

# 埼玉・東京北部に在住する本学学生の家庭における 魚介類の摂取状況調査 (第2報) — 和・洋・中料理への出現状況 —

成田 亮子\*, 橋内 範子\*\*, 加藤 和子\*\*\*, 千田 真規子\*, 松本 睦子\*\*\*\*, 長尾 慶子\*\*\*\*\*

(平成16年9月30日受理)

## An Investigation into the Situation of Ingestion of Fishes and Shellfishes in the Homes of Students of Our University in Saitama and Northern area of Tokyo (Part 2) — From Daily Cooking Situation in Japanese, Western and Chinese Dishes —

NARITA, Akiko HASHIUCHI, Noriko KATO, Kazuko SENDA, Makiko  
MATSUMOTO, Mutsuko and NAGAO, Keiko

(Received on September 30, 2004)

キーワード：食事文化，食生活調査，アンケート調査，調理法，魚介類，日常食

Key words: culture of dietary, dietary survey, a questionnaire survey, cookery, fish and shellfish,  
usual food

### 1. はじめに

周囲を海に囲まれた日本は、魚介類の種類が多く<sup>1)</sup>、食用にしている魚介類は、たこ、いか、えび、かになども入れると、さらに種類が増加する。

また、四季ごとに漁獲される魚介類の種類が異なり、同じ魚でも季節によって脂の含有量が異なるなど、種類が少なく年間をとおして味も変ることのない肉類では味わうことのできない、変化する素材である。

近年日本の周辺水域での環境悪化に伴い、いわし、さばなどの漁獲量が減少化傾向にある。さらに、消費量が横ばい傾向であると報告されている<sup>2)</sup>。

農林水産省「食料需給表<sup>3)</sup>」において、諸外国と1年間の魚の供給量を比較すると、第1位は日本の67.1kg、

第2位はスペインの44.7kg、第3位はスウェーデンの30.9kgと、日本人が魚を多く食べているかがわかる。しかし日本での経年変化をみると、1996年から国民一人当たりの魚介類の摂取量<sup>4)</sup>は、前年度と比較すると3.2%減少し、1997年では2.6%(前年度比)、1998年2.3%(同)、1999年3.7%(同)、2000年1.9%(同)、2001年2.3%(同)、2002年3.8%(同)と減少を続け、日本人の魚離れが明らかにみられる。

国民栄養調査<sup>5)</sup>においても魚離れが指摘されており、特に若年層にその傾向が大きい。図1より年代別にみると、特に39才までは、肉の摂取量が魚介類を上回っている。

魚介類に関する調査では、星野<sup>6)</sup>、蟻川<sup>7)</sup>、志垣<sup>8)</sup>らにより短大生、大学生を対象に魚介類に対する意識について報告されており、いずれも若年層の魚離れが指摘されている。

魚と肉の違いは油脂の質にあり、魚の場合、高度不飽和脂肪酸が油脂の大半を占める。肉には、この脂肪酸がほとんど含まれていないために、生活習慣病との関連に

\* 調理学第3研究室

\*\* 調理学第1研究室

\*\*\* 調理学研究室

\*\*\*\* 給食管理第2研究室

\*\*\*\*\* 調理科学研究室

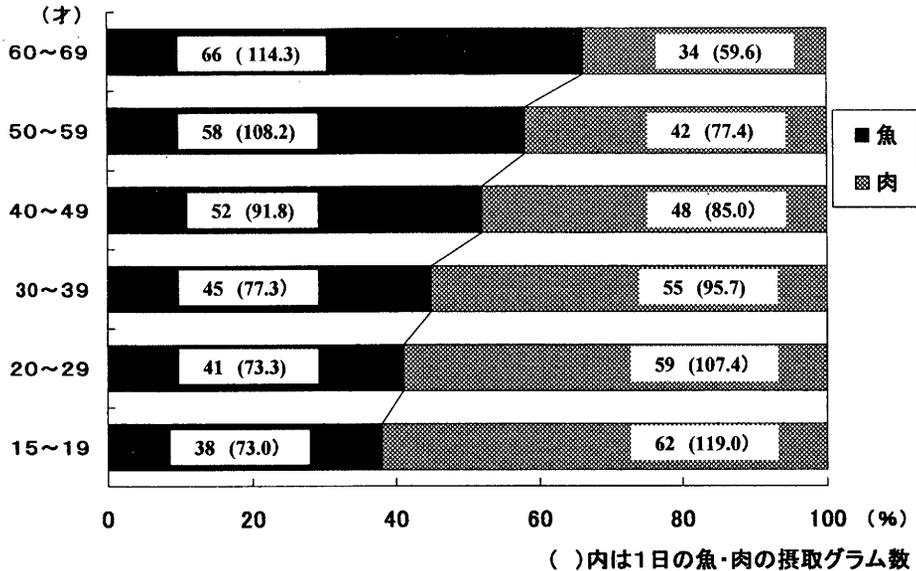


図1 年代別魚・肉の摂取量<sup>5)</sup>

において、若年層の魚ばなれは危惧される点である。

そこで、大学の授業の中で調理を担当する者として、女子大生の嗜好にあわせた魚介類の調理方法を考え、また、調理担当者の年代、地域性をいかした郷土料理を存続させるために、得られた結果を教材用資料にすることを目的として、現在の若い女子学生のいる家庭を対象に、食事に現れる魚介類のアンケート調査を実施した。得られた結果より、特に本報では、魚介類の摂取状況と和風・洋風・中華風料理への出現状況に注目した。

## 2. 方法

### (1) 調査対象

東京家政大学家政学部栄養学科および短期大学部栄養科に在籍し、埼玉・東京北部地域に10年以上在住する学生の家庭における、主たる調理担当者216名とした。

### (2) 調査方法

第1報と同様の調査用紙を用いて、留め置き法で回答してもらった。

### (3) 調査期間 2003年7月～2004年5月

### (4) 調査内容

第1報と同様に、①対象者の居住地、調理担当者の年齢および家族構成、②日常に食している魚介類の種類、料理法、料理名およびよく食べられている季節

について調査した。

## 3. 結果および考察

### (1) 調理担当者の年代、家族構成および魚介類の出現頻度

この結果については第1報に報告済みである。

### (2) 調査家庭における魚介類の出現頻度と料理への出現状況

最近の新聞<sup>9)</sup>の記事によると、東日本と西日本では消費者の好みの違いがみられ、東の代表は、鮭・さんまであり、北海道、東北、関東では多く消費されている。西の代表として、北陸ではぶり、長崎では鰹が多いと記載されている。

そこで、本学学生の家庭での結果(第1報図4)をみると、日常的に食している出現頻度上位10位までは、第1位鮭・第2位鰹・第3位さば・第4位さんま・第5位いか・第6位まぐろ・第7位ぶり・第8位たら・第9位いわし・第10位えびの順であった。

次に、総務省「家計調査年報<sup>10)</sup>」による1世帯あたりの年間魚種別購入量(図2)では、第1位いか・第2位まぐろ・第3位鮭・第4位さんま・第5位えびの順であり、全国的な平均と我々のアンケート結果とは、わずかに異なり、本報では、鰹の出現頻度が多かった。鰹は、伊豆七島から小笠原諸島で多量に漁獲<sup>11)</sup>され

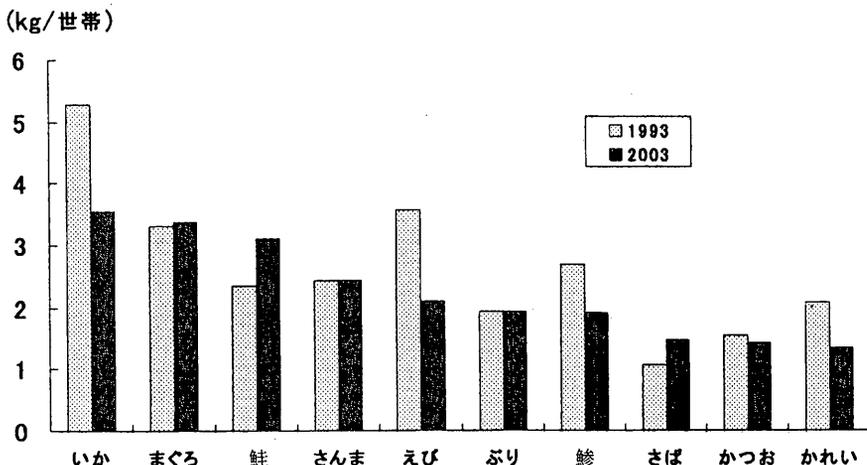


図2 1世帯あたりの年間魚種別購入量<sup>10)</sup>

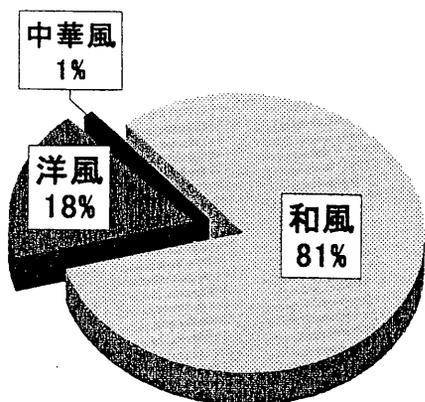


図3 魚介類の和・洋・中華料理への利用状況  
出現料理総数 n=1500

るために、入手しやすく、調理の範囲も広いためではないかと思われる。

(3) 和風・洋風・中華風料理への魚介類の出現状況

魚料理が家庭の食卓に、どのような様式で供されているかを調査した結果(図3)では、和風料理が81%と多く、次いで洋風料理が18%で中華風料理はわずか1%と少なかった。魚料理は和風に料理されることが多いことがわかった。

次に、日常的に食している魚介類の上位5位までの魚が、各々どのように料理されているかを知るために、具体的な料理名を調査した。その結果を図4～図8に示す。図4より第1位にあげられた鮭の主な料理名で

は、塩焼き47%、ムニエル14%であった。ここで注目すべきことは、その他が20%と多いことである。これは鮭の料理法が多種であることによると思われる。図5より第2位にあげられた鰯では、塩焼き54%が半数を占め、次いで刺身14%、フライ11%であった。図6より、さばの料理では、味噌煮41%、塩焼き30%で約2/3を占めている。図7より、さんまでは塩焼きが76%とほとんどを占めている。図8より、いかでは刺身31%と他の魚とは異なり生食が第1位であり、次いで煮つけ24%であった。

以上出現頻度上位5種の鮭、鰯、さば、さんま、いかの調理法を全体的にみると、郷土料理の出現頻度は少なく、塩焼き(干物を含む)が多くみられたのが特徴であった。この理由として、次のような調査地域の特徴があげられる。

アンケート調査対象者は、第1報より40代が52%、50代が42%を占めていた。また家族構成は2世代が72%であり、夫婦と子供だけの比較的若い世代に集中していた。

東京都の各調査地域の女性年齢別人口数<sup>12)</sup>は、次のとおりである。足立区は、30代の女性が1番多く(2003年データ)、全体の女性人口の17%を占めている。練馬区も同様に19%(2004年)、板橋区16%(2003年)、北区15%(2004年)と、いずれも30代の女性が一番多かった。埼玉県<sup>13)</sup>の2003年の女性人口の平均年齢は41.3才である。埼玉県ならびに東京北部は都心に隣接しているため、人口増加率が高いベッ

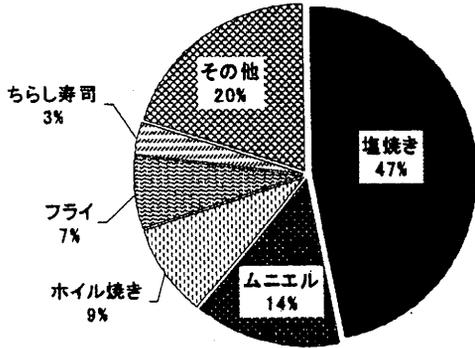


図4 鮭料理の出現状況について  
n=233

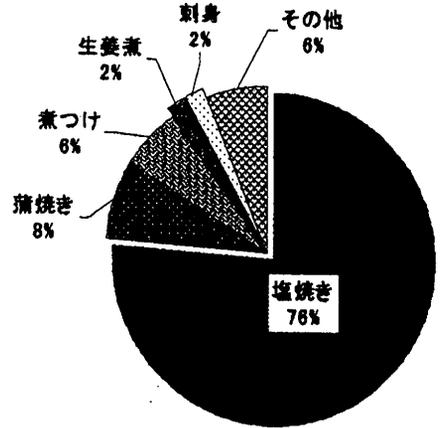


図7 さんま料理の出現状況について  
n=113

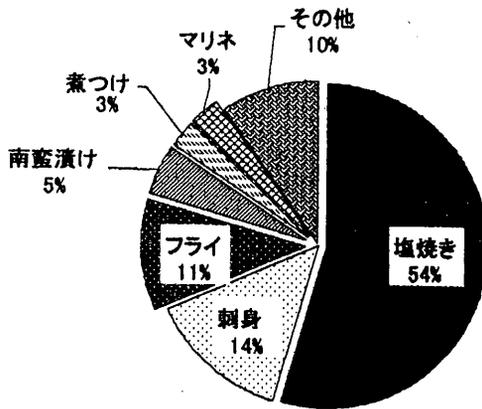


図5 鮭料理の出現状況について  
n=201

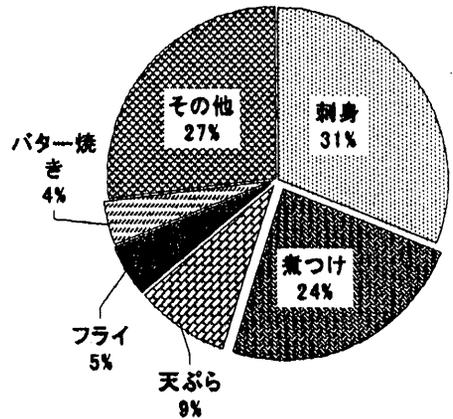


図8 いか料理の出現状況について  
n=102

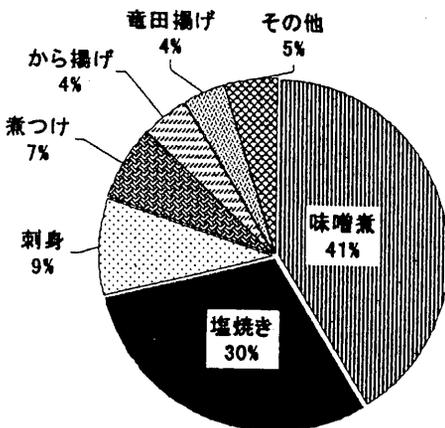


図6 さば料理の出現状況について  
n=116

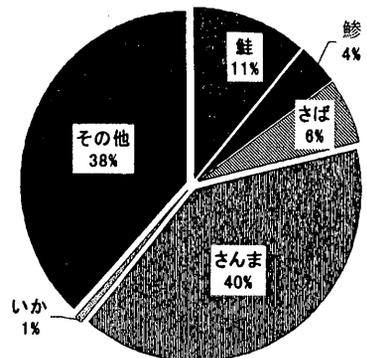


図9 季節感のある魚介類

1位	2位	3位	4位	5位
鮭	まぐろ	しじみ	たこ	いわし
6位	7位	8位	9位	10位
鰯	すめいか	かれい	たら	ぶり

表1 埼玉Aデパートの年間魚介類売れ筋状況  
(平成15年度)

	1月	2月	3月	4月	5月	6月
1位	めばちまぐろ	しじみ	かれい	さわら	鰯	あゆ
2位	しじみ	かれい	さわら	鰯	いわし	あさり
	7月	8月	9月	10月	11月	12月
1位	すめいか	すめいか	さんま	まさば	まだら	めばちまぐろ
2位	鮭	さんま	かつお	まだら	ぶり	鮭

表2 埼玉Aデパートの月別魚介類売れ筋状況  
(平成15年度)

トタウンである。したがって、若い世代の有職女性が多いため、手軽に利用できる塩焼きや半加工品を多く利用している食事形態の多いことがうかがえる。

(4) データにみられた魚の季節感

調査家庭における季節感を感じてよく食べられる魚については、図9に示すような結果であった。調査時期の関係もあると思われるが、第1位は、さんま40%と多く、次いで鮭11%、さば6%であった。

そこで、調査地域内のAデパートでの魚介類売り上げ状況(年間および月別比較)と比較した。デパートの年間魚介類売れ筋状況(表1)と、我々の日常的に食している魚介類の出現頻度のアンケート調査結果(第1報図4)を比較すると、第1位の鮭は一致していた。上位10位までにおいては、鰯、いか、まぐろ、ぶり、たら、いわしの7種類が一致していた。同様にデパートの月別魚介類売れ筋状況(表2)と、我々の魚介類の出現頻度の結果(第1報図4)の上位10位までを比較すると、9種類は一致しており同じ傾向にあることがわかった。魚の季節感は、本調査家庭においても同様に大切にされていることがうかがえる。

(5) 料理別調理済み食品の購入

日常的に食している魚介類の料理別購入方法を調査した。その結果、刺身として調理してあるものを購入する家庭が49%、焼き物のうち、調理品の鰻の蒲焼を購入するが3%、煮物のうち調理品の煮つけを購入するが4%であった。

調査地域が、東京都心に隣接しているため、都市化が進み、他県よりの若年労働者の流入が相次ぎ、若い学生を持つ40代前後の核家族が増えている。また共働きの家庭も多い。反面高齢化していく中で1人暮らしの高齢者も多くなってきている<sup>3)</sup>。さらに、仕事の忙しさ、魚を下ろすなどの調理技術の乏しさ、少量の調理をするわずらわしさなどの要因により<sup>14)</sup>、刺身、焼き魚、煮魚など調理を必要としない調理済み食品を購入するのではないだろうかと考えられる。

調理担当者は、若い世代の魚食嗜好にあわせた行動を考え、幼いころから魚介類を食す習慣をつける必要がある。

これらの結果を、今後の女子学生への調理実習における教材用資料として役立てていきたいと考えている。

4. まとめ

本調査から得られた結果を以下にまとめた。

- (1) 和風・洋風・中華風への魚介類の出現状況をみると、和風料理への利用が81%と多く、次いで洋風料理、中華風料理であった。
- (2) 季節感をうかがうことのできる魚は、さんま・鮭・さばであった。これは、調査地域内のデパートの売筋状況からも裏づけられた。
- (3) 日常食として最もよく食べられている鮭は、和風の塩焼きのほか、ムニエル、ホイル焼き、フライと洋風料理にもよく使われていた。
- (4) 本調査地域では、郷土料理の出現頻度が少なかった。

謝辞

アンケート調査にあたり、ご協力頂きました本学学生およびご家族の皆様へ深謝いたします。また調査にご協力いただきました東信水産(株)岡田清氏、佐藤吉範氏、(株)伊勢丹浦和店山村真也氏に感謝の意を表します。

## 引用文献

- 1) 杉田浩一, 村山篤子, 世界食材辞典, 柴田書店, 382-422 (2000)
- 2) (農林水産省, 2003) 我が国の食料自給率 食料自給レポート 62-63
- 3) 農林水産省, 食料需給表(2002) 農林水産省国際比較
- 4) 農林統計協会, 48 図説・食料・農業・農林白書(2003)
- 5) 健康・栄養情報研究会, 国民栄養の現状 第一出版(2002)
- 6) 星野栄子, 甲南大学家政学部紀要, 27 81-91 (1991)
- 7) 蟻川トモ子, 岡本富子, 木村真由美(1987), 戸板女子短期大学研究年報, 30 49-62 (1987)
- 8) 志垣瞳, 池内ますみ, 小西富子, 花崎憲子, 日本調理科学会誌, 37 (2) 206-214 (2004)
- 9) 読売新聞, 経済(2004, 7.19)
- 10) 総務省統計局編(2002), 家計調査年報
- 11) 杉田浩一, 堤忠一, 日本食品事典, 医歯薬出版, 170-172 (1996)
- 12) 東京都 広報課, 区民部区民課人口資料(2004)
- 13) 埼玉県総務部広報課, 彩の国ガイドブック(2004)
- 14) 江頭紀子, 守屋美和, 気になる数字で読む日本人の食生活, 生活情報センター, 26-27 (2003)

## Abstract

We previously reported a paper (Part 1) on the same title mentioned above. Here we report the next paper (Part 2).

The result is obtained as follows;

From the cooking situation of Japanese, Western and Chinese food, the most frequently consumed fishes were 5 kinds; salmon, horse mackerel, cuttlefish, saury and mackerel.

Salmon were often cooked in “meuniere”, foil grilling and deep-frying in European style beside salt grilling in Japanese style.

On the whole, Japanese style dishes were most frequently preferred out of Japanese, Western and Chinese style.

The frequency of appearance of country dishes was rare in this area.