

幼稚園児の家庭における煮物調理の実態調査

Survey on Simmer-cooking by Kindergartners' Families

志垣 瞳*

Hitomi Shigaki

A questionnaire survey was conducted in 2012 on kindergartners' families to investigate simmer-cooking use in the Kansai area. Many of the respondents reported cooking and eating simmer-cooked dishes three or four times a week. However, 62.6% of the respondents did not purchase prepared simmer-cooking products. Compared with the results obtained in 2006, a smaller respondents reported cooking and eating simmer-cooked dishes in 2012, a larger number of respondents in 2012 did not purchase prepared simmer-cooked products

緒言

煮物調理は、日本の料理文化を代表する調理法である。煮物は米を主食とした日本料理には欠かせない料理であり、各地でとれた旬の野菜や魚介類などを利用して季節感のある郷土料理として食卓を彩ってきた。近年、生活のスタイルや家族形態の変化に伴って、食生活は多様化し、食事内容や形態が変化している。従来は家庭で行われてきた調理作業の外部化が進んで、外食や中食を利用する機会が増えている^{1,2)}。これまでに料理全般や素材ごとの研究は行われていた³⁻⁵⁾が、煮物そのものに関する研究は少なかつたため、日本調理科学会近畿支部「煮る研究分科7会」では食生活の変化にともなう煮物の調味や煮物の調理・購入など煮物調理全般に関する実態を明らかにするために、大学生や幼稚園・保育園家庭を対象に、2000年および2006年の10月にアンケート調査を実施し、結果を報告した^{6,7)}。

先の調査から5年が経過し、前回の結果との比較を行うことにより、関西における煮物を中心とした、食生活の実態を把握し、今後の食育や食文化の方向性を検討しその進展に期することを目的にアンケート調査を実施した。

調査方法

1. 調査方法

調査は、帝塚山幼稚園の保護者を対象として2012年9月に、留め置き法でアンケート調査を実施した。配布数148に対し、回収率は138、有効回答数は115（有効回答率77.7%）であった。

調査項目は、調理担当者の属性、料理を作ることの好き嫌い、料理するときの意識、平日・休日の食事作りに要する時間、好きな料理様式と料理、よく作る料理、煮物を食べる・作る・買う頻度、よく作る煮物と買う煮物、煮物調理で使用するだしの種類と調味料についてである。好きな料理・よく作る料理・料理するときの意識は選択肢の中から3つ選択させた。煮物の種類は、前回の調査^{6,7)}で取り上げた和風の煮物21種類をあげて、5つ選択させた。この結果は以後「幼児家庭」とした。

なお関西全域においても同じ時期に大阪・奈良・兵庫などの大学、幼稚園、保育園の保護者にアンケート用紙を配布して調理担当者に回答を求めた。配布数2303に対し、有効回答数1709（有効回答率74.2%）であった。この結果は以後「全家庭」として、幼児家庭における結果の比較対

*食物栄養学科 教授

象とした。

調査結果は単純集計及びクロス集計し、 χ^2 検定を行った。

2. 倫理的配慮

本研究は帝塚山大学研究倫理委員会の審査を受けて承認を得るとともに、知り得た対象者の個人情報、外部に漏れないように適切に管理している。

結果および考察

1. 調理担当者の属性

調理担当者の属性を表1に示した。年齢は幼稚園児の親世代にあたる30歳代と40歳代が中心で、合わせて91.3%であった。居住地域は奈良と大阪で合わせて91.3%を占め、京都が7.0%であった。就業形態では家事専従が67.8%、常勤が15.6%であった。家族数は4人が53.9%、次いで3人が22.6%、5人が15.7%の順であり、家族数の平均は3.9人であった。調理担当者は全員が女性であった。

平日と休日の食事作りに要する時間を表2に示した。平日の幼児家庭における朝食では、「30分未満」が94.0%を占めた。昼食では「30分未満」が60.9%、「30分～1時間」が29.6%であった。これらの数値は全家庭に比べて高く、特に昼食の食事作りは全家庭に比べて時間をかけており、昼食を「作らない」と答えた人も全家庭に比べて少なかった ($p < 0.05$)。これは当幼稚園では週のうち2回は給食があるが、残りの3回は給食なしで帰宅し、家庭での昼食回数が多いためと考える。夕食では「1～2時間」が48.8%と約半数を占め、次いで「30分～1時間」が39.1%であり、三食の中で一番時間をかけていた。全家庭では「30分

表1 調理担当者の属性

	人 (%)
1. 年齢	
20歳代	7 (6.1)
30歳代	65(56.5)
40歳代	40(34.8)
50歳代	2 (1.7)
60歳代	1 (0.9)
2. 居住地域	
大阪	25(21.7)
奈良	80(69.6)
京都	8 (7.0)
未記入	2 (1.7)
3. 就業形態	
常勤	18(15.6)
パートタイム	5 (4.4)
自営業	8 (7.0)
家事専従	78(67.8)
その他	3 (2.6)
未記入	3 (2.6)
4. 家族数	
1人	0 (0.0)
2人	4 (3.5)
3人	26(22.6)
4人	62(53.9)
5人	18(15.7)
6人	2 (1.7)
7人以上	2 (1.7)
未記入	1 (0.9)

(n=115)

表2 平日と休日の食事作りに要する時間

	平日		休日		%
	幼児家庭(n=115)	全家庭 (n=2076)	幼児家庭(n=115)	全家庭 (n=2076)	
朝食					
作らない	4.3	9.2	3.5	8.9	
30分未満	94.0	84.9	85.2	82.0	
30分～1時間	1.7	5.2	11.3	7.9	
1～2時間	0.0	0.4	0.0	0.3	
2時間以上	0.0	0.1	0.0	0.0	
未記入	0.0	0.2	0.0	0.9	
昼食					
作らない	9.5	21.0	4.3	5.7	
30分未満	60.9	55.3	53.1	53.2	
30分～1時間	29.6	20.1	42.6	37.9	
1～2時間	0.0	0.3	0.0	1.6	
2時間以上	0.0	0.0	0.0	0.1	
未記入	0.0	3.3	0.0	1.5	
夕食					
作らない	1.7	2.2	7.0	2.6	
30分未満	7.8	6.9	7.8	4.7	
30分～1時間	39.2	50.9	40.0	43.5	
1～2時間	48.7	38.0	44.3	45.3	
2時間以上	2.6	1.6	0.9	2.9	
未記入	0.0	0.4	0.0	1.0	

※ $p < 0.05$

～1時間」が50.9%、「1～2時間」が38.0%であり、幼児家庭は全家庭に比べて夕食の食事作りに多くの時間を費やす傾向がみられた。この理由の一つとして家事専従者が半数以上を占めていることが考えられる。平日の幼児家庭では食事を「作らない」という割合は三食とも全家庭より低かったが、朝食を「作らない」家庭が4.3%あった。

休日の幼児家庭における朝・昼・夕食の食事作りの時間も平日と同じような傾向であった。

平日の朝食を作らないという4.3%の家庭の幼児が、朝食欠食児に相当するかについては今回の調査ではわからないが、発育が著しい幼児の家庭で朝食が用意されないことは問題である。2010年度の国民健康栄養調査結果⁸⁾では1～6歳の男は6.8%、女は4.4%が朝食欠食者であった。2001年から始まった「健やか親子21」は2015年4月から新たな10年間の目標に向けて第2次計画がスタートし、「すべての子どもが健やかに育つ社会」を目指して、子どもの生活習慣の形成という観点から「朝食を欠食する子どもの割合」を減らす取組を進めている⁹⁾。親の朝食作りを促す食育は子どもの朝食欠食を減らすうえで重要な課題である。

料理を作ることの好き嫌いについてたずねた結果を表3に示した。幼児家庭では「特に好き」が3.6%、「好き」が53.9%であり、合わせて57.5%であった。全家庭でも同じような傾向がみられた。表には示していないが、料理を作ることの好き嫌いを年代別にみると、「特に好き・好き」と答えた割合は40歳未満が40歳以上より高かった。

料理をするときの意識についての結果を図1に示した。幼児家庭では「自分や家族の好み」が87.0%と最も多く、次いで「栄養」が83.1%、「健康」が53.0%であり、これらは全家庭より高い数値であった。全家庭では「自分や家族の好み」、

「栄養」、「手軽さ・時間」の順であり、「手軽さ・時間」の割合は幼児家庭の方が低かった。また「経済性」でも幼児家庭の方が低く、両者間の意識には有意な差が認められた(p<0.01)。幼児家庭では家事専従者が多く、表2で示したように、平日の昼食や夕食作りに費やす時間が全家庭より多いため「手軽さや時間」を意識せずに、食事作りに取り組む家庭が多いのではないかと考える。表には示していないが、幼児家庭における意識を年代別にみると、40歳未満では多い順に「自分や家族の好み」(93.1%)、「栄養」(84.7%)、「健康」・「手軽さ・時間」(47.2%)であるが、40歳以上では「栄養」(81.4%)、「自分や家族の好み」(76.7%)、健康」(62.8%)の順であった。食事作りでは年齢が高くなると、栄養や健康に配慮する傾向が強くなることが認められた。

好きな料理様式についての結果を表4に示した。幼児家庭では和風と答えた人が63.5%で最も多く、次いで洋風が29.6%、中国風が2.6%であり、全家庭では和風64.5%、洋風24.1%、中国風5.5%であった。前回の結果⁷⁾では和風69.8%、洋風21.1%、中国風4.9%であり、和風

表3 料理を作ることの好き嫌い

	幼児家庭(n=115)	全家庭(n=2076)
特に好き	3.5	6.2
好き	53.9	50.0
どちらともいえない	29.6	29.0
あまり好きではない	9.6	13.0
嫌い	3.5	1.3
未記入	0.0	0.5

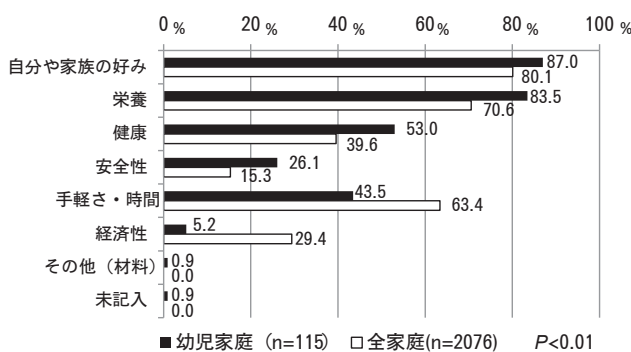


図1 料理をするときの意識

表4 好きな料理様式

	幼児家庭 (n=115)	全家庭(n=2076)
和風	63.5	64.5
洋風	29.6	24.1
中国風	2.6	5.5
その他	1.7	3.5
未記入	2.6	2.4

を好む割合は、前回に比べて減少していた。2013年12月にはユネスコが「和食」を世界無形文化遺産に登録した¹⁰⁾。その結果、日本の国にも、また日本人一人ひとりにも和食を保護し、継承する義務と責任が生じた¹¹⁾とされている。世界無形文化遺産の登録を機に和食は世界に広がりを見せている¹²⁾が、今後和食が好きと答える人が減らないように、国内においても和食の良さが広く認識され、継承される食育活動の推進が必要である。

好きな料理とよく作る料理を調理法別にたずねた結果を表5に示した。好きな料理では、幼児家庭では多い順に煮物(20.0%)、なま物(17.4%)、焼き物・揚げ物(各15.7%)であり、全家庭では煮物(24.5%)、揚げ物(14.8%)、なま物(13.8%)の順であった。どちらの家庭でも煮物が最も好まれていた。よく作る料理ではどちらの家庭も最も多いのは炒め物であり、煮物は二番目であった。表には示していないが年代別に好きな料理とよく作る料理をみると、40歳未満では好きな料理は「なま物」、よく作る料理は「炒め物」であるのに対し、40歳以上ではどちらも「煮物」であった。前回の結果⁷⁾では好きな料理も作る料理も煮物が一位であり、どちらも30%を超えていた。時代の推移により煮物を好む割合や作る割合が減少し、特に若い年代においてその傾向が強いことが認められた。今回の調査において、一番好きな料理は煮物であるにも関わらず、実際には炒め物が最もよく作られているのは、炒め物は短時間で簡単に調理ができ、簡便化志向の強い時代¹⁾にマッチした時短調理法であるためと考える。また揚げ物ほど油を摂取しないところは健康を志向する時代¹⁾に合っており、少量の油を使用することで油脂味の加わったおいしい料理になることも好まれているのではないかと考える。「NHKきょうの料理における煮物調理の変遷調査」結果¹³⁾では煮物の名称が時代によって変化し、特に近年は、「サッと煮」・「煮びたし」「レンジ煮」などの短時間で簡単にできるような印象を読者に与える煮物名が増え、煮物の種類では「炒め煮」が増えていること、また従来は単品の食品名を冠した煮物名が多かったが、野菜や芋などに動物性の食品を組み合わせる複数食材を冠した煮物名のレシピ紹介が増えていることなどが報告されている。煮物は和食を代表する料理である。時代がどのように変化してもその時代の志向に応じて家庭で受け入れられ、食べ続けられる煮物文化を作り上げていくことが、今後の調理文化に携わる者の大きな課題ではないかと考える。

表5 好きな料理とよく作る料理

	好きな料理		よく作る料理	
	幼児家庭(n=115)	全家庭(n=2076)	幼児家庭(n=115)	全家庭(n=2076)
なま物(刺身を含む)	17.4	13.8	1.7	1.6
和え物(サラダを含む)	11.3	9.0	11.3	8.4
焼き物	15.7	11.8	19.1	11.3
炒め物	11.3	11.4	24.4	29.0
揚げ物	15.7	14.8	5.2	6.9
煮物	20.0	24.5	20.0	22.9
蒸し物	0.8	2.3	0.0	0.7
汁物(鍋物を含む)	7.0	10.6	17.4	17.3
その他	0.0	1.8	0.0	1.9
未記入	0.8	0.0	0.9	0.0

2. 煮物を食べる頻度・作る頻度・買う頻度

煮物を作る・食べる・買う頻度についての結果を表6に示した。幼児家庭の食べる頻度では「週3～4回」が最も多く39.2%、週1～2回が34.5%であった。「週3～4回」以上の頻度で食べる人は合わせて55.5%であった。全家庭の食べる頻度でも同じような傾向であった。前回の結果^{6,7)}に比べ、「週3～4回」以上の頻度で食べる割合は減少していた。幼児家庭の作る頻度では「週3～4回」が35.7%、「週1～2回」が34.8%であり、「週3～4回」以上の頻度で煮物を作る人は48.7%であった。前回の結果⁷⁾に比べて「週3～4回」以上の頻度で作る割合は、食べる割合と

同じように減少していた。幼児家庭における買う頻度では0回つまり買わないと回答した人が62.6%、「月2回以下」が24.3%であった。全家庭でも同じような傾向であり、前回の結果⁷⁾に比べて「買わない」人の割合は増加していた。幼児家庭で煮物を買わない理由は自分で作った方がよい・嗜好に合わない・買い慣れていないなどであり、買う理由は手間を省く・作る時間がない・少量で買える・おいしいなどであった。時代の推移とともに煮物を食べたり、作ったりする頻度が少なくなり、買う頻度も少なくなっていることから、今後は煮物を食べたことも作ったこともない人が出てくるのが懸念される。今日、日本最大の料理レシピサイトとして料理を作ることを楽しむサービスを提供するクックパッドは月間利用者2000万人以上、投稿レシピ数150万以上（2013年7月現在）になり、20～40代女性の80～90%が利用していると報告されている¹⁴⁾。

これからの若い世代に対しては家庭以外の様々な教育機関やマスコミ、様々なメディアを通じた学びや調理体験、情報入手に加えてインターネット時代にふさわしい情報検索サービスの充実が大事になってくるのではないかと考える。

幼児家庭でよく作る煮物とよく買う煮物を図2に示した。よく作る煮物では「肉じゃが」が最も多く、72.2%であり、次いで「かぼちゃの煮物」60.0%、「魚の煮物」45.2%、「大根の煮物」が43.5%であった。また「筑前煮」「ひじき」「青菜」「千切り大根」「なす」「高野豆腐」「さといも」の煮物なども割合が高かった。

よく買う煮物では、「ひじきの煮物」が19.1%で最も高く、次に

「おからの煮物」「千切り大根の煮物」が続き、これらは10%を超えていた。「おからの煮物」「大豆の煮物」「煮豆（大豆以外）」は作る割合よりも買う割合が高い料理であった。これらは昔ながらの伝統的な食材の煮物である。少量では入手しにくく、前処理の手間や時間がかかり、調理にも時間がかかるなどの理由で、家庭では作らず、少量だけ買って食べる場合が多いと考えられる。前回の結果⁷⁾とほぼ同じ煮物がよく作る煮物、買う煮物の上位にあがっていた。買う割合が10%以上の煮物は前回の結果では「ひじきの煮物」「おからの煮物」「煮豆（大豆以外）」「千切り大根の煮物」「大豆の煮物」であったが、今回の結果では「大豆の煮物」（7.8%）と「煮豆」は（7.0%）は10%を下回っていた。豆類の煮物は作る割合も低いため、家庭における今後の継承が危惧される。NHKの料理番組「きょうの料理」では、読者が選んだ「21世紀に伝えたいおかずベスト100」¹⁵⁾の中に、「大豆の五目煮」が選ばれている。大豆は今日では、水煮缶や蒸し大豆・

表6 煮物を食べる・作る・買う頻度 %

食べる頻度	幼児家庭 (n=115)	全家庭(n=2076)
毎日	5.3	3.5
週5～6回	11.0	11.3
週3～4回	39.2	39.2
週1～2回	34.5	36.5
月2回以下	9.1	7.8
0回	0.9	1.7
未記入	0.0	0.0
作る頻度	幼児家庭 (n=115)	全家庭(n=2076)
毎日	4.3	3.8
週5～6回	8.7	8.5
週3～4回	35.7	35.3
週1～2回	34.8	35.0
月2回以下	15.7	17.4
0回	0.8	0.0
未記入	0.0	0.0
買う頻度	幼児家庭 (n=115)	全家庭(n=2076)
毎日	0.0	0.1
週5～6回	0.0	0.1
週3～4回	0.9	1.6
週1～2回	7.0	9.5
月2回以下	24.3	22.9
0回	62.6	65.8
未記入	5.2	0.0

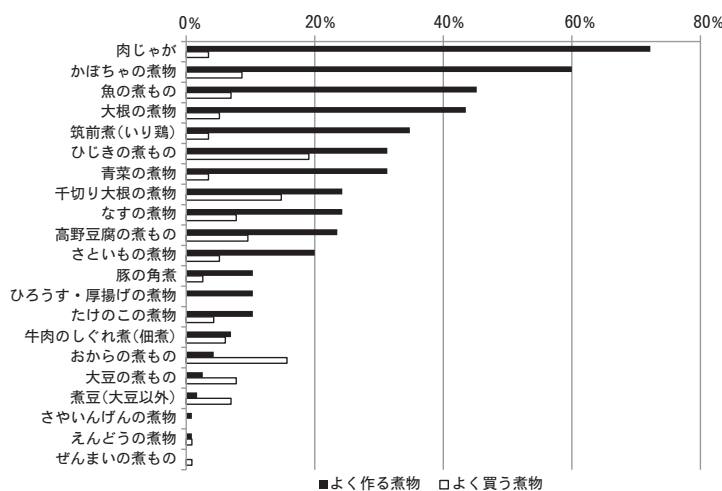


図2 幼児家庭でよく作る煮物とよく買う煮物

茹で大豆などの下処理なしで使える素材加工品が多く市販されており、煮物調理への活用が望まれる。

3. 煮物で使用するだしと調味料

煮物で使用するだしを表7に示した。煮物に使用するだしでは昆布やかつお節、煮干しなどの「だしを使う」人は幼児家庭では17.6%、「だしの素を使う」は45.4%、「使い分ける」は37.0%であった。全家庭に比べると、「だしを使う」人が多く、「だしの素を使う」人は少ない傾向であった。

表7 煮物で使用するだし

	%	
	幼児家庭(n=108*)	全家庭(n=1964*)
だしを使う	17.6	13.2
だしの素を使う	45.4	58.2
使い分ける	37.0	27.6
だしを使わない	0.0	1.0

*n=未記入を除いた人数

煮物21種類について作る人に対して、使用する醤油の種類を図3に示した。濃口で調味する煮物が多かったが、「高野豆腐」「たけのこ」「大根」「ひろうす厚揚げ」「おから」などの煮物では薄口が多く使用され、「さやいんげん」「えんどう」は濃口と薄口の使用が半々であった。前回の調査^{6,7)}においても色・味・香りを重視する煮物では薄

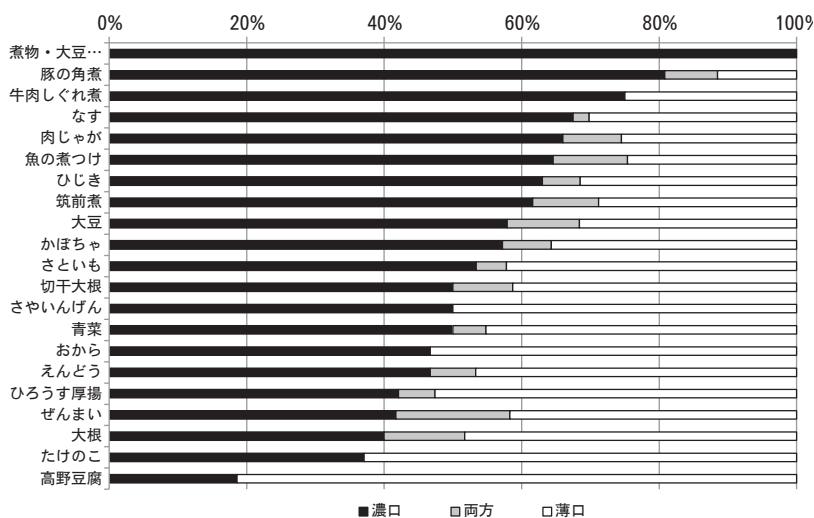


図3 煮物で使用する醤油の種類

口、魚や肉の煮物では濃口が主に使われる傾向がみられ、また官能評価¹⁶⁾においても煮物の種類によっては薄口を使用した方が好まれる結果が得られている。今回も煮物の種類により、醤油が使い分けされていることが分かった。

今回の調査により煮物は好きだけれど、よく作る料理は炒め物であり、煮物を作る・食べる頻度は2000年以降減少傾向にあることがわかった。アンケートの自由記述では「煮物は味付けが難しい」などの記述がある一方で、「野菜は煮物がたくさん取れて、健康的だ」「煮物嫌いな子どもがいるが、食べる機会が少ないからではないか。煮物は日本の伝統食として、親から子へとうけ継がれるおふくろの味であってほしい」という意見もあった。三世代にわたる食生活調査を行った小菅ら¹⁷⁾は、どの世代においてもおふくろの味として煮物が一位という結果を報告している。NHKの調査¹⁸⁾においてもおふくろの味として煮物が一位となっていた。また山田ら¹⁹⁾は母親の食育に関する調査の中で、子どもに伝えたい料理として、おせち料理に次いで肉じゃが、ひじき・さといも・切干大根の煮物などが上位にあがることを報告している。さらに現代の食生活の課題として野菜の摂取不足や脂質の過剰摂取などがあり、カロリーベースでの食糧自給率が39%という日本の食事情もあることから米を中心とした和食の基本形である「一汁三菜」の「菜」には煮物を中心に据えて継承を図る食育の推進をしていかなければいけない。家庭や教育現場で積極的な働きかけをしていくためにも、煮物調理の現状とその変化について今後も検討を続けていく必要があると考える。

要約

2012年9月、煮物の調理について関西地区における実態を把握する一環として幼稚園児の家庭を対象にアンケート調査を行った。

- 1) 煮物を食べる頻度や作る頻度は「週3～4回」が最も多かった。買う頻度では「買わない」が62.6%と半数以上であった。
- 2) 2000年および2006年に実施した調査結果と比較して、煮物を食べる頻度や作る頻度が減少し、煮物を買わない人が増えていた。
- 3) 最も好きな料理は煮物であるが、よく作る料理は炒め物であった。年代別にみると40歳以上では好きな料理・よく作る料理はどちらも煮物であったが、40歳未満では好きな料理はなま物、よく作る料理は炒め物であった。

謝辞

調査にご協力いただいた帝塚山幼稚園の池田節園長先生をはじめ諸先生方ならびに保護者の皆さまに深く御礼を申し上げますとともに、調査結果のまとめに携わった弓削蓮蔵さんをはじめ、20013年度のゼミ生に敬意を表します。

文献

- 1) 時子山ひろみ、荏開津典生：フードシステムの経済学第5版、医歯薬出版、pp.47-64、pp.135-150、2013
- 2) 山口貴久男：、ライフスタイルと外食・中食、講座食の文化第5巻食の情報化、味の素食の文化センター、pp.204-222、1999
- 3) 柴田圭子、安原安代：四季をイメージする食品と料理—女子大生と高校教員のアンケート調査より—、日本調理科学会誌、30、pp.364-371、1997
- 4) 貝沼やす子、江間章子：日常の献立作りの実態に関する調査研究（第1報）日本調理科学会誌、30、pp.363-371、1997
- 5) 住吉雅子、寺嶋大二郎、畑江敬子、島田淳子、消費者の意識調査による米飯料理のおいしさの要因分析、家政誌、43、pp.227-284、1992
- 6) 日本調理科学会近畿支部・煮る研究分科会：関西地区の女子学生家庭における煮る調理に関する実態調査、日本調理科学会誌、37、pp.71-76、2004
- 7) 日本調理科学会近畿支部・煮る研究分科会：関西地区の家庭における煮物調理の実態調査、日本調理科学会誌、41、pp.383-389、2008
- 8) 国立健康・栄養研究所：国民健康・栄養の現状—平成23年度国民結構・栄養調査報告より—、p.197、2015
- 9) 内閣府：平成27年版 食育白書、勝美印刷、p.59、2015
- 10) 農林水産省：和食ガイドブック—和食 WASHOKU 日本人の伝統的な食文化、p.22、2013
- 11) 熊倉功夫：ユネスコ無形文化遺産となった「和食」、食文化誌ヴェスタ、94、p.39、2014、
- 12) 日本経済新聞：食と農・JAPAN 磨く①和食 健康ブーム追い風、2015年8月18日朝刊1・3面
- 13) 須谷和子、志垣瞳、池内ますみ、澤田崇子、長尾綾子、升井洋至、三浦さつき、水野千恵、山下英代、山本由美：NHK「きょうの料理」における煮物調理の変遷調査、日本調理科学会誌、2015年8月31日投稿採択
- 14) 小林哲：クックパッド双方向・参加型の料理レシピサイト、食文化誌ヴェスタ、93、pp.6-11、2014
- 15) 別冊 NHK きょうの料理：読者が選んだ21世紀に伝えたいおかずベスト100、日本放送出版協会、p.42、1998
- 16) 池内ますみ他：煮物における醤油の調理特性、日本調理科学会誌、38、pp.163-169、2005
- 17) 小菅充子、布施谷節子：三世代にわたる生活文化の伝承と将来への展望(1)—食生活と衣生活について—、和洋女大紀要、41、pp.97-106、2001
- 18) NHK 放送文化研究所世論調査部：崩食と放食 NHK 日本人の食生活調査から、日本放送出版協会、pp.78 - 115、2006
- 19) 山田志保、武藤恵子：母親の食教育に関する調査、九州女大紀要、35、pp.31-39、1998