

# 食物栄養および家政教育専攻学生の調理意識と技術の現状

Cooking habits and skills among college students majored in food and nutrition or home economics education

堀 光代 平島 円\* 磯部 由香\* 長野 宏子\*\*  
Mitsuyo HORI Madoka HIRASHIMA Yuka ISOBE Hiroko NAGANO

\*三重大学 \*\*岐阜大学

## Abstract

Questionnaire research was conducted to investigate cooking habits and skills among 204 college students. Eighty seven students were food and nutrition major or home economics education major. The students, which majored in food and nutrition or home economics education, prepared or cooked a meal more often and they spent longer time for preparing or cooking a meal, compared with other students. Moreover most of them had a specialty dish. We found that the students, which majored in food and nutrition or home economics education, were interested in food and cooking compared with other students.

Keywords: 料理 調理用語 調理技術 大学生

## 1. はじめに

近年、外食する機会や調理済み食品を利用することが多くなっているため、家庭で調理する機会が減少している。しかし、安心して安全な食生活を送るためには、自ら食材を選ぶことができ、かつ調理することも必要である。

著者らは、最近の大学生の食や調理への関心度が低くなってきている現実に直面し、大学・短大新入生の調理の知識や調理技術の現状について調査してきた。その結果、以下の4点を明らかにした<sup>1)</sup>。1. 自宅生では食事を主に作るのは約95%が母親であり、学生自身が家庭で料理をする（包丁を持つ）回数は少ない。2. 料理をするのが好きな学生は約55%、嫌いな学生は6.4%であり、料理が「好き」か「嫌い」かによって得意料理の有無や料理の頻度に差が見られる。3. だしの取り方を知らない学生が27%、りんごの皮むきが出来ない学生が11%であり、調理の基本技術を知らない学生がいる。4. 魚一匹の調理は約8割弱の学生ができない。

そこで、本研究では、食品学や栄養学を専門とする（栄養士養成）学生および家政教育を専門に勉強する（家庭科教員養成）学生とそれ以外の専門を専攻する学生の調理意識や技術の差異について分析し、食物栄養専攻および家政教育専攻学生の調理に対する意識と調理技術について検討した。

この調査により、学生の調理に関する意識と現状を把握することができ、大学における授業改善の有効な資料になると期待できる。

## 2. 調査方法

調理に対する意識と調理知識・技術に関する調査は、アンケートによる質問形式で行った。アンケートの内容を図1に示す。

2007年入学	_____	学部・学科	_____	調査日	月	日
				1年	( )	才
						男・女

調理についてアンケートをお願いします。以下の質問に回答をお願いします。  
あなたのことについて教えてください。

① 自宅生 \_\_\_\_\_ 県 \_\_\_\_\_ 在住 下宿生 \_\_\_\_\_ 出身県 \_\_\_\_\_ 県 \_\_\_\_\_

② 毎日の食事は主に誰が作りますか。 ( )

③ あなたは週にどれぐらい料理をしますか。(包丁を持つ回数) 週 ( ) 回ぐらい  
または 月 ( ) 回ぐらい  
ほとんどない

そのときどれぐらいの時間料理をしますか。 ( ) 時間ぐらい  
そのときどんな料理を作りますか。

④ あなたは自分で料理するのが 好き きらい どちらでもない

⑤ ④で答えた理由を教えてください。

⑥ 得意な料理がありますか。 ある ない (どちらかに○をつける)

⑦ ⑥であると答えた人は得意料理を教えてください。

⑧ 中学・高校時代に調理実習で行った料理を覚えていたら記入してください。  
例 野菜炒め(中) カレーライス(高) (覚えていたらいくつでも)

⑨ あなたは次の調理についてどのぐらいできますか。(該当するところに○をつけて下さい)

a インスタントではなく、だしの取り方を知っていますか。  
(知っている だいたい知っている 知らない)

b 米のとぎ方・飯の炊き方を知っていますか。  
(知っている だいたい知っている 知らない)

c 魚一匹を処理(内臓を出したり切ったり)することができますか。  
(できる だいたいできる できない)

⑩ 次の料理用語について答えてください。(該当するところに○をつけて下さい)

	知っている	知らない
落し蓋		
裏ごし		

図1 調理に対する意識と調理知識・技術に関するアンケート用紙

調査時期は、大学において調理関連の授業の影響がない入学直後の4月上旬とした。調査対象は2007年度新入生204名(大学生71名、短大生133名：うち男20名 女184名、自宅生147名、下宿生57名)であった。専攻別の人数は、食物栄養および家政教育専攻の学生が87名(以下、食栄・家政)とそれ以外の専攻学生(以下、その他)が117名であった。これら2分類の学生の結果を比較した。得られた結果についての有意差検定は $\chi^2$ 検定を用いて行った。

3. 結果および考察

(1) 料理を作る人・料理頻度・料理にかかる時間

「毎日の食事は主に誰が作りますか」という問いに対し、得られた回答(複数回答)を食栄・家政専攻の学生およびその他の専攻学生別に集計した。各専攻別の「自分で食事を作る学生」・「時々自分で食事を作る学生」・「自分以外が食事を作る学生」の全回答に対する割合(無回答を除く)を表1に示す。

表1 毎日の食事は主に誰が作るか(専攻別・複数回答)

		自分	時々自分	自分以外
食栄・家政	自宅生(64人)	4.7%(3人)	4.7%(3人)	90.6%(58人)
	下宿生(23人)	82.6%(19人)	4.3%(1人)	13.0%(3人)
	合計(87人)	25.6%(22人)	4.7%(4人)	69.8%(60人)
その他	自宅生(83人)	1.2%(1人)	0.0%(0人)	98.8%(82人)
	下宿生(34人)	82.4%(28人)	0.0%(0人)	17.6%(6人)
	合計(117人)	25.4%(29人)	0.0%(0人)	74.6%(88人)

表1からわかるように、自分で食事を作ることのある割合は、食栄・家政専攻、その他の専攻ともに25%台であり、ほとんど差が見られなかった。本調査対象の学生では、全体の28%が下宿生であり、自分で食事を作っている学生は、専攻に関係なく下宿生がほとんどであった。既報<sup>1)</sup>の結果では、自宅生の毎日の食事作りは、ほとんど母親が担当していた。したがって、入学後に下宿生活を送ることになった学生は、必要に迫られて自分で食事を作ることになると考えられた。

「あなたは週にどれぐらい料理をしますか(包丁を持つ回数)」という問いに対し、一ヶ月に包丁を持つ回数を1-7回、8-14回、15回以上の3種類に分類した。これらの回数別の割合を図2に示す。いずれの分類においても、食栄・家政専攻のほうがその他の専攻よりも高い割合を示した。一方、包丁を持つ回数が0回の割合は、その他の専攻が約37%であり、食栄・家政専攻の16%に比べ2倍以上であった。これは、食栄・家政専攻の学生がその他の専攻の学生よりも料理をする頻度が高いことを意味しており、専攻間に有意差が見られた( $p < 0.05$ )。一方、本調査における学生の26.8%(両専攻合計)は、一ヶ月間全く料理をしない(包丁を持たない)結果が示された。田部井らの女子高校生における家庭の食事作りでの包丁の使用についての報告<sup>2)</sup>では、包丁を「ほとんど使用しない」女子高校生が14.2%

であった。この報告は1989年の調査結果であり、調査地域や進路選択、男女別などの要因も考えられるが、2007年に行った本調査結果のほうが料理をしない割合は高かった。高校生が以前

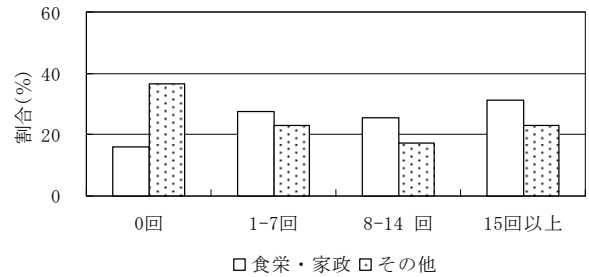


図2 一ヶ月あたりに料理をする頻度別割合(専攻別)

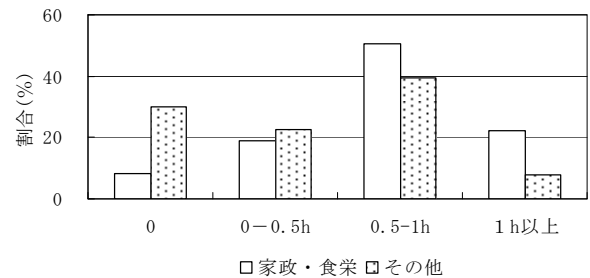


図3 料理にかかる時間について(専攻別)

に比べて料理をしない割合が高くなっていることを示すものと思われる。

料理をするときの料理にかかる時間について専攻別の結果を図3に示す。料理にかかる時間は、0.5時間から1時間の割合が両専攻で最も多くみられた。料理時間が0時間と回答した割合は、その他の専攻に多く、1時間以上と答えた割合は、食栄・家政の専攻でより多くみられた。平均の調理時間は食栄・家政の学生で1.01時間、その他の学生で0.67時間であった。食栄・家政のほうがその他よりも料理にかかる時間は長かった( $p < 0.01$ )。

(2) 料理作りの好き嫌い得意料理の有無

「あなたは自分で料理をするのが好きですか」との問いに「好き」、「嫌い」、「どちらでもない」を選択回答させた。専攻別に集計した結果、食栄・家政専攻では料理作りが「好き」と答えた学生が67%、「どちらでもない」は32%、「嫌い」は1%であった。その他の専攻では、「好き」が47%、「どちらでもない」が42%であり、「嫌い」が11%であった。 $\chi^2$ 検定の結果から、食栄・家政専攻のほうがその他の専攻と比べて料理をするのが好きな学生の割合は有意に高いことが示された( $p < 0.01$ )。

得意料理の有無について専攻別に示した結果が図4である。食栄・家政専攻の学生では、得意料理の「ある」学生が半数を

食物栄養および家政教育専攻学生の調理意識と技術の現状

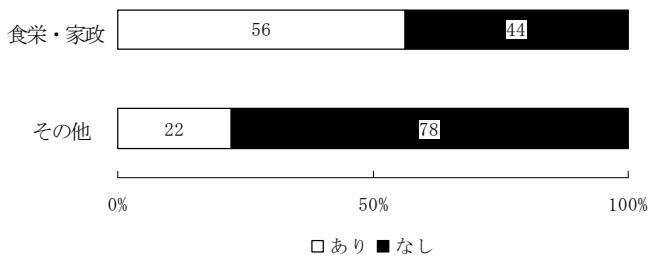


図4 得意料理の有無の割合（専攻別）

超えていた。その他の専攻の学生では、得意料理の「ある」学生は2割程度あり、食栄・家政はその他に比べて得意料理を持つ学生は有意に多いことがわかった ( $p < 0.01$ )。

自由記述による得意料理の調査結果の上位5位は、1位オムライス、2位サラダ、3位ハンバーグ、4位炒飯、5位パスタ・味噌汁・グラタン・カレーライス（4品同順位）であった。得意料理の上位に入った料理を料理様式別に分けると西洋料理がほとんどであった。中華料理は炒飯のみであり、日本料理は、味噌汁のみであった。このような現状を踏まえると、日本の伝統料理を継承していく面からも大学の調理実習等で基本的な日本料理に関する知識を身につける必要があると考えられる。

中学・高校の調理実習時に学習した料理を尋ねた結果では、親子丼などの丼もの、ハンバーグ、味噌汁、グラタン、ムニエル、スパゲッティの回答が多かった。舟木の大学生に小学校から高校の調理実習で実習した料理を尋ねた調査結果<sup>3)</sup>では、親子丼、味噌汁、カレーライス、ご飯（炒飯）、スパゲッティミートソース、ハンバーグなどが出現していた。このように、調理実習で行った料理と本調査で挙げられた得意料理は類似した結果であった。

近年、家庭で料理を作る機会や習得する機会が少ないことから、学生にとって得意料理をもつきっかけは、学校教育での調理経験による可能性も示唆された。

### (3) 調理の基本知識と技術

調理の基本知識と技術について以下の3種類の質問を行った。それらは「インスタントではないだしの取り方を知っていますか」、「米のとぎ方・飯の炊き方を知っていますか」、「魚一匹を処理（内臓を出す、切る）することができますか」であった。これらの設問に、「知っている（できる）」「だいたい知っている（できる）」「知らない（できない）」の中から選択回答させた。

インスタントではないだしの取り方の知識についての結果を図5に示す。「知っている」と答えた学生は、食栄・家政では28%、その他でも26%であり、両専攻とも同程度であった。味噌汁を作るときに使うだしについて約1300人を対象に調査した結果<sup>4)</sup>では、50%の人が「だしの素（インスタントだし）」を使用すると回答し、だし入り味噌を使うと回答した18.3%と

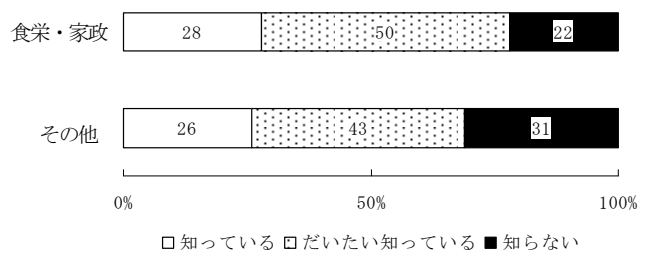


図5 インスタントではないだしの取り方を知っている学生、だいたい知っている学生、知らない学生（専攻別）

あわせるとだしをとらないで味噌汁を作る人は約7割となった。

これらの結果から、家庭での日常調理において食材そのものからだしを取る機会の少ないことが推察された。

中学・高校の家庭科の教科書に日本料理のだしの取り方については記述されているが、大学新生は知識としてほとんど身につけていないことがわかった。中学・高校では授業時間の関係もあり、生徒がだしを取ることを行わない場合が多いと考えられる。食栄・家政の学生は、大学の調理実習で日本料理、中華料理、西洋料理など各料理様式のだしの取り方を学ぶが、基礎的なだしの取り方を授業に取り入れる必要のあることがわかった。

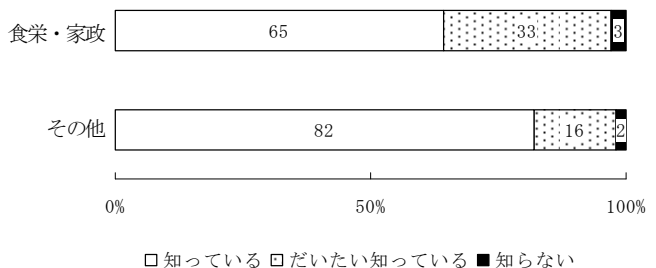


図6 米のとぎ方・飯の炊き方を知っている学生、だいたい知っている学生、知らない学生の割合（専攻別）

米のとぎ方、飯の炊き方の知識についての結果を図6に示す。米のとぎ方、飯の炊き方を「知っている」と回答した学生は、食栄・家政の学生よりもその他の学生の割合が高く、その他の専攻学生のほうがよく知っている傾向が示された ( $p < 0.05$ )。また、いずれの専攻の学生も少数ではあったが、「知らない」と回答した学生が存在していた。

飯の炊き方は、小学校の家庭科に取り上げられている内容である。小学校用学習指導要領<sup>5)</sup>では、日常の食事と調理の基礎について「米飯及びみそ汁の調理ができること」と記載されている。本調査結果において、炊飯方法を「知っている」と「だいたい知っている」と回答した割合は両専攻をあわせて97%であった。近畿圏の大学に入学した直後の女子学生を対象とした炊

飯知識の習得に関する調査<sup>6)</sup>では、9割近くの学生が小学校高学年までに「炊飯」の経験をしており、本調査に近い結果となっていた。したがって、大学に入学するまでに「炊飯」に関する知識はほとんど身につけていることが示された。

魚の処理（内臓を出す、切る）ができるかどうかの結果を図7に示す。専攻による差はみられず、いずれの専攻の学生も、「できない」と回答した学生が約76%であった。学生にとって魚の処理は難しい技術であると推察でき、得意料理にも魚を主とした料理はまったく出現していなかった。マルハグループ本社の報告<sup>7)</sup>によると若い世代の男性を除き、日本人は肉よりも魚が好きであり、魚を食べる機会を増やしたいと思っているようである。魚を処理しなくても切り身を使い、簡単に調理できることがわかれば魚を食べる機会を増やすことができると考えられる。これ以上、若者世代における魚離れが進まないように授業で積極的に魚料理を取り入れ、魚を身近な食品として扱えることを知る必要があると考えられる。

また、魚の脂質にはEPAやDHAなどのn-3系多価不飽和脂肪酸が多く含まれている。これらは血液を固まりにくくする機能があるため、血管系疾患の予防や治療に効果があると注目されている<sup>8)</sup>。さらに、日本は海に囲まれ、古来より魚を頻繁に食してきたことより、魚料理は食文化継承の観点からも重要である。したがって、このような魚の機能性や食文化の側面を伝えていくことも調理教育の役割であると考えられる。

傾向が示された。また、自分で料理をするのが好きな学生も多く、得意料理をもつ学生の割合がその他の専攻学生と比べ有意に高いことがわかった。今回調査した「落とし蓋」と「裏ごし」の2つの調理用語の認知度に関しては、いずれの用語も食栄・家政専攻の学生のほうがその他専攻の学生に比べて有意に認知していることがわかった。したがって、食物栄養や家政教育を専攻しようとする学生はそれ以外の学問を専攻しようとする学生と比べて、食や料理に興味があり、関心度の高いことがわかった。しかし、大学生における得意料理の内容は、洋風を中心としたものであり、和風料理にはなじみが薄かったため、大学における調理関連の授業は日本料理に重点をおいて行う必要のあることがわかった。

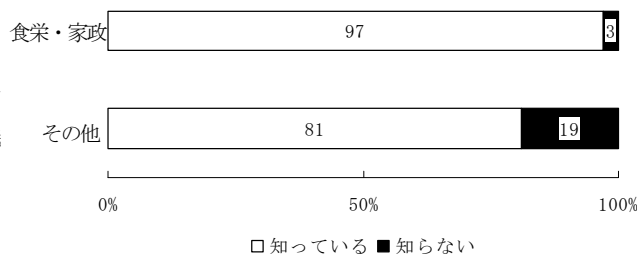


図8 調理用語「落とし蓋」を知っている学生と知らない学生の割合（専攻別）

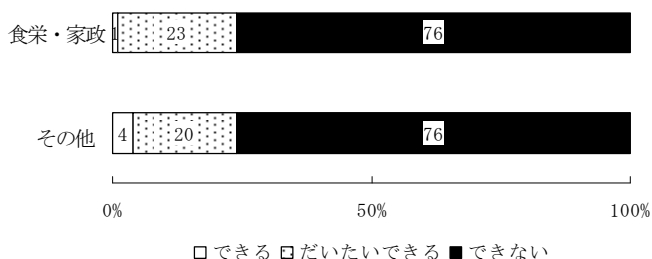


図7 魚一匹の処理ができる学生、だいたいできる学生、できない学生の割合（専攻別）

基本的な調理用語の「落とし蓋」と「裏ごし」の認知度についての結果を図8、図9にそれぞれ示す。「落とし蓋」は7割以上、「裏ごし」についても7割以上の学生が「知っている」と答えていた。これらの用語は、大学入学生にとって比較的認知度の高い調理用語であることがわかった。専攻間における「知っている」割合を比較すると、「落とし蓋」と「裏ごし」とともに食栄・家政の学生のほうがその他の学生よりもよく知っていた（「落とし蓋」 $p<0.01$ 、「裏ごし」 $p<0.05$ ）。

以上の調査結果から、食栄・家政専攻学生は、その他の専攻学生に比べ、料理をする頻度は高く、料理にかかる時間は長い

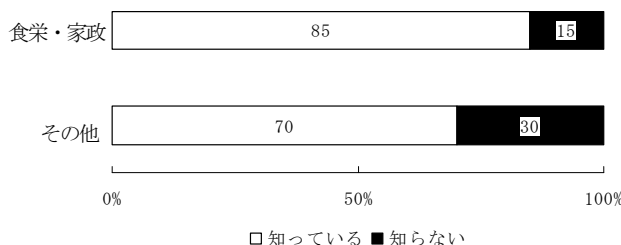


図9 調理用語「裏ごし」を知っている学生と知らない学生の割合（専攻別）

また、基本調理技術である「だしの取り方」、や「魚の処理技術」の習得状況では専攻による差はみられなかった。食や調理への興味・関心だけでは基本技術が習得されておらず、調理経験の少ないことが、技術のなさにつながっていると示唆された。大学での調理実習の授業は高校までの調理実習と比べて、実習回数も時間も多。できるだけ多様な食材を用い、さまざまな調理方法を学べる授業を行うことにより、調理技術を高めることが可能であると考えられる。

今後は、高校までの家庭科の教科書に記載されている調理用語の理解度についても調査し、大学での学習項目の精査を行い、

### 食物栄養および家政教育専攻学生の調理意識と技術の現状

効果的な学習に結びつけていきたい。さらに、在学時・卒業時における調理用語の理解と知識の定着についても調査し、学習達成度および学習効果について分析し、より効果的な学習方法の開発を行う必要があると考える。

本調査を行うにあたり、貴重な時間を割いていただきました、大学・短大の先生方とアンケートにご協力をいただきました学生の皆様に感謝いたします。

#### 引用文献

- 1) 堀 光代、平島 円、磯部由香、長野宏子 (2008)、大学生の調理に対する意識調査、岐阜市立女子短期大学研究紀要、第57輯、61-65
- 2) 田部井恵美子、大坊順子、堀内かおる (1989)、生徒の献立作成と調理経験との関連、東京学芸大学紀要第6部門産業技術・家庭、41、105-114
- 3) 舟木淳子(2004)、調理実習を効果的に行うために、家庭科教育、78(1)、30-35
- 4) 生活情報センター情報部(2006)、調理に関するアンケート「食生活データ総合統計年報 2006」、生活情報センター、東京、p75
- 5) 文部科学省(2008)、「小学校学習指導要領」、東京書籍、東京、p89
- 6) 日本調理科学会近畿支部炊飯分科会(2005)、炊飯知識の習得に関する調査、日本調理科学会誌、38(1)、77-82
- 7) 木戸詔子、池田ひろ子(2006)、「調理学」、化学同人、東京、p85
- 8) 生活情報センター情報部(2006)、魚に関する意識調査「食生活データ総合統計年報 2006」、生活情報センター、東京、p177

(提出期日 平成20年11月28日)