

目的 最近新しい野菜が多く出まわっており、食生活の中での野菜類・いも類の利用法も変わってきているように思われる。現在、野菜類・いも類がどのように食生活に用いられているかについて、いくつかの視点から検討を進めている。今回は女子大生が野菜類いも類をどのような料理の形で食べているかを調査した。

方法 食品成分表に記載されている野菜類・いも類あわせて107種の知名度と利用度について1984年9月女子大生83名にアンケート調査Ⅰを行った。さらにその結果にもとづいて利用度の高い野菜類・いも類50種についてよく作ったり食べたりする料理名を1984年11月女子大生168名にアンケート調査Ⅱを行った。調査結果を野菜類・いも類の種類別に、また用いられる料理名に従って分類集計した。

結果 調査Ⅰでは知名度90%以上の野菜(以下いも類を含む)は61種、10%未満は10種であり、利用度(よく食べる)90%以上は7種、10%未満は49種であった。調査Ⅱで記載された料理数はのべ19500で、これを10種に分類した。煮物は24%でもっとも多く、ついで(焼き物・いため物)18%であった。出現頻度の高かったのは、たまねぎ、じゃがいも、にんじんなどで利用範囲が広いといえる。料理の面から見ると、サラダ、天ぷら、みそ汁などの出現頻度が高く、特にサラダは高い。これらの料理の頻度が高いのは材料として用いる野菜の種類が多いためである。逆に特定の料理とだけ強く結びつく野菜があることもわかった。また野菜の側からみると料理をいくつかに分類できた。このように利用される野菜から料理を分類し、逆に料理から野菜を分類し、野菜と料理との関連を考察した。