

# 女子短大生の食生活に関する研究(第1報)

—食品の嗜好について—

山 岸 恵美子

## はじめに

第二次大戦後の日本人の食生活は、経済成長にともなう社会環境の変化や、諸外国からの新しい食品の輸入、食文化の影響などによって著しく変化した。それと共に、食生活とかわりの深い心臓病・糖尿病・大腸がんなどの罹病率も増加して疾病構造に異なる形態があらわれ、現在では、日本人が目標としてきた欧米型の食生活は、健康・長寿のためには好ましくないとして、日本型食生活が見直されている。

食品の嗜好は、個人の生理的・心理的特性、食品の属性、価値観、家族及び社会的環境、食品に対するイメージなど、種々な要因によって形成されていると考えられている。各人の食品の嗜好は、食物選択の行動に影響を与え、食生活の良否をも左右するので、従来より多くの研究報告がある<sup>2)~17)</sup>。しかしながら、嗜好の要因は時代と共に変化していくものであるから、飽食時代に生活をしている人々の食品嗜好も、従来とは異なった傾向が認められるのではないかと考える。このような見地に立脚して、著者は、女子短大生の食品嗜好についてその実態を把握し、食生活指導上の基礎資料にすることを目的に調査研究をおこなった。あわせて、食品群の嗜好と健康状態・出身地・養育者・同胞数などとの関係についても検討したので、その概要を報告する。

## 調査方法

### 1 調査対象

昭和59年4月本学入学文学科(国語専攻・英語専攻)、家政学科(食物専攻・被服専攻)、幼児教育学科の学生205名及び昭和60年4月本学入学同上学科生183名。合計388名(回収率88.2%)。18~20才の女子学生。

### 2 調査時期

専攻による教科の影響をさけるため、本学入学時の5月に調査を実施した。すなわち、昭和59年5月と昭和60年5月である。

### 3 調査方法

嗜好調査の対象とした食品は、四訂食品成分表<sup>1)</sup>の中から日常使用頻度が高い食品を100種類選定した。(ただし、100種類中には、米飯・ラーメンなどのように食物の形態をしているものも含む)。調査用紙の記入は、自記方式をもちいた。食品の嗜好は5点法の尺度をもちい、大好き5点、好き4点、好きでも嫌いでもない(普通)3点、嫌い2点、大嫌い1点とした。集計は両年度合併した。5点法によって得られた個人の食品に対する得点を、その食品の嗜好計数といい、また、各食品に対する388人の嗜好計数の平均を、その食品の嗜好度と呼称することにする。

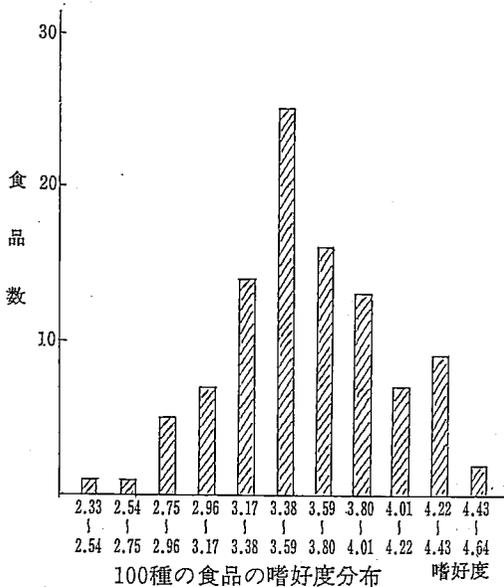
100種類の食品は嗜好度と標準偏差を求めた。そして、得られた数値から統計的に嗜好度を新たに5段階分類した。100種類の食品は該当する区段中に再配列をし、各食品の嗜好傾向を検討した。

また、健康状態・出身地・養育者・同胞数別に5点法による食品の嗜好表及び食品群別嗜好度表を作成して、健康状態などとの関係を調査検討した。解析は分散分析法を用いた。

結果と考察

1 統計的嗜好度による食品の分類

100種類の食品の嗜好度を度数分布で示すと図のとおりである。



嗜好度の平均は3.59で標準偏差は0.42になっている。そして、 $3.59 \pm 0.21$ が41%で、これを中心に、左右に $3.59 - 0.21 \sim 3.59 - 3 \times 0.21$ が21%、 $3.59 + 0.21 \sim 3.59 + 3 \times 0.21$ が20%、 $3.59 - 3 \times 0.21$ 以下が7%、 $3.59 + 3 \times 0.21$ 以上が11%である。分布状況は非常に正規分布に似ているので、適合度の検定をおこなったところ、正規分布であることが確認された。

つぎに、100種類の食品の嗜好度を度数分布の数値をもとにして再分類した。すなわち、大好き4.22~4.64点、好き3.80~4.22点、好きでも嫌いでもない(普通)3.38~3.80点、嫌い2.96~3.38点、大嫌い2.33~2.96点の5段階に分類をした。そして、各区分に該当する食品を選び配列すると、表1のとおりになる。

表1 食品別嗜好度

1) 嗜好度4.22~4.64点の食品

食品群	食品	嗜好度	S.D
果実類	1 いちご	4.53	0.61
	2 なし	4.43	0.63
	3 メロン	4.36	0.81
	4 みかん(温州)	4.34	0.71
	5 りんご	4.32	0.75
	6 もも	4.31	0.74
	7 グレープフルーツ	4.26	0.80
	8 すいか	4.24	0.90
	9 ぶどう	4.22	0.74
乳類	10 ヨーグルト	4.41	0.72
穀類	11 スパゲッティ	4.25	0.72

2) 嗜好度3.80~4.22点の食品

食品群	食品	嗜好度	S.D
魚介類	1 えび	4.10	0.83
	2 たらこ	3.90	0.84
	3 さけ	3.80	0.73
乳類	4 牛乳	4.03	0.99
いも類	5 ジャガイモ	3.86	0.75
	6 さつまいも	3.80	0.77
緑黄色野菜類	7 トマト	4.10	0.83
淡色野菜類	8 レタス	3.94	0.79
	9 きゅうり	3.93	0.71
果実類	10 夏みかん	4.18	0.78
	11 キウイフルーツ	4.10	0.87
	12 パインアップル	4.05	0.88
	13 パナナ	4.04	0.88
	14 かき	3.86	0.95
藻類	15 わかめ	3.83	0.77
穀類	16 ラーメン	3.91	0.88
	17 米飯	3.98	0.78
	18 食パン	3.89	0.75
	19 菓子パン	3.88	0.82
	20 うどん	3.86	0.83

3) 嗜好度3.38~3.80点の食品

食品群	食品	嗜好度	S.D
魚介類	1 いか	3.74	0.78
	2 さんま	3.59	0.71
	3 ちくわ	3.45	0.66
	4 しじみ	3.41	0.91

女子短大生の食生活に関する研究 (第1報)

獣鳥鯨肉類	5 とり肉	3.75	0.85
	6 ハム	3.62	0.77
	7 ベーコン	3.57	0.89
	8 牛肉	3.46	0.94
	9 豚肉	3.46	0.93
	10 ソーセージ	3.45	0.75
卵類	11 けい卵	3.75	0.79
乳類	12 チーズ	3.74	0.92
豆類	13 枝豆	3.71	0.79
	14 とうふ	3.68	0.83
	15 油あげ	3.44	0.70
	16 小豆	3.42	0.81
	17 なっとう	3.37	1.03
いも類	18 さといも	3.52	0.82
	19 こんにゃく	3.44	0.76
緑黄色野菜類	20 ほうれん草	3.72	0.77
	21 かぼちゃ	3.65	0.81
	22 アスパラガス	3.59	1.01
	23 ブロッコリー	3.49	0.96
	24 ピーマン	3.41	0.87
淡色野菜類	25 きゃべつ	3.68	0.74
	26 たけのこ	3.57	0.80
	27 たまねぎ	3.55	0.82
	28 なす	3.54	0.95
	29 もやし	3.52	0.73
	30 はくさい	3.44	0.71
	31 カリフラワー	3.42	0.97
	32 だいこん	3.41	0.71
	きのこ類	33 えのきたけ	3.65
34 しいたけ		3.54	0.94
藻類	35 のり	3.70	0.73
	36 ひじき	3.52	0.80
	37 こんぶ	3.41	0.82
穀類	38 日本そば	3.78	0.96
	39 マカロニ	3.67	0.77
その他	40 ジャム	3.52	0.78
	41 バター	3.50	0.77

4) 嗜好度2.96~3.38点の食品

食品群	食品	嗜好度	S.D
魚介類	1 かまぼこ	3.35	0.72
	2 ます	3.34	0.79
	3 しらす干	3.34	0.83
	4 さば	3.25	0.75
	5 かれい	3.23	0.70

獣鳥鯨肉類	6 うなぎ	3.21	1.22
	7 かじき	3.18	0.75
	8 魚の干物	3.15	0.77
	9 いわし	3.03	0.74
	10 かき	2.99	1.20
獣鳥鯨肉類	11 羊肉	2.96	0.91
豆類	12 大豆	3.31	0.68
	13 凍り豆腐	3.14	0.80
緑黄色野菜類	14 にんじん	3.20	0.91
	15 にら	3.17	0.83
	16 ねぎ	3.15	0.89
淡色野菜類	17 かぶ	3.35	0.80
	18 ごぼう	3.27	0.73
	19 れんこん	3.24	0.87
	20 しょうが	3.06	0.95
その他	21 マーメレード	3.17	0.95

5) 嗜好度2.33~2.96点の食品

食品群	食品	嗜好度	S.D
獣鳥鯨肉類	1 レバー	2.52	1.21
緑黄色野菜類	2 さやいんげん	2.90	0.84
	3 しゅんぎく	2.87	1.01
	4 パセリ	2.85	1.02
淡色野菜類	5 セロリー	2.93	1.27
	6 ふき	2.91	0.96
	7 にんにく	2.66	0.95

1) 嗜好度4.22~4.64点の食品

嗜好度が最高のこの区分に該当する食品は11種類(全食品の11%)であるが、食品群別に検討すると、その中の9種類は果実類で、果実類は嗜好度が高い食品であることが認められる。食生活の洋風化(デザートとしての果実類の利用)、諸外国から新たな果実類の輸入、流通機構の発達などが消費量を増加させ、嗜好度を高めていると考える。果実類の中では、いちごが最も嗜好度は高い。特有の芳香・味・色と可愛い外観、牛乳などとの供食による利用率の増大などが好まれる理由になっていると考える。すいかは、嗜好度は高いが他の果実類よりも標準偏差が大きいので、万人向きの食品ではないようである。果実類以外で嗜好度が高いヨーグルトやスパゲッティは、学

校給食や食生活の洋風化などによって、家庭内外での喫食率が増加したため嗜好度も高くなっている。果実類・乳類の嗜好度が高いのは、服部ら<sup>2)</sup>の報告でも認められている。

#### 2) 嗜好度3.80～4.22点の食品

魚介類・乳類・藻類・果実類・いも類・穀類などの中の食品で、その種類は多く、該当食品数は20種類に及ぶ。一般に、主食と呼称されている米飯・食パン・ラーメン・うどんなどはこの区分に属する。また、牛乳もこの区分中に含まれているのは、幼少時からの飲用頻度が高いためであると考えられる。しかし、牛乳は標準偏差が大きい。野菜類は、被調査食品として緑黄色野菜と淡色野菜を合わせて29種類選定したが、この区分に含まれる野菜は、トマト・きゅうり・レタスの3種類のみで、他の野菜類はそれ以下の嗜好度である。若者の野菜ばなれの傾向が現われている。煮物・浸し物などのような加熱した野菜料理の喫食率が低下して、サラダなどのように生で食べる料理が好まれるようになったために、野菜の種類が限定され、摂取量も少なくなっていると推察する。日常の食生活において、意識して野菜類を摂取するような指導が必要である。いも類の4種類中では、さつまいもとジャガイモがこの区分に属しているが、両食品を比較すると、ジャガイモの方が若干嗜好度は高く、食生活の洋風化がここにも現われている。

#### 3) 嗜好度3.38～3.80点の食品

統計上では5段階区分の中央値で、その嗜好は「好きでも嫌いでもない」に相当し、該当食品数は41種類で最も多い。魚介類・獣鳥鯨肉類・卵類・乳類・豆類・いも類・野菜類・きのこ類・藻類・穀類などの中の種々な食品が該当している。獣鳥鯨肉類は8種類中、牛肉・豚肉・とり肉・ハム・ソーセージ・ベーコンなど6種類がこの区分に属している。豆類は7種類中、日常なじみの深い枝豆・とうふ・油あげ・小豆・なっとうなど5種類が該当し、また、藻類も4種類中、のり・ひ

じき・こんぶなどの3種類が含まれている。野菜類は、29種類中13種類がこの区分中にある。何れも嗜好度は普通の食品であることが認められる。

#### 4) 嗜好度2.96～3.38点の食品

平均的嗜好度よりもやや低い食品である。該当食品は21種類であるが、この中10種類は魚介類で、魚ばなれの傾向が現われている。魚介類の中では、さば・いわしなどのように安価で栄養価の高い大衆魚や、かれい・かじきなどのように、病人食としての頻度が高い白身魚、たん白質・カルシウム源として良好な、しらす干などが該当している。また、植物性たん白質源である大豆や凍豆腐もこの区分である。野菜類では、緑黄色野菜である、にんじん・にらや、繊維食品として価値のある、れんこん・ごぼうなどが該当している。何れも嗜好度を増して喫食率を高めたい食品である。

#### 5) 嗜好度2.33～2.96点の食品

嗜好度が最も低い区分に属する食品は7種類で、5段階区分中では食品数が一番少ない。なかでも、レバーの嗜好度は2.52点の最低で、レバー料理の普及の困難さを示唆している。レバー以外の6種類の食品はすべて野菜類で、特有の味や臭のあるものが嫌われているようである。レバー・セロリー・パセリなどが女子学生に好まれないのは、服部ら<sup>2)</sup>や河南ら<sup>3)</sup>の報告と一致している。また、服部ら<sup>2)</sup>の報告では、にんにく・ふきも本調査と同様に嫌われている。

そこで、嫌いな食品について、その理由を「食わず嫌い」「連想」「家族の影響」「味覚」「視覚」「嗅覚」「触覚」「その他」の8項目を設定し回答を求めると、味覚が38.1%で最も多く、ついで嗅覚25.3%、視覚12.8%、触覚8.5%、食わず嫌い7.5%、連想6.0%、家族の影響1.8%になっている。このことは、食品の味と臭が嗜好にかなりの影響を与えていることを示唆している。個々の食品または食品群について検討すると、レバー・うなぎ・かき(貝)などは、味覚・視覚・嗅覚・連

想・食べず嫌いなど種々な因子をもっている。一般に、魚介類は味覚・視覚・嗅覚、野菜類は味覚・嗅覚の影響が大きい。

6) 食品群別嗜好度

100種類の食品は、食品成分表の分類<sup>1)</sup>を参考にして、13種類の食品群に分類し、食品群別に嗜好度と標準偏差を求めると、表2のとおりである。

表2 食品群別嗜好度(食品100種類×388人)

	食品群	嗜好度	S.D
1	魚介類 (17種類)	3.42	0.82
2	獣鳥鯨肉類 (8種類)	3.35 (※ <sub>1</sub> 3.47)	0.91
3	卵類 (1種類)	3.75	0.79
4	乳類 (3種類)	4.06	0.88
5	豆類 (7種類)	3.45	0.81
6	いも類 (4種類)	3.66	0.77
7	緑黄色野菜類 (10種類)	3.34	0.88
8	淡色野菜類 (19種類)	3.38	0.86
9	果実類 (14種類)	4.23	0.79
10	きのこ類 (2種類)	3.60	0.88
11	藻類 (4種類)	3.62	0.78
12	穀類 (8種類)	3.90	0.82
13	※ <sub>2</sub> その他 (3種類)	3.40	0.83

注: ※<sub>1</sub> レバーを除いた数値

※<sub>2</sub> バター・マーメイド・ジャム

各食品群の嗜好度を、前述の統計的嗜好尺度で検討すると、嗜好度が高い食品群は果実類と乳類で、若い世代の食品嗜好を特徴づけている。また、穀類の嗜好も平均値の3.38~3.80よりも高く、好まれている食品群であることが認められる。魚介類・獣鳥鯨肉類・卵類・豆類・いも類・きのこ類・藻類の嗜好度は平均値の範囲内で「好きでも嫌いでもない」食品群に属する。獣鳥鯨肉類の嗜好度が魚介類よりも低いのは、嗜好度の最も低いレバーの影響が大きい。すなわち、レバーを除くと、獣鳥鯨肉類の平均嗜好度は3.47で、魚介類の3.42よりもやや高くなる。野菜類(特に緑黄色野菜)の嗜好度は、13種類の食品群中では低い方で、食生活上問題である。

2. 食品群の嗜好と健康状態・出身地・養育者・同胞数との関係

1) 食品群の嗜好と健康状態との関係

表3 健康状態別嗜好度

	食品群	健康状態		
		強健	普通	病弱
1	魚介類 (17種類)	3.51	3.40	3.36
2	獣鳥鯨肉類 (8種類)	3.29	3.37	3.13
3	卵類 (1種類)	3.90	3.71	3.84
4	乳類 (3種類)	4.20	4.03	4.09
5	豆類 (7種類)	3.55	3.43	3.48
6	いも類 (4種類)	3.76	3.63	3.78
7	緑黄色野菜類 (10種類)	3.39	3.32	3.39
8	淡色野菜類 (19種類)	3.49	3.35	3.42
9	果実類 (14種類)	4.29	4.22	4.26
10	きのこ類 (2種類)	3.67	3.58	3.55
11	藻類 (4種類)	3.77	3.57	3.79
12	穀類 (8種類)	4.05	3.86	4.08
13	その他 (3種類)	3.53	3.36	3.65
平均		3.68	3.57	3.62
人数		59	310	19

表4 健康状態別5段階嗜好(食品100種類×388人)

嗜好 健康		大嫌い	嫌い	普通	好き	大好き	嗜好度	S. D
		強健	実数 (%)	220 (3.7)	340 (5.8)	1893 (32.1)	2094 (35.5)	1353 (22.9)
普通	実数 (%)	744 (2.4)	1998 (6.4)	12161 (39.2)	10895 (35.1)	5202 (16.8)	3.57	0.82
病弱	実数 (%)	71 (3.7)	109 (5.7)	705 (37.1)	601 (31.6)	414 (21.8)	3.62	0.86

表5 健康状態別嗜好度の分散分析

要因	変動	自由度	不偏分散	分散比F
健康	$9.95 \times 10^7$	2	$4.98 \times 10^7$	6.99 *
嗜好	$5.24 \times 10^7$	4	$1.31 \times 10^7$	1.84
誤差	$5.70 \times 10^7$	8	$7.12 \times 10^6$	
合計	$2.09 \times 10^8$	14		

\* 5%有意

対象者の健康状態は、現在の状態を基準にすると、強健15.2%、普通79.9%、病弱4.9%である。

食品群別嗜好度を現在の健康状態別に示すと、表3のとおりで、食品群の全平均嗜好度は、健康状態の強健が最も高く、ついで、病弱、普通の順になっている。健康状態の病弱な人が普通の人よ

りも嗜好度が高いのは著者の予想外である。この理由は明らかではないが、1つには、病弱であるがために健康への志向が高く、食物摂取に注意を払っているからではないかと考える。

そこで、100種類の食品に対する388人の嗜好計数を、表4のごとく「好き」「嫌い」の5段階による嗜好区分に分類をして、健康状態別に食品の嗜好を考察すると、食品群別嗜好度と同様な傾向がみられる。分散分析法によって、食品の嗜好と健康の要因が有意であるか否かを検討すると、表5のとおり、危険率5%で健康の要因のみ有意である。食品群別では、健康状態の強健な人は、健康状態が普通や病弱な人よりも、魚介類・卵類・乳類・豆類・野菜類・果実類・きのこ類など、多数の食品群の嗜好度が高い。これに対して病弱な人は、魚介類・獣鳥鯨肉類などのようなたん白質源としての食品の嗜好度が低く、穀類・その他の食品(バター・ジャム・マーメイドなど)のようなエネルギー源としての食品の嗜好度が高い。嗜好が摂食行動に関係することを考えると、病弱者の食品嗜好の内容は栄養面で問題がある。

つぎに、過去の健康状態が食品の嗜好に影響されてきているかどうかを検討するために、乳児期・幼児期・学童期の何れかの時期に病弱であった人について嗜好度を調査すると、食品群の平均嗜好度は3.61、標準偏差は0.87になり、現在病弱な人と同程度の嗜好度であることが認められる。

2) 食品群の嗜好と出身地との関係

対象者の出身地は、都市が62.9%、農村が31.1%、山村が4.1%、その他が1.3%で、都市出身者が半数以上をしめている。

食品群別嗜好度を出身地別に示すと表6のとおりで、食品群の全平均嗜好度は都市出身者が最も高く、ついで、農村、山村出身者の順になっている。表7により食品の嗜好と出身地の要因が有意であるか否かを検討すると、表8のとおり、危険率1%で出身地の要因のみ有意である。食品群別に考察すると、都市出身者は魚介類・獣鳥鯨肉類・

表6 出身地別嗜好度

	食品群	出身地			
		都市	農村	山村	その他
1	魚介類 (17種類)	3.43	3.42	3.35	2.95
2	獣鳥鯨肉類(8種類)	3.40	3.28	3.11	3.28
3	卵類 (1種類)	3.72	3.84	3.56	3.40
4	乳類 (3種類)	4.03	4.14	4.00	3.80
5	豆類 (7種類)	3.45	3.48	3.26	3.31
6	いも類 (4種類)	3.67	3.65	3.53	3.70
7	緑黄色野菜類 (10種類)	3.34	3.34	3.27	2.88
8	淡色野菜類(19種類)	3.39	3.36	3.33	3.12
9	果実類 (14種類)	4.23	4.24	4.24	4.04
10	きのこ類 (2種類)	3.66	3.51	3.22	3.50
11	藻類 (4種類)	3.62	3.62	3.47	3.75
12	穀類 (8種類)	3.93	3.86	3.87	3.60
13	その他 (3種類)	3.41	3.37	3.48	3.07
平均		3.61	3.59	3.51	3.34
人数		244	123	16	5

表7 出身地別5段階嗜好 (食品100種類×388人)

嗜好 出身地		大嫌い	嫌い	普通	好き	大好き	嗜好度	S. D
		実数	実数	実数	実数	実数		
都市	実数	638	1535	9250	8342	4635	3.61	0.85
	(%)	(2.6)	(6.3)	(37.9)	(34.2)	(19.0)		
農村	実数	328	736	4676	4508	2052	3.59	0.81
	(%)	(2.7)	(6.0)	(37.9)	(36.7)	(16.7)		
山村	実数	42	124	625	589	220	3.51	0.76
	(%)	(2.6)	(7.8)	(39.0)	(36.8)	(13.8)		
その他	実数	27	52	208	151	62	3.34	0.78
	(%)	(5.4)	(10.4)	(41.6)	(30.2)	(12.4)		

表8 出身地別嗜好度の分散分析

要因	変動	自由度	不偏分散	分散比F
出身地	$7.46 \times 10^7$	3	$2.49 \times 10^7$	7.82**
嗜好誤差	$3.93 \times 10^7$	4	$9.82 \times 10^6$	3.09
合計	$3.82 \times 10^7$	12	$3.18 \times 10^6$	
合計	$1.52 \times 10^8$	19		

\*\* 1%有意

いも類・野菜類・きのこ類・藻類・穀類など、多数の食品群の嗜好度が他の出身地の人よりも高い。農村出身者は魚介類・卵類・乳類・豆類・野菜類・藻類などが嗜好度高く、都市出身者と同様

表9 養育者別嗜好度

	食品群		養育者		
			母	祖母	母と祖母
1	魚介類	(17種類)	3.40	3.56	3.41
2	獣鳥鯨肉類	(8種類)	3.34	3.30	3.37
3	卵類	(1種類)	3.37	3.88	3.77
4	乳類	(3種類)	4.06	4.10	4.04
5	豆類	(7種類)	3.47	3.33	3.41
6	いも類	(4種類)	3.66	3.77	3.59
7	緑黄色野菜類	(10種類)	3.33	3.36	3.32
8	淡色野菜類	(19種類)	3.38	3.31	3.38
9	果実類	(14種類)	4.21	4.23	4.29
10	きのこ類	(2種類)	3.60	3.71	3.55
11	藻類	(4種類)	3.59	3.91	3.58
12	穀類	(8種類)	3.91	3.81	3.89
13	その他	(3種類)	3.41	3.42	3.33
平均			3.59	3.61	3.59
人数			277	24	87

表10 養育者別5段階嗜好（食品100種類×388人）

嗜好 養育者		嗜好					嗜好度	S. D
		大嫌い	嫌い	普通	好き	大好き		
母	実数	741	1784	10649	9483	5043	3.59	0.84
	(%)	(2.7)	(6.4)	(38.5)	(34.2)	(18.2)		
祖母	実数	94	127	843	890	446	3.61	0.83
	(%)	(3.9)	(5.3)	(35.1)	(37.1)	(18.6)		
母と祖母	実数	201	542	3301	3215	1441	3.59	0.79
	(%)	(2.3)	(6.2)	(37.9)	(37.0)	(16.6)		

表11 養育者の嗜好度の分散分析

要因	変動	自由度	不偏分散	分散比F
養育者	$6.94 \times 10^7$	2	$3.67 \times 10^7$	7.79 *
嗜好	$5.25 \times 10^7$	4	$1.31 \times 10^7$	2.95
誤差	$3.56 \times 10^7$	8	$4.45 \times 10^6$	
合計	$1.58 \times 10^8$	14		

\* 5%有意

に嗜好度の高い食品群の種類は多いが、卵類・乳類・豆類の嗜好度に農村部の特徴が現われている。山村出身者は、都市や農村出身者に比較すると食品群の嗜好度が低く、日常生活において摂取する食品数の少ないことが推察される。厚生省の「健康づくりのための食生活指針」の中に示され

ている「1日30食品を目標に」とした食生活指導の強化が望まれる。果実類は、都市・農村・山村出身者の間に差がない。

3) 食品群の嗜好と養育者との関係

対象者の主な養育者は、母が71.4%、祖母が6.2%、母と祖母の共同が22.4%である。

食品群別嗜好度を養育者別に示すと表9のとおりで、食品群の全平均嗜好度は祖母に養育されている場合が最も高く、ついで、母または母と祖母の共同養育になっている。表10により食品の嗜好と養育者の要因が有意であるか否かを検討すると、表11のとおり、危険率5%で養育者の要因のみ有意である。祖母が養育の場合には、魚介類・卵類・乳類・いも類・緑黄色野菜・きのこ類・藻類など、多数の食品群の嗜好度が他の養育者の場合よりも高く、嗜好面からは、祖母に養育された方がすぐれている。母が養育の場合には、豆類・淡色野菜・穀類の3群のみ嗜好度が高い。母に養育されている方に嗜好度が低いのは、食生活の簡便化、省略化などの時代に生活をしている母の態度が、対象者の食品嗜好に影響を及ぼしているからではないかと考える。

4) 食品群の嗜好と同胞数との関係

対象者の同胞数は、1人が6.4%、2人が52.6%、3人が36.9%、4人以上が4.1%で、約半数は2人兄弟である。

食品群別嗜好度を同胞数別に示すと、表12のとおりで、食品群の全平均嗜好度は、同胞数1人の場合が最も高く、ついで、2人、4人以上、3人の順になっている。しかし、3人と4人以上の差は0.01なので、同程度の嗜好度であるとみることが出来る。表13により食品の嗜好と同胞数の要因が有意であるか否かを検討すると、表14のとおり、危険率1%で同胞数の要因が有意である。また、嗜好の要因も危険率5%で有意で、両要因によって変動がおきていることが認められる。同胞数1人の場合は、魚介類・獣鳥鯨肉類・いも類・きのこ類・穀類など、多数の食品群の嗜好度が他

表12 同胞数別嗜好度

	食品群	同胞数			
		1人	2人	3人	4人以上
1	魚介類 (17種類)	3.48	3.42	3.39	3.40
2	獣鳥鯨肉類(8種類)	3.42	3.33	3.36	3.34
3	卵類 (1種類)	3.56	3.75	3.76	3.81
4	乳類 (3種類)	4.12	4.01	4.08	4.31
5	豆類 (7種類)	3.51	3.43	3.45	3.57
6	いも類 (4種類)	3.70	3.66	3.64	3.70
7	緑黄色野菜類 (10種類)	3.33	3.36	3.32	3.17
8	淡色野菜類(19種類)	3.37	3.42	3.33	3.19
9	果実類 (14種類)	4.27	4.24	4.19	4.42
10	きのこ類 (2種類)	3.84	3.61	3.55	3.44
11	藻類 (4種類)	3.61	3.63	3.57	3.67
12	穀類 (8種類)	4.00	3.90	3.90	3.80
13	その他 (3種類)	3.37	3.38	3.42	3.46
平均		3.63	3.60	3.57	3.58
人数		25	204	143	16

表13 同胞数別5段階嗜好 (食品100種類×388人)

嗜好 同胞数		大嫌い	嫌い	普通	好き	大好き	嗜好度	S. D			
									実数	(%)	実数
1人	実数	69	142	935	849	505	3.63	0.83			
	(%)	(2.8)	(5.7)	(37.3)	(34.0)	(20.2)					
2人	実数	521	1296	7573	7375	3635	3.60	0.83			
	(%)	(2.6)	(6.4)	(37.0)	(36.2)	(17.8)					
3人	実数	396	910	5620	4844	2530	3.57	0.83			
	(%)	(2.8)	(6.4)	(39.2)	33.9	(17.7)					
4人以上	実数	49	99	631	522	299	3.58	0.77			
	(%)	(3.1)	(6.2)	(39.4)	(32.6)	(18.7)					

表14 同胞数別嗜好度の分散分析

要因	変動	自由度	不偏分散	分散比F
同胞数	$5.06 \times 10^7$	3	$1.69 \times 10^7$	7.55**
嗜好	$3.93 \times 10^7$	4	$9.82 \times 10^6$	4.39*
誤差	$2.68 \times 10^7$	12	$2.24 \times 10^6$	
合計	$1.17 \times 10^8$	19		

\*\* 1%有意, \* 5%有意

の同胞数の場合よりも高い。同胞数2人の場合の嗜好度は野菜類のみ高く、また、同胞数3人の場合には、特に嗜好度の高いものはない。しかし、同胞数が4人以上になると、再び食品群の嗜好度

が高くなってきているので、食品群の嗜好度と同胞数との関係は明らかではないが、食品群別嗜好度の平均値から考察すると、同胞数の少ない方が嗜好度は高い傾向にあるといえよう。更に検討していきたい。

要 約

長野県短期大学生388人を対象として、100種類の食品の嗜好度を5段階方式で調査し、あわせて、食品群別嗜好度と健康状態・出身地・養育者・同胞数などとの関係について検討したところ、つぎの結果をえた。

(1) 100種類の食品の嗜好度の分布は正規分布型で、平均嗜好度は3.59点、標準偏差は0.42である。

(2) 嗜好度が高い食品群は、果実類と乳類で、食生活の洋風化の影響が認められる。果実類中では、いちごの嗜好度が最も高い。また、米飯などの穀類の嗜好度も平均値を上廻っている。

(3) 魚介類・獣鳥鯨肉類・卵類・豆類・いも類・きのこ類・藻類は、平均的な食品である。

(4) 魚介類は、獣鳥鯨肉類よりも嗜好度の低い食品の比率が高く、若者の魚ばなれの傾向が現われている。

(5) レバーは、100種類の食品中では嗜好度が最低で、レバー料理の普及の困難さを示唆している。

(6) いも類は、さつまいもよりもじゃが芋の方が嗜好度は高い。

(7) 野菜類 (特に緑黄色野菜) の嗜好度は、食品群中では低い方に属し、食生活上問題である。食品別では、さやいんげん・しゅんぎく・パセリ・セロリー・ふき・にんにくなど、特有の味と臭のある野菜が好まれていない。トマト・きゅうり・レタスは嗜好度が比較的高く、食生活の洋風化の影響がみられる。

(8) 健康状態別に食品群の嗜好度を検討すると、強健な人が最も嗜好度は高く、ついで、病

弱，普通の順になっている。

(9) 出身地別では，都市，農村，山村の順に食品群の嗜好度は低い。

(10) 養育者別では，祖母に養育された場合が最も食品群の嗜好度は高く，ついで，母または母と祖母の共同養育の順になっている。

(11) 同胞数別では，同胞数の多い程食品群の嗜好度は低い傾向にある。

おわりに，アンケート用紙作成にご協力下さった，本学家政専攻（旧，呼称）卒業生の神林栄子氏，並びに，その収集にご協力下さった，本学保健婦の成田ハクイ氏に厚くお礼申し上げます。

なお，本報の要旨は第9回（1986）長野県栄養改善学会で発表した。

文 献

- 1) 香川綾監修：四訂食品成分表，女子栄養大学出版部（1984）
- 2) 服部イク他7名：栄養改善学会講演集，p.420（1981）
- 3) 河南恒子他1名： // ， p.28（1981）
- 4) 池添博彦他1名：帯広大谷短紀，11，11（1974）
- 5) 社会栄養学研究グループ編：嗜好調査，医歯薬出版（1962）
- 6) 土井昌子：武庫川女子大紀要，12，169（1964）
- 7) 湯浅泰江他6名：栄養改善学会誌，p.105（1972）
- 8) 小川安子他3名： // ， p.127（1973）
- 9) 小松和子他2名： // ， p.51（1974）
- 10) 野田俊作他2名： // ， p.52（ // ）
- 11) 新沢祥忠他2名： // ， p.124（1976）
- 12) 伊藤菜穂子他1名： // ， p.154（1978）
- 13) 中野 迢他2名： // ， p.34（1981）
- 14) 菅野宗子他1名： // ， p.236（1981）
- 15) 荒井富佐子他3名： // ， p.338（1983）
- 16) 岩重厚子他1名： // ， p.52（1984）
- 17) 東 愛子他19名： // ， p.200（1984）