

外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作りのイメージと その実態に関する調査研究 (第2報)

利用実態とその要因について

大矢 靖子, 宮川久邇子

(武庫川女子大学生生活環境学部食物栄養学科)

Survey on Image of Eating-out, Ready-to-Serve and Semi-prepared Dishes, and Homemade and Their actual situations (Part 2)

About the actual situations and the factors that regulate them

Yasuko Ohya and Kuniko Miyagawa

*Department of Food Science and Nutrition,
School of Human Life and Environmental Science
Mukogawa Women's University, Nishinomiya 663, Japan.*

The purpose of this study is to clarify female student's conditions of dietary habits, and the relationship between dietary habits and the factors that regulate them.

The results obtained were as follows: Frequencies of cooking and eating-out that had good images were related to the actual situation of living, which of ready-to-serve, semi-prepared dishes were more related to their images than the actual situation of living.

緒 言

本学学生の食生活の実態及び食生活を規制する要因との関連を明らかにすることを目的に, 第1報¹⁾では, 外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理のイメージを調べた. 又, それぞれのイメージを比較することによって現代の女子学生の食生活の実態, および食生活を規制すると思われる要因との関連をより構造的にとらえることを試みた. 本報では, 外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理の利用実態や意識, 及び食生活を規制すると思われる要因として居住形態, 食生活満足度, イメージ(外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理)をとりあげ, 利用実態や意識との関連を調べ, 構造的に考察した. 又, 教育や年代などに違いがみられると思われる大学生と高校生との比較を試みた.

調査方法

調査方法は第1報¹⁾と同様に, 自記式質問法によるアンケート調査で行い, 外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理の利用実態や意識を比較し, 更に居住形態別, 食生活満足度別, 大学生・高校生別, イメージ別にクロス集計を行い, 食生活を規制すると思われる要因との関連を検討した.

又, 本研究では, 外食は学校食堂を含む外食店へ行き食事すること(飲物やデザートのみの間食は含めない)とした. 調理済み・半調理済み食品は, 惣菜, 冷凍食品, レトルト食品, インスタント食品, 持ち帰り食品に限定した. 手作り料理は, 料理を手作りすることとし, 手伝い, 授業なども含めることとした.

1. 調査内容

調査内容の骨子を Table 1. に示す. 本報では, 外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理の利用実態と意識, 又それらを規制すると考えられる要因との関連について検討した.

2. 調査対象と調査時期

調査 1 は, 本学の学生 1 年生 106 名, 2 年生 210 名, 4 年生 114 名の計 430 名を対象に 1992 年 9 月に自記式質問法によるアンケート調査で行った.

調査 2 は, 近畿圏の女子高校 1 年生 488 名, 2 年生 287 名, 3 年生 183 名の計 958 名を対象に 1993 年 6 月に行った.

調査 3 は, 本学の学生 1 年生 130 名, 2 年生 160 名, 4 年生 113 名の計 403 名を対象に 1993 年 6 月に行った. 対象者の居住形態は, 無回答を除くと大学生で最も多かったのは, 自宅(75%)で, ついで下宿(17%), 寮(6%)の順であった. 高校生では, ほとんどが自宅(95%)で, ついで下宿(1%)であった.

Table 1. 調査内容の骨子

食生活とイメージに関する調査(調査 1, 調査 2)

- 1 外食のイメージに関する項目(23 項目)
- 2 調理済み・半調理済み食品のイメージに関する項目(23 項目)
- 3 手作り料理のイメージに関する項目(23 項目)
- 4 外食に関する項目(7 項目)
利用頻度, 利用しない理由, 利用する理由, 利用する外食店, メニュー, メニューを決める際の重視点, 今後の利用意向
- 5 調理済み・半調理済み食品に関する項目(5 項目)
利用頻度, 利用しない理由, 利用する理由, 利用する食品名, 今後の利用意向
- 6 手作り料理に関する項目(5 項目)
手作り頻度, 手作りしない理由, 手作りする理由, 手作りする料理名, 今後の手作り意向
- 7 食生活の満足度に関する項目
- 8 フェースシート

食生活に関する調査(調査 3)

- 1 外食に関する項目(4 項目)
(外食利用意識, いつ利用するか, 利用頻度, イメージ)
- 2 調理済み・半調理済み食品に関する項目(4 項目)
(調理済み・半調理済み食品利用意識, いつ利用するか, 利用頻度, イメージ)
- 3 手作り料理に関する項目(4 項目)
(手作り意識, いつ作るか, 手作り頻度, イメージ)
- 4 外食で注文する料理の頻度(124 項目)
- 5 手作りする料理の頻度(124 項目)
- 6 食生活の満足度に関する項目
- 7 フェースシート

3. 分析方法

集計には関西学院大学の教育情報処理センターの SAS を使用し, 単純集計, クロス集計を行い, 検定は χ^2 検定で行った.

結果と考察

1. 外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理の利用実態

外食の利用時期, 利用頻度, 利用理由, 非利用理由, よく利用するメニュー, 利用店, について Table 2. に示した. 利用時期及び利用頻度は調査 3 の結果を, その他は調査 1 の結果をまとめた. 尚, 利用頻度については, 調査 1, 調査 3 とも殆ど違いが見られなかった. 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理についても同様であった. %は回答者数を 100 として求めた.

外食利用の全体像は, 「平日の昼」(45%)に「学校食堂」(49%)で「麺類」(71%)や「ライス類」(47%)が注文されていた. 利用頻度は「週に 1~2 回」が 38%で最も多く, 次いで「月に 1~2 回」(26%), 「週に 3~5 回」(25%)であった. 又, 利用理由としては, 「便利だから」(80%)が圧倒的に多く, 外食を利用しない者の非利用理由は, 「必要ない」(69%)が最も多かった.

よく注文するメニューについては, 藤井ら²⁾の報告でも麺類やライス類が上位をしめており, 又, 嗜好度に関する村田ら³⁾の報告では, 麺類, パン類, ごはん類などの嗜好度が高かったことから, これらの外食で注文するメニューは嗜好の影響が大きいと考えられた.

調理済み・半調理済み食品の利用時期, 利用頻度, 利用理由, 非利用理由, よく利用する食品について Table 3. に示した.

調理済み・半調理済み食品の利用の全体像は, 「平日の昼」(40%)に, 「調理パン・菓子パン」(71%), などの利用が多かった. 利用理由としては, 「便利だから」(95%)が圧倒的に多く, 調理済み・半調理済み食品を利用しない者の非利用理由では「家族が好まない」(43%)「家でできる」(41%)などの回答が多かった. よく利用する食品名のうち, 調理パン, ラーメン, コロッケなどは大下ら⁴⁾の母親を対象とした報告と似た傾向がみられ, 年代に大きな差はみられないと思われた.

Table 2. 外食の利用実態

質問項目	選択肢	人数(%)
利用時期 n=259 (調査3より)	平日の朝	1(0)
	休日の朝	0(0)
	平日の昼	119(45)
	休日の昼	21(8)
	平日の夜	36(14)
	休日の夜	25(10)
	決められない	53(21)
	その他	4(2)
(調査3より)	無回答	0(0)
利用頻度 n=363 (調査3より)	毎日	21(6)
	週に3~5回	92(25)
	週に1~2回	137(38)
	月に1~2回	96(26)
	殆どしない	14(4)
(調査3より)	無回答	3(1)
利用理由 n=391	便利だから	314(80)
	付き合い	259(66)
	雰囲気が良いから	103(26)
	味が良いから	81(21)
	その他	55(14)
	経済的だから	21(5)
	健康的だから	1(0)
衛生的だから	0(0)	
非利用理由 n=26	必要ない	18(69)
	割高	13(50)
	家でできる	13(50)
	味が良くない	9(35)
	自分で作りたい	8(31)
	栄養が偏っている	7(27)
	家族が好まない	6(23)
	何が使われているか不安	3(12)
	近くに店がない	2(8)
	衛生的でない	0(0)
利用メニュー n=390	麺類	227(71)
	ライス類	183(47)
	和定食	143(37)
	洋定食	131(34)
	パン類	102(26)
	ファーストフード類	101(26)
	丼物	97(25)
	寿司・おにぎり類	26(7)
	中華定食	20(5)
	その他	4(1)
	利用店 n=391	学校食堂
レストラン		166(43)
喫茶店		164(42)
ファーストフード店		163(42)
ファミリーレストラン		139(36)
うどん・そば屋		84(22)
中華料理店・ラーメン屋		71(18)
和食料理店・割烹		35(9)
寿司屋		23(6)
その他		20(5)

Table 3. 調理済み・半調理済み食品の利用実態

質問項目	選択肢	人数(%)
利用時期 n=236 (調査3より)	平日の朝	7(3)
	休日の朝	2(1)
	平日の昼	94(40)
	休日の昼	33(14)
	平日の夜	39(17)
	休日の夜	1(0)
	決められない	52(22)
	その他	7(3)
(調査3より)	無回答	1(0)
利用頻度 n=363 (調査3より)	毎日	9(3)
	週に3~5回	65(18)
	週に1~2回	171(47)
	月に1~2回	74(20)
	殆どしない	36(10)
(調査3より)	無回答	8(2)
利用理由 n=331	便利だから	315(95)
	経済的だから	78(24)
	味が良いから	47(14)
	その他	30(9)
	家族が好むから	15(5)
	衛生的だから	7(2)
健康的だから	2(1)	
非利用理由 n=84	家族が好まない	36(43)
	家でできる	34(41)
	味が良くない	33(39)
	必要ない	26(31)
	栄養が偏っている	19(23)
	割高	18(21)
	何が使われているか不安	18(21)
	自分で作りたい	17(20)
	衛生的でない	3(4)
	近くに店がない	1(1)
その他	1(1)	
利用メニュー (上位10位) n=272	調理パン・菓子パン	227(71)
	袋入りラーメン	183(47)
	コロッケ(惣菜)	143(37)
	カップラーメン	131(34)
	カレー(レトルト)	102(26)
	コロッケ(冷凍)	101(26)
	寿司	97(25)
	ハンバーガー	26(7)
	ぎょうざ	20(5)
	肉だんご	4(1)

Table 4. 手作り料理に関する実態

質問項目	選択肢	人数(%)
手作り時期 n=235 (調査3より)	平日の朝	7(3)
	休日の朝	5(2)
	平日の昼	13(6)
	休日の昼	26(11)
	平日の夜	83(35)
	休日の夜	33(14)
	決められない	56(24)
	その他	12(5)
	無回答	0(0)
手作り頻度 n=363 (調査3より)	毎日	46(13)
	週に3~5回	69(19)
	週に1~2回	100(28)
	月に1~2回	85(23)
	殆どしない	59(16)
無回答	4(1)	
手作り理由 n=346	料理を作るのが好きだから	173(50)
	健康に良いから	116(34)
	安上がりだから	110(32)
	義務があるので	104(30)
	味が良いから	94(27)
	愛情があるから	73(21)
	その他	36(10)
衛生的だから	18(5)	
手作りしない理由 n=69	時間がない	36(52)
	必要ない	20(29)
	面倒	19(28)
	その他	15(22)
	家族が好まない	4(6)
	味がよくない	4(6)
	割高	3(4)
	栄養が偏る	1(1)
	衛生的でない	0(0)
手作りメニュー (上位10位) n=331	カレー	148(45)
	サラダ	119(36)
	煮物	117(35)
	スープ・汁物	107(32)
	肉じゃが	107(32)
	スパゲティ	101(31)
	ピラフ類	98(30)
	卵焼	93(28)
	ハンバーグ	92(28)
	野菜炒め	92(28)

手作り料理について、手作り時期、手作り頻度、手作り理由、手作りしない理由、手作りメニューをTable 4. にまとめた。

手作り料理の全体像は、「平日の夜」(35%)に、「カレー」(45%)をよく作っている傾向がみられた。手作り理由としては、「料理をつくるのが好きだから」(50%)が最も多く、手作りしない者の手作りしない理由は「時間がない」(52%)の回答が最も多かつ

た。

手作りメニューのカレーが1位であったことは、藤井ら²⁾の報告と似た傾向がみられた。

なお、カレーの手作り概念を調べる調査を行ったところ、約9割が「たまねぎ、人参、じゃがいもなどの野菜を煮たあとに市販のルーを使用する。」を手作りと認識していた。

外食、調理済み・半調理済み食品、手作り料理の利用実態を比較すると、外食や調理済み・半調理済み食品は平日の昼の利用が多く、利用理由として「便利さ」が利用を促し、手作り料理は、平日の夜に作られ、「料理を作るのが好き」であることが手作りを促している様子が見えられた。

2. 外食、調理済み・半調理済み食品、手作り料理の利用意識

外食、調理済み・半調理済み食品、手作り料理の利用に関する意識をTable 5. に示した。

外食、調理済み・半調理済み食品、手作り料理のそれぞれについて、利用する方かどうかを尋ねた結果、全てにおいて「時々する方」の割合が多かった。

又、それぞれについて良いイメージをもっているか悪いイメージをもっているかを尋ねた結果、外食では「どちらともいえない」(44%)が最も多く、調理済み・半調理済み食品では「どちらかといえば悪いイメージ」(44%)、手作り料理では「良いイメージ」(93%)が最も多く、第1報りのイメージの結果と似た、手作りが最も良いイメージである傾向がみられた。

今後の利用意向については、外食は「事情によって利用」(22%)、調理済み・半調理済み食品は「あまり利用したくない」(26%)、手作り料理では「愛情があるのでしたい」(52%)、「健康に良いのでしたい」(49%)が多かった。このことから、手作り料理が最も良いイメージがもたれ、次いで外食、調理済み・半調理済み食品の順であったことをうらやめる結果であると思われた。

Table 5. 外食、調理済み・半調理済み食品、手作り料理に関する意識

質問項目	外食	人数 (%)	調理済み・半調理済み食品	人数 (%)	手作り料理	人数 (%)
利用に関する自己意識 n=363	よく外食する方	92(25)	よく利用する方	45(12)	よく料理する方	81(22)
	時々する方	167(47)	時々利用する方	191(53)	時々料理する方	154(43)
	しない方	96(26)	利用しない方	121(33)	料理しない方	121(33)
	無回答	8(2)	無回答	6(2)	無回答	7(2)
イメージが良いか悪いか n=363	良いイメージ	21(6)	良いイメージ	4(1)	良いイメージ	338(93)
	どちらかといえば良い	63(17)	どちらかといえば良い	16(4)	どちらかといえば良い	20(6)
	どちらともいえない	163(44)	どちらともいえない	118(33)	どちらともいえない	1(0)
	どちらかといえば悪い	89(25)	どちらかといえば悪い	163(44)	どちらかといえば悪い	1(0)
	悪いイメージ	24(7)	悪いイメージ	60(17)	悪いイメージ	0(0)
	無回答	3(1)	無回答	2(1)	無回答	3(1)
今後の利用意向 n=422	事情によって利用	97(22)	あまり利用したくない	105(26)	時代に逆行であるのでしたくない	0(0)
	質が良くなれば利用	79(19)	質が良くなれば利用	89(21)	時間手数の無駄なのでしたくない	5(1)
	どちらともいえない	69(16)	事情によって利用	82(19)	時間がないのでできない	43(11)
	価格が安くなれば利用	61(15)	どちらともいえない	58(14)	義務を感じるのです	25(6)
	大いに利用したい	55(13)	大いに利用したい	52(12)	安くできるので仕方なくする	18(4)
	あまり利用したくない	49(12)	価格が安くなれば利用	26(6)	愛情があるのでしたい	210(52)
	その他	2(1)	その他	1(0)	健康に良いのでしたい	199(49)
	無回答	10(2)	無回答	9(2)	公害の不安からしたい	9(2)
					個性がでるのでしたい	41(10)
					手作りが好きなので	144(36)
				その他	14(4)	

今後の利用意向については、外食、調理済み・半調理済み食品は単数回答、手作り料理は1人2つまでの制限回答とした。

3. 居住形態別にみた食行動

居住形態別にみた外食頻度を Fig.1 に示した。P<0.01 で有意な差がみられ、外食を「殆ど毎日する」者は、寮が最も多く(64%)、次いで下宿(49%)であり、自宅は外食の利用頻度が少ない傾向がみられた。

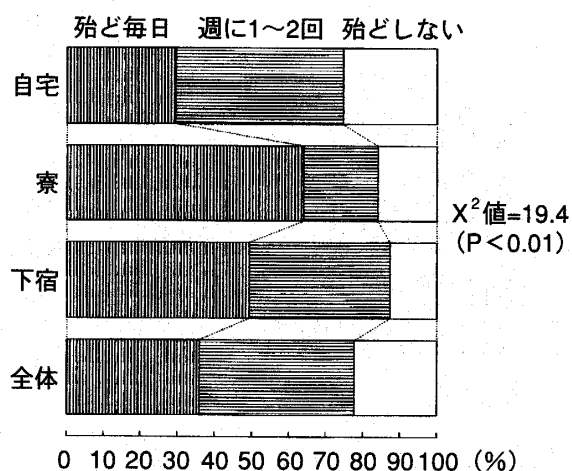


Fig. 1. 居住形態別外食頻度

居住形態別にみた料理を手作りする頻度を Fig.2 に示した。P<0.01 で有意な差がみられ、料理をよく手作りするのは、下宿(77%)であった。

居住形態別に食生活満足度をみたとところ、P<0.01 で有意な差がみられた。食生活に最も満足しているのは自宅(67%)で、不満が多いのは寮(52%)であった(Fig.3)。

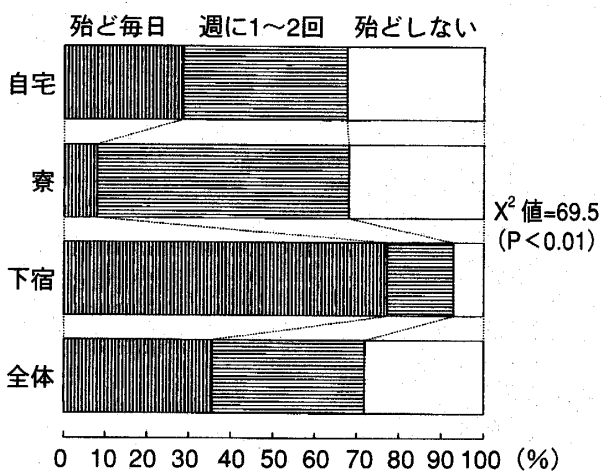


Fig. 2. 居住形態別手作り料理頻度

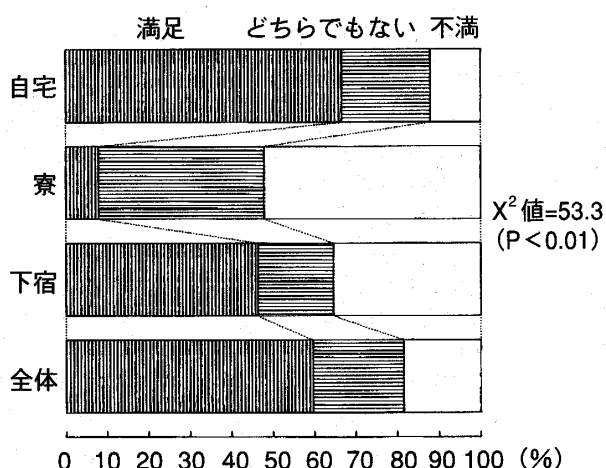


Fig. 3. 居住形態別食生活満足度

4. 大学生・高校生別にみた食行動

大学生・高校生別にみた外食頻度を Fig.4 に示した。P<0.01 で有意な差がみられ、外食頻度が、大学生の方が明らかに多い傾向がみられた。大学生・高校生別にみた手作り料理頻度を Fig.5 に示した。

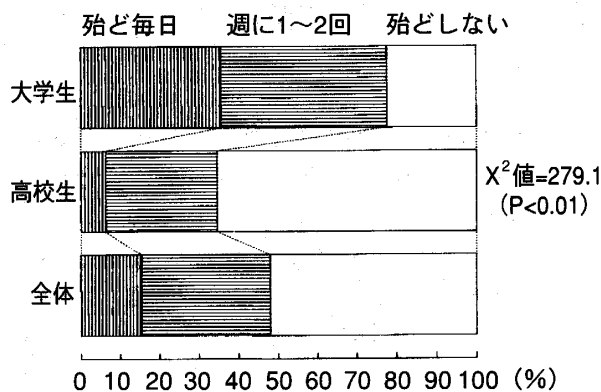


Fig. 4. 大学生・高校生別外食頻度

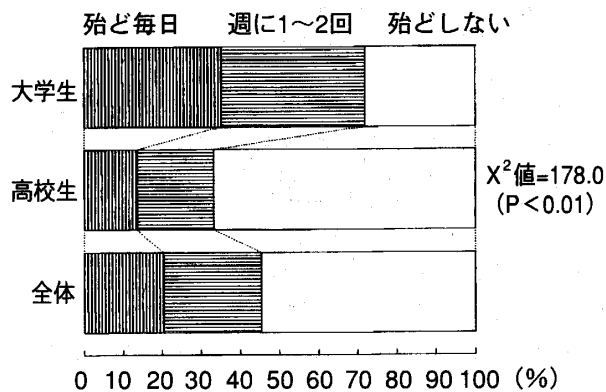


Fig. 5. 大学生・高校生別手作り料理頻度

P<0.01 で有意な差がみられ、料理を手作りする頻度も、大学生の方が多い傾向がみられた。

大学生・高校生別に食生活満足度を比較したところ Fig.6 に示したように、P<0.01 で有意な差がみられ、高校生の方が食生活に満足している者が多い傾向がみられた。

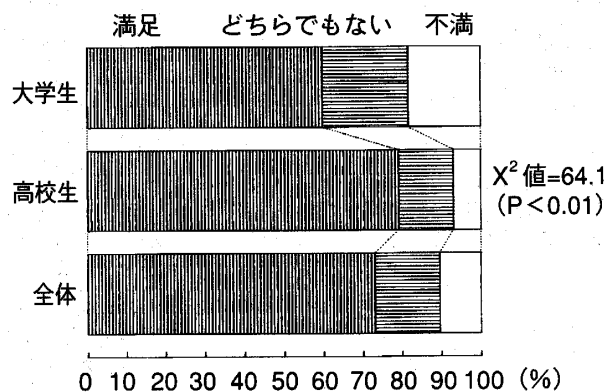


Fig. 6. 大学生・高校生別食生活満足度

大学生・高校生別に比較し、P<0.01 で有意な差がみられた外食頻度、手作り料理頻度、食生活満足度は、大学生の居住形態別に比較した場合に有意な差がみられた項目と一致しており、大学生と高校生という年代の違いよりも居住形態の違いが、外食頻度や手作り頻度などに影響を与えるのではと予想された。大学生・高校生別に居住形態を比較したところ、Fig.7 に示したように P<0.01 で有意な差がみられ、大学生の方が、自宅の割合が減り、寮や下宿の割合が増える傾向がみられ、自宅の割合の少ない大学生の方が、外食頻度や手作り頻度が多かったと考えられた。

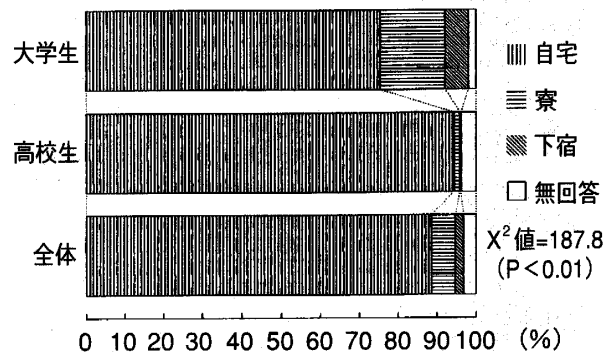


Fig. 7. 大学生・高校生別居住形態

5. 利用頻度別にみたイメージ

外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理の利用頻度と良い悪いのイメージを比較したところ, 調理済み・半調理済み食品については $P < 0.05$ で有意な差がみられた (Fig.8). 調理済み・半調理済み食品をよく利用する者ほど, 調理済み・半調理済み食品に良いイメージをもっており, 反対に利用しない者ほど悪いイメージをもっている傾向がみられた.

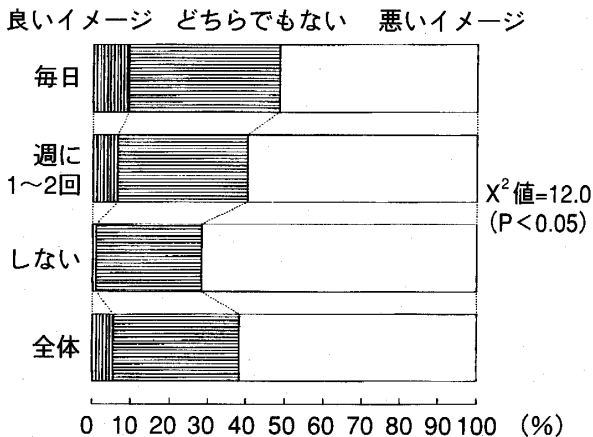


Fig. 8. 調理済み・半調理済み食品の利用頻度別にみたイメージ

本調査から, 外食頻度, 手作り料理頻度などは, 居住形態, すなわち自分が調理の担当者であるかどうかの影響していることがうかがえた. 又, 悪いイメージがもたれている調理済み・半調理済み食品については, 大学生では昼食として, 主に利用されている傾向がみられ, 居住形態よりも, 良いイメージをもっているかどうかなど個人的な要因が利用に影響するのではないかと考えられた. 又, イメージの形成には, 教育の影響もうけると思われるので, 今後更に検討が必要であると思われた. 又, 一般的には手作りは良いイメージがもたれ, 調理済み・半調理済み食品は悪いイメージ, 外食はその中間であった. 今後の利用意向では, 手作りで「愛情があるのでしたい」, および調理済み・半調理済み食品で「あまり利用したくない」の回答に多い傾向がみられた. しかし, 実際に主な調理担当者である下宿生では, 調理済み・半調理済み食品も手作り料理も「義務感からする」「安いからする」など消極的肯定が多くなり, 実際に調理をしていない者の理想と現実に調理をしている者との差がみられた. このことは, 大学生と高校生との比較においても大学生の方が高校生より

も本人が調理担当者となる割合が増えるという状況にもあてはまると考えられ, 理想やイメージでは望ましいと思っても, 現実には, 「便利な」ものを取り入れざるを得ないという様子うかがえた. 「面倒」でも実際に手作りを促す要因としては, 「料理作りが好きである」ということが考えられた. 筆者は, 目的に応じて外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理を適度に取り入れることが, 食生活を豊かにすると考えるが, 台所離れがすすむ今日において, 家庭での料理作りを伝承していくには, 料理作りに興味をもち, 好きになることが望ましいと考えられた. 第1報りとあわせて, このことから食教育の重要性が感じられた. 本報告では, 女子学生を対象とした調査であったが, 今後, 現在の母親を対象とした調査を行い, 年代差の比較を行い, 更に現在学生である対象者が, 今後母親の年代になった時にどのような実態, 意識, イメージをもっているかを調べることは興味深いと思われた.

要 約

本研究では現代の食生活の実態及び食生活を規制すると思われる要因との関連を明らかにすることを目的に, 本学の女子学生, 近畿圏の女子高校生を対象にアンケート調査を行った. 本報では, 外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理の利用実態, 及び利用意識, 食生活を規制する要因を居住形態別, 大学生・高校生別, イメージから検討した.

結果の概要は次のとおりである.

1. 外食の利用実態は, 「平日の昼」に「学校食堂」で, 「麺類」や「ライス類」を注文していた. 外食頻度は「週に1~2回」が多く, 便利なので利用されている傾向がみられた.
2. 調理済み・半調理済み食品の利用実態は, 「平日の昼」に「調理パン・菓子パン」を利用していた. 利用頻度は「週に1~2回」が多く, 外食と同様に便利さから利用されている傾向がみられた.
3. 手作り料理の実態は, 「平日の夜」に「カレー」を手作りしていた. 手作り頻度は, 「殆どしない」が最も多く, 料理をしない理由は「時間がない」で, 料理する理由は「料理を作るのが好きだから」であった.
4. 外食, 調理済み・半調理済み食品, 手作り料理の今後の利用意向は, 外食で「事情によって利用」, 調理済み・半調理済み食品で「あまり利用したくない」, 手作り料理で「愛情があるので手作りした

い]が多かった。又、イメージについては、手作り料理に最も良いイメージがもたれており、次いで外食、調理済み・半調理済み食品の順であった。

5. 食生活を規制する要因については、外食頻度、手作り料理頻度には、居住形態が関連しており、悪いイメージがもたれていた調理済み・半調理済み食品の利用頻度は、居住形態よりもイメージの影響が大きかった。

コンピューター処理におきまして、御指導下さいました関西学院大学情報処理センターの雄山真弓先生、高田茂樹先生に深く感謝いたします。

本研究の一部は第15回日本家政学会関西支部研究発表会(1993)、および第20回日本調理科学会近畿支部研究発表会(1993)において発表した。

文 献

- 1) 大矢靖子, 宮川久邇子, 高田茂樹: 家政誌, **47**, 563-572(1996)
- 2) 藤井久美子, 大野佳美: 山陽学園短期大学研究論集, **18**, 43-48(1987)
- 3) 村田輝子, 谷口幸子: 山陽学園短期大学研究論集, **12**, 87-93(1981)
- 4) 大下市子, 山城ミヤ子他: 大下学園女子短期大学研究集報, **22**, 1-11(1985)