ブレンド米体験に関する調査

野田 艶子

(相模女子大学家政科)

Experience of Eating a Blended Rice and One's Diet.

Tsuyako Noda

Sagami Women's University

2-1-1 Bunkyo, Sagami-hara-shi, Kanagawa, 228

228 神奈川県相模原市文京 2-1-1

1. 緒 言

食生活が多様化し欧米化したとはいえ、米は大切な主食であり、日本人の栄養の基盤であったと同時に経済活動の基盤でもあった。¹⁾ ご飯を中心とした日本型食生活^{2)~5)}が諸外国から絶賛を浴びている。その米の消費量は昭和38年を最高に⁶⁾、その後エナジー消費減少⁷⁾などにより米の消費減少に加え、昭和45年以降の米の過剰生産⁶⁾で政府は米の減反政策をとってきた。ところが、平成6年の冷夏による凶作で米不足に一転し、急速外国から米を輸入しなければならなくなった。兼ねてから問題とされて来た米の自由化(ミニマムアクセス)も決定の方向に進み、平成7年40万トンの輸入から5年後は80万トンまで輸入量が増加することになっている。やがては平成6年に体験したように外国米を食べなくてはならない事態になりかねない。とかく人は「のどもと過ぎれば熱さ忘れる」というが、平成6年の米不足騒動も今となれば、すっかり忘れてしまっている。この貴重な体験が今後の食生活に参考になれば幸いと思い調査した。

2. 方 法

(1) 調査対象

都心から電車で30分程入った閑静な住宅街に位置する本学附属幼稚園児の母親(3歳児・4歳児・5歳児を通園させている若い母親)304名にブレンド米についての調査用紙を配布し176名(57.9%)から回答を得た。

その結果、実際にブレンド米を購入し調理して食べたものの69名(39.2%)、外食では食べたことがあるかもわ

からないが、購入はしていないもの99名(56.3%)、単品購入をして食べたもの8名(4.5%)であった。

(2) 調査時期

1994年7月中旬において調査を行った。ちなみに、調査時176名の主食のご飯は100%国産米を食べているもの80.1%、ブレンド米15.4%、その他4.5%は100%アメリカ米および100%中国米の単品であった。その時の米の購入先を表1に示した。

表1 調査時の米の購入先

	人	(%)
共同購入(生活クラブ)	15	(8.5%)
田舎から送ってくる	47	(26.7%)
米屋から購入	62	(35.2%)
スーパーで購入	37	(21.1%)
その他	15	(8.5%)

米屋で購入が一番多く35.2%、次いで、田舎から送ってくる26.7%、スーパーで購入21.1%、共同購入(生活クラブはか)、その他各々8.5%の順であり、その他としては農協、知り合い、自然食の宅配、産地からの契約米などがみられた。その時の米の購入価格を表2に示した。5kg1袋の価格3,000~3,999円のもの44.1%が一番多く、次いで、4,000~4,999円のもの27.6%であり、平均3,725±1,070円であった。平成7年2月現在のスーパーの販売価格は、5kg1袋が10銘柄で2,682±360円であった。

本報告は、実際にブレンド米を購入して調理し食べたものの69名について分析の対象とした。調査結果の検定にはX²検定の適合度の検定を用いて有意差を調べた。

表2 調査時の米の購入価格

	人	(%)
1,999円以下	6	(4.5)
2,000～2,999円	14	(10.4)
3,000～3,999円	59	(44.1)
4,000～4,999円	37	(27.6)
5,000円以上	18	(13.4)

3. 結果および考察

(1) 米不足について

1) 米不足への不安

米が余って困ると政府は昭和45年以降、米の減反政策をとってきた。ところが、平成6年の冷夏による凶作で、米不足に一転した。そこで、実際に米騒動がおり米不足を体験して不安の有無をきいたところ、不安を感じたもの26名(37.1%)、感じなかったもの43名(62.3%)であった。その内、不安を感じなかったものの理由は、米以外の主食もあるので心配ないと思った24名(55.8%)で一番多く、次いで、なんとかすると楽天的に考えたが10名(23.3%)、ブレンド米を食べるしかないと思ったが9名(20.9%)であり、対応の仕方に前向きな姿勢が伺われた。

2) 米の買いだめの有無

米不足がおきて、不安でいくらか米を買いだめしたものは17名(24.6%)であり、10 kgが5名(29.4%)、20 kg、30 kgが各々4名(23.5%)、中には50 kgが2名(11.8%)みられた。買いだめをしなかったものは52名(75.4%)であり、7割以上のものはいつも通りで米不足がおきても買い急ぎはしていなかった。したがって、米不足の不安と買いだめとの間には $X^2=3.68$ で有意の差は認められなかった。

3) 主食の形態

米不足がおきてから、主食の形態に変化があったかをみたところ、変わったもの10名(14.5%)、どちらともいえない8名(11.6%)、変わらなかったは51名(73.9%)と7割以上のものはいつもの通りであった。したがって、米不足がおきても主食の形態に変わりがないは $X^2=7.30$ で有意の差が認められた。若干変わったものは、パン食・めん類の両方を多くしたと答えたものが半数みられた。次いで、めん類を多くした、パン食を多くしたの順であった。

そこで、調査者全員176名の一週間を通しての主食の形態を父親、母親、子供別にみたものが図1～図3である。朝食についてみると、父親はご飯中心42.7%、パン

図1 一週間の主食の形態 (朝食)

図2 一週間の主食の形態 (昼食)

図3 一週間の主食の形態 (夕食)

中心42.7%と同値を示し、母親はパン中心が59.1%と約6割を占め、子供はパン中心が50.6%と半数みられた。昼食は子供はご飯中心が73.3%と一番多く、これは弁当を持って行くためと考えられた。父親もご飯中心が69.3%と7割にみられたのに対し、母親はご飯中心が45.5%、めん中心が33.5%であった。夕食は、いずれも90.0%以上がご飯中心であり、食生活は多様化し欧米化したとは

いえ、米は大切な主食であることがわかる。年々減少傾向にあった米の総需要量も平成3年から多少伸びてきている⁸⁾。鍋田ら⁹⁾は朝食の米摂取の多少量群について女子はP/Caに2群間の差が認められたことを報告している。

4) 米の購入量の増減

米不足がおきても米の購入量は以前と変わらないは64名(92.8%)、購入量が減ったのは5名(7.2%)であり、購入量が増えたものは1名もいなかった。したがって、9割以上のものはいつもと同じ量の米を購入していた。若干購入量の減ったものについて、おおよそ1ヵ月間に何kg位減ったのかを調べたところ、80%のものが5kg位減ったと答えていた。米不足の不安がおきても、米の購入量は以前とは変わらず $X^2=7.33$ で有意の差が認められた。ちなみに、家族数は4人家族が32.8%で一番多く平均4.42人 $\pm$ 1.21人であり、1ヵ月の米の購入量は10kgが44.3%と一番多く、平均12.6kg $\pm$ 6.72kgであった。

(2) ブレンド米について

1) 最初に購入した時期

表3は最初にブレンド米を購入した時期についてである。

1月、2月はブレンド米を購入したものは1名もみられなかった。3月に入ると33.3%のものが購入し、4月は20.3%、5月は30.4%と5月までに84.0%のものがブレンド米を購入し、6月11.3%、7月2.9%と少なくなっていた。

3月からブレンド米を購入したものは4月、5月に購入したものに比べ家族数が4.95人 $\pm$ 1.29人と多いことがわかった。また、 X^2 検定の結果、家族数と早期購入の間に $X^2=15.4$ で有意の差が認められた。

表3 ブレンド米購入時期 (平成6年)

購入時期	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
購入人数(%)	0	0	23(33.3)	14(20.3)	21(30.4)	9(13.1)	2(2.9)

表4 ブレンド米購入時の注意事項

(複数回答) 人(%)

価格に注意して値段の高いものを購入している	1(1.4)
価格に注意して値段の低いものを購入している	3(4.4)
ブレンド米の比率について注意して購入している	36(52.2)
なるべくタイ米の比率の低いものを購入している	17(24.6)
なるべく国産米の比率の高いものを購入している	47(68.1)
なるべく国産米で銘柄を気にして購入している	13(18.8)
余り気にしないで購入している	13(18.8)
その他	4(5.8)

2) 購入時の注意事項

表4はブレンド米を購入する際に注意していることを複数回答により示したものである。

なるべく国産米の比率の高いものを購入しているものが68.1%と一番多く、次いで、ブレンド米の比率について注意して購入している52.2%、なるべくタイ米の比率の低いものを購入している24.6%の順であり、いずれも米の比率に注意していることがわかる。一方、価格に注意して購入しているものは少数しかみられなかった。その他としてアメリカ米100%購入したい、タイ米は購入したくないなどがみられた。そこで、タイ米だけが残って大変困っていることが話題になっていたが、この調査でも52.0%と半数のものはタイ米に困っていたことが示された。

一方、タイ米を利用していると答えたものも48.0%と約半数みられた。そこでどんな料理に利用しているのかをみたところ、最も多かったのはチャーハンにするが23名で59.0%であった。次いで、20名(51.3%)と半数のものがその他と答え、料理をみるとドライカレー、おかゆ、カレーライス、カレーピラフ、ドリア、もち米をまぜて炊く、油を少し入れて炊く、圧力鍋で炊くなどがみられた。また、国産米にまぜて炊くは11名(28.2%)、パエリアにするが6名(15.4%)みられた。

3) 最初にブレンド米を食べた感想

表5は最初にブレンド米を食べた感想を複数回答で示したものである。

米の大切さを再認識したは68.1%、冷えるとボロボロでまずかったが66.7%といずれも対称的な回答であったが6割以上と上位を占め、次いで、炊きたては国産米と変わらなかったが52.2%、余り気にならなかった49.3%

表5 ブレンド米を最初に食べた感想

	(複数回答) 人(%)
はっきりいってまずかった	25(36.2)
炊きたては国産米と変わらなかった	36(52.2)
余り気にならなかった	34(49.3)
おいしかった	11(15.9)
米不足なので、まずくても仕方がないと思った	18(26.1)
ポロポロして、粘りがなくまずかった	25(36.2)
炊き上がりの匂いが臭かった	15(21.7)
冷えるとポロポロしてまずかった	46(66.7)
米の大切さを再認識した	47(68.1)
その他	2(2.9)

表6 ブレンド米を食べ続けての感想

	(複数回答) 人(%)
慣れたら食べられるようになった	17(24.6)
余りまずいと感じなくなった	8(11.6)
炊き方、調理の工夫で美味しく食べられた	21(30.4)
柔らかめに炊くと美味しく食べられた	16(23.2)
硬めに炊くと美味しく食べられた	0(0)
ブレンド米の使用で、ご飯料理の工夫が多くなった	3(4.3)
国産米の比率が高いとあまりまずいと感じない	21(30.4)
国産米のご飯にかなうものはないと感じた	45(65.2)
その他	7(10.1)

と半数のものは違和感を感じていなかった。しかし、各々36.2%のものは、はっきりいってまずかった、ポロポロして、粘りがなくまずかったと答え、美味しかったと答えたものは15.9%と少なかった。その他2.9%と若干であるが衛生上（農薬管理など）不安があり、のどを通らなかったと答えたものもいた。

4) ブレンド米を食べ続けての感想

表6はブレンド米を食べ続けての感想を複数回答で示したものである。

高率だったのは国産米のご飯にかなうものはないと思った65.2%、次いで、炊き方、調理の工夫によっては美味しく食べられるが30.4%、国産米の比率が高いとあまりまずいと感じないは30.4%、慣れたら食べられるようになったが24.6%の順であり、硬めに炊くと美味しく食べられると答えたものは1名もいなかった。その他は10.1%でブレンド米を食べてやせた、拒食反応を示した、国産米にこだわりすぎる、米の違いに食習慣の違いを感じた、また、ポストハーベストが心配等々がみられた。

5) ブレンド米を美味しく炊く工夫

表7はブレンド米を美味しく炊く工夫である。

美味しく炊く工夫をしているものは58.0%と約6割みられた。次いで、美味しく炊く工夫をしていない24.6%、どちらともいえない17.4%であり、美味しく炊く工夫をしているものの理由を表8に示した。

水加減を多くしたものが62.3%が一番多く、次いで、洗米に時間をかけ丁寧に洗っているが50.7%、もち米を入れて炊いている21.7%、その他20.3%の順であり、その他の工夫をみると油を入れて炊くと美味しく炊ける、一夜水の中にひたして、いつもの水加減で炊く、砂糖を少々入れる、寒天を入れる、みりんを入れる等々美味しく炊く工夫がみられ、積極的な工夫と努力が伺われた。しかし、水加減を少なくしたというものは1名もいなかった。また、美味しかった料理を記入してもらったところ、チャーハン、カレー、ピラフ、パエリア、タイ米のバターライス、炊き込みご飯、丼物があげられていた。

6) ブレンド米を使用して困ったこと

表9はブレンド米を使用して困ったことを複数回答で示したものである。

想像していたほど困ったというものは少なく、一番多かったのは、ポロポロしておにぎりをつくるのに困った

表7 ブレンド米を美味しく炊く工夫の有無

(複数回答) 人(%)

している	どちらともいえない	していない
40(58.0)	12(17.4)	17(24.6)

表8 美味しく炊く工夫をしているもの

(複数回答) 人(%)

水加減を多くした	43(62.3)
水加減を少なくした	0(0)
洗米に時間をかけて丁寧にあらっている	35(50.7)
お酒をいれて炊いている	9(13.0)
もち米を入れて炊いている	15(21.7)
米の袋の炊き方を参考にしている	12(17.4)
友達に炊き方をきいた	1(1.4)
その他	14(24.3)

表9 ブレンド米を使用し困ったこと

上手に炊けず困った	5(7.2)
ボロボロしておにぎりを作るのに困った	18(26.1)
水加減をどのくらいにしたらよいか困った	15(21.7)
にぎり寿司を作るのに困った	6(8.8)
その他	12(17.4)

26.1%, 水加減をどの位にしたらよいか困った21.7%が上位であり, 意外と少ないことがわかった. その他17.4%をみると, 弁当に困った, 浸水時間に時間をとっている, 準備に困った, 冷えると美味しくなく, 保温するとまずいので食べる分だけ炊くようにした, 炊き上がりの色が悪い, ご飯の匂いがしなくて食欲がわかなかった等々がみられた.

以上の結果より, ブレンド米を美味しく食べるためには, 水加減を多くすること, 洗米に時間をかけ丁寧に洗うことが大切であり, 水加減を少なくして硬めに炊くと答えたものは1名もみられなかった. 今後は水加減を貝沼ら¹⁰⁾の報告を参考し, 浸漬時間, 浸漬温度などについては松元ら¹¹⁾, 関ら¹²⁾, 丸山ら¹³⁾の報告を基に検討したい.

要 約

本学附属幼稚園部の母親176名中実際にブレンド米を購入し調理して食べたもの69名を対象に米不足とブレンド米使用についてアンケート調査を行い, 次の結果を得たので報告する.

1) 米不足への不安は6割のものは感じていなかった. 半数のものは米以外の主食もあるので心配ないと前

向きの姿勢が伺われた.

2) 米不足と米の買いためとの間には有意差は認められなかった.

3) 米不足と主食の形態の変化は7割以上のものは今までと変わらず有意差が認められた.

4) 米不足と米の購入量は9割のものは今までと変わらず有意差が認められた.

5) ブレンド米購入時期は家族数が多い家庭ほど早期購入(3月から)がみられ有意差が認められた.

6) 購入時には国産米の比率の高いものを意識して購入しているものが約7割みられた.

7) 最初にブレンド米を食べた感想は, 米の大切さを再認識したものが7割以上みられた. また, 食べ続けるの感想として国産米のご飯にかなうものはないが6割以上で高率であった.

8) ブレンド米を美味しく炊く工夫を半数のものがしており, その中で6割のものは水加減を多くしたと答えていた.

9) 美味しかった料理はチャーハン, カレー, ピラフをあげていた.

10) ブレンド米を使用して困ったことは想像していたほどではなく, ボロボロしておにぎりに困った26.1%

が上位であった。

附記：本調査は平成6年度相模女子大学特別研究費補助金の援助をうけて実施したものである。

文 献

- 1) 高木和男：米と日本—食生活史の視点から，日本食生活学会誌，Vol.5 No.3，1994
- 2) 細谷憲政編：おいしく食べよう米飯の食事学，食糧庁米流通消費対策（1987）
- 3) 全国米穀協会：お米・健康サミット，日本人の食と健康を考える（1991）
- 4) 鈴木正成監修：ごはん食のすすめ，パンフレット，食糧庁全国米穀協会
- 5) 足立己幸：食生活，12月号，国民栄養協会（1991）
- 6) 米飯学校給食推進中央委員会：米飯給食の現状（1994）
- 7) 高木和男：食生活，12月号，国民栄養協会（1991）
- 8) 農林水産省：作物統計，食料需給表，米の全体需給の推移（昭和35年～平成4年度）
- 9) 鍋田美子・山口啓子・川崎光・近藤妙子・速見久美子・折居千恵子・富田青美・岡田玲子・太田優子：第40回日本栄養改善学会，p.300（1994）
- 10) 貝沼やす子・江間章子：家政誌，**38**，567（1987）
- 11) 松元文子・鈴木やす子：家政誌，**22**，29（1971）
- 12) 関千恵子・貝沼やす子：家政誌，**33**，228（1982）
- 13) 丸山悦子・坂本薫：家政誌，**43**，97（1992）