

調査報告

大学1年生が考える次世代に伝えたい料理

石澤 恵美子・竹内 奈生美・坂本 恵

The Cooking a Freshman Wants to Convey to the Next Generation

ISHIZAWA Emiko, TAKEUCHI Naomi and SAKAMOTO Megumi

1. はじめに

女性の社会進出とその定着，核家族化の進行や単身世帯の増加，情報化の進展とモビリティの増大¹⁾など社会情勢の変化の中で，食に関する環境も変容し多様化している。

外食産業や食品産業の発展と共に，食の簡便化志向は高まり，年間の食料費支出に占める外部化率の割合(図1)は高くなってきている²⁾。また，個食化にみられるように，家族揃って物を食べるといった共食の意義は希薄なものとなり，家庭の重要な食機能である手作り料理の割合は減少していると考える。栄養素摂取面においても，外食依存度が増えるほど栄養素バランスが崩れるなどの問題点もみられ³⁾地域独特の料理や食文化の伝承などが衰退の一途をたどるのではないかと懸念する。

そこで，本研究では独自のライフスタイルの中で，多種多様化された現代の食環境の中で育ち，成長してきた若者たちがどのような料理を受け

継ぎ，次世代へ伝えたいと考えているのかを把握することを目的とした。

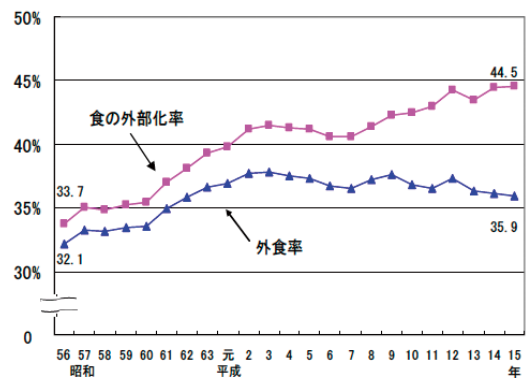


図1 食料消費支出に占める外部化率の推移

資料：内閣府「国民経済計算報告」、(財)外食産業総合調査研究センター「外食産業市場規模」、日本たばこ産業(株)資料を基に農林水産省で試算
注：外食率・・・食料消費支出に占める外食の割合
食の外部化率・・・外食率に惣菜・調理食品の支出割合を加えたもの

2.方法

(1) 調査対象者

北海道文教大学人間科学部健康栄養学科に在籍する管理栄養士課程の1年生168名（男子34名・女子134名）を対象とした。

(2) 調査方法

2006年4月から5月までを調査期間とし、料理作成に関する質問紙（選択肢と自由記述）およびレシピ作成用紙を2枚1組で配布し、留め置き法により実施した。

(3) 調査内容

調査対象者の属性として性別、出身地および現在の居住地、調査内容については、家庭などで食べた料理から調査対象者自身が作り方を覚え、次世代に伝えたい料理2品を選択して調理し、料理名・調理方法（作り方）・出来上がりの盛り付け図（写真可）調理指導者の有無とその続柄、指導の方法、料理作成時に大変だったこと、大切なこと、料理作成時の様子、エピソードや作成後の感想などを設問とした（資料1・2）。

3.結果と考察

(1) 調査対象者の属性

調査対象者は男子34名、女子134名合計168名であった。

出身地は北海道であるとの回答が大多数を占め道外出身者においては東北地方が出身地であるとの回答が多かった（図2）。

現在の居住地については、本学の所在地である恵庭市の回答が67名（48.6%）と多く、次いで札幌市55名（32.7%）、千歳市8名（0.2%）、江別市8名（0.2%）の順であり道央圏に集中している（図3）。

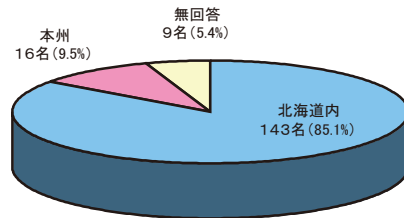


図2 対象者の出身地

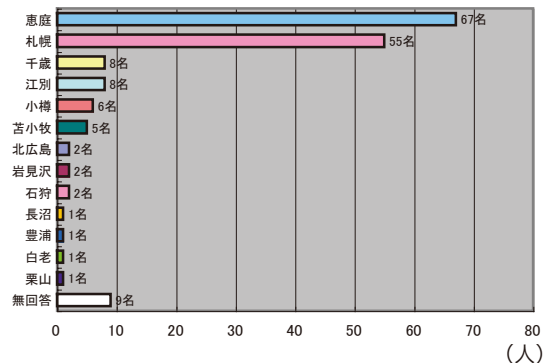


図3 現在の居住地

(2) 次世代へ伝えたい料理

作成頻度の高かった10品目を図4に示す。肉じゃがが22名（13.1%）と一番多く、ギョウザ11名（6.5%）、オムライス10名（6.0%）、ロールキャベツ、ハンバーグの順であった。このことから「お袋の味」に代表される肉じゃがは、世代や年代に関与することなく好まれる料理であることがわかった。ポテトサラダ、じゃがいものハンバーグ、じゃがいもと挽き肉の重ね焼きなど、北海道の特産品であるじゃがいもが主役である料理が数種類作成されており、地場産食材の利用という観点からも好ましい結果であった。また、少数ではあるが対象者の出身地との関連からエスカロップ（根室市出身）、くるみ餅（岩手県出身）、ほうろく焼き（福島県出身）などの地域性に富んだ料理を選択し、郷土の伝統料理を受け継ぎ、次世代へ伝えたいという学生もいた。しかし、今回作成された料

理のほとんどは、納豆チャーハンやきのこのクリームパスタ、ラザニア、おろしハンバーグなど、外食化の影響を大きく反映した料理が多く、現在の家庭での食生活と若者達の嗜好性が伺える内容であった(図4)。

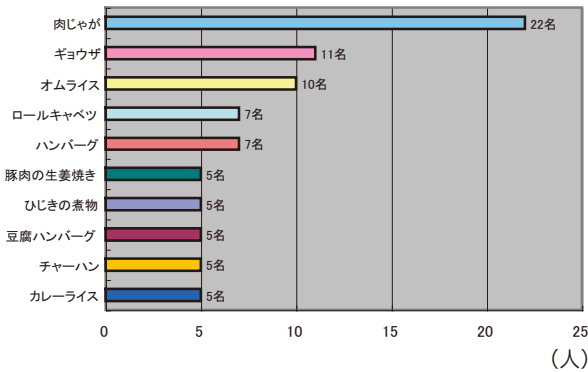


図4 次世代へ伝えたい料理

作成した料理の調理操作別(図5)および料理区分(図6)をそれぞれ比較したところ、調理操作別においては、「煮る」109名(34.3%)、「焼く」79名(24.8%)、「炒める」44名(13.8%)の順であった。料理区分においては和食147名(46.2%)、洋食115名(36.2%)、中華51名(16.0%)、製菓5名(1.6%)の順であった。

(3)調理指導状況

調理時の指導状況について、108名(64.3%)は受け、51名(30.4%)は受けなかったと回答していた。指導を受けた対象者は、直接または電話などを利用して指導を受けながらの調理であった(図7)。事前に指導を受けたが一緒に調理しなかった場合は、「食材料や調味料の割合などを確認して調理した」「事前にレシピを用意してもらった」「TVや本、あるいはインターネットで見たものを我が家流にアレンジして作成した」「幼いときに祖母に作ってもらった味

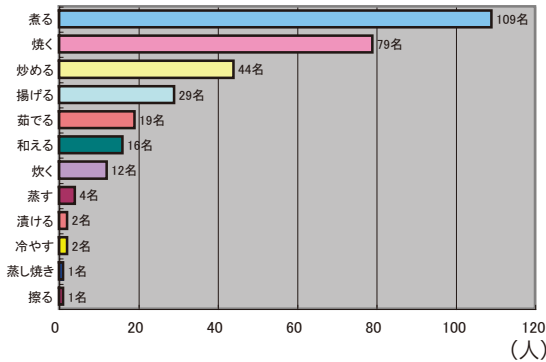


図5 調理操作

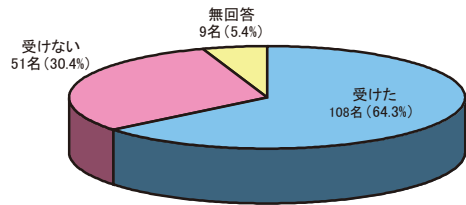


図7 指導状況の有無

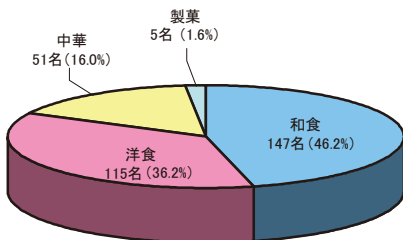


図6 調理区分

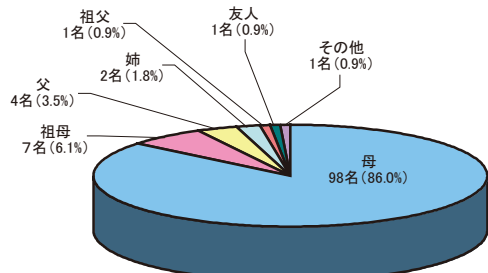


図8 指導担当者

を思い出し調理をした」などの回答であった。

学生のほとんどは調理経験が浅く、一人で料理を作るのは初めてであったという学生もいた事から、指導を受け調理方法を覚えようと真剣に取り組んだ様子が伺える結果であった。

(4) 指導者との続柄

母が指導者であるとの回答が大多数を占めた(図8)。家庭での調理担当者は母が多く、このことは、2005年、2006年に坂本・石澤らが調査したおせち料理作りの担当者と同じ結果であり、母から子へと家庭の味が伝承されていくことは好ましいことであると考え^{4) 5)}。「伝え残し受け継いでいきたい家庭の料理」は幼いころの思い出と母親の影響が大きいことが推察された。

また、祖母、父、姉などから指導を受けたと複数回答した学生もいたことから、共働きの影響も伺えた。

(5) 料理作成時について

一番大変だったことについては、味の再現(味付け)、材料・調味料の計量をあげており、揚げ物やじゃがいもの皮剥きが大変であったという技術的な例もあげられていた。

調理する時に大切なことについて自由記述させたところ、「食べる側のことを考えて作る」「心を込めて丁寧に作る」「衛生面に気をつける」などの内容が大多数を占めていた。将来食の世界に関わっていくであろう学生の食に対する意識が伺えた。

料理作成後の感想(資料3)には、「母」「一緒」「楽しかった」という言葉が非常に多く用いられ、料理作成を通して、母子のコミュニケーションがはかれ、母親に対する感謝の気持ちと料理作成の難しさを再認識する良い機会になったと思われる。

4.まとめ

北海道文教大学健康栄養学科の1年生168名を対象として、次世代に伝えたい料理(2品)について調査を実施し、次の結果を得た。

- 1) 次世代に伝えたい料理は、肉じゃが、ギョウザ、オムライスの順に多かった。調理操作においては「煮る」「焼く」「炒める」の順に多かった。料理区分は、和食が一番多かった。
- 2) 指導を受けながら調理したのは108名であり、指導者は母、次いで祖母、父の順であった。
- 3) 指導者と一緒に調理をしたとの回答は58名(53.7%)であった。指導者と一緒に調理をしなかった場合についても、「TVや料理本あるいはインターネットなどの媒体を利用して自分流にアレンジを加えながら作った」「電話で指導を受けた」「料理本を参考にした」という回答が多かった。
- 4) 調理する上で大変だったことについては、味の再現(味付け)、材料・調味料の計量や包丁使いなど技術面での回答が多く、対象者の調理経験不足が伺えた。
- 5) 調理する上で大切なことは、「食べる側のことを考えて作る」「心を込めて丁寧に作る」「衛生面に気をつけて作る」との回答が多く、将来食に関わるスペシャリストとしての意識を持ち料理作成に取り組んだ様子が伺えた。
- 6) 料理を作成しての感想は、「母が簡単に作っている料理と同じ味にするのは難しい

と思った」「母と一緒に料理ができて楽しかった」「少しでも母の味を覚えられてよかった」などが多く、料理作成を通して母子のコミュニケーションがはかれ、母親に対する感謝の気持ちと料理作成の難しさを再認識する機会になったと考える。

以上のことから、大学1年生の若者達が次世代へ伝えたいと考えている料理は自分の好物である傾向がみられ、現在の家庭における食生活の内容が伺える結果となった。

本研究の一部は、日本調理科学会平成18年度大会（2006年9月7日、岡山県立大学）において発表した。

参考文献・URL

- 1) 田村眞八郎, 石毛直道 (1993), 食の文化フォーラム 外食の文化, ドメス出版
- 2) <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/suisin/1st/siryo4-1.pdf>
内閣府「国民経済計算報告」(家計の食量・飲料・煙草支出)
(財) 外食産業総合調査研究センター
- 3) 細谷憲真政, 難波三郎, 花村満豊, 藤沢良知 (2002) 食生活論, 第一出版
- 4) 坂本恵, 石澤恵美子 (2005) 正月料理の実態, 北海道文教大学研究紀要第29号
- 5) 石澤恵美子, 坂本恵 (2006) 正月料理の実態 (第2報), 北海道文教大学研究紀要第30号

(2007年1月25日受稿)

資料 1

料理作成に関するアンケート調査

1年 組 番 氏名

以下の質問にお答えください。

1. あなたの出身地または今までに一番長く居住した所を記入してください。
2. 現在の居住地を記入してください。
3. 今回作成した料理の名前を記入してください。
①
②
4. 調理する時にどなたかの指導を受けながら作りましたか（電話も含む）。
① はい ② いいえ
5. はいと回答した方はどなたの指導を受けましたか。
① 母 ② 父 ③ 祖母 ④ 祖父 ⑤ 姉 ⑥ 兄 ⑦ 友人 ⑧その他（ ）
6. 4ではいと回答した方は一緒に調理しましたか。
① はい ② いいえ
7. 6でいいえと回答した方はどのような方法で指導を受けましたか（例：電話など）。
8. 今回の料理を作成するにあたり一番大変だったことを記入してください。
9. 調理する時に大切だと思うことを自由に記入してください。
10. 今回の料理を作成した感想を自由に記入してください。

*ご協力ありがとうございました。

資料 2

レシピ作成用紙

年 組 番 氏名

| | | | | |
|--------------|-----|-----------|---------|--|
| 実施月日 月 日 () | | 調理時間 | 種類・調理操作 | |
| 料理名 | | 選択理由 | | |
| 材 料 (4人分) | 分 量 | 材 料 (4人分) | 分 量 | |
| | | | | |
| 作り方 (簡条書き) | | | | |
| | | | | |
| 使用器具 | | | | |
| | | | | |
| 感想 | | | | |
| | | | | |

資料 3

料理を作ったの感想

味付けや火加減などに注意をするのが難しかった。母に包丁の使い方などを確認しながらいろいろ教えてもらい、たくさんのことを学ぶことができた。

実家に住んでいる。いつも食事のしたくをしている母がどれだけ大変なことをやっているのかがわかった。

いつも母が簡単に作っている味と同じにするには難しいと思った。

今まで母と一緒に調理するということがなかったのもとても良い機会だった。これからは帰省したときは一緒に調理したいと思った。

おいしいだけでなく健康的な物を作って食べることが大切だと改めて感じた。

自分の住んでいた町の郷土料理を初めて調理した。何故「ほうろく焼き」と名前がついたのかを知ることが出来た。鶏肉と大根の煮物は自分の好きな料理だったので作れるようになって嬉しかった。今度は大根の旬の時に作ってみたいと思った。

大好物でよく母に作ってもらっていた料理です。今回を機会に郷土の母の味を自分が受け継ぎ、作れるようチャレンジする事ができて未来に希望が持てました。

調理の楽しさや、大変さを改めて知ることが出来た。すごく楽しく作れたのでこれからも作りたと思う。

作り方を理解していなかったので調べる事ができてよかった。また作りた。

母と一緒に料理ができて良かった。楽しかった。

包丁の使い方や技術などを学びたい。まだまだ祖母に教えてもらいたい事がたくさんある。

祖母の味を表現するのは難しいと思った。毎日ご飯を作ってくれる母に感謝したいと思った。

料理を作る事は大変だけど出来た時の喜びが大きい。また母に料理を教えてもらいたい。

分量や材料を一つ一つ計るのは大変だったが、減多にしないことだったので良い経験になった。

久しぶりに母と料理を作ったので色々な話が出て楽しかった。

(一部抜粋)

Abstract

The dish that 168 students at Hokkaido Bunkyo University want to tell to the next generation is potatoes stewed with pork. They have learnt it from their mothers and are cooking now. They were not good at using seasoning, deep-frying food, peeling potatoes and so on, and therefore they were not good at cooking.

A lot of students felt that it is important to regard and think about the person who eats it so they have been working on cooking with the dietitian's consciousness. They were grateful to their mothers.

The result had the tendency toward students wanting to tell their favorite dishes to the next generation. The present eating habits at home could also be understood from this.