

子どもの頃の食環境による 6タイプ別分析

現在の食意識に、子どもの頃の料理体験が大きく影響
～料理への時短志向は仕事の有無と関係なし!?～

2013年に生活科学研究室が実施した調査では、
食事作りの時短化やメニューの変化など、食スタイルの変化を明らかにしました。
その背景には、女性の社会進出や単身世帯の増加などの影響が考えられますが、
これらの社会環境だけでなく、家庭環境が及ぼす影響について調査しました。
その結果を基に、子どもの頃の食環境により女性を6つのタイプに分類し、
現在の食意識との関連性について分析しました。

調査結果のポイント

- 料理は母親から子へ伝承されている
- 子どもの頃の料理体験が、大人になってからの食への積極性に大きく影響!
- 外食を積極的に利用していると、メリハリをつけて食を楽しむようになる!?
- 料理への簡便・時短意識に、仕事の有無は関係なし!?
- 行事食の実施率には子どもの頃の食のしつけが影響!?



調査概要

調査方法：インターネット 調査対象：20～60代の女性 サンプル数：1199サンプル（ウェイトバック集計） 分析方法：子どもの頃の食環境を基に、因子分析とクラスター分析により生活者を分類

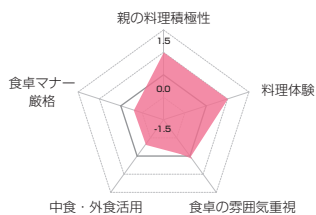
調査地域：全国 調査日時：2013年8月9～11日

子どもの頃の食環境により6つのタイプに分類

親も子ども料理積極層

22% (n=258)
平均42歳 専業主婦33%

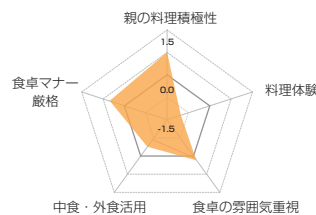
料理の手伝いをよくしており、
親も料理に積極的だった層



親だけ料理積極層

19% (n=225)
平均41歳 専業主婦38%

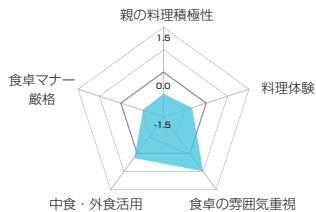
親だけが料理に積極的だった層



食はみんなで楽しく層

15% (n=175)
平均37歳 専業主婦32%

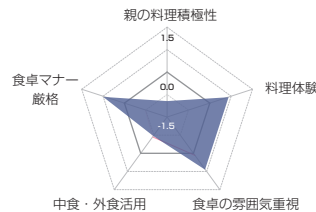
料理の手伝いをしておらず、親も料理に非積極的だったが、食卓の雰囲気は重視していた層



食のしつけ厳格層

18% (n=220)
平均49歳 専業主婦49%

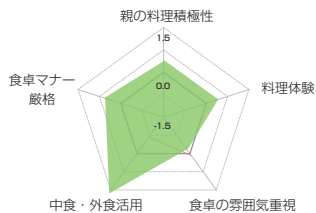
料理の手伝いをよくしており、
食卓マナーを重視していた層



外食も積極活用層

10% (n=125)
平均35歳 専業主婦35%

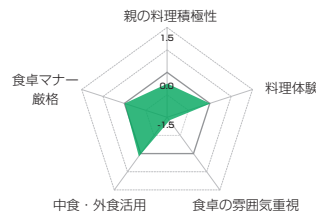
料理の手伝いをたまにしておらず、
親も料理にやや積極的で、中食・外食も活用していた層



食卓無関心層

16% (n=196)
平均41歳 専業主婦32%

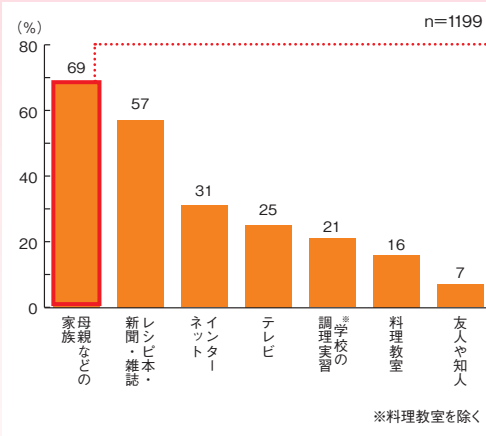
食全般において無関心だった層



料理の伝承

Q1 料理全般※を何から覚えましたか？ (複数回答)

※：包丁の使い方などの基本的なものから、メニューを作るなどの応用的なものまで



母親などの家族から、具体的にはどのように覚えましたか？ (複数回答)

全体 (n=830)	子どもの頃に			大人になってから		
	見ながら作るところを	直接教えてもらって	手伝いをしながら	直接教えてもらって	手伝いをしながら	レシピをもらったり、メールなどで
全体 (n=830)	66	52	30	25	22	16
親も子ども料理積極層 (n=223)	81	59	38	23	19	15
親だけ料理積極層 (n=161)	43	43	25	41	29	26
食はみんなで楽しく層 (n=102)	58	43	26	29	27	18
食のしつけ厳格層 (n=164)	86	62	39	16	18	10
外食も積極活用層 (n=64)	68	49	20	27	17	7
食卓無関心層 (n=117)	50	47	20	17	21	13

ポイント

- 「母親などの家族」が69%で最も高くなり、次いで「レシピ本・新聞・雑誌 (57%)」、「インターネット (31%)」となり、様々な手段がある中で、親から子へ料理が伝承されている様子がうかがえました。

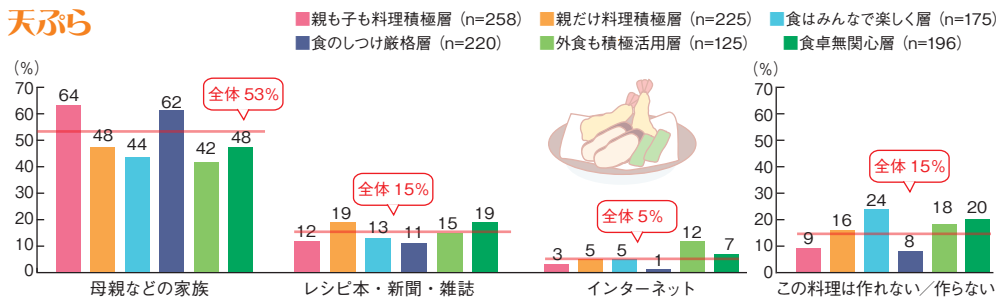
ポイント

- 全体では、子どもの頃に「作るところを見ながら」が66%、「直接教えてもらって」が52%となり、半数以上の子どもの頃に覚えていることが分かりました。
- 「親だけ料理積極層」、「食はみんなで楽しく層」は、どちらも子どもの頃に料理の手伝いをしていなかったものの、「親だけ料理積極層」では大人になってから「直接教えてもらって」が全体と比べて16ポイント高く、料理に積極的だった母親を大人になってから頼っている様子がうかがえました。

Q2 次の料理の仕方は何から覚えましたか？

※上位3つまで掲載

天ぷら

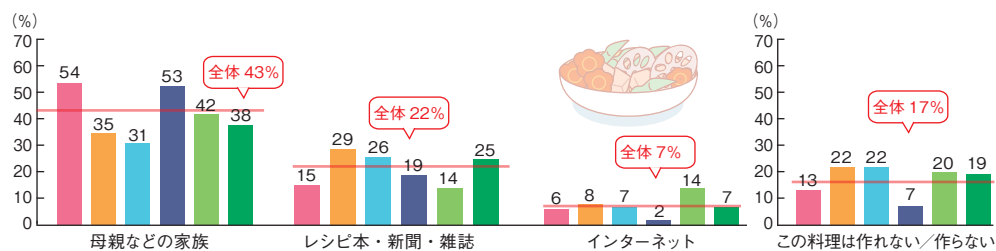


選択肢：レシピ本・新聞・雑誌、インターネット、テレビ、料理教室、友人や知人、母親などの家族、学校の調理実習、食材の商品パッケージに記載されているレシピ

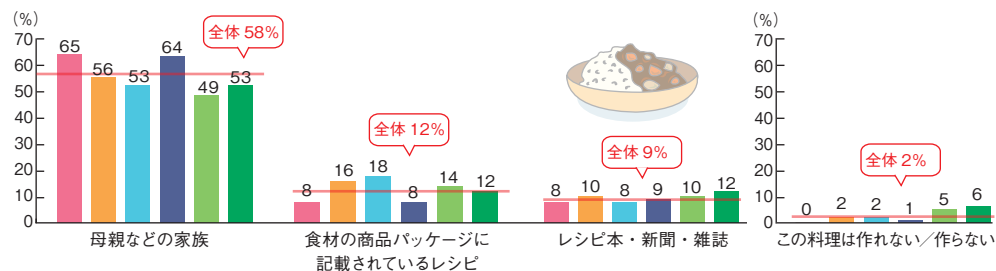
ポイント

- 全体では、どの料理も「母親などの家族」が最も高くなりました。特に、子どもの頃に料理の手伝いをよくしていた「親も子ども料理積極層」、「食のしつけ厳格層」は、全体と比べて高い傾向になりました。
- 「この料理は作れない/作らない」は、「親も子ども料理積極層」、「食のしつけ厳格層」で低くなり、子どもの頃の料理体験が、これらの料理の習得に寄与していることが推測されました。

筑前煮



カレー



外食も積極活用層はインターネットをよく利用しているのね。情報感度の高い層なのかしら？



Q3 次の食に関する意識や実態についてあてはまりますか？

「あてはまる」、「ややあてはまる」の合計

全体より 5ポイント以上高い 全体より 5ポイント以上低い (%)	食への積極性							健康性			
	食へることが好き	自宅で食べる料理はほとんど手作り	好き料理をすることが好き	挑戦する新しいメニューに	料理上手だと思う	レパートリーが多い	手間ひまをかけて料理をしている	野菜をできるだけ使う	バランスのよい食事を作る	健康に良い食材などを積極的に使っている	一汁三菜を心がけている
全体 (n=1199)	84	81	54	47	40	31	33	86	83	71	51
親も子ども料理積極層 (n=258)	93	89	75	60	64	48	46	94	90	79	59
親だけ料理積極層 (n=225)	86	83	40	40	30	22	28	89	85	72	50
食はみんなで楽しく層 (n=175)	91	77	44	38	29	17	20	84	80	69	44
食のしつけ厳格層 (n=220)	81	87	53	49	41	37	37	91	88	76	64
外食も積極活用層 (n=125)	86	78	69	64	45	43	48	85	81	76	59
食卓無関心層 (n=196)	69	67	40	32	25	18	21	70	69	53	31

全体より 5ポイント以上高い 全体より 5ポイント以上低い (%)	中食・外食の活用			食卓の雰囲気・マナー				節約	
	誕生日・イベントなどでは外食することが多い	惣菜や冷凍食品など出来合いのものが多く	普段の日の夕食に外食することが多い	食事は残さないように食べている	「いただきます」「ごちそうさま」を言う	全員で楽しくコミュニケーションをとっている	家族みんなで食卓を囲むことが多い	食材をできるだけ廃棄しない	なるべく食費をおさえる
全体 (n=1199)	43	18	11	87	74	68	64	87	71
親も子ども料理積極層 (n=258)	39	9	8	90	79	71	66	92	72
親だけ料理積極層 (n=225)	43	16	7	90	76	69	61	86	71
食はみんなで楽しく層 (n=175)	56	25	13	91	77	69	64	90	73
食のしつけ厳格層 (n=220)	33	12	5	89	78	66	66	90	72
外食も積極活用層 (n=125)	66	38	31	83	80	77	71	86	84
食卓無関心層 (n=196)	37	20	11	75	54	56	57	76	60

ポイント

- 全体では、「食へることが好き」、「自宅で食べる料理は、ほとんど手作り」、「野菜をできるだけ使う」、「バランスのよい食事を作る」、「食事は残さないように食べている」、「食材をできるだけ廃棄しない」が8割を超えました。
- 「食への積極性」は、「親も子ども料理積極層」、「外食も積極活用層」、「食のしつけ厳格層」と、子どもの頃に料理の手伝いをしていた層で高くなる一方、「親だけ料理積極層」では低いことから、親の料理への意欲より子どもの頃の料理体験によって形成されていることが推測されました。
- 「外食も積極活用層」は大人になっても「中食・外食の活用」が高い一方で、「節約」や「食への積極性」も高いなど、食全般にメリハリをつけて楽しんでいる様子うかがえました。
- 「食はみんなで楽しく層」は「手間ひまをかけて料理をしている」が低く、「惣菜や冷凍食品など出来合いのものが多く」が高いことなど、料理の簡便・時短意識が高い様子うかがえました。

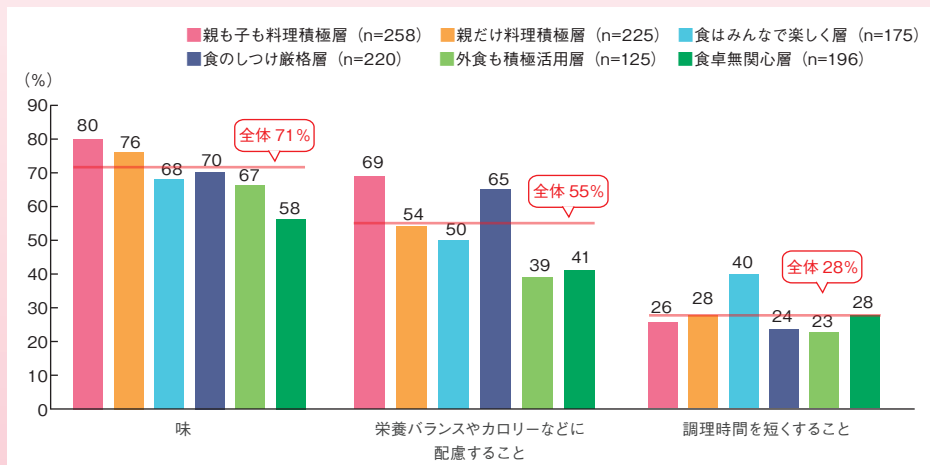
「親も子ども料理積極層」と「食のしつけ厳格層」で「料理をすることが好き」に結構差があるけど「食のしつけ厳格層」は料理への義務感が強いのかな？



Q4 普段の夕食では、どのようなことにこだわっていますか？ (複数回答)

※上位3つまで掲載

選択肢：味、量、見た目・盛り付け、食感、品数、栄養バランスやカロリーなどに配慮する、調理時間を短くする、特にこだわりはない



ポイント

- 全体では、「味」が71%で最も高く、次いで「栄養バランスやカロリー (55%)」、「調理時間を短くすること (28%)」となりました。
- 「味」は「親も子ども料理積極層」、「親だけ料理積極層」で全体と比べて高く、親の料理積極性が味へのこだわりに関わっていると推測されました。
- 「栄養バランスやカロリーなどに配慮すること」は「親も子ども料理積極層」、「食のしつけ厳格層」で高く、子どもの頃に料理の手伝いをしている層で健康意識が高いことが分かりました。
- 「調理時間を短くすること」は「食はみんなで楽しく層」で高く、料理への時短意識が高いことが分かりました。

きうめんって
七夕に食べるもの
だったんだ・・・



Q5 次の行事食を実際に食べていますか？

行事食の実施率

	おせち料理 (正月)	雑煮 (正月)	七草粥 (二月七日)	恵方巻き (節分)	五目ちらし (桃の節句)	端午の節句 (ちまき)	そうめん (七夕)	うなぎの蒲焼き (土用の丑の日)	精進料理 (お盆)	南瓜料理 (冬至)
全体 (n=1199)	79	87	43	61	49	30	37	62	22	57
親も子も料理積極層 (n=258)	78	87	49	61	56	33	40	69	22	65
親だけ料理積極層 (n=225)	82	85	41	65	51	29	34	63	19	52
食はみんなで楽しく層 (n=175)	79	87	34	60	41	25	30	61	16	53
食のしつけ厳格層 (n=220)	89	96	52	62	55	36	43	66	34	60
外食も積極活用層 (n=125)	75	81	44	59	46	33	37	52	26	56
食卓無関心層 (n=196)	68	81	34	54	41	24	34	57	14	51

ポイント

- 行事食の実施率は、全体で「雑煮」が87%で最も高く、次いで「おせち料理 (79%)」、「うなぎの蒲焼き (62%)」となりました。
- 多くの項目で“食のしつけ厳格層”が全体と比べて高くなり、食卓のマナーと同様に伝統的な食習慣についても子どもの頃に教え込まれ、大人になっても実践している様子が見えられました。

雑煮を食べる理由は？

(実施者のみ・複数回答)

- 全体では、「子どもの頃からの習慣」が79%で最も高く、次いで「当たり前前に食べるもの (44%)」、「日本の伝統 (38%)」となりました。
- “食はみんなで楽しく層”は「イベント的に楽しめる」が全体と比べて高く、“楽しむ”ことを重視している様子が見えられました。

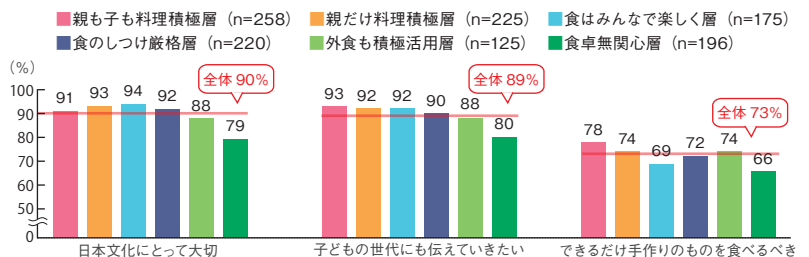
	子どもの頃からの習慣	当たり前前に食べるもの	日本の伝統	感じられる季節	家族みんながそう	イベント的に楽しめる	家族とコミュニケーションをとれる	健康に良い	特に理由はない
全体 (n=1041)	79	44	38	30	17	15	15	4	3
親も子も料理積極層 (n=226)	83	45	42	33	19	16	17	4	2
親だけ料理積極層 (n=191)	80	45	33	30	16	16	15	5	3
食はみんなで楽しく層 (n=152)	84	47	42	41	19	22	15	3	1
食のしつけ厳格層 (n=212)	78	48	51	30	20	13	15	3	2
外食も積極活用層 (n=101)	70	33	27	28	14	12	12	7	6
食卓無関心層 (n=158)	73	42	26	18	12	11	13	1	5

Q6 行事食について、どう感じますか？

ポイント

- 「日本文化にとって大切」、「子どもの世代にも伝えていきたい」とともに、“食卓無関心層”以外で9割程度と高く、伝統的な食習慣を守りたいという意識が高いことが分かりました。
- 「できるだけ手作りのものを食べるべき」は、料理への積極性が高い“親も子も料理積極層”が全体と比べて高くなりました。

「そう思う」、「ややそう思う」の合計



今回の調査結果から

料理を覚えるにあたっては、母親などの家族からが一番多くなっており、新聞・雑誌やインターネット、料理教室などの様々な手段がある中で、親から子どもへと料理が伝承されていることが分かりました。

子どもの頃の食環境のうち、「親の料理への積極性」と料理の手伝いなどの「料理体験」に注目すると、どちらも積極的な“親も子も料理積極層”では大人になっても料理への積極性は高くなりましたが、逆にどちらも非積極的な“食はみんなで楽しく層”は料理への時短や簡便さを求める傾向が強くなるなど、子どもの頃の食環境は大人になってからの食意識に大きく影響していることが分かりました。また、専業主婦の割合はどちらの層でも大きく変わらないことから、最近の調理の簡便・時短志向の要因は女性の社会進出だ

けではないことも推測されました。

今後、各層の平均年齢を考慮すると、“食はみんなで楽しく層”や手作りにこだわらず食を楽しむ“外食も積極活用層”が増加し、手作りにこだわり行事食を重んじる“食のしつけ厳格層”は減少することによって、食の簡便・時短志向や外部化、伝統的な食に対する意識の希薄化が進むことが予想されます。このことから、食の画一化が一層進み、家庭や地域に長年受け継がれ、根付いた食習慣がさらに薄らいでいくのではないのでしょうか。

日本の伝統的な食文化に注目が集まっている今、それを次世代に伝承していくには、家庭内における食卓マナー・しつけ、行事食のあり方などの食習慣を見直すとともに、子どもが手伝いをする機会や、親子で一緒に楽しく食を体験できるような機会を増やすなど、親だけでなく、子どもの料理への関与を高めることも大切だと思われます。

日清オイリオグループ株式会社

■お問い合わせ先 生活科学研究室 <http://www.nisshin-oillio.com>
〒104-8285 東京都中央区新川1-23-1 TEL.03-3206-5218

■発行日 2014年2月12日 ※ホームページでは、バックナンバーをご覧ください。
※本レポートの文章、データ、イラストを許可なく複製、複製、転載することを禁じます。



揮発性有機化合物を含まない植物油のNon-VOCインキを使用しています。

