

F 9 「食事」づくりを意識した調理教育の試み(その6)

自炊女子学生の食事づくり過程の実態

高知大教育 ○針谷順子 女子栄養大 足立己幸

目的 これまで、自炊女子学生の場合、大学就学前に「食事」づくり経験のある者(家族の食事を計画し、材料調達、調理、供食、後片づけといった一サイクルを週4日以上してきた)は、ない者に比して、調理法や料理の組み合わせ方(献立)についての情報量が多く多岐にわたっていること、日常作って食べている料理や食事も多種多様であること、従って、食事の内容は相対的にではあるか良いこと、が明らかになった。

そこで、本報では、食事を計画する時どんなことを考えて内容をきめるのか、その手順、調理法やもりつけはどのようにしているのか、等その食事づくり過程を明らかにし、「食事」づくり経験の有無の、主として調理技術面への効果を検討する。

方法 調査対象 高知大学教育学部生で家庭科概論受講生のうち自炊女子学生59名、調査期間 1981、12、調査内容・方法 大学就学前・後の食事づくり状況、食事内容・その調理過程、等について、調査票を用い自己記入法(回収時、個別に面接し内容を確認)。

結果 「食事」づくり経験のある群(25名)と、ない群(34名)との間で、主に次の点で差がみられた。①食事を計画する際に考慮する内容は、1人当り平均約5項目でほぼ同じだが、最も多くの人か考慮する内容は有群「材料」無群「栄養」で群間差があった。②食事づくり過程での、食材料の使い方、調理法の組み合わせ方、調理時間と手順の組合せを、調理手順、もりつけ・配膳、等とりあけた調理技術のいずれの面においても、「適切」ほぼ適切に食事づくりをしている者の割合が多かった。最も顕著に差がみられたのは、調理手順で適切である者が有群69%、無群21%で有意に差がみられた($P < 0.05$)。