

北海道における米の摂取状況と調理状況について

— 年代別による比較 —

菊地和美・石澤恵美子^{*1}・坂本恵^{*2}・中澤留美^{*3}
菅原久美子^{*4}・高橋セツ子^{*5}・土屋律子^{*6}・村上知子^{*7}

Investigation on the situation of intake and cooking of rice in Hokkaido — comparison by age groups —

Kazumi KIKUCHI, Emiko ISHIZAWA^{*1}, Megumi SAKAMOTO^{*2}, Rumi NAKAZAWA^{*3}
Kumiko SUGAWARA^{*4}, Setsuko TAKAHASHI^{*5}, Ritsuko TSUCHIYA^{*6} and Tomoko MURAKAMI^{*7}
(Accepted 23 July 2008)

I 緒言

近年、日本における食生活の変化に伴い、食料自給率の低下や米の消費量の減少などが問題視されている。食品流通の発達や食の外部化・簡便化が進み、食料選択の幅に広がりが見られるが、中小の産地や多数を占める小規模農家では、このようなシステムに対応できなくなり、その結果、地域的に特色のある多くの農産物は、担い手の高齢化や栽培技術の遅れも加わり、その生産を維持することが次第に困難となってきている。つまり、日本農業は私たちの食生活の変化と密接な関係にあり、米消費の減退とともに、今や食料自給率は先進国の中では、世界最低の水準にまで低下してきている¹⁾。2005年度と2006年度の比較²⁾から品目別自給率をみると米が95%から94%へ、小麦が14%から13%へ、いも類が81%から80%へと低下し、米の1人1カ月当たりの消費量が、全世帯で0.9%減少していることからみても(2008年2月と前年同月比較)³⁾、米摂取状況の検討は重要な課題である。

日本の気候は温帯モンスーン気候帯に属し、夏の高湿多雨が稲の栽培に適している⁴⁾。北海道の稲作は明治以降に発展し、現在の収穫量は都道府県別の上位10位以内にあり、近年、おいしさと耐寒性を備えた北海道産米(以下、北海道米と略す)の開発・研究が行われている⁵⁾。北海道は業務用米の主要産地として、多様な品質への対応がなされてきた⁶⁾。経営規模が大きいことから、低コストで米を生産する

ことが可能になり、米のアミロース含量を低下させるための品種の開発が進められ、粘りに関する良食味化に貢献してきた⁷⁾。

今回の調査では、北海道における米の摂取状況と調理状況を把握し、年代間の変化や特性について検討したので報告する。

II 調査方法

1 調査方法と調査項目

調査は北海道における米の摂取状況と調理状況について、アンケートと聞き取り調査によって行った。なお、調査項目は伝統食の変化や年代間にみられる相違点を明らかにできるものとした。

2 調査地域と調査対象者

調査は北海道に在住する559人(道央393人、道南101人、道東65人)を対象としたが、その内訳は女性519人(92.8%)、男性40人(7.2%)であった。調査対象者の年齢は、40代が多く(22.0%)、次いで50代(19.5%)、以下20代(15.0%)、30代(14.7%)、60代(12.3%)、20歳未満(8.4%)、70代(8.1%)の順であった。

3 調査時期

調査時期は2006年11月から2007年3月である。

4 解析方法

解析は、調査項目の単純集計を行い、年齢を10代～

(酪農学園大学, ^{*1}元北海道文教大学, ^{*2}北海道文教大学, ^{*3}函館短期大学, ^{*4}札幌国際大学短期大学部, ^{*5}藤女子大学, ^{*6}北翔大学, ^{*7}北海道教育大学)

(Rakuno Gakuen University, ^{*1}Hokkaido Bunkyo University, ^{*2}Hokkaido Bunkyo University, ^{*3}Hakodate Junior College, ^{*4}Sapporo International Junior College, ^{*5}Fuji Women's University, ^{*6}Hokusho University, ^{*7}Hokkaido University of Education)

70 代までの年代に群別して比較し、 χ^2 検定により、有意差の有無を調べた。さらに、米の摂取状況や調理状況と年代による出現頻度の違いを二元配置分散分析によって検討した。なお、有意水準は 5%未満とした⁸⁾。

III 結果および考察

I 米の摂取状況

(1) 米料理の摂取状況

表 1 は米料理の摂取頻度を調べた結果である。白飯を「毎日食べる」という回答はいずれの年代にお

表 1 年代別にみた米料理の摂取頻度

(%)

項 目		全体 559 人	10代 47 人	20代 84 人	30代 82 人	40代 123 人	50代 109 人	60代 69 人	70代 45 人	χ^2 検定
白飯	毎日食べる	85.7	74.5	59.5	86.6	91.1	94.5	92.8	97.8	n.s
	週に 3 日以上	11.6	23.4	32.1	12.2	7.3	3.7	5.8	0.0	
	週に 1 日くらい	1.3	0.0	4.8	1.2	0.8	0.9	0.0	0.0	
	月に 1~2 日くらい	0.2	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	年に数回食べる	0.2	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	
	まったく食べない	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	無回答	1.1	2.1	2.4	0.0	0.0	0.9	1.4	2.2	
おかゆ	毎日食べる	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	**p<0.01
	週に 3 日以上	1.6	0.0	1.2	0.0	1.6	0.9	5.8	2.2	
	週に 1 日くらい	5.4	4.3	1.2	0.0	4.1	7.3	15.9	6.7	
	月に 1~2 日くらい	17.4	8.5	13.1	13.4	17.9	20.2	20.3	28.9	
	年に数回食べる	61.0	63.8	69.0	70.7	63.4	59.6	49.3	40.0	
	まったく食べない	11.8	17.0	10.7	15.9	13.0	11.0	7.2	6.7	
	無回答	2.7	6.4	4.8	0.0	0.0	0.9	1.4	13.3	
おにぎり	毎日食べる	2.1	2.1	7.1	1.2	3.3	0.0	0.0	0.0	**p<0.01
	週に 3 日以上	16.3	36.2	21.4	19.5	13.8	11.9	8.7	8.9	
	週に 1 日くらい	35.2	38.3	42.9	39.0	38.2	34.9	26.1	17.8	
	月に 1~2 日くらい	35.4	17.0	26.2	35.4	35.8	40.4	43.5	46.7	
	年に数回食べる	9.1	4.3	0.0	3.7	8.1	11.9	20.3	20.0	
	まったく食べない	0.2	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	
	無回答	1.6	2.1	2.4	1.2	0.0	0.9	1.4	6.7	
いなり寿司	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に 3 日以上	0.5	0.0	0.0	2.4	0.8	0.0	0.0	0.0	
	週に 1 日くらい	2.3	2.1	1.2	0.0	4.9	2.8	0.0	4.4	
	月に 1~2 日くらい	41.1	19.1	26.2	35.4	49.6	51.4	49.3	42.2	
	年に数回食べる	52.4	70.2	65.5	61.0	43.9	44.0	47.8	44.4	
	まったく食べない	1.8	6.4	4.8	1.2	0.8	0.9	0.0	0.0	
	無回答	1.8	2.1	2.4	0.0	0.0	0.9	2.9	8.9	
ちらし寿司	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に 3 日以上	0.5	0.0	0.0	2.4	0.8	0.0	0.0	0.0	
	週に 1 日くらい	0.5	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	1.4	2.2	
	月に 1~2 日くらい	20.0	14.9	9.5	17.1	19.5	23.9	31.9	24.4	
	年に数回食べる	74.1	72.3	82.1	76.8	78.0	73.4	65.2	60.0	
	まったく食べない	3.0	8.5	6.0	3.7	0.8	1.8	0.0	4.4	
	無回答	1.8	4.3	2.4	0.0	0.0	0.9	1.4	8.9	
にぎり鮓	毎日食べる	0.4	0.0	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	**p<0.01
	週に 3 日以上	0.4	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	
	週に 1 日くらい	5.2	0.0	1.2	4.9	7.3	8.3	2.9	8.9	
	月に 1~2 日くらい	46.3	25.5	33.3	43.9	55.3	58.7	53.6	31.1	
	年に数回食べる	42.8	59.6	57.1	46.3	35.8	32.1	37.7	44.4	
	まったく食べない	2.7	10.6	4.8	2.4	1.6	0.0	0.0	4.4	
	無回答	2.3	4.3	2.4	0.0	0.0	0.9	5.8	8.9	
押し寿司	毎日食べる	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	n.s
	週に 3 日以上	0.2	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	
	週に 1 日くらい	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	月に 1~2 日くらい	6.6	10.6	4.8	4.9	4.9	9.2	5.8	8.9	
	年に数回食べる	63.9	59.6	60.7	73.2	58.5	68.8	69.6	51.1	
	まったく食べない	26.3	27.7	31.0	22.0	35.8	21.1	18.8	22.2	
	無回答	2.9	2.1	3.6	0.0	0.0	0.9	5.8	15.6	
のり巻き	毎日食べる	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	**p<0.01
	週に 3 日以上	0.9	0.0	0.0	0.0	0.8	1.8	0.0	4.4	
	週に 1 日くらい	4.1	6.4	2.4	7.3	0.8	4.6	7.2	2.2	
	月に 1~2 日くらい	36.1	34.0	22.6	26.8	43.1	37.6	44.9	44.4	
	年に数回食べる	54.2	55.3	65.5	61.0	53.7	53.2	46.4	35.6	
	まったく食べない	2.7	2.1	7.1	3.7	1.6	1.8	0.0	2.2	
	無回答	1.8	2.1	2.4	1.2	0.0	0.9	1.4	8.9	

表1 (つづき)

(%)

項目		全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人	χ^2 検定
炊き込みご飯	毎日食べる	0.4	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	n.s
	週に3日以上	0.5	0.0	1.2	0.0	0.8	0.0	1.4	0.0	
	週に1日くらい	4.1	6.4	4.8	4.9	3.3	1.8	5.8	4.4	
	月に1~2日くらい	51.5	42.6	39.3	48.8	62.6	57.8	46.4	51.1	
	年に数回食べる	39.4	46.8	46.4	45.1	32.5	37.6	40.6	28.9	
	まったく食べない	1.8	0.0	6.0	1.2	0.8	0.9	1.4	2.2	
	無回答	2.3	2.1	2.4	0.0	0.0	1.8	4.3	11.1	
混ぜご飯	毎日食べる	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	n.s
	週に3日以上	0.7	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0	2.9	0.0	
	週に1日くらい	3.4	4.3	4.8	6.1	4.9	0.9	1.4	0.0	
	月に1~2日くらい	37.4	36.2	36.9	29.3	42.3	40.4	36.2	35.6	
	年に数回食べる	47.8	51.1	45.2	62.2	46.3	51.4	40.6	28.9	
	まったく食べない	7.0	4.3	8.3	2.4	6.5	5.5	13.0	11.1	
	無回答	3.6	4.3	2.4	0.0	0.0	1.8	5.8	22.2	
炒飯	毎日食べる	0.4	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	**p<0.01
	週に3日以上	0.7	2.1	1.2	1.2	0.0	0.9	0.0	0.0	
	週に1日くらい	18.8	23.4	20.2	18.3	30.1	11.0	11.6	11.1	
	月に1~2日くらい	49.0	51.1	52.4	46.3	49.6	52.3	50.7	33.3	
	年に数回食べる	25.8	17.0	23.8	29.3	20.3	32.1	26.1	31.1	
	まったく食べない	2.7	0.0	0.0	4.9	0.0	2.8	5.8	8.9	
	無回答	2.7	4.3	2.4	0.0	0.0	0.9	5.8	13.3	
雑炊	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に3日以上	0.7	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	1.4	0.0	
	週に1日くらい	5.7	6.4	7.1	2.4	5.7	2.8	11.6	6.7	
	月に1~2日くらい	29.7	27.7	28.6	36.6	30.1	33.0	18.8	28.9	
	年に数回食べる	53.0	59.6	59.5	54.9	49.6	54.1	49.3	42.2	
	まったく食べない	8.1	4.3	2.4	6.1	12.2	8.3	13.0	6.7	
	無回答	2.9	2.1	2.4	0.0	0.0	1.8	5.8	15.6	
ピラフ	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に3日以上	0.4	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	
	週に1日くらい	2.5	4.3	2.4	6.1	1.6	0.9	2.9	0.0	
	月に1~2日くらい	21.8	10.6	21.4	29.3	26.8	18.3	15.9	24.4	
	年に数回食べる	59.4	70.2	67.9	59.8	57.7	67.9	50.7	28.9	
	まったく食べない	12.3	10.6	6.0	4.9	13.0	11.9	21.7	24.4	
	無回答	3.6	2.1	2.4	0.0	0.8	0.9	7.2	22.2	
リゾット	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に3日以上	0.2	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	週に1日くらい	0.2	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	月に1~2日くらい	10.7	10.6	13.1	23.2	6.5	4.6	13.0	6.7	
	年に数回食べる	57.4	59.6	69.0	59.8	52.0	60.6	55.1	40.0	
	まったく食べない	28.4	23.4	14.3	17.1	40.7	33.0	27.5	37.8	
	無回答	2.9	2.1	3.6	0.0	0.8	1.8	4.3	15.6	
赤飯・おこわ	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に3日以上	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	週に1日くらい	1.6	4.3	0.0	0.0	1.6	1.8	1.4	4.4	
	月に1~2日くらい	22.2	2.1	4.8	22.0	26.0	23.9	37.7	37.8	
	年に数回食べる	69.8	78.7	77.4	75.6	69.9	70.6	58.0	51.1	
	まったく食べない	4.8	12.8	15.5	2.4	2.4	2.8	0.0	0.0	
	無回答	1.6	2.1	2.4	0.0	0.0	0.9	2.9	6.7	
おはぎ・ぼたもち	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に3日以上	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	週に1日くらい	1.3	2.1	2.4	1.2	1.6	0.0	1.4	0.0	
	月に1~2日くらい	11.8	10.6	7.1	8.5	12.2	10.1	21.7	15.6	
	年に数回食べる	78.4	74.5	75.0	79.3	81.3	83.5	71.0	77.8	
	まったく食べない	7.0	10.6	13.1	11.0	4.9	5.5	2.9	0.0	
	無回答	1.6	2.1	2.4	0.0	0.0	0.9	2.9	6.7	
もち	毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	n.s
	週に3日以上	0.4	0.0	1.2	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	
	週に1日くらい	2.3	0.0	0.0	1.2	3.3	2.8	4.3	4.4	
	月に1~2日くらい	20.0	6.4	16.7	15.9	19.5	21.1	36.2	22.2	
	年に数回食べる	72.8	91.5	67.9	81.7	74.8	74.3	53.6	66.7	
	まったく食べない	2.1	0.0	10.7	1.2	1.6	0.0	0.0	0.0	
	無回答	2.3	2.1	3.6	0.0	0.0	1.8	5.8	6.7	

いても最も多かった。年代別に比較すると「毎日食べる」という回答は10代が74.5%、20代が59.5%であったが、30代～70代では年代が高くなるに伴い多くなっていた(70代97.8%)。また、10代・20代では「毎日食べる」と「週に3日以上食べる」を合計すると90%以上である。食生活の変化に伴って米料理も多種多様化しているが、白飯はいずれの料理とも組み合わせやすく、日本型食生活を実践するための主食として最適である。今回の調査で白飯を食べる回答が多かったことは望ましいと考えられる。しかし、「毎日食べる」という回答が他の年代に比べて少なかった20代は、平成17年国民健康・栄養調査結果⁹⁾の食品群別摂取量においても米の摂取量が少なかった。また、エネルギーの栄養素別摂取構成比からみても10代後半・20代は炭水化物のエネルギー比率がいずれの年代よりも低く、食の簡便化や外部化により、食生活のバランスが崩れていることが推察される。10代・20代は栄養バランスのとれた食生活を確立する上で大切な時期であり、健康を保持増進するためにも食教育の必要性があると考えられる。おかゆ、おにぎり、にぎり鮭、のり巻き、炒飯については、年代によって有意差がみられた($p < 0.01$)。おにぎりでは「週に3日以上食べる」という回答は10代から年代が高くなるに伴い少なくなり、年代間による特徴が顕著にみられた。

表1の米料理を以下のように類別して、特徴的な摂取状況を述べる。

1) おかゆ、雑炊、リゾット類

雑炊、おかゆ、リゾットの順に摂取が多く、「まったく食べない」という回答はリゾットに多くみられた(28.4%)。おかゆを「月に1～2日くらい食べる」という回答は年代が高くなるに伴い多く摂取されていた(10代8.5%、70代28.9%)。

2) 炒め飯類

炒め飯¹⁰⁾には米を炒めてから炊くピラフと飯を炒める炒飯があり、「月に1～2日くらい食べる」という回答は、炒飯がピラフよりも多く摂取されていた(炒飯49.0%、ピラフ21.8%)。

3) 味付け飯類

味付け飯¹¹⁾には米に調味料や具などを加えて炊いた炊き込みご飯や白飯に具を混ぜる混ぜご飯などがあり、「月に1～2日くらい食べる」という回答は炊き込みご飯が混ぜご飯よりも多く摂取されていた(炊き込みご飯51.5%、混ぜご飯37.4%)。

4) 寿司・鮓類

寿司・鮓類では、「まったく食べない」という回答は押し寿司に特徴的であった(26.3%)。「月に1～2

日くらい食べる」という回答はにぎり鮓が多く(46.3%)、「年に数回食べる」という回答はちらし寿司、押し寿司、のり巻き、いなり寿司の順に多く摂取されていた。

5) もち米料理類

赤飯・おこわ、おはぎ・ぼたもち、もちはいずれの年代も「年に数回食べる」が最も多く、行事食として摂取されている様子が見えられた。

(2) 米料理の行事への利用状況

表2は米料理の行事への利用について調べた結果である。従来、行事食として特別な日に摂取されていたと考えられる炊き込みご飯、おにぎり、混ぜご飯、いなり寿司、のり巻きが、今回の調査では年代を問わず、「日常的に食べる」と回答していた。ちらし寿司の場合、10代は「日常的に食べる」と「誕生日に食べる」が同率の回答であった(それぞれ23.4%)。40代は、ちらし寿司を慶祝時に利用していたことから(37.4%)、子育て世代の祝い事に多く登場する米料理であると推察する。にぎり鮓は、いずれの年代においても「日常的に食べる」という回答が多く、嗜好に加えて、すしチェーン店(回転ずし)の利用が大きな要因と考えられる。赤飯・おこわは、年代を問わず慶祝時に利用されており、誕生日、七五三、入学式、卒業式などハレの日の祝い事に用いることが多いとの報告¹²⁾と今回の結果が一致した。

一方、黒豆おこわの場合では、70代は「仏事に食べる」という回答が多かったが、10代～50代は「食べない」という回答もみられた。もともと家庭の手作りの菓子で、春秋の彼岸に仏前に供えられた¹³⁾おはぎ・ぼたもちを「仏事に食べる」という回答は50代に多かったが(29.4%)、「日常的に食べる」という回答もみられ、これは今日ではいつでも市販されている¹⁴⁾という現況が要因の一つと推察される。もちは、正月の代表的な食物¹⁴⁾であり、年代を問わず利用されていた。

2 米の調理状況

(1) 米料理の調理状況

表3は米料理における調理状況の結果である。「家で作る」という回答が半数以上を占めている米料理は、炊き込みご飯、おにぎり、混ぜご飯、ちらし寿司、いなり寿司の順であった。おにぎりを「家で作る」という回答は年代別に比較すると50代、70代、40代、60代、30代の順であり、おにぎりを「買って食べる」という回答は、20代・10代がほぼ半数であった。このことは、コンビニエンスストアを頻繁に利

表2 年代別にみた米料理の行事への利用状況

(%)

項目		全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
おにぎり	日常的に食べる	83.7	91.5	92.9	85.4	90.2	80.7	71.0	66.7
	正月	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	慶祝時	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	仏事	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	2.2
	誕生日	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	運動会	3.8	4.3	2.4	3.7	6.5	1.8	2.9	2.2
	遠足	11.4	0.0	2.4	11.0	11.4	13.8	17.4	26.7
	その他行事	2.9	2.1	1.2	1.2	2.4	2.8	7.2	2.2
	食べない	0.7	2.1	0.0	1.2	0.0	0.0	2.9	0.0
無回答	1.6	0.0	1.2	1.2	0.0	2.8	2.9	4.4	
いなり寿司	日常的に食べる	64.4	61.7	51.2	63.4	66.7	73.4	69.6	60.0
	正月	3.0	17.0	7.1	2.4	0.0	0.0	0.0	2.2
	慶祝時	6.8	4.3	7.1	4.9	9.8	5.5	8.7	4.4
	仏事	1.1	0.0	3.6	2.4	0.8	0.0	0.0	0.0
	誕生日	4.1	6.4	2.4	4.9	4.1	4.6	4.3	2.2
	運動会	12.9	6.4	17.9	11.0	18.7	9.2	10.1	13.3
	遠足	2.3	0.0	2.4	1.2	3.3	1.8	2.9	4.4
	その他行事	2.5	2.1	3.6	0.0	2.4	1.8	4.3	4.4
	食べない	2.5	2.1	6.0	6.1	1.6	0.9	0.0	0.0
無回答	3.4	0.0	1.2	3.7	1.6	5.5	4.3	8.9	
ちらし寿司	日常的に食べる	34.7	23.4	26.2	34.1	35.0	43.1	43.5	35.6
	正月	4.5	21.3	9.5	2.4	1.6	0.9	1.4	2.2
	慶祝時	27.9	19.1	28.6	31.7	37.4	26.6	30.4	15.6
	仏事	0.7	0.0	2.4	0.0	0.0	0.9	1.4	0.0
	誕生日	16.8	23.4	13.1	13.4	14.6	17.4	18.8	31.1
	運動会	2.0	0.0	4.8	3.7	2.4	0.9	0.0	0.0
	遠足	0.4	0.0	1.2	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他行事	4.5	2.1	6.0	2.4	7.3	6.4	2.9	6.7
	食べない	5.0	8.5	8.3	6.1	5.7	2.8	1.4	2.2
無回答	4.1	2.1	1.2	4.9	1.6	5.5	7.2	8.9	
にぎり鮭	日常的に食べる	51.7	42.6	56.0	53.7	45.5	59.6	62.3	35.6
	正月	7.9	14.9	8.3	4.9	8.9	7.3	4.3	8.9
	慶祝時	20.9	12.8	13.1	23.2	24.4	21.1	26.1	26.7
	仏事	0.9	0.0	0.0	1.2	3.3	0.0	0.0	0.0
	誕生日	16.8	12.8	13.1	12.2	24.4	17.4	10.1	24.4
	運動会	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	遠足	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他行事	3.0	10.6	3.6	1.2	3.3	0.9	0.0	2.2
	食べない	1.3	4.3	4.8	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2
無回答	5.0	4.3	1.2	6.1	4.9	2.8	8.7	11.1	
のり巻き	日常的に食べる	60.8	44.7	54.8	61.0	59.3	68.8	69.6	60.0
	正月	4.5	29.8	4.8	6.1	0.8	0.0	1.4	0.0
	慶祝時	10.4	6.4	13.1	8.5	9.8	12.8	13.0	4.4
	仏事	0.4	0.0	1.2	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0
	誕生日	5.9	4.3	6.0	3.7	8.1	6.4	4.3	6.7
	運動会	9.7	6.4	4.8	8.5	19.5	7.3	2.9	13.3
	遠足	1.1	2.1	1.2	0.0	0.8	1.8	0.0	2.2
	その他行事	3.8	2.1	7.1	2.4	3.3	1.8	7.2	0.0
	食べない	3.4	2.1	8.3	4.9	2.4	1.8	0.0	4.4
無回答	4.5	4.3	1.2	4.9	2.4	4.6	5.8	13.3	
炊き込みご飯	日常的に食べる	85.3	85.1	82.1	80.5	88.6	88.1	87.0	82.2
	正月	1.1	4.3	2.4	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0
	慶祝時	1.8	0.0	1.2	1.2	1.6	3.7	1.4	2.2
	仏事	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0
	誕生日	2.9	2.1	3.6	7.3	3.3	0.9	1.4	0.0

表2 (つづき)

(%)

項目		全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
炊き込みご飯	運動会	0.4	0.0	1.2	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0
	遠足	0.2	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0
	その他行事	2.1	0.0	4.8	1.2	1.6	1.8	2.9	2.2
	食べない	2.9	2.1	3.6	3.7	2.4	0.9	4.3	4.4
	無回答	3.8	6.4	1.2	3.7	1.6	4.6	4.3	8.9
混ぜご飯	日常的に食べる	76.9	76.6	79.8	73.2	80.5	78.9	72.5	71.1
	正月	1.1	4.3	1.2	2.4	0.8	0.0	0.0	0.0
	慶祝時	2.9	4.3	1.2	2.4	1.6	2.8	7.2	2.2
	仏事	0.4	2.1	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0
	誕生日	2.9	0.0	2.4	7.3	3.3	1.8	2.9	0.0
	運動会	0.4	0.0	1.2	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0
	遠足	0.4	0.0	1.2	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0
	その他行事	1.6	0.0	3.6	1.2	0.8	1.8	1.4	2.2
	食べない	9.7	8.5	8.3	8.5	8.1	9.2	15.9	11.1
無回答	4.8	6.4	1.2	4.9	4.1	4.6	4.3	13.3	
赤飯・おこわ	日常的に食べる	28.3	17.0	15.5	28.0	29.3	35.8	42.0	22.2
	正月	5.2	17.0	9.5	6.1	1.6	3.7	1.4	2.2
	慶祝時	51.7	51.1	45.2	45.1	52.0	55.0	59.4	55.6
	仏事	2.5	4.3	3.6	0.0	6.5	0.9	0.0	0.0
	誕生日	6.1	0.0	4.8	12.2	8.1	4.6	1.4	8.9
	運動会	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2
	遠足	0.4	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他行事	1.6	2.1	3.6	1.2	1.6	0.0	1.4	2.2
	食べない	5.2	4.3	15.5	4.9	4.9	2.8	0.0	2.2
無回答	3.0	4.3	1.2	4.9	1.6	2.8	1.4	8.9	
黒豆おこわ	日常的に食べる	7.0	8.5	9.5	8.5	3.3	10.1	5.8	2.2
	正月	1.3	6.4	2.4	0.0	0.8	0.0	0.0	2.2
	慶祝時	3.4	8.5	4.8	0.0	1.6	4.6	5.8	0.0
	仏事	32.6	8.5	11.9	37.8	41.5	34.9	37.7	48.9
	誕生日	0.5	2.1	0.0	1.2	0.0	0.0	1.4	0.0
	運動会	0.2	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0
	遠足	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他行事	1.4	4.3	2.4	1.2	1.6	0.0	1.4	0.0
	食べない	47.2	57.4	66.7	46.3	46.3	43.1	34.8	33.3
無回答	6.6	4.3	2.4	4.9	4.9	8.3	13.0	13.3	
おはぎ・ぼたもち	日常的に食べる	29.7	23.4	28.6	30.5	23.6	31.2	40.6	33.3
	正月	3.8	21.3	6.0	1.2	0.8	2.8	1.4	0.0
	慶祝時	14.5	10.6	14.3	9.8	17.1	11.0	18.8	22.2
	仏事	24.7	14.9	23.8	25.6	26.8	29.4	20.3	24.4
	誕生日	0.5	2.1	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	2.2
	運動会	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	遠足	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他行事	13.6	8.5	10.7	7.3	22.8	18.3	7.2	6.7
	食べない	9.3	14.9	15.5	19.5	5.7	5.5	2.9	2.2
無回答	5.2	4.3	3.6	6.1	3.3	3.7	10.1	8.9	
もち	日常的に食べる	22.4	8.5	17.9	18.3	24.4	25.7	37.7	15.6
	正月	70.5	85.1	71.4	59.8	74.8	69.7	60.9	77.8
	慶祝時	2.5	2.1	1.2	4.9	0.8	2.8	4.3	2.2
	仏事	0.5	0.0	1.2	0.0	0.8	0.0	0.0	2.2
	誕生日	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0
	運動会	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	遠足	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他行事	0.9	2.1	1.2	1.2	0.8	0.0	1.4	0.0
	食べない	3.6	0.0	7.1	13.4	2.4	0.0	0.0	0.0
無回答	2.7	2.1	1.2	3.7	0.8	2.8	2.9	8.9	

(複数回答)

用する世代の影響が反映されている結果であり、表1において若い層におにぎりの摂取頻度が高かったことと同様であった。

炊き込みご飯と混ぜご飯は、季節感を味わえる米料理であるが、いずれの年代においても、「家で作る」という回答は炊き込みご飯が混ぜご飯よりも多かつ

表3 年代別にみた米料理の調理状況

(%)

項目		全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
おにぎり	家で作る	77.8	46.8	47.6	72.0	90.2	95.4	84.1	91.1
	買って食べる	22.2	51.1	52.4	28.0	12.2	3.7	15.9	6.7
	食べに行く	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	作らない	0.4	2.1	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0
	無回答	0.5	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	2.2
いなり寿司	家で作る	52.2	31.9	33.3	39.0	63.4	65.1	59.4	60.0
	買って食べる	38.5	31.9	47.6	48.8	35.8	32.1	40.6	28.9
	食べに行く	1.1	4.3	2.4	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0
	作らない	8.1	31.9	16.7	8.5	2.4	2.8	0.0	6.7
	無回答	0.7	0.0	0.0	1.2	0.0	0.0	1.4	4.4
ちらし寿司	家で作る	65.7	48.9	42.9	54.9	68.3	78.9	84.1	77.8
	買って食べる	13.4	8.5	21.4	19.5	18.7	9.2	2.9	4.4
	食べに行く	3.2	0.0	6.0	7.3	0.0	1.8	7.2	0.0
	作らない	15.6	42.6	29.8	15.9	11.4	8.3	1.4	11.1
	無回答	2.1	0.0	0.0	2.4	1.6	1.8	4.3	6.7
にぎり鮭	家で作る	6.4	4.3	2.4	0.0	3.3	8.3	17.4	15.6
	買って食べる	24.0	17.0	17.9	31.7	26.8	28.4	20.3	15.6
	食べに行く	59.7	53.2	65.5	57.3	61.8	60.6	58.0	55.6
	作らない	8.9	25.5	14.3	9.8	8.1	2.8	1.4	8.9
	無回答	1.8	0.0	0.0	1.2	1.6	1.8	4.3	4.4
のり巻き	家で作る	31.7	29.8	15.5	24.4	25.2	40.4	44.9	53.3
	買って食べる	47.9	36.2	46.4	52.4	57.7	50.5	47.8	22.2
	食べに行く	7.0	8.5	10.7	7.3	6.5	6.4	5.8	2.2
	作らない	12.3	25.5	27.4	13.4	10.6	3.7	0.0	13.3
	無回答	2.0	0.0	0.0	2.4	0.8	1.8	2.9	8.9
炊き込みご飯	家で作る	82.8	61.7	71.4	78.0	89.4	90.8	89.9	88.9
	買って食べる	5.9	8.5	11.9	7.3	5.7	2.8	2.9	2.2
	食べに行く	1.1	0.0	0.0	4.9	0.0	0.9	1.4	0.0
	作らない	8.6	29.8	15.5	9.8	3.3	4.6	2.9	6.7
	無回答	1.6	0.0	1.2	1.2	1.6	0.9	2.9	2.2
混ぜご飯	家で作る	70.7	51.1	65.5	64.6	76.4	78.0	78.3	66.7
	買って食べる	6.1	6.4	14.3	9.8	4.9	3.7	1.4	0.0
	食べに行く	0.5	0.0	0.0	2.4	0.0	0.0	1.4	0.0
	作らない	19.9	42.6	19.0	20.7	15.4	16.5	15.9	22.2
	無回答	2.9	0.0	1.2	2.4	3.3	1.8	2.9	11.1
赤飯・おこわ	家で作る	48.5	27.7	27.4	42.7	43.1	60.6	69.6	73.3
	買って食べる	30.9	31.9	34.5	32.9	39.0	27.5	23.2	17.8
	食べに行く	0.7	2.1	0.0	3.7	0.0	0.0	0.0	0.0
	作らない	18.2	38.3	38.1	19.5	16.3	10.1	5.8	2.2
	無回答	1.6	0.0	0.0	1.2	1.6	1.8	1.4	6.7
黒豆おこわ	家で作る	10.0	10.6	7.1	8.5	7.3	13.8	10.1	15.6
	買って食べる	11.8	10.6	9.5	14.6	13.0	11.9	14.5	4.4
	食べに行く	0.4	0.0	1.2	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0
	作らない	73.7	78.7	82.1	73.2	74.8	72.5	63.8	68.9
	無回答	4.1	0.0	0.0	2.4	4.9	1.8	11.6	11.1
おはぎ・ぼたもち	家で作る	19.7	14.9	8.3	12.2	8.1	31.2	33.3	42.2
	買って食べる	49.9	38.3	52.4	45.1	60.2	48.6	50.7	40.0
	食べに行く	0.5	0.0	1.2	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0
	作らない	27.7	46.8	35.7	39.0	28.5	20.2	14.5	8.9
	無回答	2.7	0.0	2.4	1.2	3.3	1.8	4.3	6.7
もち	家で作る	17.7	21.3	14.3	20.7	13.8	18.3	20.3	20.0
	買って食べる	61.0	38.3	53.6	51.2	70.7	64.2	65.2	75.6
	食べに行く	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	作らない	19.1	38.3	31.0	26.8	13.0	13.8	13.0	2.2
	無回答	2.7	2.1	1.2	1.2	3.3	3.7	2.9	4.4

た(炊き込みご飯 82.8%, 混ぜご飯 70.7%)。

いなり寿司を「家で作る」という回答は 50代, 40代, 70代, 60代の順に各々約 60%を占めていたが, 「買って食べる」という回答は 20代・30代に約 50%の出現頻度であった。10代はいなり寿司を「家で作る」・「買って食べる」・「作らない」がいずれも 31.9%という結果に分かれている。したがって, いなり寿司は 40代以上が「家で作る」, 若い層では「買って食べる」米料理といえる。ただし寿司は, いずれの年代も「家で作る」が多く, なかでも 60代に多くみられていた(84.1%)。一方, にぎり鮭は「食べに行く」という回答が半数以上を占め, 外食の際はすし店の利用頻度が高いことが明らかであった。のり巻きを「家で作る」という回答は, 70代が 53.3%と最も多く, これは熟練した調理技術や経験を要するからと考えられる。

もち米を利用した米料理である赤飯・おこわを「家で作る」という回答は, 70代, 60代, 50代の順に少なくなり, 10代・20代については, 「作らない」という回答が 40%近くを占めていたことから, 年代が高くなるに伴い, 家で作られていることが明らかになった。同様にもち米を利用した米料理である黒豆おこわは「作らない」という回答が 73.7%であったが, これは表 2 に示したように 70代において仕事での利用が多く, 特別な状況下における利用のためといえる。おはぎ・ぼたもちを「買って食べる」という回答は全体の約半数を占め, 「家で作る」という回答は 70代が最も多く(42.2%), 10代の約半数が「作らない」と回答しており, 赤飯・おこわと同様に, 若い層にはもち米離れの傾向がうかがえる結果となった。もち米は 70代, 40代, 60代の順に「買って食べる」と回答していた。もち米を利用する料理は, 年代が高くなるに伴い, 手作りや購入などにより利用していることがうかがえた。

(2) 白飯の炊き方

表 4 は利用している米の銘柄について調べた結果である。米の銘柄は「北海道米」の利用が多く(63.3%), 次いで「県産米」(16.3%), 「上質とされる米」(15.9%), 「こだわらない」(11.3%), 「標準米」(1.1%)の順に出現していた。「北海道米」の利用は 50代・60代に多かったが(50代 72.5%, 60代 75.4%), いずれの年代も「北海道米」の利用が浸透し, 年代間の共通性がみられた。一方, 米の銘柄を「こだわらない」という回答は 10代・20代に多く(それぞれ 29.8%), 有意差がみられた ($p < 0.01$)。

表 5 は利用している米の入手先について調べた結果である。米の入手先は「スーパー」という回答が多く(55.8%), 次いで, 「米穀店」(15.7%), 「親戚からもらう」(9.3%), 「農家」(7.7%), 「産地から取り寄せる」(4.7%), 「自家栽培」(2.5%)の順であった。年代別にみると 70代が「米穀店」と「スーパー」という回答が同率であり(それぞれ 35.6%), 他の年代よりも, 昔からの米穀店の利用が多いことが特徴的であった。

図 1 は白飯の炊飯器具について調べた結果である。図で明らかなように, 「電気釜」の利用が圧倒的に多く(91.1%), 「ガス釜」(4.7%), 「土鍋」(3.2%), 「文化鍋」(2.0%)は少なかった。図には示していな

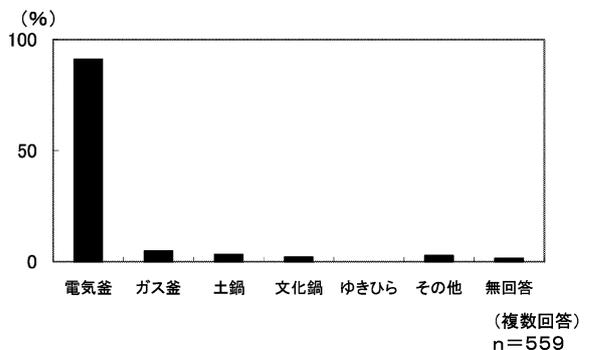


図 1 白飯の炊飯器具

表 4 年代別にみた米の銘柄

(%)

項目	全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
北海道米	63.3	48.9	46.4	64.6	64.2	72.5	75.4	64.4
県産米	16.3	10.6	16.7	9.8	20.3	15.6	18.8	20.0
上質とされる米	15.9	0.0	8.3	24.4	19.5	19.3	14.5	15.6
標準米	1.1	2.1	0.0	0.0	4.1	0.0	0.0	0.0
外米	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
こだわらない	11.3	29.8	29.8	11.0	3.3	5.5	2.9	6.7

(複数回答)

二元配置分散分析により, 米の銘柄 ** $p < 0.01$

いが、年代別にみると60代・70代には「ガス釜」の利用がみられた(60代14.5%, 70代11.1%)。調理機器として代表的なものに炊飯器があるが¹⁵⁾、今回の結果も炊飯の道具には「炊飯器」(電気釜)が多く利用されていた。炊飯器は火加減調節のない便利さとともに、白飯の炊き方が水分含水率62%以下¹⁶⁾になるよう設定されていることから、炊飯器の利用によって米を炊いた時の硬さややわらかさとも関連すると思われる。

表6は白飯の炊き加減の好みについて調べた結果を示した。米のおいしさの判断基準は、ごはんを口に入れて、咀嚼したときの粘り、硬さ、なめらかさ、凝集力などによってその大部分が決まる⁵⁾と言われている。白飯の炊き加減の好みは、「ふつう」が多く(58.5%)、「硬め」(24.3%)、「やわらかめ」(16.5%)の順に出現していた。年代別に比較すると年代の高い層は「ふつう」という回答が多いのに対して(40代~60代60%以上)、10代では「ふつう」40.4%、

「硬め」31.9%、「やわらかめ」23.4%のように好みに分かれており、有意差がみられた(p<0.01)。

表7は白飯の好みの食味について調べた結果である。好みの食味は「味がよい」という回答が多く(63.3%)、次いで「ねばりけがある」(36.1%)、「こだわらない」(16.6%)、「香りがよい」(10.7%)の順に出現していた。「ねばりけがある」について年代別に比較すると、40代は多かったが(50.4%)、10代と20代は共に少なく(10代10.6%, 20代10.7%)、有意差がみられた(p<0.01)。「若年層における白飯のおいしさに関する要素分析」の報告¹⁷⁾では、今回の結果と同様にねばりけよりも味を優先させていた。

(3) 残った白飯の利用

表8は残った白飯の利用について調べた結果である。残った白飯は炒飯76.0%、次いで、雑炊42.0%、冷凍16.8%の順に利用されていた。10代~60代は

表5 年代別にみた米の入手先 (%)

項目	全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
スーパー	55.8	51.1	60.7	64.6	66.7	47.7	49.3	35.6
米穀店	15.7	2.1	9.5	9.8	14.6	21.1	20.6	35.6
親戚からもらう	9.3	27.7	16.7	9.8	4.1	5.5	5.8	4.4
農家	7.7	4.3	2.4	8.5	4.9	14.7	10.1	6.7
産地から取り寄せる	4.7	2.1	1.2	1.2	4.9	8.3	8.7	4.4
自家栽培	2.5	4.3	7.1	3.7	0.8	0.0	2.9	0.0
その他	2.7	4.3	0.0	1.2	4.1	0.9	1.4	11.1

(複数回答)

表6 年代別にみた白飯の炊き加減の好み (%)

項目	全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
ふつう	58.5	40.4	48.8	56.1	62.6	63.3	68.1	62.2
硬め	24.3	31.9	38.1	32.9	21.1	17.4	14.5	15.6
やわらかめ	16.5	23.4	13.1	9.8	16.3	19.3	17.4	20.0

二元配置分散分析により、炊き加減の好み **p<0.01

表7 年代別にみた白飯の好みの食味 (%)

項目	全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
味がよい	63.3	55.3	58.3	63.4	66.7	60.6	71.0	66.7
ねばりけがある	36.1	10.6	10.7	35.4	50.4	42.2	44.9	44.4
香りがよい	10.7	10.6	17.9	7.3	8.1	11.0	8.7	13.3
こだわらない	16.6	31.9	25.0	12.2	13.0	18.3	8.7	11.1
無回答	1.6	0.0	0.0	1.2	0.0	1.8	4.4	6.7

(複数回答)

二元配置分散分析により、好みの食味 **p<0.01

炒飯、70代は雑炊が最も多かった。炒飯や雑炊は、粘りの少ない冷や飯が適し¹⁸⁾、様々な具材と組み合わせたり、比較的短時間で調理することができるため利用が多いと思われる。表1でみられた、雑炊や炒飯の摂取頻度が高い理由としては、残った白飯の利用がうかがえる。残った白飯の冷凍保存による利用は、30代(24.4%)、20代(21.4%)、40代(17.9%)の順にいずれの年代においてもみられ、既報¹⁹⁾に示されているように、本調査においても冷凍保存が活用されている状況が認められた。少数ではあるが、60代・70代に漬物・甘酒への利用という回答もあった。また、「捨てる」という回答は10代・20代に出現しており、年代間に有意差がみられた(p<0.01)。2000年3月に公表された食生活指針²⁰⁾には、調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なくという内容が入っているが、地球環境保全のため、エコ・クッキングが提唱²¹⁾されている現在、捨てるという行動の

現状が明らかになったことは問題であり、特に若い層に保存方法や簡単にできる調理方法などの情報を発信していく必要性が感じられた。

3. 米の摂取状況と調理状況

(1) 「日常的に食べる」米料理と「家で作る」米料理

図2は「日常的に食べる」米料理と「家で作る」米料理の出現頻度を示した。炊き込みご飯、おにぎり、混ぜご飯の出現頻度も同様の傾向にあった。しかし、のり巻きとにぎり鮓は「日常的に食べる」という回答が多かったが(のり巻き60.8%、にぎり鮓51.7%)、「家で作る」という回答は少なく(のり巻き31.1%、にぎり鮓6.4%)、有意差がみられた(p<0.01)。年代別に比較すると、20代のような若い層ではのり巻きを「買って食べる」米料理、にぎり鮓は「食べに行く」米料理という傾向を示していた。

表8 年代別にみた残った白飯の利用 (%)

項目	全体 559人	10代 47人	20代 84人	30代 82人	40代 123人	50代 109人	60代 69人	70代 45人
炒飯	76.0	80.9	69.0	81.7	78.0	81.7	73.9	57.8
雑炊	42.0	27.7	45.2	15.9	44.7	46.8	49.3	68.9
冷凍	16.8	10.6	21.4	24.4	17.9	16.5	10.1	8.9
ピラフ	9.7	2.1	10.7	12.2	7.3	11.9	10.1	11.1
ライスグラタン	7.5	2.1	7.1	6.1	8.9	11.9	4.3	6.7
焼きおにぎり	7.0	4.3	8.3	2.4	4.9	11.9	7.2	8.9
リゾット	4.7	2.1	4.8	3.7	1.6	10.1	1.4	8.9
捨てる	2.9	10.6	7.1	0.0	3.3	0.9	0.0	0.0
えさ	1.6	2.1	1.2	2.4	1.6	0.9	1.4	2.2
あられ	0.9	2.1	0.0	0.0	1.6	0.9	0.0	2.2
せんべい	0.7	4.3	0.0	0.0	1.6	0.0	0.0	0.0
お好み焼き	0.7	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	4.4
漬物・甘酒	0.7	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	2.9	2.2
その他	12.3	12.8	13.1	11.0	9.8	15.6	13.0	11.1
無回答	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	1.4	2.2

(複数回答)

二元配置分散分析により、白飯の利用 **p<0.01

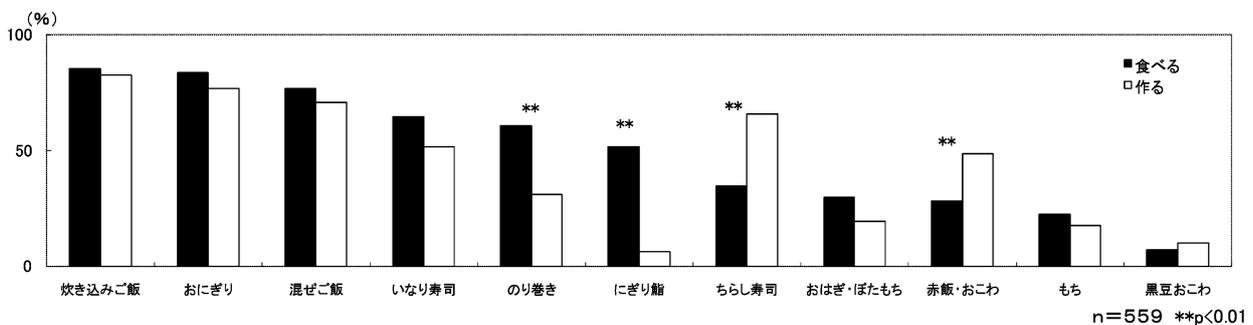


図2 「日常に食べる」米料理と「家で作る」米料理の出現頻度

一方、ちらし寿司と赤飯・おこわの場合、「家で作る」という回答が多かったが（ちらし寿司 65.7%、赤飯・おこわ 48.5%）、「日常的に食べる」という回答は少なく（ちらし寿司 34.7%、赤飯・おこわ 28.3%）、有意差がみられた（ $p < 0.01$ ）。年代別に比較すると、70代は赤飯・おこわを「家で作る」と回答していたが（73.3%）、若い層に少なかった（10代 27.7%、20代 27.4%）。これより、ちらし寿司と赤飯・おこわは、日常的に食べるというよりも、慶祝時や誕生日などの行事食の中に位置づいている米料理であるという特徴が把握できた。

(2) 北海道米の摂取状況と調理状況

米の銘柄は北海道米の利用が多かったことから（表4, 63.3%）、北海道米の摂取状況と調理状況を把握するために、銘柄によって「北海道米」および「北海道米以外の米（県産米・上質とされる産地の米・標準米・外米）」、「こだわらない」という3つの群に分けて比較し、検討した（いずれも複数回答は含めない）。

表9は米の銘柄と入手先について調べた結果である。「北海道米」群は米の入手先を「スーパー」から購入することが多いと回答し、次いで「米穀店」、「農家から」の順に出現していた。「こだわらない」群では「スーパー」に次いで「親戚からもらう」（16.6%）が出現し、有意差がみられた（ $p < 0.01$ ）。

表10は米の銘柄と白飯の好みの食味について調べた結果である。「北海道米」群は白飯に対する好みの食味に「味がよい」を1位に挙げ、次いで「ねばりけがある」と回答していたが、銘柄に「こだわらない」群では好みの食味も「こだわらない」という回答が半数を占め（50.0%）、有意差がみられた（ $p < 0.05$ ）。

北海道米は初期生育の促進を目的とした側条施肥が多く普及しており、このことがたん白質含有率の低い米の生産につながっている。たん白質含有率が低い米はやわらかく、ねばりけがあることから「良い食感」と判断⁵⁾される指標になっている。北海道米の調理状況をみると、50代（72.5%）や60代（75.4%）に多く利用されていることや好みの食味に「味がよい」と「ねばりけがある」をあげていることから、今後、さらに北海道米の特性を活かした調理への応用が望まれる。一方、10代や20代については、米の銘柄や白飯に対する好みの食味に「こだわらない」という回答が多く、米料理を「家で作る」という回答も少ないため、若い層に対する米を用いた行事食など調理教育の必要性が課題である。

表9 米の銘柄と入手先 (%)

項目	北海道米 299人	北海道米以外の米 144人	こだわらない 60人
スーパー	57.9	45.1	65.0
米穀店	14.0	18.8	6.7
農家から	11.4	2.8	6.7
親戚からもらう	7.4	11.8	16.7
産地から取り寄せる	3.0	11.1	0.0
自家栽培	2.0	3.5	3.3
その他	3.0	3.5	1.7
無回答	1.3	3.5	0.0

(複数回答)

二元配置分散分析により、米の入手先 ** $p < 0.01$

表10 米の銘柄と白飯の好みの食味 (%)

項目	北海道米 299人	北海道米以外の米 144人	こだわらない 60人
味がよい	61.2	69.4	41.7
ねばりけがある	36.8	41.7	11.7
香りがよい	11.0	13.2	6.7
こだわらない	16.7	6.9	50.0
無回答	1.7	1.4	0.0

(複数回答)

二元配置分散分析により、好みの食味 * $p < 0.05$

以上の結果より、北海道における米の摂取状況と調理状況について、年代による特徴や共通性を把握できたことから、今後はさらに、地域別や家族形態などの違いを検討したい。

要 約

本研究では、北海道における米の摂取状況と調理状況についてアンケートと聞き取り調査を行い、年代間にみられる特徴を明らかにした。調査は北海道に在住する559人を対象として、2006年11月から2007年3月に実施し、その結果は以下のようにまとめた。

1. 白飯を「毎日食べる」という回答は、いずれの年代においても多かった。米料理の摂取頻度で年代別に有意差がみられたものは、おかゆ、にぎり鮭、のり巻き、おにぎり、炒飯であった。
2. 米料理の行事への利用状況は、赤飯・おこわが慶祝時に用いられていた。「家で作る」ことが多い米料理は炊き込みご飯、「食べに行く」ことが多い米料理はにぎり鮭という傾向がみられた。
3. 米の入手先として「スーパー」からの購入が多く（55.8%）、炊飯の器具は「電気釜」の利用が多かった（91.1%）。白飯の炊き加減の好みは「ふつう」、食味の好みは「味がよい」が多い傾向を示し

た。食味の好みを「ねばりけがある」という回答は40代に多く、10代と20代には少なかった。

4. 残った白飯の利用方法は「炒飯にする」が多かったが、年代別にみると70代は「雑炊にする」傾向がみられた。
5. 利用されている米の銘柄は、北海道米が多かった(63.3%)。10代や20代は、米の銘柄だけでなく、白飯に対する好みの食味も「こだわらない」という回答が多く、米料理を「家で作る」という回答が少ないことから、若い層に対する米を用いた行事食など調理教育の必要性が課題である。

謝 辞

本研究にあたり、調査にご協力いただきました日本調理科学会北海道・米研究グループの皆様に厚く御礼申し上げます。また、本研究の一部は、日本調理科学会において発表したものであることを付記いたします。

文 献

- 1) 嘉田良平(2004), 食品の安全性を考える, 放送大学教育振興会(東京), 213.
- 2) 農林水産省総合食料局(2008), 平成18年度食料需給表, 農林統計協会(東京), 258-259.
- 3) 農林水産省総合食料局(2008), 米の消費動向等調査, 食料と安全, 6(5), 100.
- 4) 田島 眞編(2005), ガイドラインまるごと理解. 食べ物と健康, 医歯薬出版(東京), 2.
- 5) 札幌商工会議所(2006), 北海道フードマイスター平成18年度版, 札幌商工会議所(札幌), 158-159.
- 6) 五十嵐俊成・花城勲・竹田靖史(2008), 北海道産米の澱粉の分子構造と性質, JAG, 55, 5-12.
- 7) 福蔭陽(2008), 米の需要拡大を目指した水稻の品種開発, 食料と安全, 6(2), 27-29.
- 8) 石村貞夫(2004), 分散分析のはなし, 東京図書(東京), 165-71.
- 9) 健康・栄養情報研究会編(2008), 国民健康栄養の現状—平成17年厚生労働省国民健康・栄養調査報告より—, 第一出版(東京), 79.
- 10) 渋川祥子, 畑井朝子編(2006), ネオエスカ調理学, 同文書院(東京), 99.
- 11) 全国調理師養成施設協会編(2006), 改訂調理用語辞典, 調理栄養教育公社(東京), 23, 613, 183.
- 12) 松下幸子(1991), 祝いの食文化, 東京美術選書61(東京), 61.
- 13) 桜井芳人(2000), 総合食品事典第六版新訂版, 同文書院(東京), 126.
- 14) 藤原多喜男(2003), 日本料理行事・仕来り大辞典実用編, プロスター(東京), 34.
- 15) 川端晶子編(1996), 21世紀の調理学6調理工学, 建帛社(東京), 87-93.
- 16) 加藤肇(2006), ご飯を美味しく炊くにはどうすればいいか, 食の科学, 340, 52-62.
- 17) 佐藤真実・江口雅美・丸山悦子(2007), 若年層における白飯のおいしさに関する要素分析, 日調科誌, 40, 27-32.
- 18) 石谷孝佑・藤木正一編(1994), 米飯食品事典, サイエンスフォーラム(東京), 257, 259.
- 19) 貝沼やす子(1996), 米の種類, 炊飯条件が異なる冷凍保存米飯の解凍時の性状(第2報), 家政誌, 47, 1099-1107.
- 20) 石川寛子・江原絢子編(2004), 近現代の食文化, 弘学出版(東京), 175.
- 21) 市川芳江 山本誠子編(2007), あすの健康と調理—給食調理へのアプローチ—, アイ・ケイコーポレーション(東京), 201.

summary

This study aims to clarify the commonality and characteristics of rice ingestion and cooking methods between age groups by conducting a questionnaire and hearing investigation on rice ingestion and cooking methods in Hokkaido. Respondents to the survey were 559 residents in Hokkaido. The survey period was from November 2006 to March 2007.

1. There are many respondents who answered “every day” about eating white rice in all age groups. Rice dishes whose ingestion frequency had significant differences by age groups were rice gruel, hand-shaped sushi, sushi roll, rice balls, and stir-fried rice.
2. With regard to application of rice dishes for events, steamed glutinous rice (Sekihan and Okowa) were eaten as a festive meal.
3. In connection with cooking methods of rice, the most popular supply source for rice was a supermarket (55.8%), and the most popular rice cooking device was an “electrical rice-cooker” (91.1%). Steamed

white rice with normal hardness and good taste was most popular. People in their 40s tended to like steamed rice with sticky texture, while those in their 10s and 20s did not have such tendency.

4. The most popular dish using leftover rice was stir-fried rice, while it was rice porridge among people in their 70s.
5. The most popular brand for white rice was Hokkaido-produced rice (63.3%). People in their 10s and 20s had more respondents who answered “I don’t care” about rice brands and less respondents who answered “make at home” about rice dishes than in other age groups.

Based on the results shown above, we should give further consideration to the need to provide education on cooking of rice dishes for festive events to younger generations.