

論文

加工食品の利用状況調査

— 加工食品利用の背景と経年変化 —

三橋 富子^{※1}・山岸 愛里^{※2}

The Survey on the Use of Highly Processed Foods at Home

— The Background of the Use of Highly Processed Foods and the Changes over the Years —

Tomiko MITSUHASHI^{※1} and Airi YAMAGISHI^{※2}

ABSTRACT

The object of this study was to investigate the present state of the use of highly processed foods and clarify the context of its use, by comparing the results to a similar survey done in 2007. The questionnaire consists of two categories; 1) the attitudes and consciousness toward food in daily life, 2) the usage of 54 kinds of highly processed foods. The dependence on highly processed foods was calculated from the data. The results are as follows:

1) The nuclear families and employment have increased in previous research and respondents who liked cooking and spent a long time preparing an evening meal have decreased.

2) The score of 2.50 for the dependence on highly processed foods was statistically higher than that of 2.28 in 2007.

3) The number of factors which influence the usage of highly processed foods was greater than that of 2007.

4) The respondents who disliked cooking, spent a short time on preparing an evening meal, ate out for dinner frequently, ate commercial boxed lunches frequently, had interest in highly processed foods, tended to use ready-to-eat type seasonings, made boxed lunches frequently, had less health consciousness, wanted to continue to use highly processed foods in the future, and had less free time, tended to depend heavily on highly processed foods.

1. 目的

日本人の食生活は第二次世界大戦後急激に変化し、食の「多様化」「外部化」「欧米化」が進みハレとケの差が見られなくなっていった¹⁾。中でも「外部化」については初期の半調理済み・調理済み加工食品や冷凍調理済み食品の開発を経て、市販の惣菜類や弁当類を購入して食べる「中食」が急激に増加してきている。また、従来の冷凍食品やレトルト食品などの調理済み食品だけではなく、混ぜ合わせるだけで

調味ができる簡便型調味料類も使用されるようになっており、多種多様な加工食品が販売されている。

そこで、加工食品への依存の実態と加工食品を使用する意識の背景について調査を行った。本研究では家庭での調理担当者を対象にアンケートを行い、家庭における加工食品・簡便型調味料の利用状況・実態および食生活や加工食品に対する意識の調査を行った。また、平成19年に行った同様の調査と比較することにより加工食品利用状況の背景をより明確

※1 日本大学短期大学部 (三島校舎) 元教授 Former Professor, Junior College (Mishima Campus), Nihon University

※2 日本大学短期大学部専攻科食物栄養専攻 卒業生 Former Student, Advanced Course of Food and Nutrition, Junior College (Mishima Campus), Nihon University

にし、時代の変化の中で加工食品の利用状況がどのように変化していったのか明らかにすることを目的とした。

2. 方法

2.1 アンケート調査実施期間

平成27年5月に行った。

2.2 調査対象

対象者は、静岡県内のN大学へ自宅通学している学生・教職員の家庭で調理を担当している者204名と、静岡県内のK小学校5・6年生の家庭で調理を担当している者200名の計404名とした。その為、この対象者には単身者や高齢者のみの家庭は含まれていない。

2.3 調査方法

調査は、作成した加工食品の利用状況調査表とアンケート調査表を用いて行い、調理担当者が記入した後回収した。アンケートの集計・加工食品依存度の算出、加工食品使用の背景を検討するための集計及び解析はExcel 2007とSPSS12.0Jのコンピューターソフトを用いて行った。

調査内容は①属性及び食生活や加工食品に対する意識の調査、②35種類の調理済み加工食品と19種類の簡便型調味料の使用状況調査とした。なお、本研究では、「調理済み加工食品」とはそのまま食べることができる惣菜やきわめて簡単な調理（温める・揚げる・混ぜる・茹でるなど）で食べられるインスタント食品・調理済み食品・調理済み冷凍食品・レトルト食品などの調味を自分で行わないものを指している。「簡便型調味料」とは調味がすでに完了しており、ほかの調味料を加えることなくそのまま料理に用いることができるものを指している。

調理済み加工食品および簡便型調味料の利用状況調査では、回答を点数化した。その点数配分は「食べない」を0点、「手作りが主」を1点、「たまに加工食品」2点、「半々くらい」3点、「たまに手作り」4点、「加工食品が主」5点とし、次式にて算出した。
 個人の加工食品依存度＝得点合計÷喫食料理数
 各料理の加工食品依存度＝ $\left\{ \sum (\text{各得点} \times \text{その得点を選んだ人数}) \right\} \div \text{各料理の喫食者数}$
 各料理の喫食率＝喫食人数÷被調査者合計×100(%)

3. 結果および考察

3.1 被調査者の概要（属性）について

被調査者の概要は表1に示した。調査用紙の回収率は404部の配布に対して264部で65.3%であった。

表1 被調査者の概要（属性）

回収率	65.3% (404部配布264部回収)		
調理担当者の性別	男5人(1.9%)、女254人(96.2%)、回答なし5人(1.9%)		
調理担当者の年齢	10～19歳	2人	0.8%
	20～29歳	3人	1.1%
	30～39歳	39人	14.8%
	40～49歳	157人	59.5%
	50～59歳	53人	20.0%
	60～69歳	6人	2.3%
	70歳以上	3人	1.1%
		回答なし	1人
家族数	2人	10人	4.0%
	3人	53人	20.0%
	4人	106人	40.0%
	5人	58人	22.0%
	6人	26人	10.0%
	7人	9人	3.0%
	8人	2人	1.0%
家族構成	核家族	211組	79.9%
	3世代家族	47組	17.8%
	その他の家族構成	6組	2.3%
調理担当者の職業	自営業	15人	5.7%
	公務員	13人	4.9%
	会社員	44人	16.7%
	パート	100人	37.9%
	家事専業	78人	29.5%
	その他	14人	5.3%

また、アンケート項目や加工食品の利用状況の回答は、質問項目ごとに無回答や不明な記入を除いて集計したため、質問項目により合計人数に差がみられる。

調理担当者は圧倒的に女性が多く、男性は5名であったが、前回調査の203人中1名に比べるとわずかではあるが増える傾向を示していた。年齢層は40歳代をピークに分布していたが、20歳代以下や60歳代以上はごく少数であった。家族数は4人家族が40%と最も多かった。世帯は核家族が80%と多く、高齢者と一緒に生活している家庭は18%であった。前回調査では、高齢者と生活している世帯が23%であったのに比べて、5ポイントも減少しており、核家族化がさらに進行していた。調理担当者の職業はパートの38%が最も多く、パートも含めると有職者は65%であった。前回調査は専業主婦が44%と最も多く、パートも含めた有職者が54%であったのに比べて、調理担当者の有職率は増加していた。

3.2 食生活および加工食品について

食生活や加工食品についてのアンケートの調査結果を表2に示した。

質問1「料理をすることが好きですか」に対して、「どちらかといえば好き」が49%と最も多く、「好き」

表2 食生活および加工食品の利用について

1. 料理をすることが好きか	好き	どちらかといえば好き	どちらかといえば嫌い	嫌い			
	67 (26%)	128 (49%)	62 (24%)	4 (1%)			
2. 普段の夕食の準備に要する時間	15分未満	15～30分未満	30～45分未満	45～60分未満	60分以上		
	4 (2%)	23 (9%)	114 (43%)	99 (37%)	24 (9%)		
3. お弁当を作る頻度	ほぼ毎日	3日～4日/週	1日～2日/週	2回/月	作らない		
	108 (41%)	38 (14%)	42 (16%)	1 (0%)	75 (29%)		
4. 夕食の夕食頻度	ほぼ毎日	3～4回/週	1～2回/週	1～2回/月	1回/2, 3ヶ月	ほぼ無し	
	8 (3%)	3 (1%)	37 (14%)	96 (36%)	58 (22%)	62 (24%)	
5. 市販のお弁当を食べる頻度	ほぼ毎日	3～4回/週	1～2回/週	1～2回/2週	1～2回/月	ほぼ食べない	
	6 (2%)	5 (2%)	30 (11%)	33 (13%)	58 (22%)	132 (50%)	
6. 塩の取り方に注意しているか	常に注意	注意するようにしている	あまり注意していない	注意していない			
	26 (10%)	146 (55%)	88 (33%)	4 (2%)			
7. 乳・乳製品を毎日摂っているか	ほぼ毎日	3～4日/週	1日～2日/週	あまり摂っていない			
	150 (57%)	53 (20%)	35 (13%)	26 (10%)			
8. 新しい加工食品に対する興味	非常に興味がある	どちらかといえば興味がある	あまり興味がない	興味がない			
	21 (8%)	129 (50%)	88 (34%)	20 (8%)			
9. 料理に関する情報を得る方法	新聞	雑誌	インターネット	テレビ	その他		
	13 (4%)	81 (23%)	106 (31%)	130 (38%)	14 (4%)		
10. 夕食に加工食品を利用する頻度	ほぼ毎日	3～4回/週	1～2回/週	1～2回/月	ほぼ利用なし		
	6 (2%)	34 (13%)	89 (34%)	64 (25%)	67 (26%)		
11. 混ぜ合わせるだけの調味料類の使用頻度/日	4品以上	2～3品	0～1品	ほぼ使用なし			
	0 (0%)	19 (8%)	160 (63%)	74 (29%)			
12. 今後の加工食品の利用	より利用したい	今後も今ぐらい利用したい	現在利用していないが今後は利用したい	出来るだけ減らしたい	今後は利用したくない	今後とも利用しない	その他
	2 (1%)	148 (57%)	1 (1%)	88 (34%)	1 (1%)	10 (4%)	6 (2%)

表中の数字は回答人数 ()内は%

と答えた人と合わせると75%になり、調査対象者の3/4が料理は好きだと回答していた。また、“どちらかといえば嫌い”と“嫌い”を合わせると25%となり、前回調査の、“どちらかといえば嫌い”と“嫌い”を合わせた14%と比べると、かなり料理嫌いが増加していた。

質問2「夕食の準備に要する時間はどのくらいですか」については、“30～45分未満”が43%と最も多く、前回調査と同様の結果となった。一方、調理時間に60分以上かけると答えた人が9%であったのに対して、前回調査では17.7%であったことから、今

回の調査対象者は簡便化又は時間がかけられなくなっている傾向が見られた。

質問3「あなたはどのくらいの頻度でお弁当を作っているのか」への回答は、“ほぼ毎日作る”と“1週間に3日～4日作る”を合わせて55%であり、半数以上の人ほとんど毎日お弁当を作っていることがわかった。前回調査でも、50%以上の人と同様に回答している。

質問4「夕食はどのくらいの頻度で外食をしますか」に対しては“1か月に1～2回”が36%と最も多く、次に“ほとんどしない”が24%であった。こ

のことから、夕食を外で済ませることが少ないと考えられ、前回調査と同様の結果となった。

質問5「市販のお弁当をどのくらい食べるか」の回答は、“ほとんど食べない”が50%であった。また、“ほとんど毎日食べる”と“週に3～4回食べる”を合わせて4%と少数派であることから、前回調査の結果と同様に市販のお弁当はあまり食べられないことが分かった。

質問6～9と11は今回の調査で新たに加えた項目である。

質問6「日常生活で塩の摂り方に注意していますか」には“注意するようにしている”が55%と最も多く、“常に注意している”を加えると、約7割の家庭が食塩の摂取に気を付けていることがわかった。

質問7「乳・乳製品を毎日摂っていますか」には“ほぼ毎日摂っている”が57%と半数以上の人が意識的に摂取していると考えられる。

質問6と7は健康意識に関する質問であり、この結果から被調査者の健康意識は高いと考えられた。

質問8「新しい加工食品に対して興味を持っていますか」は“非常に興味を持っている”と“どちらかといえば興味を持っている”を合わせると58%と半数以上になり、新商品に対する注目度は高いと思われる。

質問9「料理に関する情報は主としてどこから得ていますか」(複数回答)に関しては、テレビが49%で、次いでインターネットの40%であった。従来からの新聞(5%)や雑誌(31%)を情報源として挙げる人は少なくなっていた。

質問10「夕食で加工食品はどのくらい使っていますか」では“ほぼ毎日”と“1週間に3～4回程度”と合わせると49%であった。前回調査では69.7%だったため、夕食での加工食品の使用頻度は、アンケートの調査結果では低下していることを示していた。

質問11「味が整えられており、混ぜるだけの調味料を1日に何品使用しているか」では“0～1品”が63%と一番多かった。また“4品以上”使う家庭はなく、“ほとんど使用しない”と答えた家庭は29%であった。

また、「混ぜ合わせるだけの調味料類で使ったことのあるものをすべて挙げてください」という質問では、多くの加工食品の名前が挙げられた。最も多かったのは“カレールー”や“シチュールー”で、昔から使用されている簡便型調味料類が多かった。しかしながら“エビチリの素”や“酢豚の素”なども挙げられており、カレールー等以降に販売されるよう

になった新たな簡便型調味料も定着しつつあるように思われた。

質問12「今後加工食品を利用したいか」には“今後も今くらい利用したい”が57%と最も多かった。加工食品の利用に関して“もっと利用したい”と“現在利用していないが今後利用したい”は合わせて2%と少なかった。しかし、“出来るだけ減らしたい”、“今後は利用したくない”、“今後とも利用しない”を合わせると39%であり、積極的に利用したいを大きく上回り、前回調査と同様の結果となった。

3.3 加工食品利用頻度と他の質問項目との関連性について

調理担当者が認識している加工食品の利用頻度と意識の関連性を調べる為に、表2の質問10の回答者を「よく使う」40名(ほぼ毎日使う+1週間に3～4回)、「ときどき使う」89名(1週間に1～2回)、「あまり使わない」131名(1か月に1～2回+ほとんど使わない)の3グループに分けて、質問1～8及び11・12とをクロス集計し、 χ^2 検定を行った。有意差が認められなかったのは、質問3「お弁当を作る頻度」、質問6「塩の摂り方」、質問7「乳・乳製品の摂り方」、及び質問12「今後加工食品を利用したいか」で、他の6項目については有意差が認められた。

調理担当者自身が認識している加工食品の利用頻度とお弁当を作る頻度は、前回調査とは異なり有意差が認められず関連がなかった。また、健康意識の高い人の方が加工食品の利用が少ないという報告²⁾を参考として、健康意識を表す質問項目として、塩の摂り方と乳・乳製品の摂り方を設定したが、これらは加工食品の利用状況と有意な関係は見られなかった。

一方料理の好き嫌いについては、加工食品利用頻度の少ない人ほど料理が好きであることが0.1%の危険率で示された(図1)。夕食の準備に要する時間については、0.1%の危険率で有意差が認められ、加工食品利用頻度が少ない人ほど夕食の準備に時間をかけていることがわかった(図2)。夕食の外食頻度は、0.5%の危険率で有意差が認められ、加工食品利用頻度が多い人ほど、外食の機会が多いことがわかった(図3)。市販のお弁当を食べる頻度は0.1%の危険率で有意差が認められ、加工食品の利用の頻度が多い人ほど市販のお弁当をよく食べることがわかった(図4)。新しく発売される加工食品に対する興味については0.1%の危険率で有意な差がみられ、加工食品をよく利用する人ほど、新しい加工食品に対す

る興味が強く関心が高いということがわかった（図5）。前回調査では、有意差が認められなかった、“夕食の準備時間（図2）”“新たな加工食品に対する興味（図5）”についても関連が認められた。また、簡便型調味料類の使用頻度についても0.1%の危険率で有意差が認められ、加工食品をよく利用する人ほどよく使用していることがわかった（図6）。

次に加工食品利用頻度と属性とのクロス集計と χ^2 検定の解析を行った。その結果、家族構成、家族人数、職業及び調理担当者の年齢は加工食品利用頻度による有意差は認められず、これらの被調査者の属性は加工食品利用頻度と関係がないことがわかった。

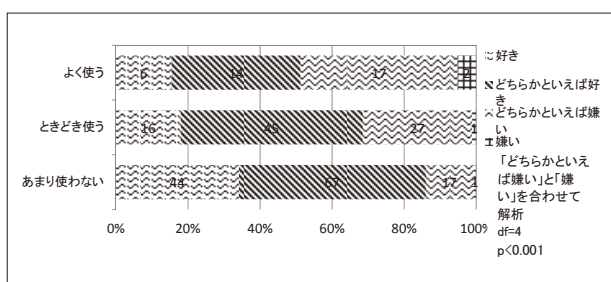


図1 料理が好きかと加工食品利用頻度

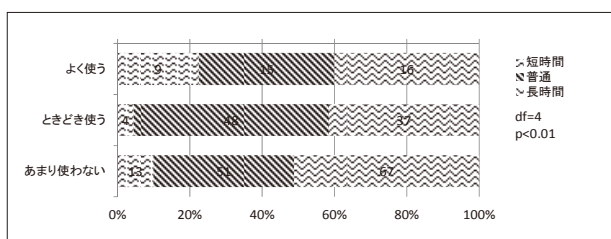


図2 夕食の準備に要する時間と加工食品利用頻度

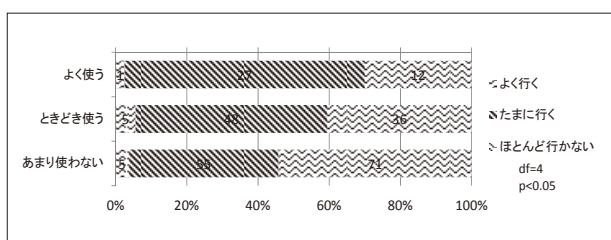


図3 夕食の外出頻度と加工食品利用頻度

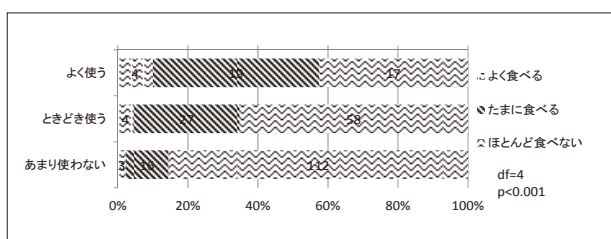


図4 市販のお弁当を食べる頻度と加工食品利用頻度

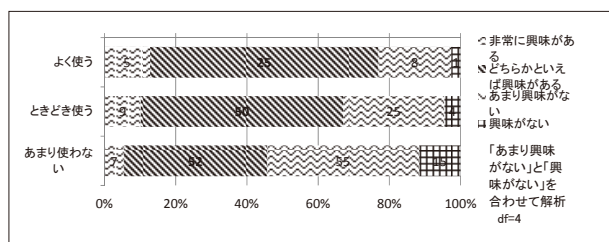


図5 加工食品に対する興味と加工食品利用頻度

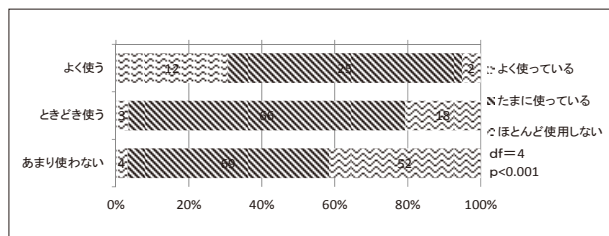


図6 日に使用する混ぜ合わせるだけの調味料類と加工食品利用頻度

3.4 加工食品を利用する理由について

アンケート質問10の回答で、ほとんど加工食品を利用しないと回答した以外の193人に、その利用する理由を3つまで挙げてもらい、集計した結果を図7に示した。数は少なかったが「自分では作らない料理が食べられるから（17.6%）」、「自分で作るよりおいしいから（3.6%）」と自分の調理能力を補うものとしてとらえている人や、「価格が安いから（6.2%）」、「長持ちするし保存がきくから（17.1%）」と経済的な面からとらえている人もいた。少数意見としては「アレンジして使えるから」や「子供は食べず、自分が好きなもの」という意見が挙げられており、加工食品の利用の幅を広げている人もいたが、「すぐに食べられる（65.8%）」、「調理の時間が省ける（64.8%）」

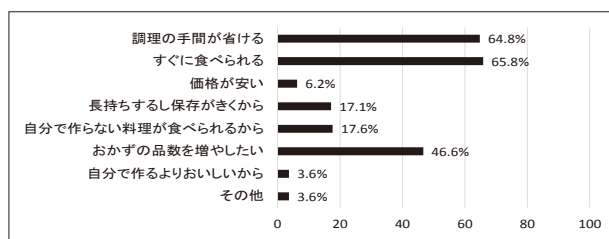


図7 加工食品を利用する理由

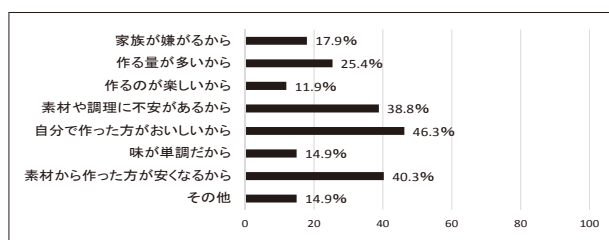


図8 加工食品を利用しない理由

表3 調理済み加工食品及び簡便型調味料の喫食率、加工食品依存度とその利用理由

	様式	平成27年					平成19年					
		料理名	喫食率(%)	依存度	理由1位	理由2位	理由3位	喫食率(%)	依存度	理由1位	理由2位	理由3位
主食	1 和	おにぎり	95.1	1.6	1	3	2	99	1.6	1	3	2
	2 和	牛丼	82.2	2.0	1	3	2	71.9	1.6	1	3	2
	3 和	やしそば	95.5	1.4	1	3	2	97.5	1.4	1	3	2
	4 和	お好み焼き	83.7	1.5	1	2	4	90.6	1.4	1	3	2
	5 和	炊き込みご飯	93.6	1.6	1	3	4	94.6	1.5	1	3	4
	6 洋	グラタン	87.5	2.1	1	3	4	87.7	2.0	1	3	4
	7 洋	スパゲティー	95.5	2.1	1	3	4	98.0	1.7	1	3	4
	8 中	ラーメン	92.4	3.2	3	1	4	96.1	3.0	3	1	4
	9 和	親子丼	81.1	1.1	1	3	2	81.8	1.1	1	3	2
	10 洋	ピラフ	62.9	2.5	1	3	2	66.5	2.3	1	3	9
	11 中	チャーハン	93.2	1.3	1	3	2	98.5	1.3	1	3	2
主菜	12 和	おでん	96.6	1.5	1	3	2	96.6	1.4	1	3	2
	13 和	てんぷら	87.9	1.7	1	3	2	94.1	1.7	1	3	2
	14 和	とんかつ	89.4	2.0	1	3	2	93.1	1.1	1	3	4
	15 洋	ハンバーグ	95.5	1.5	1	4	3	97.5	1.5	1	4	2
	16 和	煮魚	88.3	1.3	1	4	3	91.1	1.1	1	4	3
	17 和	茶碗蒸し	59.5	2.4	1	9	4	71.4	2.2	1	3	4
	18 和	肉じゃが	95.8	1.1	1	4	3	97.5	1.1	1	4	3
	19 中	餃子	97.3	2.3	1	3	5	98.5	2.2	1	4	3
	20 中	シューマイ	86.7	3.9	3	1	9					
	21 洋	海老フライ	82.6	2.1	1	3	2	90.6	2.1	1	3	4
	22 洋	コロッケ	94.3	3.1	1	3	9	98.5	2.9	3	1	6
	23 和	鶏のから揚げ	96.2	1.8	1	3	4	97.5	1.9	1	3	4
	24 洋	ロールキャベツ	75.4	1.9	1	3	4	77.8	2.0	1	4	2
	25 和	筑前煮	78.0	1.3	1	2	4	83.7	1.2	1	2	4
副菜	26 和	きんぴら	90.5	1.5	1	3	2	95.6	1.4	1	3	2
	27 和	煮豆	76.5	3.0	1	9	3	77.8	3.0	1	9	3
	28 中	中華サラダ	68.9	2.1	1	3	2	75.9	2.1	1	3	7
	29 洋	マカロニサラダ	84.5	1.8	1	3	2	89.2	1.6	1	3	2
	30 洋	ポテトサラダ	94.7	1.7	1	3	2	96.1	1.5	1	2	3
汁物	31 和	味噌汁	97.0	1.2	1	3	2	98.0	1.2	1	3	4
	32 洋	コーンスープ	88.6	3.5	3	1	9	91.6	3.6	3	1	9
	33 中	春雨スープ	62.9	2.8	3	1	9	62.1	2.8	3	1	9
	34 和	すまし汁	74.6	1.3	1	3	2	85.7	1.4	1	3	4
	35 中	わかめスープ	87.1	2.3	1	3	2	83.7	2.2	3	1	2
		平成27年					平成19年					
	様式	料理名	喫食率(%)	依存度	理由1位	理由2位	理由3位	喫食率(%)	依存度	理由1位	理由2位	理由3位
簡便型調味料	1 和	から揚げ粉	80.7	2.0	1	3	4	86.2	2.7	1	3	4
	2 洋	カレールー	95.8	4.5	3	1	9	99.5	4.6	3	9	1
	3 洋	シチュールー	92.0	4.3	3	1	9	98.0	4.3	3	1	9
	4 和	めんつゆ	96.2	4.2	3	1	9	100.0	3.7	3	1	9
	5 洋	マヨネーズ	95.8	4.9	3	1	9	98.5	4.9	3	9	1
	6 洋	ドレッシング各種	95.8	4.4	1	3	9	98.0	4.4	3	1	9
	7 和	だしのもと	92.0	4.1	3	1	9	95.1	4.2	3	1	9
	8 和	すし酢	86.4	3.2	3	1	2	92.6	3.0	3	1	2
	9 中	麻婆茄子のもと	73.5	3.3	3	1	9					
	10 中	麻婆豆腐のもと	91.7	3.4	3	1	5					
	11 中	バンバンジーソースのもと	41.7	3.3	1	3	2					
	12 中	ホイコーローのもと	68.2	3.3	1	3	2					
	13 中	ゴーヤチャンプルのもと	50.4	1.7	1	3	2					
	14 和	サバの味噌煮のもと	63.3	1.2	1	4	3					
	15 和	ごまそ和えのもと	59.1	1.3	1	3	2					
	16 和	三杯酢のもと	60.6	1.4	1	3	2					
	17 和	お茶漬のもと	73.5	4.5	3	1	9					
	18 和	鍋つゆ(各種)	91.3	3.2	3	1	9					
	19 和	ポン酢	93.2	4.7	3	1	9					
理由		1. おいしいから 2. 経済的だと思うから 3. 簡単だから 4. 家族が好むから 5. 手作りする時間がないから 6. もう一品増やしたいから 7. お弁当のおかずを利用するから 8. 手作りの方法が分からないから 9. 手作りするのが面倒だから 10. その他										
* 印		平成27年・平成19年共にお弁当のおかずを利用すると多く挙げられたもの										
△ 印		平成27年にお弁当のおかずを利用すると多く挙げられたもの										
☆ 印		平成19年にお弁当のおかずを利用すると多く挙げられたもの										

及び「おかずの品数を増やしたい(46.6%)」と利便性を挙げている人が圧倒的に多かった。

「ほとんど利用しない」と回答した67人にその利用

しない理由を3つまで挙げてもらい、集計した結果が図8である。「自分で作った方がおいしいから(46.3%)」と答えた人が最も多く、また「素材から

作った方が安くなるから (40.3%)」及び「素材や調理に不安があるから (38.8%)」という意見が挙げられており、おいしさや経済的な面あるいは、加工食品に対する不安など多様な面から同じくらいの率で挙げられていた。その他の意見として「添加物の摂取が嫌だから」や「手作りを食べさせたい」などの味覚や安全性についての意見も挙げられた。いずれも上位3位までの理由は前回調査と同様であった。

3.5 各料理の加工食品依存度について

35種類の調理済み加工食品および19種類の簡便型調味料の喫食率、加工食品依存度とその利用理由の結果を表3に示した。いずれも平成19年の調査結果は右側に示してある。

喫食率を見るとほとんどの料理が70~90%以上と高率であった。料理の依存度を、主食・主菜・副菜・汁物と分けて見てみると、主食の依存度は“グラタン”、“スパゲッティ”、“ラーメン”、“ピラフ”が2~3点台と高く、特に“ラーメン”は最も高かった。これは袋麺やカップラーメン等のインスタントラーメンが主流になり家庭では滅多に手作りすることが無く、もともと加工食品の形で家庭に普及していったのではないかと考えられる。主菜の依存度は“茶碗蒸し”、“餃子”、“シュウマイ”、“エビフライ”、“コロッケ”が高かった。中華や洋食が多く、またお弁当のおかずにもよく利用されるという回答が出ていることから、依存度が高くなったのではないかと考えられる。また、“茶碗蒸し”は手間がかかり上手に作るためには技術も必要であるため、加工食品への依存が高くなっているものと考えられる。副菜の依存度では“煮豆”の依存度が高かった。調理に時間がかかるため依存度が高くなったと考えられる。汁物の依存度は、和食の“味噌汁”、“すまし汁”の依存度は低かったが、洋風・中華風のスープに関しては依存度が高かった。料理の様式別に依存度を比較してみると、洋食 (2.2) と中華 (2.6) の依存度が高く和食 (1.6) が低いという結果が得られた。

簡便型調味料は種類も豊富になってきている為、19品になった。従来と同じ“から揚げ粉”から“すし酢”までの8品は喫食率も高く、依存度も平成19年と同様の傾向であった。“麻婆ナスの素”以下は、今回の調査で追加したものであるが、“麻婆豆腐の素”、“鍋つゆ (各種)”、“ポン酢”の3つは喫食率も高く依存度も3.2~4.7と高かった。“麻婆茄子のもと”、“お茶漬の素”、“バンバンジーソースの素”及び“ホイコーローの素”は喫食率は低いものの依存度は高く、使用している人はかなりの頻度で使用し

ていることが推測された。この、“バンバンジーソースの素”はきゅうりや蒸し鶏をカットした上にかけるだけのものなので、従来のマヨネーズやサラダドレッシングと同じ感覚で使われているのではないかと推測される。“ホイコーローの素”は調味料の混ぜ具合が難しいのか、加工食品に依存することが多いことがわかった。“ゴーヤチャンプル素”、“さばの味噌煮の素”、“ゴマみそ和えの素”および“三杯酢の素”の喫食率は50.4~63.3%と低く、依存度も1.2~1.7と簡便型調味料の中でも、特に低かった。これらの加工食品はまだ一般的には普及していないため、加工食品への依存度が低く、周知されてくると依存度も上がるのではないかと考えられる。料理の様式別に依存度を比較してみると、洋食 (4.5) が一番高く中華 (3.0) と和食 (3.0) の依存度が同じという結果であった。

加工食品を利用する理由として最も多かったのは“おいしいから”という嗜好的な面であった。また“簡単だから”や“経済的だと思うから”、“家族が好むから”、“手作りする時間がない”、“手作りするのが面倒”などが挙げられていた。

3.6 各個人の加工食品依存度

各個人の加工食品依存度の平均値を表4に示した。

表4 加工食品依存度

調査年	依存度 平均±SD	人数	料理数
平成27年	2.50±0.66	260	54
平成19年	2.28±0.59	203	50 (H27年と共通は42)
***: p<0.001で有意差あり			

平成19年の依存度2.28に対し、平成27年は2.50で、有意に加工食品への依存度は増大していた。

また、各個人が認識している加工食品利用状況と、各個人の実際の加工食品利用状況から算出した加工食品依存度との関係を調べた。加工食品の依存度は“3以上4未満”を“よく依存している”、“2以上3未満”を“中程度に依存している”、“1以上2未満”を“あまり依存していない”というグループに分け、各個人の加工食品利用頻度の自覚とクロス集計を行った。

その結果、0.1%の危険率で有意差が認められ、加工食品をよく利用していると認識している人ほど、実際の加工食品依存度が高いことがわかった (図9)。つまり、各個人の加工食品利用頻度の認識と加工食品の利用状況から算出した依存度は一致していた。

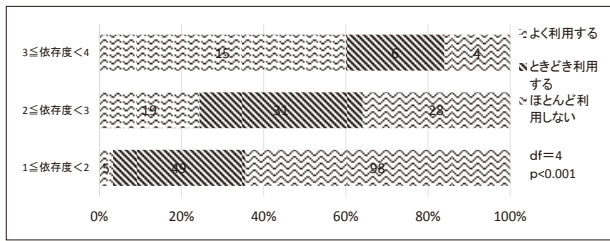


図9 加工食品の利用頻度と加工食品依存度

3.7 食生活や加工食品についてのアンケート結果と加工食品依存度について

前述のように、各個人の加工食品依存度は各個人が認識している加工食品の利用状況と一致していることから、各個人の加工食品依存度と属性およびアンケート項目とのクロス集計を「3.3」と同様に行った。その結果、ほぼすべての項目で同様の傾向を示し、さらに有意差を示した項目が加工食品利用頻度より多かった。依存度の方が各個人の加工食品利用状況の認識より客観的に利用状況を表しているためであると考えられる。

各個人が認識している加工食品利用頻度では弁当を作る頻度に有意差は認められなかった（危険率62%）が、“お弁当を作る頻度と加工食品依存度”では危険率0.1%で有意差が認められ（図10）、加工食品依存度の高い人ほどお弁当を作る頻度が多かった。また、“日常生活での塩の摂り方”及び“乳・乳製品の摂り方”はいずれも加工食品利用頻度では有意差は認められなかったが、加工食品依存度では依存度の低い人ほど健康意識が高いことがはっきりと示された（図11、図12）。今後の加工食品の利用についても加工食品依存度では有意差が認められ、依存度の大きい人ほどこれからも利用したいと回答する人が多かった（図13）。さらに、属性の“職業”でも加工食品依存度では有意差がみられ（図14）、時間に余裕がある人ほど、加工食品をあまり利用していない人が多い事を示していた。安田ら³⁾も加工食品の利用背景として、職業の有無による夕食の調理時間の長短が大きく関与していると報告している。

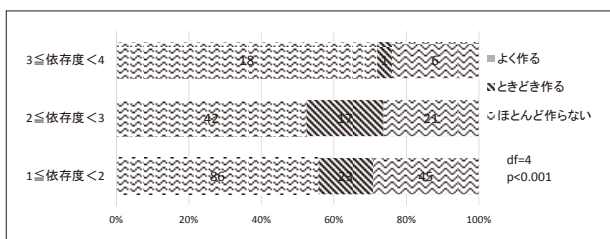


図10 お弁当を作る頻度と加工食品依存度

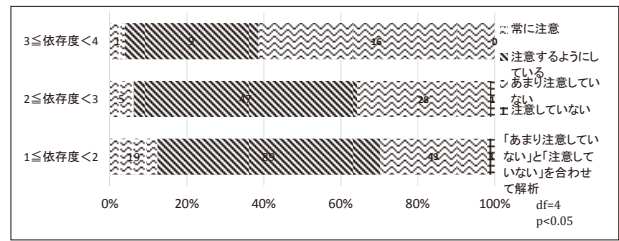


図11 日常生活での塩の摂り方と加工食品依存度

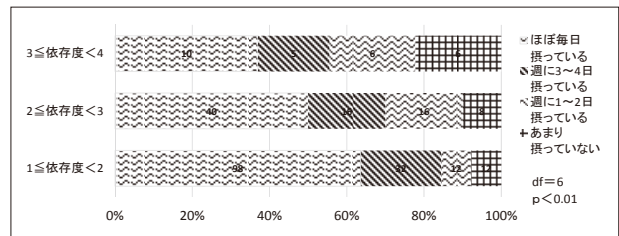


図12 乳・乳製品の摂取状況と加工食品依存度

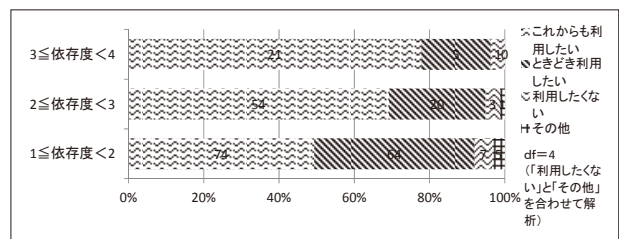


図13 今後加工食品を利用したいかと加工食品依存度

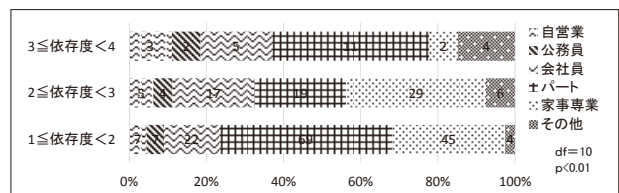


図14 職業と加工食品依存度

4. まとめ

現在、日本では多種多様な加工食品が販売されており冷凍食品などの加工食品を使用するだけではなく、お惣菜をスーパーで購入し家で食べる中食も増え中食市場規模も年々増加傾向にある⁴⁾。そこで、加工食品等の家庭での利用状況の現状と加工食品利用の背景を明らかにする目的で本調査を行った。

平成19年の調査に比べて、被調査者の家族構成は核家族が増えており、三世帯家族が減っていた。また、料理に対する意識としては、調理があまり好きでない人が増えており、夕食の準備に要する時間も減っていた。

加工食品の使用理由として、“すぐに食べることが出来る”、“調理の手間が省ける”、や“おかずの品数を増やしたいから”という利便性を挙げている人が

圧倒的に多かった。一方加工食品を利用しない理由としては、おいしさや経済的な面あるいは、加工食品に対する不安など多様な面からの理由が挙げられていた。

個人の加工食品依存度は、平成19年の2.27に比べて、平成27年は2.50と有意に上昇していた。また、個々の料理の加工食品依存度は、中華料理や西洋料理に依存性が高く、和食は低かった。平成19年の調査結果でも、西洋料理や中華料理の加工食品依存度は高かった。また、お弁当によく利用されている料理も平成19年の調査結果とあまり大きな変化は見られなかった。

簡便型調味料類については、従来型は依存度も高く平成19年と大きな変化はなかった。本調査で新たに加えたもの（バンバンジーソースのものを除く）は、喫食率の低いものは依存度も低かった。簡便型調味料の依存度は各料理の依存度よりも高い傾向が見られた。

利用の背景を知るために各個人が自覚している加工食品の利用頻度及び利用状況調査から算出した各個人の加工食品依存度で被調査者を分類し、アンケート項目への回答や属性とのクロス集計を試みた。その結果、家族の属性については家族構成、家族人数及び調理担当者の年齢はいずれも加工食品の利用状況とは関係が無いことが分かった。

一方、料理が好きで、夕食の準備時間が長く、夕食の夕食が少なく、市販のお弁当を食べる回数が少なく、新しい加工食品に対しての興味がなく、簡便型調味料類をあまり使わない人が加工食品の利用状況は少ないことがわかった。また、客観的な数値で示される加工食品依存度の方が有意差を示した項目が多く、お弁当を作る頻度の少ない人、健康意識の高い人あるいは今後の加工食品への依存を消極的に考えている人、専業主婦やパートなどの自由時間の多い人の方が、加工食品の利用状況は少ないことが分かった。

5. 参考文献

- 1) 川端晶子, 大羽和子, 健康調理学第4版, p.11, 株式会社学建書院(東京), 2012
- 2) 武藤慶子, 山田志麻, 調理簡便化と栄養・運動・休養の意識調査, 九州女子大学紀要, 第34巻2・4合併号, pp.45-54, 1997
- 3) 安田直子, 岡本佳子, 浅野真知子, 深蔵紀子, 尾立純子, 瓦家千代子, 山本悦子, 伊藤ソヨ子, 島田豊治, 難波敦子, 調理済み食品利用の背景－食事づくりにかかわる要因－, 栄養学雑誌, 48巻3号 pp.107-119, 1990
- 4) 堀田宗徳, 最近の中食の動向, 日本調理科学学会誌, 40 pp.104-108, 2007