

市販そうざい・調理済み食品の利用に関する調査

— その1. 利用実態 —

本問 恵美・平光美津子・尾木千恵美
片桐 晶子・鷺見 孝子・遠藤 仁子
中村 年子

緒 言

近年、好調な経済情勢、女性の社会進出、人口の高齢化、単身者の増加など、社会情勢の急速な変化に伴い、食を巡る環境も大きく変化を見せている。

総務庁統計局実施の家計調査によると、食料費支出の伸びでは停滞がみられるものの、調理食品及び一般外食の食料費に占める割合は年々増加しており、調理食品は昭和45年の3.6%が昭和55年には5.8%、平成2年で8.1%となり、一般外食は昭和45年の7.6%が昭和55年には10.8%、平成2年で14.1%と拡大している。¹⁾

また、食品産業・外食産業の発展は目覚ましく、日本経済全体の成長率より高い伸びを示している。²⁾おいしさ、健康、簡便性を求める消費者のニーズに答えるべく商品開発が盛んに行われ、食品市場には多種多様な商品が豊富に回り、百貨店・スーパーにおいても市販そうざい、調理済み食品の売り場面積を年々拡張するなど、今やこれらの食品を無視して食生活は語れない現状である。厚生省が策定した「健康づくりのための食生活指針」³⁾も昭和60年に策定された時には、こころのふれあう楽しい食生活ということで「手づくり」を強調したものであったが、平成2年に策定された対象特性別食生活指針⁴⁾では、現状を踏まえ、加工食品や外食の長所と短所をよく考えて上手に利用するようにと、加工食品などの扱いかたに変化がみられる。

加工食品や調理済み食品に関する調査は、昭和61年国民栄養調査の食生活状況調査において

利用状況や利用についての考えなどが発表されている。⁵⁾その他、「家庭における加工食品利用の要因解析」、⁶⁾「調理済み食品に対する家族の受容」、⁷⁾「調理済み、半調理済み食品の利用実態調査」⁸⁾など既に多く報告されている。しかしこれらの食品の利用状況や利用に対する意識は年とともに変化し、また地域や調理担当者の年齢・就業状態、家族構成による差も大きいと思われる。

そこで、我々は食生活に関心が大きいと思われる主婦を対象に、市販そうざいと調理済み食品の利用実態を調査した。どんな食品がよく利用されているかをみるために食品別に利用頻度を調べ、これら食品の利用に関する主婦及び家族の意識も調べた。また、野菜・肉・魚などの調理素材やインスタント調味料などの利用についても合わせて調査した。今回は、そのうち市販そうざいと調理済み食品の食品別利用状況と主婦の個人別利用状況の分析を試みたのでここに報告する。

調査方法

1. 調査対象

本学食物栄養専攻の卒業生（昭和39～62年度卒業）の中から200名を抽出し、その卒業生を含む家庭の調理担当者を調査対象とした。

2. 調査時期

1991年4月

3. 調査方法

市販そうざいと調理済み食品（冷凍・インスタント・真空パック詰め）について、日常の利

用状況および市販そうざい38種・調理済み食品27種の購入状況などを、各家庭に調査用紙を郵送し留め置き法にて調査した。記入は調理担当者がするよう依頼した。

調査結果および考察

1. 調査対象者の状況

調査の回答があったのは144名で、回収率は72.0%であった。調査対象者の地域・年齢・就業状態・家族構成については表1に示す通りで岐阜県が80%を占めている。

表1. 調査対象者の状況

		人数(人)	割合(%)
地域	岐 阜 市	34	23.6
	岐阜市以外の岐阜県下	82	57.0
	愛 知 県	12	8.3
	そ の 他 の 県	16	11.1
年齢	20 ~ 29 歳	16	11.1
	30 ~ 39 歳	61	42.4
	40 ~ 49 歳	64	44.4
	50 歳 以 上	3	2.1
就業状態	専 業 主 婦	54	37.5
	常 勤	39	27.1
	パ ー ト	30	20.8
	自 営 ・ そ の 他	21	14.6
家族構成	一 世 代 世 帯	7	4.9
	二 世 代 世 帯	62	43.0
	三 世 代 世 帯	75	52.1

調理担当者の大部分が卒業生自身であったため、30歳代・40歳代がほとんどでそれぞれ40%以上あり、20歳代は11.1%とやや少なかった。卒業生の母親が担当している家庭もわずかながらあったため50歳代は2.1%であった。

主婦の就業状態は、専業主婦が37.5%と最も多く、次いで常勤・パート・自営の順であった。

家族構成は、夫婦のみの家庭は4.9%と少なく、祖父母と親子同居の三世帯世帯が52.1%であった。家族人員は3人以下17.4%、4~6人74.3%、7人以上8.3%であった。

2. 市販そうざい・調理済み食品の利用状況

1) 利用頻度

市販そうざいは図1に示すように「1週間に1~2回」23.6%、「ほとんど利用しない」33.3%、調理済み食品は「1週間に1~2回」38.9%、「ほとんど利用しない」17.4%で調理済み食品の方が利用頻度が高い。

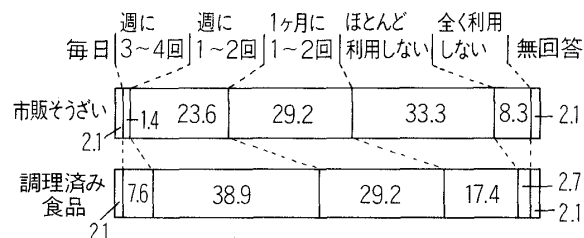


図1. 利用頻度(%)

市販そうざいの利用について年代別にみると20歳代は「1週間に1~2回」50.0%、30歳代は「ほとんど利用しない」37.7%、40歳代は「1ヶ月に1~2回」34.4%が多く年代別に異なっており、20歳代がよく利用している。就業状態別でみるともっとも多く利用しているのは専業主婦で「1週間に1~2回」が37.0%あり有職主婦より高かった。

調理済み食品では年代別、就業状態別とも「1週間に1~2回」が多くよく利用されていた。

市販そうざいの利用が専業主婦で多いのは毎日ゆっくり買い物が出来るため、出かけるついで買ってしまいうためではないかと思われる。また20歳代の利用が特に多いがこれは料理作りに対する経験不足と社会的傾向の現れと思われる。

2) 利用する理由

市販そうざい、調理済み食品とも「作る時間的ゆとりなし」が著しく多く、次に市販そうざいでは「調理することがめんどろ」、調理済み食品では「作るより経済的」「家族が好む」となっている。

年代別にみると30歳代、40歳代では「作る時間的ゆとりなし」が著しく高い。20歳代では「作る時間的ゆとりなし」と「調理することがめんどろ」が大半をしめた。

就業状態別では専業主婦が「作る時間的ゆとりなし」とする人は有職主婦よりその割合は低い「調理するのがめんどろ」とする人の割合

は他より高い。専業主婦にとって食事作りは当然の仕事と思われるがめんどうとする者が意外に多かった。

全く利用しない人の理由では「味が好みに合わない」とするのが50%以上でそのほか「不経済」「添加物が気になる」「家族が嫌う」「衛生的でない」があり「後ろめたさを感じる」のはひとりもいなかった。

以上のことから日常の食事がおいしく満足できるものならば便利なものは利用するという考えで使われているようである。

表2. 利用する理由

項目	種類		調理済み食品	
	市販そうざい	調理済み食品	市販そうざい	調理済み食品
	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)
作る時間的ゆとりなし	74	56.0	71	50.7
調理することがめんどう	15	11.4	12	8.6
作るより経済的	10	7.6	13	9.3
手作りよりおいしい	5	3.8	3	2.1
家族が好む	5	3.8	13	9.3
コマーシャルを見て興味あり	2	1.5	10	7.1
その他	6	4.5	7	5.0
無回答	15	11.4	11	7.9
合計	132	100.0	140	100.0

3) 利用する目的

市販そうざいは図2に示すように「もう一品足したい」「日常の食事に」「弁当を作る」の順になっており調理済み食品は「弁当を作る」「もう一品足したい」「日常の食事に」となっている。著しく多いものが市販そうざいで「も

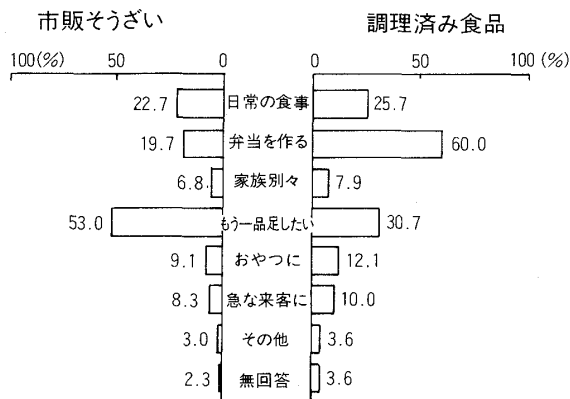


図2. 利用目的

う一品足したい」、調理済み食品では「弁当を作る」と異なっている。市販そうざいは、食卓をうるおす一品として役立っている。また調理済み食品は保存性があり最近では弁当用として販売されているものも多く、手軽に利用されていると思われる。このように市販そうざいと調理済み食品を上手に使っているようである。

4) 購入時の留意点

市販そうざい、調理済み食品いずれもほとんど同じと言ってよい。しかし市販そうざいは図3に示すように「製造年月日」が他の項目より著しく多く、調理済み食品は「製造年月日」と「賞味期限」が多く次いで「食品添加物」があがっている。これは市販そうざいが比較的保存性がないからと思われる。

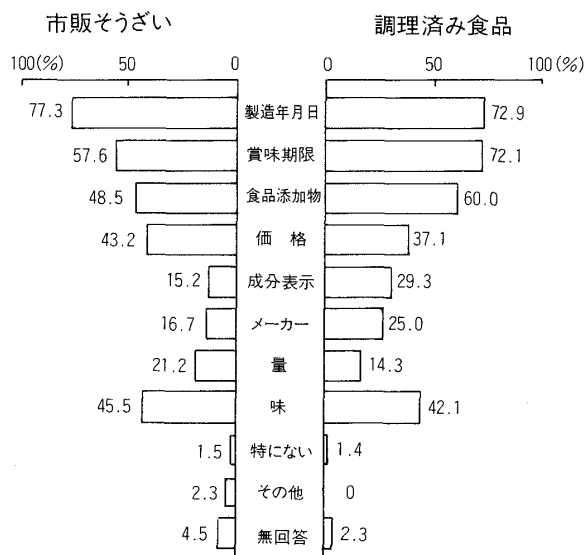


図3. 購入時の留意項目

5) 利用法

市販そうざいは「加熱する」39.4%、「もうひと手間加える」34.8%であり、「そのまま」は18.2%で調理済み食品より多かった。

調理済み食品は「もうひと手間加える」49.3%、「加熱する」43.6%の順であった。

3. 市販そうざい・調理済み食品の購入状況

1) 市販そうざい

(1)食品別購入状況

市販そうざい38食品を「手作りはせず全て購入する」「たまに手作りにするが購入が多い」「ほとんど手作りにするがたまに購入する」「購入しない」の4段階に分けて調査した。食品別の購入状況を表3に示した。

購入割合の高い食品は表4に示すように、うなぎのかば焼きと中華まん類が著しく多く、ハンバーガー、シューマイにおいても半数近くが購入している。

購入しない食品は、白飯・卵焼きが98.6%と

表3. 市販そうざいの食品別購入状況 (%)

食品名	手作りはせず 全て購入する	たまに手作りに するが、購入が多い	ほとんど手作りにする が、たまに購入する	購入しない	無回答
コロッケ	5.6	31.9	34.0	27.1	1.4
フライ	0	8.3	36.8	54.9	0
ミンチカツ	7.6	12.5	18.1	61.8	0
トンカツ	0	4.2	20.8	75.0	0
天ぷら	0.7	0	18.1	81.3	0
肉の空揚げ	0.7	1.4	25.0	72.9	0
ミートボール	11.1	22.2	22.2	44.5	0
ハンバーグ	0.7	8.3	17.4	73.6	0
焼き魚	0	0	7.6	92.4	0
ムニエル	0	1.4	3.5	95.1	0
うなぎのかば焼き	81.9	6.2	4.9	7.0	0
焼き鳥	30.6	11.1	12.5	45.8	0
オムレツ	0	0.7	5.6	93.1	0.7
卵焼き	0	0	0.7	98.6	0.7
ギョーザ	10.4	28.5	26.4	34.7	0
シューマイ	48.6	10.4	12.4	28.5	0
春巻き	18.1	18.1	9.7	53.5	0.7
マリネ	3.5	4.9	4.9	85.4	1.4
きんぴら	0	0.7	13.9	85.4	0
和え物	0	0.7	11.8	87.5	0
おひたし	0	0	3.5	96.5	0
サラダ類	0	0.7	21.5	77.8	0
酢の物	0	0.7	6.9	92.4	0
中華風炒め物	0	0.7	11.1	86.8	1.4
煮物	0	0	16.0	84.0	0
煮豆	6.2	8.3	30.6	54.2	0.7
ハンバーガー	50.7	21.5	9.0	16.6	2.1
サンドイッチ	2.1	18.7	41.7	37.5	0
中華まん類	73.6	6.9	0.7	18.1	0.7
寿司類	6.9	36.8	45.8	9.7	0.7
おにぎり	0	3.5	31.2	65.3	0
赤飯・おこわ	11.8	6.2	10.4	70.1	1.4
味付け飯	0	1.4	4.9	93.8	0
白飯	0.7	0	0.7	98.6	0
どんぶり物	0	0	3.5	95.8	0.7
お好み焼き	4.9	17.4	33.3	43.1	1.4
焼きそば	0	0.7	20.8	78.5	0
弁当	0	4.2	29.9	65.3	0.7

表4. 全て購入する割合の高い食品
(市販そうざい)

食品名	割合(%)
うなぎのかば焼き	81.9
中華まん類	73.6
ハンバーガー	50.7
シューマイ	48.6
焼き鳥	30.6

大多数を占めたのははじめ、おひたし、どんぶり物、ムニエル、味つけ飯、オムレツ、焼き魚、酢の物といった食品は90%以上の者が購入していない。また、50%以上の者が購入しない食品は38食品中27食品であり、市販そうざいとして利用される食品は比較的限られていると思われる。

購入割合の高い食品は調理に手間のかかるものや、特有な味つけであるため家庭で作りにくいものが多いと思われる。また、購入割合の低い食品は白飯のようにほとんど毎日食されるも

表5. 全て購入する割合の年代差の大きい食品
(市販そうざい) (%)

	20歳代	30歳代	40歳代
寿司類	25.0	3.3	6.3
お好み焼き	12.5	4.9	3.1
サンドイッチ	6.3	1.6	1.6
赤飯・おこわ	25.0	8.2	12.5
煮豆	12.5	4.9	6.3
春巻き	37.5	16.4	15.6
ギョーザ	18.8	8.2	10.9
ミートボール	6.3	9.8	14.1
ミンチカツ	12.5	8.2	6.3

のや、調理が単純なもの、また調理をしてから時間を置かずに食するものであると思われる。

購入割合の高い食品について年代別にみると、「全て購入する」割合は20歳代がわずかに多い傾向ではあったが年代による差はほとんど見られなかった。

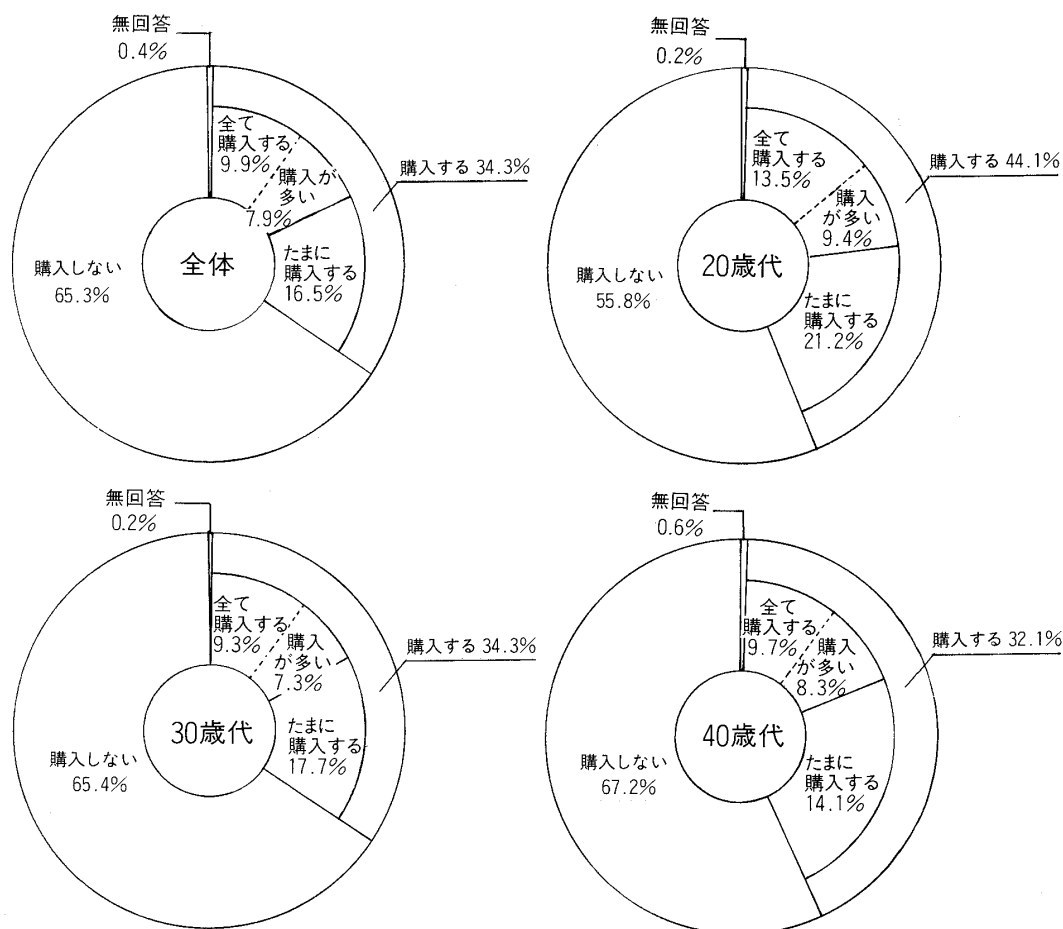


図4. 年代別購入状況(市販そうざい)

表6. 就業状態別・家族構成別購入状況（市販そうざい）（%）

		全て購入	購入が多い	たまに購入	購入しない	無回答
就業状態	専業主婦	10.6	8.0	17.1	64.2	0.1
	常勤	8.4	8.6	15.7	66.3	1.0
	パート	11.7	8.2	18.2	61.7	0.4
	自営・その他	8.1	5.8	13.9	71.9	0.3
家族構成	一世代世帯	10.5	7.9	14.3	66.9	0.4
	二世帯世帯	9.4	7.9	16.1	66.5	0.1
	三世帯世帯	10.2	7.9	17.1	64.2	0.6

各年代によって購入割合に大きく差が見られた食品を表5に示した。年代別で最も差が見られた食品は寿司類であり「全て購入する」と回答した者が20歳代で25.0%であったのに対し、30歳代、40歳代ではそれぞれ3.3%、6.3%であった。次いでお好み焼き、サンドイッチ、赤飯・おこわについても20歳代が、30歳代・40歳代に比較して、利用の割合が著しく高かった。このように軽食としてすぐに食べられる食品や特殊なご飯物料理は20歳代に利用される傾向があると思われる。これらの食品は、献立の中の一品ではなく、それだけで食事に代わるような食品であると思われ、³「食べたい時が食べる時」といった20歳代の食生活の一面を表していると考えられる。

(2)対象者別に見た購入状況

市販そうざい（38食品）全体についての購入割合を、年代別、就業状態別、家族構成別に比較した。

年代別では、20歳代、30歳代、40歳代についてそれぞれの購入状況を比較した。「手作りはせず全て購入する」「たまに手作りにするが購入が多い」「ほとんど手作りにするがたまに購入する」の3項目を合わせて⁴購入する⁵として図4に示すように、購入する割合、購入しない割合を年代別に比較した。購入する割合は、20歳代が44.1%で、30歳代40歳代はそれぞれ34.3%、32.1%で、20歳代の購入が多い傾向が見られた。また、38食品中10食品以上を「手作りはせず全て購入する」「たまに手作りにするが購入が多い」と回答した者の割合は、20歳代では43.8%と多く、30歳代では18.0%、40歳代

では25.0%となった。これらのことから、20歳代の主婦は市販そうざいを幅広く利用しているものと思われる。

就業状態別、家族構成別の購入状況は表6に示したように、あまり違いは見られなかった。

2) 調理済み食品

(1)食品別購入状況

調理済み食品27食品について、それぞれの購入割合を市販そうざいと同様に4段階に分けて調査した。（表7）

「手作りはせず全て購入する」食品は、中華まん類、シューマイ、ピザパイ、ラーメンの順で、特に中華まん類は74.3%が購入するという高い割合であった。「たまに手作りにするが購入が多い」食品は、ラーメン、フライドポテト、コロッケ、ギョーザ、ピザパイの順であった。それに対し、「購入しない」食品は、白飯、シチュー、ぞうすい、どんぶり物の具、茶碗蒸しの順であった。

「全て購入する」食品の上位8食品をみると表8の通り、中華まん類、シューマイ、ピザパイ、ラーメン、春巻き、フライドポテト、ミートボール、ギョーザの順であった。「購入しない」食品の上位8食品は、白飯（97.9%）、シチュー（94.4%）、ぞうすい（92.3%）、どんぶり物の具（86.1%）、茶碗蒸し（84.7%）、赤飯・おこわ（81.9%）、ピラフ（77.0%）、トンカツ（76.3%）の順で、飯類の全てが含まれていた。飯類は現在レトルト食品や真空パックなど多種多様なものが出回ってはいるが、あまり利用はされていないようである。

「全て購入する」および「購入が多い」食品

表7. 調理済み食品の食品別購入状況 (%)

食品名	手作りはせず 全て購入する	たまに手作りにする が、購入が多い	ほとんど手作りにする が、たまに購入する	購入しない	無回答
コロッケ	5.6	27.1	38.9	28.4	0
フライ	0.7	6.9	39.6	51.4	1.4
ミンチカツ	6.3	9.7	17.4	64.5	2.1
トンカツ	0.7	3.5	17.4	76.3	2.1
肉の空揚げ	1.4	4.2	22.9	69.4	2.1
フライドポテト	18.8	31.9	22.9	25.7	0.7
ミートボール	16.7	20.8	27.8	34.0	0.7
ハンバーグ	2.8	5.6	26.4	63.8	1.4
グラタン	4.9	11.1	18.8	63.8	1.4
ギョーザ	13.9	24.3	31.9	28.5	1.4
シューマイ	47.2	13.9	17.4	20.8	0.7
春巻き	19.4	17.4	13.2	49.3	0.7
カレー	2.1	3.5	22.9	70.8	0.7
シチュー	0.7	0	4.2	94.4	0.7
茶碗蒸し	0	2.1	11.8	84.7	1.4
汁物(カップスープ・みそ汁)	0.7	0.7	47.2	50.7	0.7
中華まん類	74.3	7.6	2.8	14.6	0.7
ピザパイ	41.0	22.2	14.6	21.5	0.7
ラーメン	30.6	32.6	17.4	18.0	1.4
うどん	8.3	6.9	22.2	61.9	0.7
スパゲッティ	4.9	9.0	16.0	68.0	2.1
ピラフ	1.4	2.8	18.1	77.0	0.7
赤飯・おこわ	4.9	5.6	6.9	81.9	0.7
白飯	0	0	1.4	97.9	0.7
ぞうすい	0	0.7	6.3	92.3	0.7
どんぶり物の具	0	0.7	11.8	86.1	1.4
すし・五目飯等の具	0	5.6	21.5	71.5	1.4

表8. 全て購入する食品上位8食品の年代別比較 (%)

順位	食品名	全体	年代別		
			20歳代	30歳代	40歳代
1	中華まん類	74.3	81.3	80.3	67.2
2	シューマイ	47.2	75.0	47.5	39.1
3	ピザパイ	41.0	50.0	39.3	42.2
4	ラーメン	30.6	37.5	31.1	29.7
5	春巻き	19.4	31.3	18.0	18.8
6	フライドポテト	18.8	37.5	16.4	17.2
7	ミートボール	16.7	18.8	13.1	20.3
8	ギョーザ	13.9	31.3	11.5	17.2

は、前述の市販そうざいと同様に、調理に手間のかかるものや家庭では出せない味のものであり、「購入しない」食品は、調理に手間のかか

らないものや家庭で調理した方がおいしくできるものであった。

「全て購入する」食品上位8食品について年代別にみると、20歳代は30歳代・40歳代に比べ、比較的購入の割合が高くなっていた。中華まん類は、どの年代においても購入する割合が高かった。(表8)

(2)対象者別にみた購入状況

調理済み食品(27食品)全体についての購入割合を年代別・就業状態別・家族構成別に比較した。

年代別による調理済み食品の購入割合は図5の通りである。「全て購入する」「購入が多い」「たまに購入する」の3項目をまとめて「購入する」としてみると、全体では「購入する」は

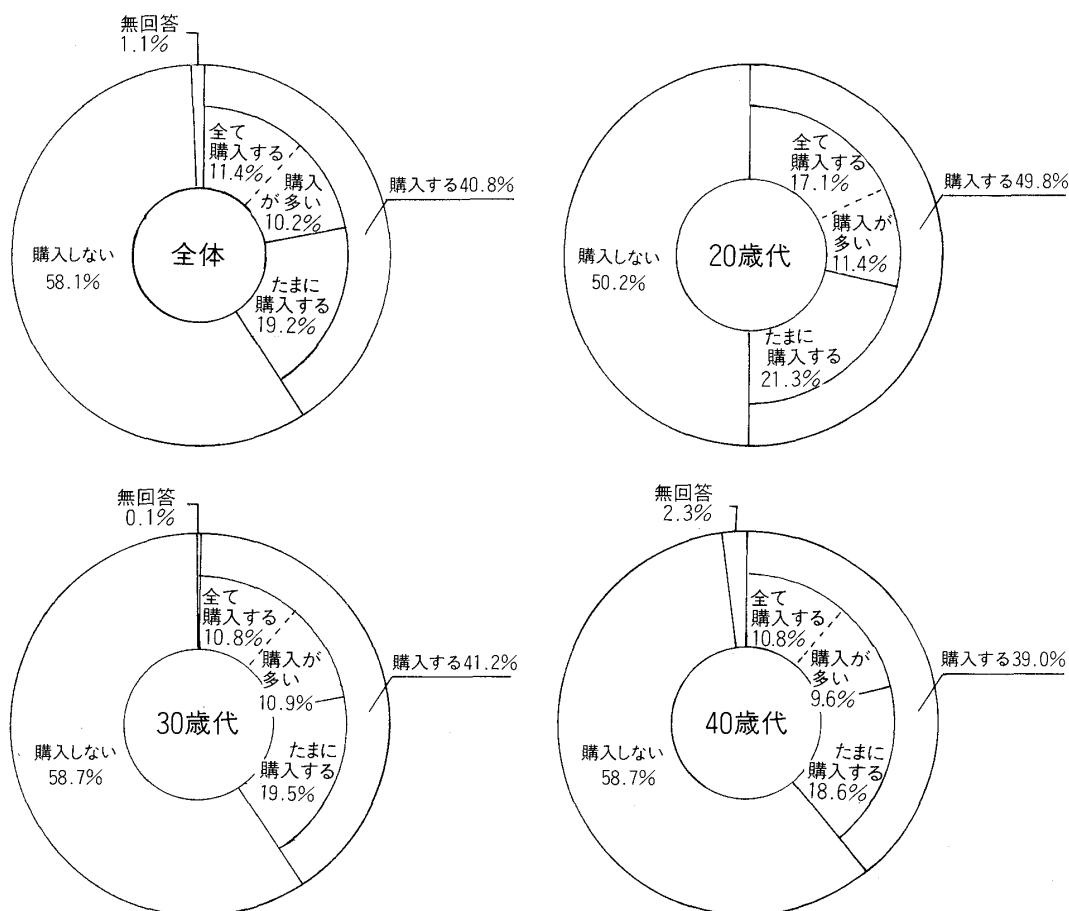


図5. 年代別購入状況 (調理済み食品)

表9. 就業状態別・家族構成別購入状況 (調理済み食品) (%)

		全て購入	購入が多い	たまに購入	購入しない	無回答
就業状態	専業主婦	12.5	9.6	18.2	59.1	0.6
	常勤	8.9	11.8	19.8	56.9	2.6
	パート	13.1	11.2	21.1	54.4	0.2
	自営・その他	10.6	6.9	16.6	65.2	0.7
家族構成	一世代世帯	7.0	6.5	19.5	67.0	0
	二世帯世帯	11.1	10.5	20.2	58.0	0.2
	三世帯世帯	11.6	10.2	18.4	57.9	1.9

約40%であり、そのうちよく利用しているのは約20%であった。

年代別に「全て購入する」および「購入が多い」の割合をみると、20歳代は28.5%、30歳代は21.7%、40歳代は20.4%であり、比較的若い年代ほど調理済み食品の利用頻度が高かった。

就業状態別・家族構成別にみた調理済み食品の購入割合を表9に示す。

就業状態別に調理済み食品の購入状況をみる

とあまり差はみられず、「全て購入する」および「購入が多い」の割合はいずれも約20%であった。有職主婦は、専業主婦より調理済み食品をよく利用するのではないかと考えられたが、実際には就業状態に関係なく購入されていた。

家族構成別についても、就業状態別と同様にあまり購入状況に差はみられなかった。

調理済み食品27食品中7食品以上を「全て購入する」および「購入が多い」とした者の割合

を年代別にみると、20歳代が56.3%、30歳代が36.1%、40歳代が39.1%となり、20歳代では購入割合の高い人が多かった。若い年代の主婦は、豊富な調理済み食品の中で育ってきたため、調理済み食品を利用することについて、あまり抵抗がないのではないと思われる。

調理済み食品の年代別購入状況を前述の市販そうざいと比較してみると、調理済み食品の方がわずかだが高かった。これは、市販そうざいが日持ちしないのに対し、調理済み食品は、添加物や特殊な包装方法等により長期保存ができるうえ、種類が豊富であることによるものと思われる。

今後さらに多くの調理済み食品が出回ることは確実であり、外食産業を始め学校給食・レストラン・ホテルなどでも頻繁に使用されるようになると思われる。このような食環境にあってこれらの味に慣れてくるため、調理済み食品の利用頻度は一層高くなっていくものと思われる。

4. 個人別利用状況

1) 市販そうざいについて

利用度を個人別に判定するため、市販そうざいの購入状況を点数化し、38種類の市販そうざいの合計点を個人別に算出した。配点は次の通りである。

「手作りはせず全て購入する」…………… 4点

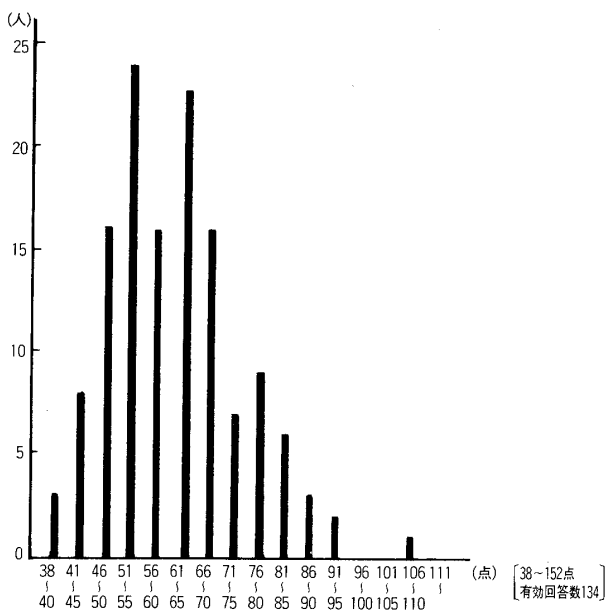


図6. 市販そうざいの利用度

「たまに手作りにするが購入が多い」…………… 3点
 「ほとんど手作りにするがたまに購入する」…… 2点
 「購入しない」…………… 1点

利用度の分布は図6に示す。全体の70.9%の者が46~70点に集中しており、平均は61.5±12.2点であった。

40点以下が3名で、その中の1名は38種類の全食品について「購入しない」と答えた。3名の利用頻度については、「1ヶ月に1~2回」か「全く利用しない」と答え、利用しない理由は「味が好みに合わない」「添加物が気になる」であった。

最高は107点であり、これは上限(152点)の70.4%にあたる。91点以上の者の利用頻度は、「ほとんど毎日利用する」「1週間に1~2回利用する」が多く、利用する理由は「調理することがめんどろ」「作る時間的ゆとりなし」であった。利用する目的は「家族別々の食事をする」「もう一品足したい」で、購入時の留意点は「製造年月日」「味」についてであった。市販そうざいを日常の食事に取り入れ、手間をかけなくても、食卓をより一層豊かにしようという気持ちがうかがえる。

2) 調理済み食品について

調理済み食品の利用度についても、市販そうざいと同様に点数化し個人別に判定した。利用度の分布は図7に示す。36~55点に集中してお

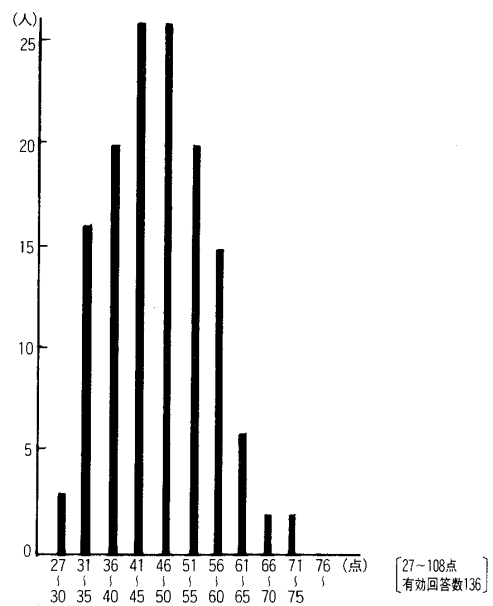


図7. 調理済み食品の利用度

り、平均は46.7±9.5点であった。

最低点の27点が1名あり、この人は市販そうざいでも最低点であったことから、手作り志向のかなり強い人であると思われる。

最高は74点であり、66点以上のほとんどが、利用頻度は「1週間に1～2回」「1週間に3～4回」で、利用する理由は「作る時間的ゆとりなし」「家族が好む」と答えている。利用する目的は「日常の食事に」「もう一品足したい」であり、「製造年月日」「賞味期限」「食品添加物」「価格」に気をつけていた。

3) 市販そうざいと調理済み食品両方で調査した10種類の食品について

調査食品の中から両方で調査した食品10種類(コロッケ、ミンチカツ、トンカツ、肉の空揚げ、ミートボール、ハンバーグ、ギョーザ、シューマイ、春巻き、赤飯・おこわ)を選び、前述と同様、購入状況に1～4点を配点し、個人別に利用度を調べた。

市販そうざいの利用度を縦軸に、調理済み食品の利用度を横軸にとり、グラフ上にスポットさせた。(図8)

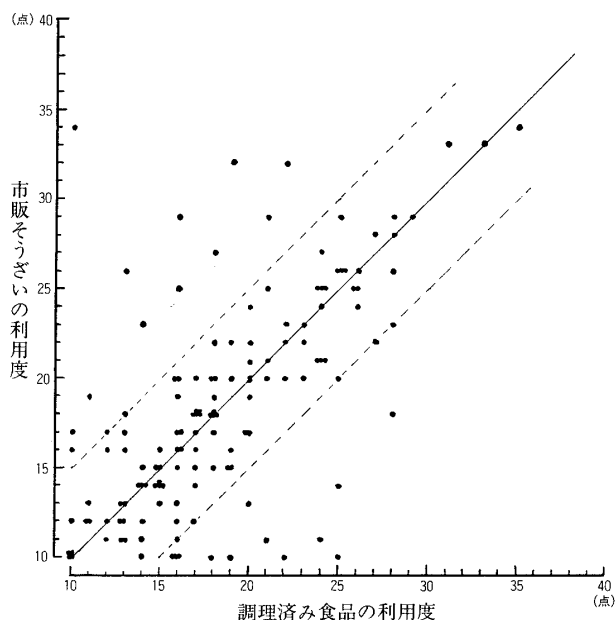


図8. 市販そうざいと調理済み食品(共通10種)の利用度の分布

市販そうざいと調理済み食品の利用度は相関関係にあった。

市販そうざいと調理済み食品の点数が同点から±5点の幅の中にある者は83.0%と多い。

平均は市販そうざいが18.6±6.5点、調理済

み食品は18.5±5.4点で両者に差はなかった。

利用度の最低は、両者共に10点という者が4名あり、全ての食品を手作りにしていた。利用しない理由は「家族が嫌う」「添加物が気になる」であった。

利用度の最高は、市販そうざいが34点、調理済み食品が35点であった(1名)。両者共に30点以上の者が3名あり、利用する理由は「日常の食事に」「弁当を作る」「もう一品足したい」であった。購入時には「製造年月日」「賞味期限」「食品添加物」等に気をつけていた。市販そうざいを全く利用せず、調理済み食品だけを利用する者が7名あり、弁当を作る時に利用するのが多かった。調理済み食品を全く利用せず、市販そうざいだけを利用する者が4名あり、「手作りよりおいしい」という理由をあげている。

このように点数の低い者は、食品添加物を気にして手作りをしようと心がけており、点数の高い者は製造年月日や賞味期限を気にしながらも、味や使い易さが気に入って、これらの食品を積極的に利用しているということがわかった。

5. 調理時間と市販食品(市販そうざい・調理済み食品)の利用との関連

1) 夕食作りに要する時間

日常の夕食作りに要する時間については、表10の通りで、45～60分が44.4%と最も多く、60分以上が32.6%であった。これを国民栄養調査結果(昭和61年)⁵⁾と比較すると、30分未満は少なく、60分以上が多い。このことから、本調査の対象者は夕食作りに比較的多くの時間をかけているといえる。

主婦の就業状態別では、図9の通り60分以上

表10. 夕食作りに要する時間

	人数(人)	割合(%)	国民栄養調査(%)
30分未満	8	5.6	14.4
30～45分未満	25	17.4	28.4
45～60分未満	64	44.4	35.5
60分以上	47	32.6	21.7
合計	144	100.0	100.0

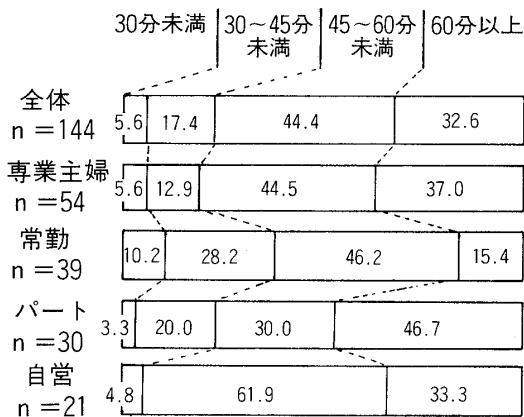


図9. 主婦の就業状態別夕食作りに要する時間(%)

かけている者の割合は、パート、専業主婦、自営、常勤の順であった。有職主婦のうち常勤とパートとを比べると、常勤で60分以上かけている者の割合は15.4%と著しく少なく、パートでは46.7%と多かった。これはパートが食事作りに十分な時間を確保できるような勤務体制にあるためと思われる。

2) 市販食品の利用頻度別調理時間

市販そうざいや調理済み食品の利用頻度が、夕食作りに要する時間と関連があるかをみるため、市販食品をよく利用する人（市販そうざいまたは調理済み食品のいずれかを週3～4回以上利用）と、利用しない人（市販そうざいおよび調理済み食品のどちらもほとんど利用しない）との調理時間を比較した。表11の通り、利用しない人では45分未満は約20%で、よく利用する人に比べれば少ない。しかし、よく利用する人の中でも60分以上が38.9%と多く、市販食品をよく利用する人が調理時間が短いとはいえない。また調理済み食品は弁当作りに利用されることが多いため、夕食作りに要する時間には影響しなかったことも考えられる。

調理済み食品を利用する時、加熱するだけでなくひと手間加えているか否かをみると、図10の通り、夕食作り30分未満では加熱のみが62.5%であったが、60分以上では加熱のみが37.7%ひと手間かけるが62.3%であった。

これらのことから市販食品の利用頻度と調理時間との関連は見られなかったが、市販食品を

表11. 市販食品の利用頻度別調理時間(%)

	よく利用する	利用しない
30分未満	0	8.3
30~45分未満	27.8	12.5
45~60分未満	33.3	54.2
60分以上	38.9	25.0

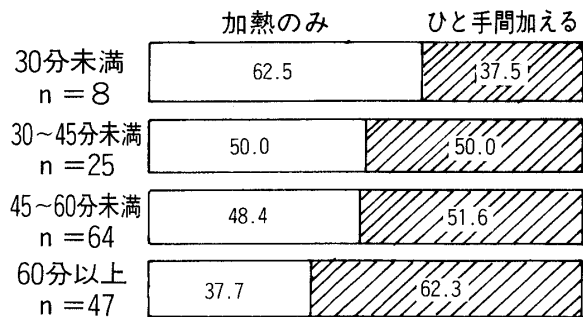


図10. 調理時間別市販食品の利用法(%)

食生活の中に上手に取り入れているかどうかという点において、利用法と調理時間との関連はあるものと思われる。

要約

- (1) 利用頻度は「1週間に1～2回」が、市販そうざいでは23.6%、調理済み食品では38.9%であり、調理済み食品の方が高かった。市販そうざいの利用頻度は、年代別では20歳代、就業状態別では専業主婦が高かった。調理済み食品については年代別、就業状態別いずれも、差はみられなかった。
- (2) 利用する理由は「作る時間的ゆとりなし」が最も多く、市販そうざいは56.0%、調理済み食品は50.7%であった。
- (3) 利用する目的は、市販そうざいでは「もう一品足したい」が53.0%、調理済み食品では「弁当を作る」が60.0%と最も多かった。
- (4) 購入時の留意点については、市販そうざい、調理済み食品いずれも、「製造年月日」「賞味期限」「食品添加物」の順であった。
- (5) 利用法としては、市販そうざいでは「加熱する」が39.4%と多く、調理済み食品では「も

うひと手間かける」が49.3%と多かった。

- (6) 市販そうざい38食品の食品別購入状況について、「手作りはせず全て購入する」は、うなぎのかば焼き、中華まん類が著しく多く、「購入しない」食品は、白飯、卵焼き、その他であった。また、寿司、お好み焼き、サンドイッチ、赤飯・おこわは、若い人ほど購入割合が高かった。年代別に比較すると、「購入する」割合は、20歳代の方が30歳代・40歳代よりも高かった。就業状態別、家族構成別では、それぞれあまり差は見られなかった。
- (7) 調理済み食品27食品の食品別購入状況について、「手作りはせず全て購入する」は、中華まん類、シューマイ、ピザパイ、ラーメンの順に多かった。「購入しない」は、白飯、シチュー、ぞうすい、どんぶり物の具の順に多かった。年代別にみると、20歳代がよく利用しており、就業状態別、家族構成別については差が見られなかった。
- (8) 個人別利用状況を点数化して判定した結果では、市販そうざいの平均は 61.5 ± 12.2 点であった。点数の低い者の利用しない理由は、「味が好みに合わない」「添加物が気になる」であり、点数の高い者の利用する理由は、「調理することがめんどろ」「作る時間的ゆとりなし」であった。調理済み食品の平均は 46.7 ± 9.5 点であった。最低点の者は、市販そうざいも最低点であった。点数の高い者の利用する理由は、「作る時間的ゆとりなし」「家族が好む」であった。
- (9) 市販そうざいと調理済み食品の両方で調査

した食品（10種類）の利用度の平均は、市販そうざいが 18.6 ± 6.5 点、調理済み食品は 18.5 ± 5.4 点で、両者に差はなかった。市販そうざいと調理済み食品の利用度には相関関係がみられた。点数の低い者は、食品添加物を気にして手作りをしようと心がけ、点数の高い者は製造年月日や賞味期限を気にしながらも、味や簡便性から市販食品を利用していた。

- (10) 夕食作りに要する時間と、市販食品の利用頻度とは関連はなかったが、上手な利用法とは関連がみられた。

参考文献

- 1) 総務庁統計局：家計調査年報，日本統計協会，1991年
- 2) 砂田登志子：栄養日本第34巻，第2号，日本栄養士会，1991年
- 3) 細谷憲政，他：ハロー健康，調理栄養教育公社，1985年
- 4) 厚生省保健医療局健康増進栄養課：栄養日本第33巻，第2号，日本栄養士会，1990年
- 5) 厚生省保健医療局健康増進栄養課：国民栄養の現状，昭和61年国民栄養調査成績，第一出版，1988年
- 6) 高橋みどり，他：日本栄養改善学会講演集，第33回日本栄養改善学会，1986年
- 7) 伊東ソヨ子，他：日本栄養改善学会講演集，第34回日本栄養改善学会，1987年
- 8) 山本友江，他：日本家政学会第43回大会，日本家政学会，1991年