

《温故知新プロジェクト》

魚介類およびその伝統的料理に対する全国保育園児の嗜好  
—15年の変遷—

峯木真知子<sup>\*1</sup> 成田亮子<sup>\*1</sup> 戸塚清子<sup>\*2</sup>

Food Preferences for Seafood and Their Traditional Dishes  
of Children at Japanese Day Nurseries  
—15 Years of Changes—

Machiko MINEKI, Akiko NARITA, and Kiyoko TOSTUKA

1. 緒 言

動物性たんぱく質は、幼児にとって成長に欠かせないものであり、日本では古くからその摂取源として、魚介類を利用してきた。しかし、魚離れがいわれ、2006年頃から一人あたりの魚介類の摂取量は減少している<sup>1)</sup>。このことから、食生活における魚介類の摂取の仕方が変化していることが考えられる。魚介類の嗜好および摂取量に関するアンケート調査は1990年代には多く報告されていたが<sup>2-4)</sup>、最近の研究では少ない<sup>5)</sup>。

筆者らは、既に1990年、1996年、2001年、2006年に、全国各地にある保育所に通う幼児を対象に、魚介類およびその料理に対する嗜好についてのアンケート調査を行った<sup>6-9)</sup>。その結果、いずれの年でも、幼児の70%は魚介類を好み、その好む調理法および魚種には、在住する地域による違いが見られた。2001年より、同じ動物性たんぱく質食品である肉類を質問項目に追加し、2006年より乳類に対する嗜好も加えた。本研究では、これらに引き続き、2012年に、幼児の魚介類・肉類・乳類に対する嗜好の調査を行って、全国にある保育所に依頼し、幼児の嗜好状況を調べた。それらの結果より、幼児の嗜好の変遷を分析した。対象の幼児は、保育所給食で多種多様な食品を食べ、保護者だけでなく、保育者も食事に立ち会うことより、幼児自身の正確な好き嫌いの状況が分かると判断し、保育園児に依頼している。

これらの結果は、これからの幼児の食生活における魚介類料理の方向性を考える資料とする。それらを解析することにより、食生活の変化をとらえ、魚介類摂取における今後の展望を推測する。

2. 調査方法

1) 調査対象

全国より、海岸地区、都市地区、内陸地区の保育所に通所する3歳以上の園児の保護者に、アンケート用紙を配布し、留置法により回収した（有効数1,824部）。

アンケート回収数は、1996年1,418人、2001年1,966人、2006年1,342人、2012年1,824人の計6,550人である。2012年に行ったアンケートは、漁港を有する秋田、気仙沼、横浜、黒部、和歌山、米子、高知、鹿児島、那覇市を海岸部（1,013名55.5%）、魚介類の流通が速いと思われる大都市および周辺の東京、札幌、福岡市を都市部（391名21.4%）、宇都宮、甲府、長野市を内陸部（420名23.0%）の15地区を対象とした。

2) 調査項目と調査期間

調査項目は、魚介類・肉類・乳類に対する幼児および両親の嗜好、魚介類・乳類の調理法に対する嗜好、魚種18種および魚介類を用いた伝統的料理に対する嗜好などである。

アンケートは無記名式で行い、個人情報の遵守に関する注意の説明用紙を添付した。

3) 統計処理

調査の集計には、統計用ソフト SPSS 22.0を用い、有意差検定には、 $\chi^2$ 検定およびスピアマン順位相関係数を用いた。

3. 調査結果および考察

1) 調査対象者

調査対象の幼児は、男女ほぼ同数で、年齢では、5歳、4歳が多く、また第一子が半数以上で多かった。

<sup>\*1</sup> 東京家政大学 (Tokyo Kasei University)

<sup>\*2</sup> 大妻中高等学校 (Otsuma High School)

## 2) 幼児の魚介類、肉類および乳類に対する嗜好

### (1) 魚介類に対する嗜好

幼児の魚介類に対する嗜好は、2012年調査では大好き27.6%、好き41.7%、普通26.9%であった(図1)。2006年の調査では、大好き32.2%、好き40.9%であった。大好き・好きな割合は3.8%低くなっていた( $p<0.05$ 、図1)。

魚介類が嫌いと答えた幼児は、1996～2012年の調査いずれも2～3%の低い値でかわらなかった。

### (2) 幼児の肉類に対する嗜好

幼児の肉類に対する嗜好は、2012年調査では、大好き34.0%、好き39.5%であった。いずれの年も肉類の嗜好で、73～80%の幼児が好んでいた(図2)。肉類では2001年より2006年調査より6.8%高くなり、2012年調査では変わらなかった。2012年調査では、魚に対する嗜好より肉に対する大好き・好きな割合は、4%高かった。これは摂取量に影響すると考えた。

そこで、国民健康栄養調査より国民1日当たりの魚介類の摂取量を調べると、総数で1996年97.0gであったのが、2006年80.2g、2012年70.0gでかなり減少した。しかし、幼児の好きな割合は、2006年時点では最も高い数値で、摂取量低下の影響はみられない。しかし、2012年で好き

な割合が低下したことは、摂取量の低下が幼児の嗜好にまで影響してきたと考えられる。これに対して、肉類の摂取量は、2001年より増加し、2012年では、更に増え、魚の摂取量より約19g増加している。魚嫌いというよりは肉好きな傾向といえる。

### (3) 幼児の好む魚介類の調理法

幼児が好む魚介類の調理法では、いずれの年の調査でも焼く調理法が最も好まれ、次に生・刺身、煮るが好まれている。1996年調査では、焼く84.8%、煮る65.2%、生・刺身61.6%が好まれたが、それ以降は生・刺身が煮る調理法より高い値であった。これは、魚介類の流通速度が速くなり、鮮度がよくなったことや家庭で調理をしなくなってきたことが影響したと考える。

2012年調査では、焼くを好む幼児の割合は86.1%、生・刺身を好む割合は56.7%、煮るを好む割合は52.0%であった(図3)。2012年調査では、油焼き・ソティ、蒸すを除いて、いずれの調理法も好む割合は2006年調査より低下した。生・刺身は、2001年調査より2006年調査で増加したが、2012年調査で約5%減少した。揚げる調理法は、2001年調査で幼児の好む割合が高かったが、その後約7%低下した。蒸す調理法は2012年調査で増加した。

### (4) 魚類・肉類の夕食に上がる頻度

魚介類が夕食に上がる頻度では、ほとんど毎日とした家庭は1996年調査で16.4%、2001年調査14.4%、2006年調査13.0%、2012年調査7.9%で、調査年が増えるに伴い、減少した。週1回程度の頻度では、1996年調査14.4%より2012年調査28.2%で増加した。2012年調査では、ほとんど毎日とした家庭は7.9%、週2～3回程度57.9%、週1回程度28.2%で、ほとんどないと答えた家庭は3.7%を示し、魚介類が食卓に上がる頻度は調査年ごとに減少して

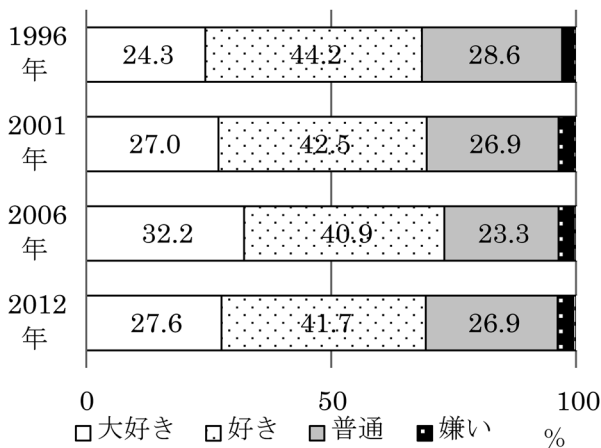


図1 幼児の魚介類に対する嗜好

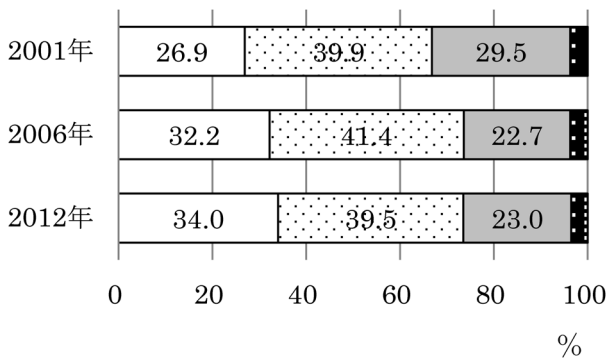


図2 幼児の肉類に対する嗜好

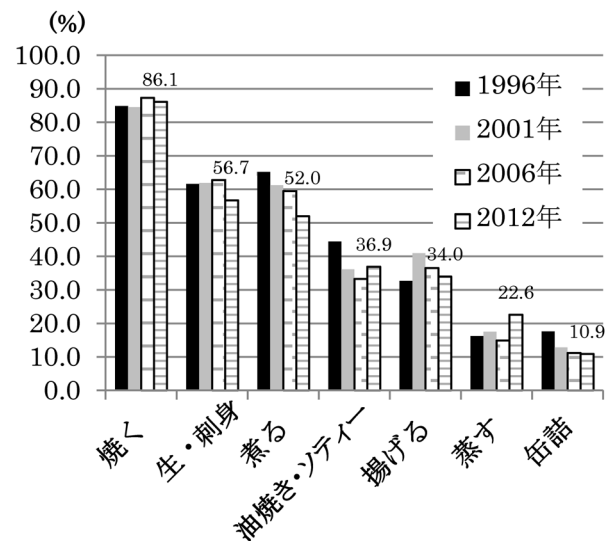


図3 幼児の好む魚介類の調理法

いた(図4;  $p < 0.01$ )。

魚介類の食卓頻度の減少は、水産白書<sup>11)</sup>でも報告されている。

志垣ら<sup>10)</sup>は、大学生を対象に調査し、魚介類を好きになった時期を質問しているが、「幼稚園以下」が42.7%で最も多く、次いで「小学校低学年」が24.9%であった。また、魚が好きな理由は「小さい頃から食べていた」46.4%、「母が作ってくれた」7.6%と報告している<sup>12)</sup>。私達の嗜好は、幼児期に形成されるので、魚介類が夕食に上がらなくなっているのは、魚食文化といわれる日本型食生活の危機につながる可能性も考える。

肉類が夕食に上がる頻度では、ほとんど毎日とした家庭は、2001年調査20.8%、2006年調査23.2%、2012年調査31.5%で、調査年が増えるに伴い、増加している(図5)。

#### (5) 幼児に好まれる魚種

幼児の50%以上に好まれる魚種は、1996年調査では、あさり、えび、かに、いかの4種で、2001年調査では、

えび、あさり、かに、しらす、まぐろ、さけ・ます、さんま、かれいの8種で、2006年調査では、上記の8種といか、さばを加えた10種であった。

2012年調査では、さけ・ます73.3%、まぐろ61.4%、えび60.3%、しらす59.0%、あさり54.3%、さんま50.2%の6種に減った。

この中で、好きな割合が減少している魚は、えび、あさり、さんま、あじなどであった。好きな割合に変化が少ない魚介類は、まぐろ、しらす、かつお、さば、かれいであった。さけ・ますは大好きな割合の増えた魚種であった(図6)。この傾向は摂取量に関連していると考えられる。

まぐろは大きく嗜好が減少し、その他の魚種も減少している。変化が少ない魚種は、さけ・ますであった。

水産白書では、さけの魚種別鮮魚購入数量は、現在1位であると報告している<sup>10)</sup>。本研究で調査した幼児の嗜好に摂取量は影響していた。

幼児に好まれる魚種も、食生活に応じて変わってきたと考えた。

#### (6) 保護者が魚料理を得意か不得意か

保護者が魚料理を得意かどうかの質問では、得意と答え

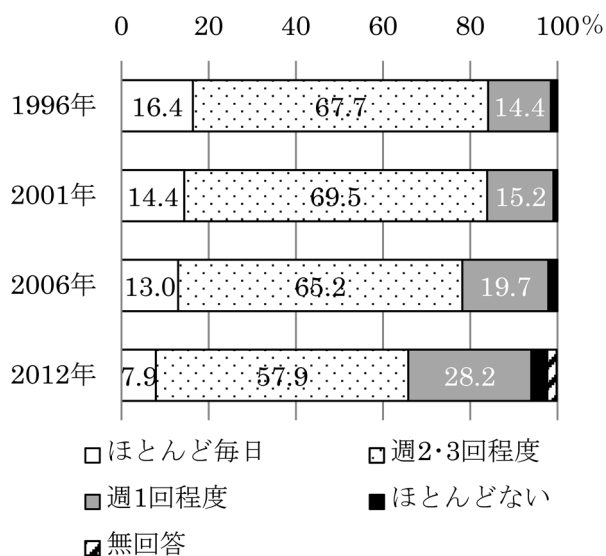


図4 魚介類が夕食に上がる頻度

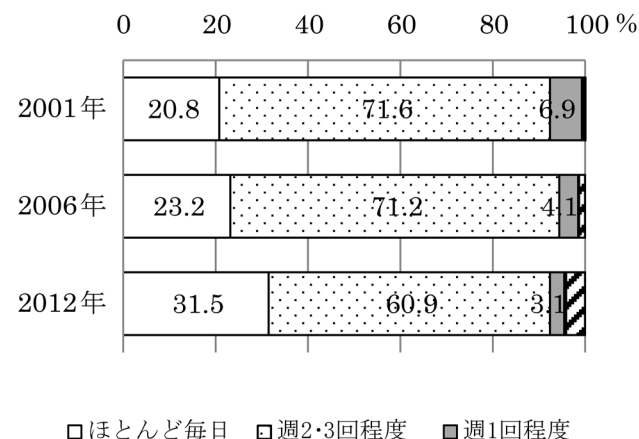


図5 肉類が夕食に上がる頻度

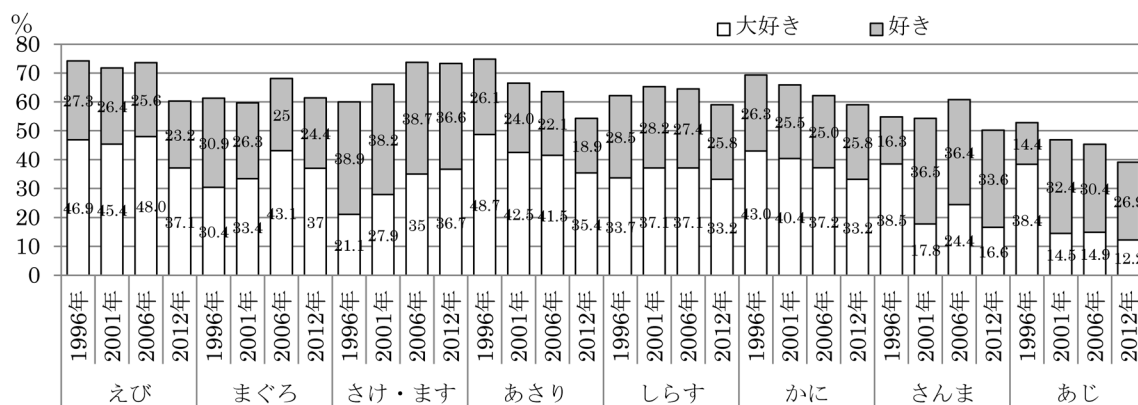


図6 幼児の魚種に対する大好き・好きの割合

た保護者は1996年調査8.0%、2001年調査9.2%、2006年調査8.9%、2012年調査8.4%であった。不得意と答えた保護者は、1996年調査13.8%、2001年調査14.3%、2006年調査15.6%、2012年調査20.2%で、調査年ごとに増加した。魚料理の得意な保護者が減り、不得意者が増えたことは、魚調理を家庭ですることが減り、食卓に上がる回数が減る原因につながっていると考ええる。

不得意と答えた保護者は、1996年調査13.8%、2001年調査14.3%、2006年調査15.6%、2012年調査20.2%で、調査年ごとに増加した。魚料理の幼児が魚介類を好んでいたが、2012年調査では、好きな割合は4%低下した。それに対し、料理の得意な保護者が減り、不得意者が増えたことは、魚調理を家庭ですることが減り、食卓に上がる回数が減る原因につながると考える。

#### 4. 結 論

全国各地の保育所に通う3歳以上の幼児を対象に、魚介類およびその料理に対する嗜好についてのアンケート調査を1991年～2012年の約5年ごとに行った。この1996年～2012年の4回の結果を分析した。

1) 魚介類に対する幼児では、約70%が魚類を好み、肉類を好む割合は、2012年調査で73%を示した。魚介類よりやや高く、調査年と共に増加の傾向を示した。

地域別にみると、2001年調査では、魚介類は海岸地区の幼児で好まれ、肉類は都市地区の幼児で好まれていたが、2012年調査では、魚介類を好む割合が高いのは都市地区の幼児で、他の地区との違いは少なかった。このことから、魚介類の嗜好は、地域の違いが少なくなったと考える。

2) 幼児が好む魚介類の調理法は、焼く、生・刺身、煮るであった。「生・刺身」を好む割合は2006年調査より4%低下した。煮る、揚げる調理法は調査年が進むとともに減少した。好まれる調理法には、地域の違いがみられた。

3) 幼児の好む魚種はさけ、まぐろ、えび、しらす、あさり、さんまなどで、さけおよびまぐろを除いて、好む割合は低下してきた。

4) 魚介類が夕食に上がる頻度および保護者の魚料理の得意度は、調査年が進みにつれて、減少した。このことは、魚料理を調理しない、食卓にあげないことにつながり、幼児の魚介類の嗜好及び摂取量に影響すると考える。

以上、2012年調査では、急激な食環境の変化が結果に反映されていた。今後、食文化の伝承にも関与する魚介類

の実態を調べ、摂取量の増加につながる料理や調理法などを考え、健康的な日本型食生活を推進していきたい。この内容は、学会に投稿中である。

#### 謝 辞

この研究を行うのに際して、ご援助いただきました東京家政大学生生活科学研究所に厚く御礼を申し上げます。また、アンケート調査にご協力いただいた全国の保育所の皆様方にも厚く御礼申し上げます。

#### 引用文献

- 1) 健康・栄養情報研究会(編)(2009)．“国民健康・栄養の現状—平成18年厚生労働省国民健康・栄養調査報告より—”．第一出版，p. 93.
- 2) 厚生労働省(2009)．「日本人の食事摂取基準」策定検討報告書編「日本人の食事摂取基準[2010年版]」第一出版，pp. 85-89.
- 3) 厚生省保健医療局地域保健・健康増進栄養課生活習慣病対策室(1998)．“国民栄養の現状—平成8年国民栄養調査成績”．第一出版，p. 79.
- 4) 厚生省保健医療局地域保健・健康増進栄養課生活習慣病対策室(2003)．“国民栄養の現状—平成13年国民栄養調査成績”．第一出版，p. 83.
- 5) <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000032074.html>
- 6) 峯木真知子(1993)．「魚介類及びその伝承料理に対する幼児の嗜好調査」『青葉学園短期大学紀要』18, pp. 47-52.
- 7) 戸塚清子・峯木真知子・井戸明美(2001)．「魚介類およびその料理に対する全国保育園児の嗜好とそれに影響する要因」『日本調理科学会誌』34, pp. 205-213.
- 8) 峯木真知子・棚橋伸子・戸塚清子(2005)．「魚介類およびその料理に対する全国保育園児の嗜好(2001年)」『日本家政学会誌』56, pp. 857-865.
- 9) 峯木真知子・戸塚清子(2011)．「魚介類及びその料理に対する全国保育園児の嗜好(2006年)」『日本家政学会誌』62, pp. 387-394.
- 10) 財)農林統計協会 水産庁編(2012)．「水産白書 平成24年版」，pp. 79
- 11) 志垣 瞳，池内ますみ，小西富美子，花崎 憲(2004)．「女子大学生の魚介類嗜好と食生活」『日本調理科学会誌』37, pp. 206-214.