

# 大学生の調理に対する意識調査

## Research on the cooking habits among college students

堀 光代 Mitsuyo HORI 平島 円\* Madoka HIRASHIMA 磯部 由香\* Yuka ISOBE 長野 宏子\*\* Hiroko NAGANO  
\*三重大学 \*\*岐阜大学

### Abstract

A survey was conducted among 204 college freshman to investigate their cooking habits. Almost all of them lived in the *Tokai* area (Gifu, Aichi, and Mie Prefectures), and 72% of them lived with their families. We found that students living with their families rarely prepared meals at home. However, more than 55% of them liked cooking and less than 7% of them disliked it. Having a specialty dish, the frequency or time spent for preparing a meal depended on whether they like or dislike cooking. We found that we must consider the contents of cooking practices because some of them could not prepare Japanese stocks, could not peel apples, and could not cook fish.

Keywords: 料理 調理用語 調理技術 大学生

### 1. はじめに

私たちの食生活は多様化している。1970 年代に急成長した外食産業により、さまざまな料理を家庭の外で食べることが可能となった。また、1990 年代にアメリカで起こったミールソリューションの一つとして中食産業が発展した。これは家庭で料理を作る場合においても、野菜や肉などを一品加えるだけで出来上がるといった半調理済みの食品を利用する機会を増加させた。そのため、調理済み食品などの加工食品の消費量は年々増加傾向にある。食事の用意を外食や加工食品に委ねることは、家庭で食材から調理を行う機会を減少させ、調理に対する意識や調理技術の低下につながっていく。このような傾向は、家庭で主に調理を担当する大人(親)世代だけではなく、子ども世代の大学生にも当てはまると思われる。大学入学までの調理の知識や習得した調理技術の大半は、家庭における日常の調理と学校教育での家庭科の授業によるものである。学生の調理に関する基礎知識と調理技術の低下は、大学での調理実習を行う上で、これまでに行ってきた実習内容の再考や改善を必要とする。このような問題にはすでに直面しており、最近みられる大学生の調理技術の低下に関係した報告<sup>1)</sup>や、授業方法やカリキュラムの工夫についての報告<sup>2)</sup>がある。したがって、調理実習を行う場合、大学生の実態を把握した内容による教育が必要である。

そこで本研究では、現在の大学生にふさわしい調理実習の内容を検討するため、どの程度の調理についての知識や調理技術があるのかを把握することにした。

### 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。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 年度大学新入生 204 名 (大学生 71 名、短大生 133 名: 男 20 名、女 184 名) であった。アンケートの内容を図 1 に示す。得られた結果の有意差検定は  $\chi^2$  検定を用いて行った。

2007年入学 \_\_\_\_\_ 学部・学科 \_\_\_\_\_ 調査日 \_\_\_\_\_ 年 ( ) 月 \_\_\_\_\_ 日  
\_\_\_\_\_ 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 \_\_\_\_\_ 下宿生 \_\_\_\_\_ 出身県 \_\_\_\_\_ 県 \_\_\_\_\_

② 毎日の食事は主に誰が作りますか。 \_\_\_\_\_ ( ) 回ぐらい  
\_\_\_\_\_ 又は月 \_\_\_\_\_ ( ) 回ぐらい

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  
\_\_\_\_\_ 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 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る \_\_\_\_\_ (知っている だいたい知っている 知らない)  
b 包丁でりんごの皮をむくことができる \_\_\_\_\_ (できる だいたいできる できない)  
c 魚一匹を処理(内臓を出したり切ったり)することができる \_\_\_\_\_ (できる だいたいできる できない)

⑨ 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
血合い		
げいご		

図 1 アンケート調査用紙

### 3. 結果および考察

#### (1) 調査対象者の状況

調査対象者の在住および出身県は、岐阜県 44.1%、愛知県 27.9%、三重県 14.7%の割合であった(表 1)。東海三県出身者合計は 86.7%と高く、東海三県以外の出身者は少数であった。また、調査した学生 204 名のうちの自宅生は 147 名(男 9 名、女 138 名)(72%)、下宿生は 57 名(男 11 名、女 46 名)(28%)であった。

表 1 調査対象者の在住および出身県内訳

出身県	人数(名)	割合(%)
岐阜県	90	44.1
愛知県	57	27.9
三重県	30	14.7
富山県	6	2.9
静岡県	4	2.0
石川県・兵庫県	各 3	1.5
滋賀県・福井県・島根県	各 2	1.0
大阪府・和歌山県・愛媛県・群馬県	各 1	0.5

#### (2) 調理頻度の状況

「毎日の食事は主に誰が作りますか」の質問に対する回答を集計した結果を表 2 に示す。自宅生では 139 名(94.6%)が、下宿生では 5 名(8.8%)の学生が、「自分以外」の人が食事を作ると回答した。自宅生と下宿生を合わせると 155 名(76.0%)の学生が自分では食事を作らないことがわかった。このうち、98.6%の学生は、食事作りを「母親」がしていると回答した。この結果から、自宅生の食事作りは、ほとんど「母親」が担当していることが明らかとなった。下宿生は 48 名(約 84%)が「自分」で食事を作ると回答していた。これらの結果や後述するすべての結果において男女間において顕著な違いは見られなかった。

「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、得られた回答を一月あたりに換算し、その頻度別による「自分で食事を作る学生」(51 名)・「時々自分で食事を作る学生」(4 名)・「自分以外が食事を作る学生」(144 名)の割合を図 2 に示す。「自分以外」の人が食事を作ると回答した割合は、料理の頻度が高くなると少なくなっていた。「一月あたり 15 回～31 回料理をする」と回答した学生は、「自分」で食事作りをする学生の約 77%であった。一方、「自分以外」が食事を作ると回答した学生においては、約 6%しかおらず、「自分」で食事を作る学生と「自分以外」の人が食事を作る学生の間には料理を行う回数に顕著な差が見られた。「自分以外」の人が食事を作る場合、料理をする回数は非常に少ないことが

表 2 毎日の食事は主に誰が作るか(自宅生・下宿生別)

	自分	時々自分	自分以外	無回答
自宅生	3 名 (2.0%)	3 名 (2.0%)	139 名 (94.6%)	2 名 (1.4%)
下宿生	48 名 (84.2%)	1 名 (1.8%)	5 名 (8.8%)	3 名 (5.3%)

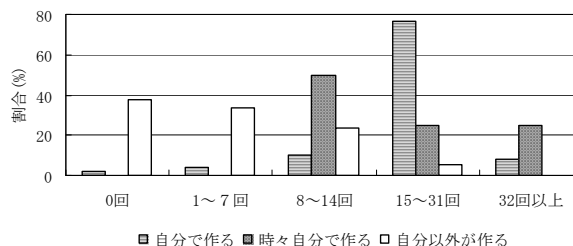


図 2 一月あたりに料理をする頻度別による自分で食事作りをするかしないかの割合

示された。表 2 の結果と併せ、食事を「自分で作る」学生においても入学以前は母親が食事作りをしていたと考えられ、食事作りは下宿生活のため、必要に迫られて行っていると推察される。

舟木の報告<sup>1)</sup>では、高校 1 年生および 2 年生では週 1 回から 2 週間に 1 回程度調理をしていたのは 57.6%であった。また、高校 3 年生は受験前ということもあり、2 週間に 1 回程度より少ないと回答した生徒が 57.6%であった。このように、大学入学前に家庭で調理することが少ないため、大学入学後に下宿をする学生は調理に不慣れであることが考えられる。また、自宅通学の学生で、大学で調理関連の授業がない場合、ほとんど調理をしない状況が大学在学中も継続されることが多いと考えられる。

「料理をするときどれぐらいの時間料理をしますか」という問いに対する料理にかかる時間別による「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」の割合を図 3 に示す。誰が食事を作る場合にも、料理にかかる時間は「30 分から 1 時間」という回答が多かった。この結果は、平日の食事作りにかかる時間についての調査<sup>3)</sup>において、「夕食に 45 分～60 分かける人」が「約 4 割」であるという結果と類似しているため一般的な時間だと推察される。

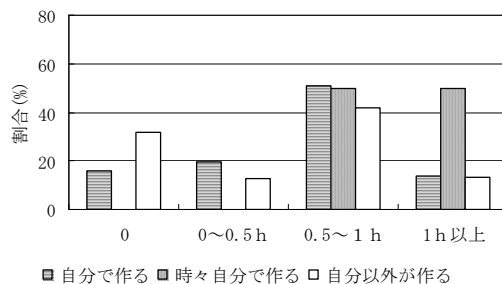


図 3 一回の料理にかかる時間別による自分で食事作りをするかしないかの割合

## 大学生の調理に対する意識調査

### (3) 料理作りの好き嫌い

「あなたは自分で料理をするのが好きか」との間に「好き」、「嫌い」、「どちらでもない」を選択回答させたところ、全体の約半数にあたる55.4%が料理作りを「好き」と回答した(図4)。料理作りが「好き」と回答した理由を自由筆記形式で調査したところ、「楽しい」、「喜んでもらえて嬉しい」、「自分の好きな味にできる」などがあつた。このように、料理・食事作りの楽しさを理解し、作った料理が喜んでもらえることの嬉しさなどを感じることができれば、料理を行う回数も増えるのではないかと推察された。一方、料理作りが「嫌い」と回答したのは、6.4%であつた。料理作りが「嫌い」である理由として「難しい」、「めんどろ」、「苦手」などが見られた。料理作りが嫌いな学生は、簡便でおいしい料理を作る体験を通じて料理が上手くできることを経験することが必要である。この経験が料理に興味を持つためには不可欠ではないかと考える。

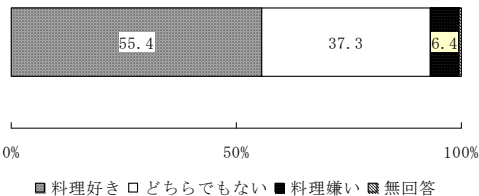


図4 自分で料理をするのが好きな学生と嫌いな学生の割合

料理作りが「好き」か「嫌い」かによる得意料理の有無について集計したところ、料理作りが「好き」と答えた約半数の学生は、得意料理が「ある」と答えていた(図5)。反対に、料理作りが「嫌い」と答えた学生には得意料理はなかつた(図5)。料理作りが「好き」か「嫌い」かによって得意料理が「ある」か「ない」かの関係には $\chi^2$ 検定により1%の有意差が認められた。得意料理の内容について自由記述形式で得られた回答の中で記述の多かった料理は、オムライス、炒飯、ハンバーグ、カレーライス、サラダ、パスタ、味噌汁であつた。これらの料理は、夕食の食卓によく登場するメニューの順位<sup>3)</sup>である1位カレーライス、2位ハンバーグと合致するものであつた。また、

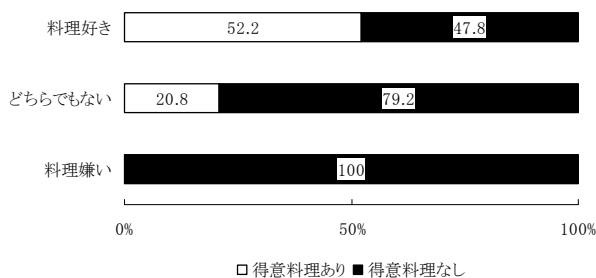


図5 料理作りの好きな学生と嫌いな学生における得意料理の有無の割合

高校時代と短大時代に家庭でよく作っていた料理を短大卒業前の学生に調査した報告<sup>4)</sup>では、高校時代は1位カレーライス、2位炒飯、3位シチューの順であり、短大時代は1位味噌汁、2位カレーライス、3位オムライスの順であつた。これらの結果は、今回の調査で示された得意料理ともよく一致していた。

カレーやシチューは、市販の固形ルーを用いれば簡便に作れるものである。また、炒飯やオムライスは、フライパンひとつあれば作ることができる料理である。このようなご飯ものを中心とした単品料理が学生の得意料理になっており、家庭で作られる料理の品数は少ないことが推察された。

料理を行う頻度による料理作りが好きか嫌いかの割合を図6に示す。料理を行う頻度が高くなると、料理作りが「好き」である学生の割合が増えるわけではなかつた。逆に、料理を作るからといって、必ずしも料理作りが「好き」であるわけでもなかつた。しかし、料理を行う頻度が低いほど料理作りが「嫌い」と答えた学生が多かつた。これらのことから、料理を好きになるためには調理の経験が必要であることが示唆された。

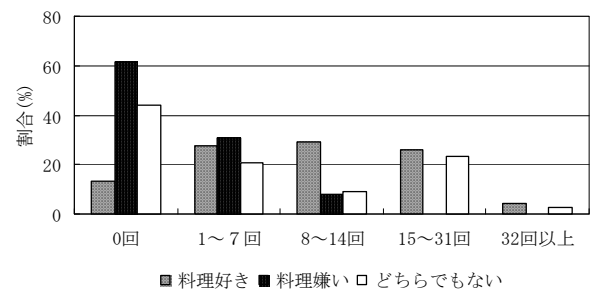


図6 一ヶ月あたりに料理をする頻度別による料理作りの好きな学生と嫌いな学生の割合

一回の料理にかかる時間別による料理作りが好きか嫌いかの割合を図7に示す。一回の料理作りに30分以上かける学生には、料理作りが「好き」な学生の割合が高かつた。また、料理にかかる時間がほとんどない学生は、料理作りの「嫌い」な学生が6割を占めていた。料理「嫌い」であると料理を作る頻度および料理にかかる時間も低い結果が示され、これが調理の意

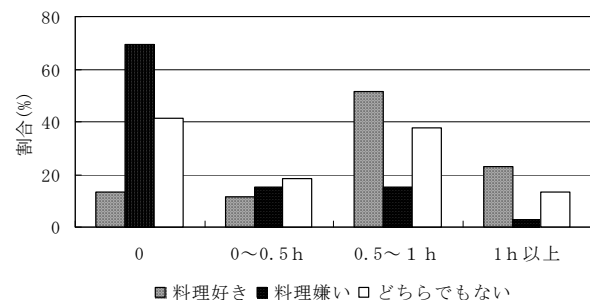


図7 一回の料理にかかる時間別による料理作りの好きな学生と嫌いな学生の割合

識や技術の低下にも少なからず影響を与えていると推察される。

#### (4) 調理の基本知識と技術

基本調理技術について、「あなたは次の調理についてどのくらいできますか」という質問を行った。「インスタントではないだしの取り方を知っている」の質問に対して「知っている」、「だいたい知っている」、「知らない」の中から選択回答させ、「包丁でりんごの皮をむくことができる」の質問では「できる」、「だいたいできる」、「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について「知らない」と答えた学生は26.5%であった(図8)。この結果からインスタントだしを日常的に使っていることが推察された。「だし」は日本料理・中国料理・西洋料理など、どの料理様式にも共通する料理の基本となるものである。「だし」をとることは、うま味成分の素となる本物の味を知ることにもつながる。基本的な「だしの取り方」は、大学までの学校教育で学習しているはずであるが、今回の結果から大学での再学習の必要性が示唆された。

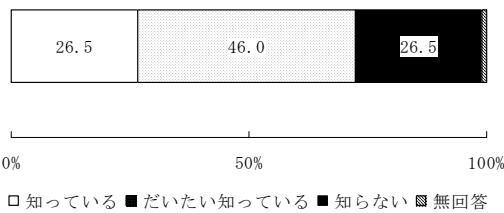


図8 インスタントではないだしの取り方を知っている学生、だいたい知っている学生、知らない学生の割合

「りんごの皮むき」は基本的な包丁の扱いができるかどうかの判断材料であるが、「包丁でりんごの皮をむくこと」が「できない」学生が10.8%、「だいたいできる」学生が25.0%であった(図9)。この操作ができないことは基本的な包丁の扱いに対する経験不足を意味している。料理の頻度が多いほど、「できる」「だいたいできる」の割合が高くなる傾向が見られたことから、基本的な包丁の扱い方は、料理の頻度が高くなれば自然に習得できると思われる。日常的に包丁を握ることがまず必要であり、家庭における練習の場を作ることが非常に重要であると考えられる。

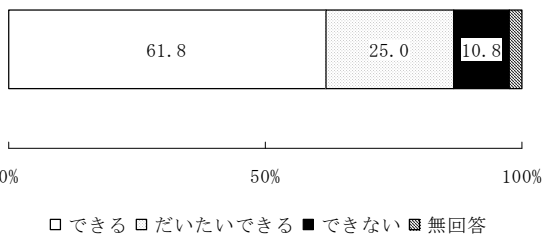


図9 包丁でりんごの皮をむくことができるができる学生、だいたいできる学生、できない学生の割合

応用の調理技術について調べるため、「魚一匹を処理することができる」という質問を行い、「できる」、「だいたいできる」、「できない」で選択回答させた。約7割の学生が魚一匹を処理することができないと回答した(図10)。

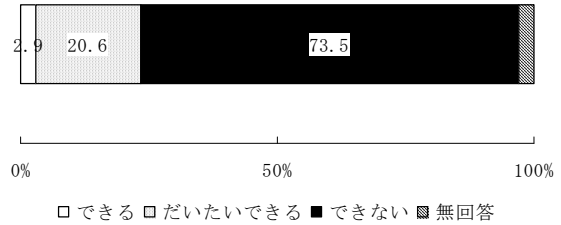


図10 魚一匹の処理ができる学生、だいたいできる学生、できない学生の割合

また、魚に関する調理知識を調べるために魚に関する用語である「ぜいご」および「血合い」について知っているかを質問した。「ぜいご」を知らない学生は92.4%と高い割合であった(図11)。これは、前述の魚一匹を処理することができない学生が7割であった点からも魚の処理を経験した回数の少なさが推察できた。一方、「血合い」に関しては、「ぜいご」より認知度が高かったが、「知っている」と回答した学生はわずか2割程度であった(図12)。日常の調理の中で魚を丸ごと一匹で扱うことは少なく、切り身を使うことが多いため、魚の部位を知る機会は少ないと推察される。

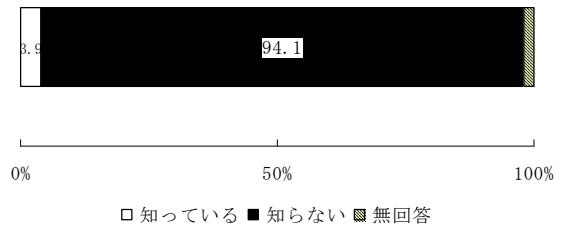


図11 調理用語「ぜいご」を知っている学生と知らない学生の割合

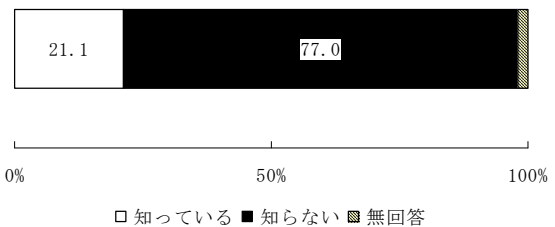


図12 調理用語「血合い」を知っている学生と知らない学生の割合

これらの結果は以前より言われている「魚離れ」の現象が反映されたものと考えられる。日常の食事においても魚を食する

### 大学生の調理に対する意識調査

回数または魚を料理する回数は少ないものと思われる。また、家庭の調理において敬遠する料理の手順についての調査結果<sup>3)</sup>によると、最も敬遠されるものが魚類の下ごしらえであり、20代から60代までの各年代で42%から60%の高い割合で敬遠されていた。一方、野田らの報告<sup>5)</sup>では、中学校の調理実習において魚を丸ごと用いることで、食べ物にも命があることを認識させる効果があるとされている。したがって、調理実習において、魚の処理方法について基礎から丁寧に指導する必要があると考えられる。

以上の調査結果から、料理をすることが好きな学生は過半数を占めていたが、料理を行う頻度はそれほど高くないことがわかった。また、調理経験の不足により、基本的な包丁の扱い方や技術にばらつきがあることもわかった。魚に関する知識はほとんどなく、応用的な技術を必要とする魚一匹を調理することや、切り身の魚を扱って調理することの経験も乏しいことが明らかになった。

調理は、日常生活と密接な関係があり、家庭での経験等によって調理技術や知識に個人差のあることは否めない。しかし、本研究のような実態調査を行うことで、学生の知識や技術を把握し、大学での授業内容や授業方法を見直すことができると考えられる。また、調理技術の向上を目指すために、調理の実技試験を行っている報告<sup>6)</sup>もあり、調理実習において高い学習効果を得るためには様々な工夫が必要である。

食べることは人間が健康である限り続く生活の主要な行動である。栄養のバランスのよい美味しい食事を続けるために「調理」を行うことは必要不可欠である。生活に必要な最低限の調理の知識や技術を家庭や学校教育の場で学び習得することにより豊かな食生活をおくることができる。これは生きる力につながり、人として大切なことである。今後も学生の調理技術や意識についての調査と分析を進めることにより、授業構成の向上につながるよう熟慮したい。

#### 4. まとめ

大学・短大1年生に対して調理の意識と調理時間についてのアンケート調査を行い、以下の結果を得た。

- ① 自宅生では、食事を主に作るのは約95%が母親であり、家庭で料理をする(包丁を持つ)回数は少なかった。
- ② 料理をするのが好きな学生は55.4%、嫌いな学生は6.4%であった。料理をすることの「好き」・「嫌い」によって得意料理の有無、料理の頻度、料理にかける時間に差が見られた。
- ③ 調理の基本技術である、だしの取り方を「知らない」学生が約27%、りんごの皮むきが「できない」学生が約11%であった。
- ④ 魚一匹の調理については約70%の学生が「できない」

と回答し、魚に関連した基本用語「ぜいご」と「血合い」についても多くの学生が「知らない」と回答していた。

本研究を行うにあたり、貴重な時間を割いていただきました大学および短大の先生方とアンケートにご協力いただきました学生の皆様に感謝申し上げます。

#### 引用文献

- 1) 舟木淳子：調理実習を効果的に行うために、家庭科教育, **78(1)**, 30-35 (2004)
  - 2) 平本福子, 浅井朋佳：管理栄養士課程における「調理学実習」カリキュラム試案, 宮城学院女子大学生生活科学研究報告, **31**, 37-71 (1999)
  - 3) 生活情報センター編集部：日本人の食生活を読み解くデータ総覧2004, 生活情報センター, p 60, p119 (2004)
  - 4) 松浦紀美恵：調理学実習の必要性と今後の課題, 家庭科教育, **78(3)**, 29-32 (2004)
  - 5) 野田知子, 大竹美登利：魚丸ごと一尾の調理実習の授業と生徒の認識の変化, 日本教科教育学会誌, **25(4)**, 1-9 (2003)
  - 6) 成田公子：学生アンケートから見た調理実習における実技テストの検討, 名古屋女子大学紀要第51号, 69-75 (2005)
- (提出期日 平成19年11月26日)