

A-87 家庭におけるインスタント食品の利用に関する1考察

お茶の水女大家政(研究生) ○比企みよ子
松元 文子
東京学芸大 大森 和子

1. 最近の各職場への女性の進出はめざましく、それに伴って、共稼ぎの家庭もふえ、“家事労働の短縮化・能率化”がさげられるようになってきた。このような状況の下にあって種々のインスタント食品が、調理時間の短縮化・調理作業の能率化をめざして作りだされてきた。そこで、インスタント食品を利用した場合と、家庭調理を行なった場合とを、(1)経済性、(2)調理作業のエネルギー代謝、(3)味覚、(4)成分の4点から、比較検討した。

2. マッシュポテト、プリン、スープをとりあげ、(1)経済性は全国小売物価統計調査報告をもとにして、価格を算定し、(2)エネルギー代謝は、各調理作業を単位作業に分割して所要時間を測定して消費熱量を算定し、(3)味覚は、2点嗜好試験法の官能検査を行なって検定し、(4)成分は、インスタント食品の糖質は、Bertrand法、蛋白質はKjeldahl法、脂質は、エーテル抽出法で測定し、他の実験材料は、成分表より算出した。

3. (1)経済性に関しては、一概にインスタント食品を利用した場合の方が高いとはいえない。

(2)調理作業のエネルギー代謝については、スープなどは、非常に能率的であるが、一概にインスタント食品を利用した場合の方が能率的であるとはいえない。

(3)味覚に関しては、インスタント食品を利用した場合は、明らかに味がおちる。

(4)単位分量に対する栄養価はインスタント食品の方が低い。