

生涯を見通した食生活教育の体系化 その2

一加工食品利用面からの検討一

○中西洋子*, 成瀬明子*,

久保加織**, 堀越昌子**, 岸田恵津*3, 増澤康男*3, 細谷圭助*4

(*京都教育大, **滋賀大, *3兵庫教育大, *4和歌山大)

【目的】本研究は、「その1」に示したように、全ての個人が生涯を通して健康に生き抜く手助けとなるような、食生活教育の体系化を目指している。その一環として、食生活に関するアンケート調査を各世代にわたって行った。本報ではその結果をふまえて、加工食品利用実態を中心に検討した。

【方法】「その1」に同じ。加工食品の利用度は惣菜、即席ラーメン類、即席味噌・スープ類、缶詰・びん詰、冷凍食品、レトルト食品の6種類について調査した。また、加工食品摂取理由、加工食品表示に対する態度、購入時に見る表示の種類についても調査した。

【結果】惣菜、即席ラーメン類、即席味噌・スープ類、レトルト食品は若年層で多く使用されていたが、高齢になるとともに使用頻度が低下した。缶詰・びん詰、冷凍食品は年齢による違いはあまり認められなかった。冷凍食品は各年齢層においてよく利用されていた。加工食品を利用する理由として、最も多かったのは「手軽で時間の節約になる」であり、第2位は「保存がきく」であった。加工食品表示に関しては、「必ず見る」と回答した人が女性で53%、男性で27%、「見ない」と回答したのは、女性で6%、男性で26%であった。この結果は男性は女性に比べ、食品表示に対して関心の低いことを示している。一方、購入時に見る表示の種類として、「表示を見る」「時々見る」と回答した人の98%が「賞味期限・消費期限」をあげていた。食品添加物表示は52%、栄養表示は20%であった。加工食品が広く出回り、食品選択の自己責任が強化されてきている状況にあっては、各種の食品表示を正しく理解できる能力を養うことが重要になると思われる。