 利用率には地域差がみられ, 最も多く利用しているのは平地農村で, 次いで漁村, 農山村, 都市近郊の順であった。その他には煮豆, 焼鳥, ギョーザが各地域で比較的良好に利用されていた。また, 農山村では煮物の利用率が25%で, 他の地域が15%前後であるのに対して比較的良好に利用していた。なお, 漁村以外の地域では, 焼魚が利用率の上位10位に入っていたが, 漁村では上位10位に入っていなかった。

2. 夕食の調理時間の地域差について

表4に, 夕食の調理に要する時間の分布を地域別に示した。夕食の調理に45分以上かけている人の割合が最

図3 調理済み食品利用の有無・夕食調理時間別栄養素等摂取量
注) 調査対象の平均栄養所要量=100

も多かった地域は都市近郊で60％，次いで平地農村 56％，漁村 49％，農山村 34％の順であった。また，農山村では30分未満の割合が28％もみられ，他の地域では15％前後であったことから，農山村では夕食の調理にあまり時間をかけない者が多い傾向にあった。

表 5 夕食の調理時間と調理済み食品利用頻度との関係 (人)

調理時間	総数	調理済み食品の利用頻度		
		週 1 ～ 2 回	月 1 ～ 2 回	利用しない
総 数	752 (100)	250 (100)	302 (100)	200 (100)
30分未満	139 (100)	55 (22.0)	52 (17.2)	32 (16.0)
30～60分	483 (100)	166 (66.4)	197 (65.2)	120 (60.0)
60分以上	130 (100)	29 (11.6)	53 (17.6)	48 (24.0)

注) χ^2 検定の結果，利用頻度と調理時間との間に有意 ($p<0.01$) の関連あり。
() 内は％。

3. 調理済み食品及びそうざいの利用頻度と夕食の調理時間との関係

調理済み食品の利用頻度と夕食の調理に要する時間との関係を表5に示した。調理済み食品の利用頻度と夕食の調理時間との間には有意な関連 ($p<0.01$)があり，調理済み食品の利用頻度が低い者は夕食の調理に多くの時間をかけているという関係が認められた。そうざいについても，利用頻度と夕食の調理時間との間には，調理済み食品の場合と同様の有意な関連 ($p<0.05$)が認められた。

4. 調理済み食品利用の有無・夕食の調理時間と栄養素等摂取量との関連

調理済み食品の利用の有無（利用しない，週1～2回以上利用する）及び夕食の調理時間の長短（30分未満，30～60分，60分以上）別にみた栄養素等摂取量を図3に示した。調理済み食品を利用せず，かつ夕食の調理時

表 6 調査対象地域別にみた地理的、社会経済的特性

統 計 指 標	都市近郊	平地農村	農山村	漁村
可 住 地 面 積 割 合 (%)	49.3	31.5	10.1	16.6
林 野 面 積 割 合 (%)	50.7	68.5	89.9	83.4
耕 地 面 積 割 合 (%)	16.9	16.4	3.5	3.4
人 口 密 度 (人/km ²)	997	138	34	161
老 齢 人 口 割 合 (%)	13.2	17.6	24.3	20.2
高 齢 者 世 帯 割 合 (%)	29.6	47.5	53.3	40.3
世 帯 当 た り 人 員 (人)	2.9	3.5	2.9	2.7
第 1 次 産 業 就 業 者 割 合 (%)	9.0	38.9	31.9	16.2
第 2 次 産 業 就 業 者 割 合 (%)	29.2	21.9	25.3	19.6
生 産 農 業 所 得 (千円/農家)	1,048	1,979	927	652
一 般 飲 食 店 数 (人口1万当たり)	49	4	1	10
一 般 飲 食 店 年 間 売 上 高 (円/人)	85,186	29,082	22,660	56,146
年 間 購 買 額 (千円/人)	928	496	243	650
ス ー パ ー マ ー ケ ッ ト 数 (人口10万当たり)	12	15	3	9
県内指標を100とした所得指標	107.9	81.6	68.7	83.4
財 政 力 指 数 (市町村財政)	0.62	0.31	0.16	0.34

間が長い家庭ほど、鉄を除いて栄養素等摂取の充足状況がよい傾向が認められた。

考 察

近年の社会情勢や家族構成の変化に伴い、調理の省力化、簡便化が求められ、加工食品が急速に普及している¹⁰⁾。なかでも、そうざい、レトルト食品、調理済み食品など調理の手間や時間を大幅に節約できる加工食品が増加し、食生活において加工食品が果たす役割は極めて大きくなっている。家計調査²⁾をみても、家庭における食料消費支出の中で、支出額の増加が最も著しいのは外食と調理食品である。食費に占める調理食品の割合は、1970年の3.5%から1992年には8.1%と2倍以上にも増加している。

調理の簡略化といった消費者ニーズに対応した加工食品の普及は、利用の仕方によっては問題のあることが指摘されている。つまり加工食品の普及は、経済性や簡便性だけがうたい文句にされているのが実情である¹⁰⁾。また、一般に購入の際には味と価格が重視され、栄養価はほとんど問題にされていない¹¹⁾。このように、加工食品の普及は食生活への影響が極めて大きいので、その利用実態を把握した上で、効果的な利用法を考える必要がある。

ところで、加工食品の利用実態に関する調査については、1981年及び1986年の国民栄養調査時に行われた調査^{5,6)}、大阪周辺での調理担当者の年代別にみた頻度調査⁷⁾及び大阪、広島、山口での調査⁸⁾があるが、利用実態の地域差に関する報告はない。

そこで、今回和歌山県において調理済み食品等の利用実態の地域差を検討した。和歌山県は川、海、山の3つの自然をもつ地域に大別でき、それぞれ独自の特徴をもつ食文化が形成されてきた¹²⁾。この地理的・文化的条件の違いに基づく地域特性を明確にするために、農林統計に用いられる経済地帯区分に準じて県内を都市近郊、平地農村、農山村及び漁村の4地域に分け、各地域における調査対象地区数ができる限り等しくなるようにサンプリングを行ったうえ、調査対象世帯を抽出し、本調査を行った。ここで、今回の調査対象となった4

地域の特徴を概観するために、市町村単位で数値の得られる統計資料¹³⁻¹⁵⁾を表6にまとめた。

都市近郊は他の地域に比べ人口密度は極めて高く、老年人口割合は低い。第1次産業就業者割合は低く、第2次産業就業者割合が高い。近くにスーパーマーケットがあるため、買物が便利でしかも多種類の食料品を購入できる。自治体の財政状況は良好で、住民の所得も多く、購買能力も高い。

平地農村は4地域の中で世帯当たりの家族人員数が最も多く、子どものいる世帯が多い。人口構成は、都市近郊に次いで若い。米、野菜、果実の生産農家が多く、1農家当たりの生産所得は4地域の中で最も多く、経営規模の大きい農家が多いと考えられる。また、スーパーマーケットが多く、食料品の購入は容易で、所得水準は比較的高い。

農山村は林野率が90%と極めて高く、耕地率は低い。人口密度は極度に低い。老年人口割合は24%と顕著に高く、高齢者世帯が全世帯の半数を越えており、深刻な過疎現象に直面している。産業は林業、農業が主である。農家の経営規模は小さく、自給自足型に近いと思われる。食料品を数多く扱うスーパーマーケットは皆無に等しく、小売店での購入となるため、購入できる食料品は限られる。自治体の財政状況はかなり厳しく、住民の所得水準も4地域の中で最も低い。

漁村は、人口密度が比較的高い地域である。老年人口割合は20%で、農山村に次いで高い。所得は漁業が主である。住民の年間購買額は都市近郊に次いで高く、所得指標も高いことから、経済的には比較的豊かである。

以上の地域的背景を踏まえて、本研究の結果について考察する。

調理済み食品の出現順位をみると、農山村ではシューマイの出現順位が第8位と低いことを除き、各地域ともギョーザ、コロッケ、卵豆腐、シューマイ、ハンバーグが上位を占めていた。これを全国調査成績⁶⁾と比較すると、各地域で卵豆腐の出現頻度が第3位と高いことを除き、全国と同様の出現順位を示していた。農山村でシューマイがほとんど利用されていない理由として、この地域では高齢者が多く、高齢者は洋風の代表であるこの食品をあまり好まない¹⁶⁾ためではないかと思われる。調理済み食品の出現順位にはほとんど地域差がみられなかったものの、各地域で出現順位の第1、2位であったギョーザ、コロッケの利用率には地域差が認められた。つまり、これらは平地農村で最もよく利用され、都市近郊で最も利用率が低かった。平地農村は子どものいる世帯が多く、子どもがこれらの食品を好むことが一因になっているのではないかと考える。また、都市近郊で利用率が低かったのは、この地域は買物が便利でしかも多くの種類の食品が購入できるので、特定の調理済み食品に偏ることなく利用しているためではないかと考える。

そうざいの出現順位は各地域ともコロッケ、てんぷら、煮豆、ギョーザが上位を占めており、全国調査⁹⁾ともほぼ類似した結果であった。しかし、出現率をみると地域による特徴がみられた。煮物は全国での出現順位が10位で、しかも出現率が17%と低く、農山村以外の地域で約15%と低かったが、農山村では第4位で、かつ出現率も23%と高かった。その上煮豆の出現率も23%と高率であった。“煮る”という調理操作はかつての我が国で頻度の高い調理形態であったが、昭和30年代からは減少し、“焼く・炒める”、“揚げる”が顕著に増加した¹⁷⁾。ところが、和歌山県下の山村での調理形態をみると、煮物の出現率が高く、調理形態の半数以上に達している¹⁸⁾こと、和歌山県の農山村では今日なお我が国の伝統的な食形態が維持されている⁹⁾こと、煮物は高齢者の嗜好に合った料理であることなどの理由によって、農山村ではそうざいに煮物が好んで用いられているのではないかと考えられた。

次に、調理済み食品の利用頻度をみると、和歌山県は全国に比べ少ない傾向にあった。“使わない”と回答した割合をみると、全国の18%に対して、和歌山県では平地農村が全国平均と同率であったことを除き、他の

地域では全国平均よりも高く、都市近郊 25%、漁村 31%、農山村では37%にも達していた。一方、調理済み食品を“週1～2回以上”と比較的多く利用する率が高かったのは都市近郊と平地農村であり、農山村と漁村は低かった。このように和歌山県は全国に比べ、調理済み食品の利用頻度が低いものの、利用率に地域差がみられた。和歌山県は全国的にみて老年人口割合の高い高齢県である¹³⁾。一般に、高齢者は若年層者とは対照的に洋風の食事よりも日本食を好み、複雑に調理・加工したものより、食材料そのものの風味を生かした和食タイプの料理を好む²⁰⁾。高齢県である和歌山県の中でも農山村と漁村は特に高齢者が多く、老年人口割合はそれぞれ24%と20%に達している。このような高齢者の割合が多い地域では、調理済み食品の利用頻度が低いことが考えられる。更に農山村では、自給型食形態が存続している⁹⁾ことが調理済み食品の利用頻度の低下に関連していることが考えられる。一方、都市近郊や平地農村では、高齢者が少なく子どものいる世帯が多いこと、近くにスーパーマーケットがあり買物が便利で多種類の食品の購入が可能であること、食卓を豊かにするために調理の簡便な食品を利用することなどの理由が重なって調理済み食品の利用が多いのではないかと考えられた。

また、著者らは食品消費構造の地域差について検討を行っている²¹⁾。それによると、都市近郊は近代型食事パターンを示し、加工食品の摂取が多い傾向にあった。平地農村及び農山村は伝統型食事パターンを示し、加工食品の摂取は農山村で少ない傾向にあった。漁村は近代型と伝統型の中間の食事パターンを示し、加工食品の摂取は比較的多い傾向にあった。このような地域別食品消費パターンの特徴と前述の地域別調理済み食品の利用頻度とを併せ考えると、調理済み食品の利用状況は地域の食品消費構造に関連のあることが示唆された。

次に、調理済み食品を“週に1～2回以上”と利用頻度が高い者について、利用する理由をみると、全国調査では“家で作る時間的ゆとりがない”という簡便性が第1位で、次いで“自分で作るより経済的”という経済性が第2位を占めている。和歌山県でも順位は全国と変わらないものの、“時間的ゆとりがない”とする者の割合は各地域とも全国より10%以上も上回っており、農山村では70%にも達していた。次いで、平地農村 64%、都市近郊 63%、漁村 50%と続いていた。平地農村や農山村では農作業が多忙なため、農業も行っている主婦にとって炊事のための時間の確保は大変である。そこで、家事労働の軽減化、簡便化を図るために、調理が容易である調理済み食品を利用しているものと思われた。なお、夕食の調理時間調査結果をみると、農山村の調理時間が最も短く、漁村、平地農村、都市近郊の順に長くなり、このことは地域の状況を反映したものといえよう。

このように、調理済み食品の出現頻度や利用理由には地域差が認められた。地域差が生じる原因として、今回の和歌山県における分析結果では、自然的環境要因に加えて、世帯構成といった人口属性の違いが調理済み食品の利用状況に地域差をもたらす要因になっていることが推察された。

ところで、調理済み食品の利用が実際の栄養素摂取にどのような影響を及ぼしているかを検討することは意義深いと考える。しかし、この種の検討は十分でなく、国民栄養調査^{5,6)}における調理済み食品利用と栄養素摂取との関連性の検討や、矢野らの、食生活簡便型の世帯は市販食品購入頻度が高く、調理時間が短く、栄養素等摂取量も低いとする報告¹⁹⁾がみられるにすぎない。

そこで、今回はこの点についても検討を加えた。その結果、調理済み食品を利用し、夕食の調理時間の短い家庭ほど栄養摂取のバランスが劣っていることが明らかになった。この理由として、調理済み食品をよく利用する家庭は調理時間が短く、どうしても食べる食品数が少なくなるために、栄養素のアンバランスを招きやすいのではないかと考える。

以上のことより、和歌山県での調理済み食品の出現頻度には地域差がみられたが、利用頻度は現時点では全

国に比べて高くないことが明らかになった。しかし、調理済み食品の需要の増大は大都市地域で顕著にみられ、今後は地方での増加を伴いつつ全国的な展開が考えられ¹⁾、和歌山県においても今後ある程度、簡便化志向の食生活が進むにつれて、調理済み食品利用の増加が見込まれる。近年の食生活の簡便化に伴う調理済み食品の需要の増大は、これらの食品だけで食事を済ませた場合に栄養素の摂取が偏ることが危惧されているが、要は利用の仕方によると思われる。農山村のように農業も行っている主婦にとって、炊事の時間を確保することは大変である。そのため、料理はなるべく短時間で調理可能なものになり、食生活は簡素になりがちである。事実、著者ら²⁾が報告したように、和歌山県の農山村での食生活は、限られた副食で米飯を多食する食事であり、栄養素摂取に偏りがみられた。このような地域では、食卓を多彩なものにするためにも調理済み食品を利用し、1品でも数多くの副食をとるように勧めることが大切である。

従って、地域の特性を踏まえつつ、調理済み食品のもつ特徴、すなわち利用の仕方によっては食事の簡便化と多様化の両方に役立つことを考慮に入れた食生活指導を行う必要があると思われる。

要 約

和歌山県内4地域（都市近郊、平地農村、農山村、漁村）において、調理担当者を対象に調理済み食品等の利用状況の地域差について検討を行うとともに、調理済み食品の利用状況と栄養素摂取との関連について検討した。

1) 調理済み食品を週に1～2回以上利用する者の割合が最も多かった地域は、平地農村で38%、次いで都市近郊 36%、農山村 29%、漁村 24%の順であった。逆に、利用しないと回答した者の割合をみると、最も高かったのは農山村で37%、次いで漁村 31%、都市近郊 25%、平地農村 18%の順であった。

2) 調理済み食品の利用理由としては、各地域とも“家で作る時間的ゆとりがない”が最も多かったが、その割合には地域差が認められ、農山村 71%、平地農村 64%、都市近郊 63%、漁村 50%の順であった。次いで多い理由は“自分で作るより経済的”であった。

3) よく利用する調理済み食品の利用順位には地域差が認められず、各地域ともギョーザ、コロケがよく利用されていた。しかし、それらの利用頻度には地域差が認められ、最も利用率が高かったのは平地農村 (55%) で、最も低かったのは都市近郊 (40%) であった。

4) 調理済み食品を利用せず、夕食の調理時間が長い家庭ほど栄養素摂取のバランスが優れていた。

以上の結果から、調理済み食品の利用率には地域差が認められた。また、調理済み食品利用の有無及び夕食調理時間の長短は、栄養素摂取に影響を及ぼすことが分かった。

文 献

- 1) 姫田 尚：食料消費の変化と食生活，食料・栄養・健康/食糧栄養調査会編，pp.12～17（1990）医歯薬出版，東京
- 2) 総務庁統計局編：家計調査年報 平成4年，pp.210～249（1993）
- 3) 杉田浩一：食生活—食生活文化とこれからの調理学—，食料・栄養・健康/食糧栄養調査会編，pp.21～27（1989）医歯薬出版，東京
- 4) 芝崎希美夫：加工食品の多様化と現代人の食行動，臨床栄養，76，657～663（1990）
- 5) 厚生省公衆衛生局栄養課編：国民栄養の現状 昭和56年国民栄養調査成績，pp.39～43（1983）第一出版，東京

- 6) 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61年国民栄養調査成績，pp.53～59（1988）第一出版，東京
- 7) 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：大阪周辺での調理済み食品の利用実態調査，栄養学雑誌，**45**，107～116（1987）
- 8) 大下市子，山本友江，五島淑子：調理済み・半調理済み食品の利用とそのイメージ，栄養学雑誌，**47**，273～282（1989）
- 9) 笠松隆洋，吉村典子，森岡聖次，橋本 勉，野呂恒代：和歌山県民の食生活についての調査研究—栄養摂取量の地域差について—，栄養学雑誌，**52**，13～23（1994）
- 10) 細谷憲政：加工食品と栄養，pp.1～12（1983）第一出版，東京
- 11) 国民生活センター編：食と生活，pp.103～106，189～208（1984）光生館，東京
- 12) 「日本の食生活全集 和歌山」編集委員会編：聞き書 和歌山の食事，p.344（1989）農山漁村文化協会，東京
- 13) 和歌山県企画部統計課編：和歌山県統計年鑑（1992）和歌山県統計協会，和歌山
- 14) 総務庁統計局編：平成2年国勢調査報告第2巻—その2—30和歌山県（1991）
- 15) 教育社編：日本アルマナック（1993）教育社，東京
- 16) 高橋史人，山口和子：食品の嗜好に関する研究（第3報）—年齢階層，地域の嗜好の特徴—，調理科学，**18**，259～268（1985）
- 17) 村山篤子，三輪里子，佐藤文代，岩瀬靖彦，君羅 満：食の専門誌の献立カレンダーからみた昭和20年～30年代の食生活の変化—主食・主菜の調理形態の視点からの分析—，栄養学雑誌，**50**，337～345（1992）
- 18) 川合考子，坂口峯子，岩田弘敏：調理形態に関する研究，第1報 山村における調理形態，信愛紀要，**23**，1～5（1983）
- 19) 矢野由起，坂本祐子，舟橋和夫，口羽章子：三重県答志島における主婦の食品摂取量からみた食生活構造，栄養学雑誌，**50**，31～42（1992）
- 20) 藤田美明：老年期の食生活，公衆衛生，**52**，446～449（1988）
- 21) 笠松隆洋，長田 亮，清水教永，森岡聖次，橋本 勉，橋爪 章，尾寄新平：県民栄養調査成績（第4報）—食物摂取構造の解析—，日本公衛誌，**35**（特別附録），178（1988）

（受付：平成6年3月28日）