

伝統的三食米飯型からの主食パターンの変動について

神戸女大家政 金谷昭子 宮田康子 今岡睦子 兵庫女短大 入江一恵

甲南女大家政 星野英子 神戸女短大 ○大江隆子

<目的> 国際化時代のただ中で、我々の食生活はいまやかつて経験したことのない程多彩なものとなっている。このような状況は主食にも反映し、米飯以外のものが盛んに導入されつつある。我々は伝統的な三食米飯型からの主食パターンの変動の実態を把握しその要因を探るため、周辺の関連事項をもふくめて調査し、食生活の今後の動向に若干の示唆を得ることができた。

<方法> 調査対象： 兵庫県下の女子大生の家庭

調査時期： 1987年10月 1988年7月 1989年1月

調査方法： 主食摂取状況その他を調査用紙に記入 (マークシート使用)

解析方法： コンピューター (F A C O M - M 7 8 0) を用い、S A S により解析

<結果> ①典型的な三食米飯型はいまや少数派になりつつある。

②主食に多様化がみられても、一日二度は米飯を主食とする習慣がほぼ保たれている。

③他の主食導入は朝食に最も多く、ついで昼食に多いが、ほとんどの家庭で夕食は米飯を主食としている。

④朝食に導入されるものとしてはパンが圧倒的であって、一見三食米飯型の家庭であっても潜在的な朝パン型とみられるものが少なくない。

⑤若年層において主食とされる米飯に大きな変化がみられ、白飯以外のものへの嗜好が目立つ。