

料理パターンによる短大生の日常食の分類

十文字短大の三輪里子 佐藤文代
川村短大 村山篤子 松下恭子

目的 社会や家庭の变化に応じて、食生活の簡便化がますます進んでいるとみられる。筆者らは家庭の食事傾向の一端を知ることとを目的として、1981年日常食料理についてのパターン化を試みた。さらにこのパターンを用いて短大生の食事調査資料を分類し、朝・夕食の食事傾向を調べ報告した。今回は、食事内容について5年前と比較検討するため、同様の食事調査を行った。

方法 234品目の料理について、調理の総所要時間、手間時間、調理操作数、調理器具数、料理の価格の5項目を因子とし主成分分析を行ない、料理を10群のパターンに分けた。東京および近郊の短大生180名を対象に、連続3日間の朝・夕食の食事について調査し、このパターンを用い、摂取された料理を各群に類別した。

結果 10群のパターンに類別された料理の出現頻度は、朝・夕食共にほぼ前回と同様の傾向を示した。すなわち調理時間、手間時間が比較的短かく、調理操作数が少ない簡単な手料理の8群の出現頻度が最も高く、フいで7群の摂取頻度が高かった。前回に比べ7群では特に朝食でだしの素使用のみそ汁の摂取頻度が増加しているが、朝食の主食にごはんをとる割合が高くなっているのと関連があるものと思われる。また総菜や漬物・佃煮など調理時間が0の6群では、総菜の利用頻度が増えているが、調理済食品の消費の増加傾向と一致するように思われる。さらに朝・夕食の献立構成についても前回と同様の検討を行った。

1) 村山, 三輪, 佐藤, 三田村: 栄養学雑誌 40, 2 103~108 (1982)