

A-82 食生活に関する研究 — 献立に影響を及ぼす要因：調理時間について —
十文字短大 三輪里子 ○佐藤文代
川村短大 村山真子

目的 今日の食生活の動向を知る一環として、家庭の献立を調理時間の面より分析し、考察を加えた。

方法 調査：昭和55年6月、東京都内及び近郊の160世帯につき連続した3日間の食事内容を調査表に記入させ、また別紙アンケートにより炊事担当者の食事に対する意識及び加工食品の利用度、調査時間等について調査した。結果と分析：日常的な料理約90種につき、総所要時間、手間時間、加熱時間を測定し、時間的観点から主成分分析を行い、その結果、料理を11群に分類した。それに従い前記対象世帯3日間の夕食献立の料理を該当する群に区分した。アンケートについては、これら料理群とクロス集計を行った。

結果 対象の料理をグループ別出現頻度からみると、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ群に集中している。Ⅲ群は塩麩の焼物や南仏の煮付、鉄板焼等、Ⅳ群は野菜炒め、即席風味調味料等を用いた汁物、惣菜やレトルト食品等の調理済食品等、Ⅴ群は酢の物、サラダ等で、いずれも操作、調理時間ともに短い料理である。Ⅳ群は鶏肉の唐揚げ、真のムニエル、麻婆豆腐、しじみ焼等手間と加熱時間がほぼ同程度で、これらも比較的調理時間の短い、簡単な一品料理である。以上4つの群に含まれる料理数は、総料理数の72%になる。また出現頻度の少ないⅠ、Ⅱ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅷ群は、赤飯、餃子、コロツケ、シチュー等で操作工程が多く、手間、加熱、調理時間ともに長い料理であり、本調査ではこれらの料理の多くは、Ⅳ群の調理済食品の形で用いられている傾向がみられた。以上の結果はアンケートにあらわれた調理時間、加工食品の導入度、炊事担当者の食事に対する関心等とも関連がみられた。