



男性の食意識・食行動について

| | |
|-------|---|
| メタデータ | 言語: Japanese 出版者: 公開日: 2008-05-21 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 富岡, 文枝, 広瀬, 妙子 メールアドレス: 所属: |
| URL | https://doi.org/10.32150/00005026 |

男性の食意識・食行動について

富岡 文枝・広瀬 妙子

北海道教育大学旭川校食生活学研究室

A Study of Dietary Consciousness and Behavior in Japanese Male

Fumie Tomioka, Taeko Hirose

Laboratory of Dietary Life Science, Asahikawa Campus,
Hokkaido University of Education

緒 言

高齢化社会，男女共生社会において，男女ともに充実した生活をするためには，それぞれが生活自立し，互いに理解，協力し合って共生する必要がある。

わが国は諸外国に比べて，性別による役割分業意識が強い¹⁾。しかし，近年はライフスタイルの変化とともに，男性の家事労働時間が増加傾向にあるなど，性役割分担意識が薄くなる方向への変化が進んでいるといわれる²⁾。厚生白書³⁾によると“男は仕事，女は家庭”という考え方に同感しない者が1987年から1995年の10年たらずの間に，女性31.9%から53.9%へ，男性20.2%から40.2%へと急増し，さらに，“夫も家事や育児は平等に分担するべき”と考える妻は1993年の調査で69.5%に達している。また，天野²⁾や下坂⁴⁾によると，男性が多くする家事行動は育児，教育，買物，掃除，風呂の準備などであり，食事づくりに代表される食生活家事行動をする者は少数であった。朝日新聞の調査⁵⁾でも「男性も料理づくりをする方がよい」と考える男性70%，「毎日食事づくりをしている」男性7%であり，食生活家事行動については，意識レベルと実践レベルには大きなずれがあることを示した。この理由として，食生活にかかわる家事行動は，他の家事行動に比べて合理化しにくいことが先ずあげられる。すなわち，生活に不可欠であり，日に三度，定時性を持たせて，栄養バランス，多様性，家族構成員の嗜好性との適合が要求される。さらに調理技術は他の家事に比べ容易ではないことなどが実践する者の割合を低くしていると考えられる。

しかし，食生活は生命活動の根幹にかかわることであり，同時に文化的営みであるなど，人間生活の最も基本的な部分である。そこで男性の生活自立の基本として食生活に着目し，現在の食意識・食行動と子供時代の食体験とのかかわり，および食生活家事行動の実践にかかわる要因を探ることを目的とした。

方 法

1 調査対象

旭川市内に在住の既婚の男性939人を調査対象とした。対象者の年齢は30歳未満8人、30-34歳63人、35-39歳338人、40-44歳348人、45歳以上182人であり、職業はサラリーマン778人、自営業112人、その他49人であった。

2 調査内容

調査項目は、現在の食意識や食行動に関する30項目、子供時代の食体験に関する10項目、自炊経験の有無とその経験年数とした。

回答は、食意識や食行動に関する項目については「よくあてはまる」から「全くあてはまらない」までの5段階尺度とした。また、子供時代の食体験に関する項目については「はい」、「どちらともいえない」、「いいえ」の3段階尺度とした。

3 調査実施方法と実施時期

調査票を個別配布し、質問紙による自己記入法により回答を得た（回収率86.5%、有効回答率73.3%）。なお、本調査は1996年6月に実施した。

4 分析方法

4-1) 現在の食意識・食行動の基本因子の抽出

食意識・食行動の基本因子を明らかにするため、調査対象者をサンプルとし、対象者への質問項目を変数として、因子分析を行った。因子分析にあたり、特性の検出力の低い変数を除去し、項目を集約して累積寄与率を高くした。すなわち、渡辺らの方法⁶⁾に従い、全変数の共通性の推定値を重相関係数の2乗で求め、この値が相対的に低い項目は、その変数の説明力の低さという観点から除去し、項目を表1の21項目に集約した（第1回目の因子分析）。次いで、これら集約された項目で因子分析（第2回目の因子分析）を行った。第2回目の因子分析に用いた項目については、回答の「よくあてはまる」から「全くあてはまらない」までの5段階尺度に5点から1点までを与え、項目別に集計した。さらに第2回目の因子分析の各因子に属する項目の粗点合計を項目数で除し、これを各因子の得点とした。

4-2) 現在の食意識・食行動と子供時代の食体験とのかかわり

食意識・食行動の各因子の得点について、子供時代の食体験の回答を要因にして分散分析を行った。

4-3) 食生活家事行動にかかわる要因

因子分析により得られた食生活家事行動を示す因子の得点により対象者を分類し、これを外的基準として林の数量化2類により分析した。要因の選定は調査全項目についてクロス集計を行い、 χ^2 検定の結果、有意差のあった項目を対象に解析を行った。

結果および考察

1 現在の食意識・食行動

因子分析結果と項目別平均得点を表1に示した。

項目別平均得点から食意識・食行動をみると、4点以上や2点未満の項目はなく、食生活に対して明確な

意識や行動が少ないことを示した。その中で比較的高い得点の項目は「外食より家庭の食事が好き」、「いつでも手作り料理を食べたい」であり、比較的低い得点の項目は「食べたい料理は自分でつくる」、「家族のために料理づくりしている」であった。すなわち、自分で料理はしないが、家庭で手づくり料理を食べたいと考えているようであった。

表1 食意識・食行動の因子分析結果と項目別得点

| 因子分析結果 | | | 項目別得点 | |
|--|---------------------|------------------|-------|------|
| 因子 | 因子負荷量 | 設問項目 | 平均点 | 標準偏差 |
| 第1因子 (3.2 ¹⁾ , 15.1% ²⁾ : 「食事づくりの実践」 | | | | |
| | 0.904 ³⁾ | 家族のため食事づくりしている | 2.04 | 1.14 |
| | 0.890 | 食事づくり手伝う | 2.20 | 1.18 |
| | 0.872 | 食べたい料理は自分でつくる | 2.02 | 1.15 |
| | 0.589 | 食べたいものは自分で買ってくる | 2.54 | 1.17 |
| | 0.549 | 買物に同行し、食料品選びに参加 | 3.04 | 1.27 |
| 第2因子 (2.5, 12.1%) : 「食を介した交流」 | | | | |
| | 0.807 | 会話を楽しみながら食事する | 3.14 | 0.95 |
| | 0.773 | 食事の時は楽しい雰囲気づくり | 3.32 | 0.88 |
| | 0.677 | 友人、知人を招いて食事するの好き | 2.93 | 1.06 |
| | 0.592 | おいしい料理や店の話をよくする | 3.17 | 1.03 |
| 第3因子 (2.4, 11.4%) : 「グルメ」 | | | | |
| | 0.796 | おいしいものしか食べたくない | 3.05 | 1.13 |
| | 0.726 | 料理の味にうるさい | 3.45 | 1.04 |
| | 0.686 | 高価でも良質食材の料理食べたい | 3.10 | 1.08 |
| | 0.433 | 食事を楽しむのは生きがい | 3.55 | 0.95 |
| 第4因子 (1.9, 8.8%) : 「家族共食」 | | | | |
| | 0.826 | 規則正しい食事している | 3.23 | 1.24 |
| | 0.734 | 夕食は家族と一緒に | 3.31 | 1.34 |
| | 0.704 | 朝食はいつも子供と一緒に | 2.84 | 1.48 |
| 第5因子 (1.5, 7.1%) : 「家庭の食事への愛着」 | | | | |
| | 0.787 | 外食より家庭の食事が好き | 3.93 | 0.89 |
| | 0.592 | 食事は時間をかけてゆったりと | 3.23 | 1.06 |
| | 0.481 | いつでも手づくり料理食べたい | 3.63 | 1.00 |
| 第6因子 (1.4, 6.8%) : 「食儉約」 | | | | |
| | 0.848 | お金は食事より他のことに使いたい | 2.77 | 0.85 |
| | 0.727 | 食べ物で贅沢するのは後ろめたい | 2.42 | 0.88 |

¹⁾ 各因子の固有値

²⁾ 各因子の寄与率

³⁾ 因子負荷量

因子分析の結果による各項目の因子負荷量から、各因子は次のように解釈された。

第1因子：食事づくりの実践

第2因子：食を介した交流

第3因子：グルメ

第4因子：家族共食

第5因子：家庭の食事への愛着

第6因子：食節約

各因子の得点について、対象者の年齢、職業、自炊経験、妻の職業を要因にして分散分析を行った結果を表2に示した。

表2 対象者の属性と食意識・食行動の各因子の得点

| 因子 | 第1 食事づくり | 第2 食交流 | 第3 グルメ | 第4 家族共食 | 第5 家庭食愛着 | 第6 食節約 |
|---------------------|-------------|-----------|-----------|------------|-------------|-----------|
| 因子の平均得点 | 2.37 | 3.21 | 3.29 | 3.13 | 3.60 | 2.60 |
| 標準偏差 | 0.92 | 0.73 | 0.76 | 1.04 | 0.70 | 0.71 |
| 年齢：35歳以下 (n = 71) | 2.43 | 3.38 | 3.45 | 2.89 | 3.62 | 2.61 |
| 35-39歳 (n = 338) | 2.45 | 3.22 | 3.36 | 2.95 | 3.58 | 2.59 |
| 40-44歳 (n = 348) | 2.25 | 3.13 | 3.23 | 3.21 | 3.50 | 2.65 |
| 45以上 (n = 182) | 2.41 | 3.29 | 3.22 | 3.41 | 3.85 | 2.49 |
| F値 | 2.9 | 3.3 | 2.9 | 9.9(**) | 10.1(**) | 2.2 |
| 職業：サラリーマン (n = 778) | 2.37 | 3.18 | 3.28 | 3.13 | 3.59 | 2.60 |
| 自営業 (n = 112) | 2.26 | 3.41 | 3.40 | 3.07 | 3.75 | 2.49 |
| その他 (n = 49) | 2.52 | 3.26 | 3.20 | 3.28 | 3.58 | 2.71 |
| F値 | 1.4 | 4.8(*) | 1.3 | 0.6 | 2.5 | 1.9 |
| 妻の職業： | | | | | | |
| 専業主婦 (n = 449) | 2.26 | 3.21 | 3.29 | 3.13 | 3.63 | 2.58 |
| パートタイム勤務 (n = 297) | 2.37 | 3.01 | 3.24 | 3.07 | 3.53 | 2.65 |
| フルタイム勤務 (n = 159) | 2.68 | 3.43 | 3.37 | 3.23 | 3.71 | 2.65 |
| その他 (n = 34) | 2.34 | 3.26 | 3.40 | 3.34 | 3.50 | 2.50 |
| F値 | 8.4(**) | 7.0(**) | 1.4 | 1.3 | 2.8 | 2.4 |
| 独身時代の自炊経験： | | | | | | |
| 無し (n = 382) | 2.23 | 3.16 | 3.21 | 3.12 | 3.56 | 2.63 |
| 2年以下 (n = 118) | 2.24 | 3.12 | 3.35 | 3.12 | 3.64 | 2.61 |
| 2年1月-4年 (n = 218) | 2.45 | 3.27 | 3.31 | 3.12 | 3.61 | 2.56 |
| 4年1月以上 (n = 211) | 2.60 | 3.30 | 3.40 | 3.18 | 3.69 | 2.54 |
| 不明 (n = 10) | | | | | | |
| F値 | 8.6(**) | 2.6 | 3.2 | 0.2 | 1.6 | 1.0 |
| 結婚後の別居自炊経験： | | | | | | |
| 無し (n = 823) | 2.35 | 3.21 | 3.28 | 3.17 | 3.60 | 2.60 |
| 1年以下 (n = 32) | 2.41 | 3.10 | 3.31 | 3.03 | 3.84 | 2.68 |
| 1年1月以上 (n = 69) | 2.52 | 3.31 | 3.62 | 2.78 | 3.64 | 2.45 |
| 不明 (n = 15) | | | | | | |
| F値 | 1.1 | 1.0 | 3.1 | 4.4 | 1.9 | 1.6 |

** p < 0.001, * p < 0.01

食事づくりの実践の因子得点は、妻の職業と、独身時代の自炊経験で有意差が認められ、妻が専業主婦やパートタイム勤務よりもフルタイム勤務の方が食事づくりを多く実践していた。また、独身時代の自炊経験が永いほど食事づくりを多く実践していた。

食を介した交流の因子得点は、調査対象者本人と妻の職業で有意差が認められ、本人の職業はサラリーマンより自営業の方が、妻の職業は専業主婦やパートタイム勤務よりもフルタイム勤務の方が、食べる営みでの人間交流を重視していた。

家族共食と家庭の食事への愛着の因子得点は、年齢で有意差が認められ、家族共食は年齢が高くなるほど、家庭の食事への愛着は45歳以上で高くなっていった。

表3 子供時代の食事、食卓状況と食意識・食行動因子の得点（分散分析）

| 因子 | | 第1 食事づくり | 第2 食交流 | 第3 グルメ | 第4 家族共食 | 第5 家庭食愛着 | 第6 食儉約 |
|------------------|---------|-------------|-----------|-----------|------------|-------------|-----------|
| 食事が楽しみだった | | | | | | | |
| いいえ | (n=51) | 2.14 | 2.89 | 2.91 | 2.54 | 3.14 | 2.65 |
| どちらともいえない | (n=389) | 2.24 | 3.02 | 3.14 | 3.04 | 3.47 | 2.66 |
| はい | (n=495) | 2.49 | 3.39 | 3.45 | 3.27 | 3.77 | 2.54 |
| F値 | | 10.0(**) | 34.4(**) | 26.3(**) | 14.4(**) | 32.8(**) | 3.3 |
| 家族一緒に食事することが多かった | | | | | | | |
| いいえ | (n=148) | 2.21 | 3.16 | 3.35 | 2.63 | 3.48 | 2.53 |
| どちらともいえない | (n=248) | 2.45 | 3.17 | 3.31 | 3.13 | 3.55 | 2.71 |
| はい | (n=542) | 2.37 | 3.24 | 3.27 | 3.28 | 3.67 | 2.57 |
| F値 | | 3.0 | 1.2 | 0.5 | 23.8(**) | 5.3(*) | 3.9 |
| 食卓での会話が楽しみだった | | | | | | | |
| いいえ | (n=180) | 2.21 | 2.94 | 3.29 | 2.79 | 3.50 | 2.55 |
| どちらともいえない | (n=599) | 2.39 | 3.16 | 3.26 | 3.17 | 3.58 | 2.61 |
| はい | (n=160) | 2.47 | 3.72 | 3.42 | 3.37 | 3.88 | 2.59 |
| F値 | | 3.8 | 57.2(**) | 2.8 | 14.3(**) | 14.6(**) | 0.5 |
| 両親の食卓でのしつけは厳しかった | | | | | | | |
| いいえ | (n=106) | 2.29 | 2.98 | 3.17 | 2.99 | 3.37 | 2.59 |
| どちらともいえない | (n=422) | 2.33 | 3.13 | 3.24 | 3.08 | 3.58 | 2.66 |
| はい | (n=410) | 2.42 | 3.35 | 3.38 | 3.23 | 3.71 | 2.53 |
| F値 | | 1.4 | 15.8(**) | 5.2(*) | 3.3 | 10.5(**) | 3.1 |
| お母さんは料理好きだった | | | | | | | |
| いいえ | (n=93) | 2.29 | 3.07 | 3.19 | 3.21 | 3.62 | 2.55 |
| どちらともいえない | (n=470) | 2.25 | 3.06 | 3.16 | 3.05 | 3.49 | 2.67 |
| はい | (n=375) | 2.53 | 3.45 | 3.48 | 3.23 | 3.77 | 2.53 |
| F値 | | 9.5(**) | 36.0(**) | 20.2(**) | 3.5 | 17.0(**) | 4.3 |
| お父さんも料理をしていた | | | | | | | |
| いいえ | (n=630) | 2.27 | 3.18 | 3.27 | 3.11 | 3.58 | 2.57 |
| どちらともいえない | (n=178) | 2.42 | 3.26 | 3.27 | 3.09 | 3.66 | 2.67 |
| はい | (n=125) | 2.72 | 3.32 | 3.43 | 3.29 | 3.71 | 2.65 |
| F値 | | 14.0(**) | 2.4 | 2.6 | 1.7 | 2.4 | 2.0 |

** p<0.001, * p<0.01

表4 子供時代の手伝い、食事づくり体験と食意識・食行動因子の得点（分散分析）

| 因子 | | 第1 食事づくり | 第2 食交流 | 第3 グルメ | 第4 家族共食 | 第5 家庭食愛着 | 第6 食儉約 |
|----------------------------|---------|-------------|-----------|-----------|------------|-------------|-----------|
| 食事づくりの手伝いをよくした | | | | | | | |
| いいえ | (n=491) | 2.13 | 3.15 | 3.19 | 3.09 | 3.53 | 2.60 |
| どちらともいえない | (n=262) | 2.50 | 3.19 | 3.39 | 3.15 | 3.63 | 2.65 |
| はい | (n=185) | 2.79 | 3.43 | 3.43 | 3.24 | 3.80 | 2.51 |
| F値 | | 40.3(**) | 10.9(**) | 9.8(**) | 1.4 | 10.0(**) | 1.8 |
| 食品購入のお使いをよくした | | | | | | | |
| いいえ | (n=418) | 2.14 | 3.09 | 3.23 | 3.06 | 3.50 | 2.56 |
| どちらともいえない | (n=317) | 2.48 | 3.20 | 3.29 | 3.10 | 3.60 | 2.68 |
| はい | (n=203) | 2.66 | 3.47 | 3.43 | 3.33 | 3.77 | 2.54 |
| F値 | | 26.5(**) | 18.8(**) | 4.7(*) | 4.9(*) | 11.3(**) | 3.5 |
| キャンプなどアウトドアクッキングを をよくした | | | | | | | |
| いいえ | (n=474) | 2.19 | 3.11 | 3.21 | 3.10 | 3.53 | 2.60 |
| どちらともいえない | (n=291) | 2.45 | 3.27 | 3.33 | 3.12 | 3.62 | 2.61 |
| はい | (n=172) | 2.71 | 3.38 | 3.45 | 3.23 | 3.83 | 2.58 |
| F値 | | 22.7(**) | 10.0(**) | 6.9(*) | 1.0 | 11.8(**) | 0.1 |
| 遠足や授業でつくった料理を覚えている | | | | | | | |
| いいえ | (n=222) | 2.20 | 3.02 | 3.22 | 3.04 | 3.43 | 2.56 |
| どちらともいえない | (n=244) | 2.33 | 3.19 | 3.29 | 3.04 | 3.62 | 2.69 |
| はい | (n=472) | 2.46 | 3.32 | 3.33 | 3.22 | 3.69 | 2.57 |
| F値 | | 6.4(*) | 12.8(**) | 1.7 | 3.6 | 10.1(**) | 2.4 |

** p < 0.001, * p < 0.01

2 現在の食意識・食行動と子供時代の食体験とのかかわり

食意識・食行動の各因子の得点について、子供時代の食事、食卓状況を要因にして分散分析を行った結果を表3に、子供時代の手伝い、食事づくりの体験を要因にして分散分析を行った結果を表4に示した。

「食事が楽しみだった」は食儉約以外の全ての食意識・食行動の因子得点に有意差が認められた。すなわち、子供時代、食事が楽しみだったという印象を有する者は、そうではない者に比べ、おいしいものが食べたいという意識が高く、さらに家庭の食事を家族と共に楽しい会話をしながら食べ、食事づくりも多くするというように、食生活全般に積極的な意識や行動を持つことを示した。

「家族一緒に食事することが多かった」は家族共食の因子得点に、「食卓での会話が楽しみだった」は食を介した交流の因子得点に、「食事づくりの手伝いをよくした」、「食品購入のお使いをよくした」、「キャンプなどアウトドアクッキングをよくした」は食事づくりの実践の因子得点に、それぞれ最も大きな差が認められた。このことは、子供時代の食意識・食行動は大人になってからの食意識・食行動に大きな影響を与え、同様の意識・行動を継続して行うことを示していた。

また、「母親は料理好きだった」はグルメ因子や家庭食への愛着の因子得点に有意差が認められたが、それ以上に食を介した交流の因子得点に大きな差が認められた。母親が料理を楽しんでつくり、食卓に並んだその料理を家族がおいしいと食し、さらに料理を囲んで家族の会話がはずむなどの状況が展開されたことをうかがわせた。

「お父さんも料理をしていた」は食事づくりの実践の因子得点に有意差が認められ、男性は父親の家事行動をまねる部分もあることを示していた。

なお、子供時代の「食事が楽しみだった」と子供時代の他の項目をクロス集計すると、食事は家族一緒に、食卓での会話が楽しみ、お母さんは料理好き、さらに食事づくり（表4）の全ての項目について有意差（いずれも $p < 0.001$ ）認められた。すなわち、食事が楽しみだった者は、料理好きの母親の食事づくりを自分も手伝い、家族一緒に楽しい会話をしながら食事をしていたことを示した。

表5 食事づくりの実践に影響を及ぼす要因

| 要 因 | カテゴリー | 度数 | カテゴリー数量 | 偏相関係数 |
|----------------------|------------|-------|---------|------------|
| インスタント食品、市販惣菜をよく利用する | 全くあてはまらない | 104 | 0.246 | 0.306(**) |
| | あまりあてはまらない | 229 | 0.070 | |
| | どちらともいえない | 187 | -0.175 | |
| | あてはまる | 72 | -0.129 | |
| 子供時代、食事づくりの手伝いをよくした | いいえ | 318 | 0.125 | 0.266(**) |
| | どちらともいえない | 147 | -0.118 | |
| | はい | 127 | -0.177 | |
| 食事を楽しむのは生きがい | あてはまらない | 74 | 0.198 | 0.187(**) |
| | どちらともいえない | 180 | 0.053 | |
| | まああてはまる | 233 | -0.058 | |
| | よくあてはまる | 105 | -0.102 | |
| 妻の職業 | 専業主婦 | 268 | 0.059 | -0.155(**) |
| | パートタイム勤務 | 189 | 0.001 | |
| | フルタイム勤務 | 106 | -0.153 | |
| | その他 | 29 | 0.002 | |
| 夕食は家族と一緒に | 全くあてはまらない | 55 | 0.147 | 0.147(**) |
| | あまりあてはまらない | 151 | 0.058 | |
| | どちらともいえない | 96 | 0.026 | |
| | まああてはまる | 117 | -0.052 | |
| | よくあてはまる | 173 | -0.076 | |
| 独身時代の自炊経験 | 無し | 260 | 0.037 | 0.139(**) |
| | 2年以下 | 69 | 0.119 | |
| | 2年1月-4年 | 137 | -0.044 | |
| | 4年1月以上 | 126 | -0.094 | |
| 子供の食事の栄養が気になることがある | あてはまらない | 92 | 0.127 | 0.117(*) |
| | どちらともいえない | 143 | -0.013 | |
| | まああてはまる | 267 | -0.013 | |
| | よくあてはまる | 90 | -0.071 | |
| 食事づくりの実践をしない者 | | 326 | 0.138 | |
| 食事づくりの実践をする者 | | 265 | -0.170 | |
| 相関比 | | 0.522 | | |

** $p < 0.001$, * $p < 0.01$

3 食生活家事行動にかかわる要因

食生活家事行動を示す第1因子「食事づくりの実践」の因子得点の分布は1点未満0名、1点以上2点未満327名、2点以上3点未満344名、3点以上4点未満203名、4点以上65名であった。そこで食生活家事行動をする者とし、しない者の差をより明確に知るため、食事づくりの実践の因子得点が2点未満327名を「食生活家事行動をしない者」、3点以上の者268名を「食生活家事行動をする者」とし、これら2群を外的基準として数量化2類により分析した。要因の選定にあたり、 X^2 検定の結果、有意差の認められたものは、現在の食意識・食行動について15項目、子供時代の食体験について9項目、妻の職業、独身時代の自炊経験年数であった。これら26項目について解析し、各要因の範囲、偏相関係数から表5の結果を得た。

各要因の食事づくりの実践にかかわる程度は、「インスタント食品や市販惣菜を利用する」、「子供時代、食事づくりの手伝いをよくした」が高く、強い規定力を持つことが認められた。次いで「食事を楽しむのは生きがいのひとつ」という意識も食事づくりの原動力となることを示した。その他、妻がフルタイム勤務の場合、独身時代の自炊経験が2年以上で永くなるほど、食事づくりの実践をよく行うことを示した。

簡便化食品の利用については、食の安全性、環境破壊、日本の農水産業の衰退などに対する“無意識の加担者”となるとする意見⁷⁾や、食事のつくり手と食べる側、つくり手同士のコミュニケーションの消失や、食卓を囲む家族の個食（別々食）による“家族の食事”から“個々の食事”への変化によるコミュニケーションの消失などが危惧される⁸⁾とする指摘がある。しかし、成長の過程で家事を教えられる機会が少なかった男性が、あまり負担を感じずに食事づくりをするためには、簡便化食品を利用することで、料理数を増やし、不足する食材を補給し、さらには家庭で高級レストランの料理を味わうなどのことを、食卓を豊かにするための手段として、肯定的に捉える柔軟な考え方も必要になってくると思われた。

また、子供時代の食事づくりの手伝いは、家庭の食事への愛着や、食事は楽しいものという意識を強めるとされており^{9) 10)}、食事づくりの実践経験と同時に、食べる営みの心理的、社会的機能をより強く体得していることが、食事づくりへの抵抗を少なくしていると思われた。

グルメ因子に属する「食事を楽しむのは生きがい」という意識が、食事づくりの要因となるのは、食事づくりという生活手段に、好きなものを自分でつくるという余暇、あるいは趣味の要素が加わったための行動と考えられる。下坂⁴⁾は、男性の中には買物や食事づくりを楽しんで行う者があり、今後、料理などの家事行動を余暇として行う男性が多くなるだろうと予想している。

また、女性の社会進出が男性の家事行動を促す大きな要因となっているという観点から、男性の家事行動を女性の就労状況とのかかわりから比較する研究は多い¹¹⁾。本研究においても妻の就労は男性の食事づくりを促す要因であることが認められたが、最大要因ではなかった。

女性の社会進出と高齢化社会の到来は、男性の生活技術自立を不可避のものとする。さらに、成長期の子どもを有する期間は、父親として子育てにかかわることが要求される。

緒言で述べたように、男性の家事行動の中で育児や教育は多く行われている。また、女性の社会参加が進む中で父親の育児参加は、よい影響を与えるとしたまとまった研究¹¹⁾もある。しかし、多くの父親が行っている育児や教育は、子どもをあやす、保育園への送迎、勉強を教える、学校行事に参加するなど、行動として認められやすいことがらではあるが、家庭あるいは家族による教育機能の最も重要な「基本的生活習慣の獲得」や「基本的な社会化」には必ずしもつながらない。むしろ、加藤¹²⁾が述べているように子育ての基本を食育におき、父親もこれに加わることが望ましいと考える。なぜなら、食べる営みは人間生活の最も基本的部分であり、さらに、小児は食べる営みから、発育や身体機能、社会的行動や集団適応力、基本的信頼感や安定感と意欲などを育むとされている¹³⁾。また、室田¹⁴⁾は「子どもは家族との食事の中で、人間社会

の文化、行動規範を取入れ、また、大人社会のマナー、価値観、好み、態度、心の枠組みを知る」、さらに「家庭においては、父と母、夫婦、親と子などの家族の人間関係のゆがみをつくらないために、父親の存在感を示す上で“おとうさんがいると食事はすごくおいしい”といえる食卓づくりが大切である」と述べているように、食べる営みには様々な機能が含まれる。このような食育、すなわち、食べる営みの中での子育てを好ましいものにするために、男性自身が、食生活は日々の活力を生み出すための栄養を摂取するという面はもとより、食べることを楽しんだり、また、豊かな人間関係を醸成し、社会性を付与する機能を持つことを認識した食行動をすることが大切である。

また、わが国の高齢化社会は、三世代世帯の減少と高齢者のみの世帯の増加というかたちで進んでおり、今後とも高齢夫婦のみの世帯と高齢者単独世帯が増加すると予想される¹⁵⁾。高齢夫婦世帯では夫婦が共に過ごす時間が長く、家事も協力しやすい条件にある。しかし、一般に性別役割分担意識は高齢者ほど強い。堀内¹⁶⁾は「固定化した性別役割分担は、高齢者の妻の家事負担を過重なものにする。夫の家事参加を可能にする生活様式の確立求められる」としている。また、伊藤¹⁷⁾は「若い時期に食生活家事労働を行わずに高齢期に単身になった男性は、栄養の知識が乏しく、調理技術も知らないため、公的食事サービスを十分に活用しにくいという実態にある」としている。これに関し、和田¹⁸⁾は、高齢者の食生活に対する自立支援策のひとつとして、中高年男性を対象とした栄養知識の普及活動や料理講習会を開くことをあげ、さらに自立した食生活の実現には、若い世代から男性の食事づくりへの参加が必要であるとしている。

以上のことより、男性の生涯にわたる生活自立のためには、子ども時代の食生活体験から食事は楽しいという意識を育て、同時に食生活にかかわる家事に参加させていくことが大切と思われる。子どもの「食事が楽しい」という意識にかかわる要因は、年齢により異なるが、小学校中・高学年では、楽しい会話をしながら家族一緒に食事をしていること、食事づくりの手伝いをしていることなどがあげられているおり¹⁹⁾、本研究の表3、表4の結果とも一致している。また、この時期に形成された食習慣（どのような食品や料理を、どのぐらいの量を食べると充足感が得られるか）は大人になってからの食習慣に大きな影響を及ぼす²⁰⁾。栄養摂取の面からも健康的な食習慣と自己管理能力を形成しておくことが必要である。

また、食事づくりをする立場になった際には、手作り料理のみに固執する事なく、手作り料理に調理済み食品や加工食品を上手に取入れ、独自性のある“わが家の食卓”をつくることが、精神的にゆとりをもって継続して食事づくりをしていける方法であると思われた。

要 約

女性の社会進出と高齢化社会の到来は、男性の生活自立を不可避のものとする。そこで男性の生活自立の基本として食生活に着目し、現在の食意識・食行動と子供時代の食体験とのかかわり、および食生活家事行動の実践にかかわる要因を探ることを目的に、既婚男性939人を対象に調査研究を行った。

その結果、

(1) 対象者の平均的な食意識・食行動は、自分で料理はしないが、家庭で手づくり料理を食べたいということであった。

(2) 子供時代に家族一緒に食事をしていた者は現在も家族一緒に食事をする、食卓での会話が楽しみだった者は現在も食を介したコミュニケーションを大切にする、食事づくりの手伝いをしていた者は現在も食事づくりを多くするなど、子供時代の食生活体験は、大人になってからも同様の食意識・食行動として継続されていた。

その中で、「子供時代、食事が楽しみだった」という印象を有する者は、現在も家庭の食事を、家族と共

に、楽しい会話をしながらしており、さらにおいしいものが食べたいという意識も高く、食事づくりも多くしていた。すなわち、食生活全般に積極的な意識や行動を持つことと関連があり、子供時代に定着させるべき大切な意識であることを示した。

(3) 食事づくりの実践にかかわる要因は、「インスタント食品や市販惣菜をよく利用する」、「子供時代、食事づくりの手伝いをよくした」が強い規定力を持つことが認められた。男性があまり負担を感じずに食事づくりをするためには、手づくり料理に簡便化食品を加えることで、料理数を増やし、不足する食材を補給し、さらには家庭で高級レストランの料理を味わうなどのことを、食卓を豊かにするための手段として、肯定的に捉える柔軟な考え方も必要になってくると思われた。また、子供時代から食事づくりに参加することで、食生活への関心度を高めておくことも大切であることを示した。

文 献

- 1) 湯沢擁彦：図説 家族問題の現在, pp.102-105 (1995), 日本放送出版協会, 東京
- 2) 天野寛子：夫の家事労働時間は増加傾向, キューピーニュース, No.268 (1996)
- 3) 厚生省：夫婦関係の変化, 平成8年版厚生白書, pp.40-45 (1997), ぎょうせい, 東京
- 4) 下坂智恵, 下村道子：男性の家事行動に対する余暇としての意識, 日本家政学会誌, 47, 121-129 (1996)
- 5) 朝日新聞総合研究センター：全国世論調査詳報, 朝日総研レポート, No.120, 132-150 (1996)
- 6) 渡辺雄二, 村元美代, 青木 宏：女子学生の食行動に及ぼす食意識の影響, 日本食品科学工業会誌, 42, 77-84 (1995)
- 7) 足立恭一郎：日本人の食生活, 食の科学, No.216, 36-45 (1996)
- 8) 渋谷祥子：食卓からの発信, 日本人の生活/日本家政学会, pp.117-121 (1998), 建白社, 東京
- 9) 富岡文枝：母親の食意識及び態度が子どもの食行動に与える影響, 栄養学雑誌, 56, 19-32 (1998)
- 10) 伊藤至乃, 天野幸子, 殿塚婦美子：食生活における母子のかかわりについての研究, 栄養学雑誌, 51, 39-52 (1993)
- 11) 牧野カツコ, 中野由美子, 柏木恵子：子どもの発達と父親の役割, (1996), ミネルヴァ書房, 東京
- 12) 加藤純一：“男の料理”ブーム20年目の新展開, 食の科学, No.220, 104-111 (1996)
- 13) 生野照子：親子関係と“食”, 心身医学, 29, 278-283 (1989)
- 14) 室田洋子：心を育てる食卓, pp.10-11 (1995), 芽ばえ社, 東京
- 15) 袖井孝子：日本型高齢社会の特質, 日本人の生活/日本家政学会, pp.148-152 (1998), 建白社, 東京
- 16) 堀内かおる, 伊藤セツ, 天野寛子, 森ます美, 瀬沼頼子, 天野晴子, 井野上真弓：日本家政学会誌, 43, 501-507 (1992)
- 17) 伊藤 純, 伊藤セツ：高齢化社会における食生活家事労働の社会化, 日本家政学会誌, 47, 115-120 (1996)
- 18) 和田淑子：高齢者の食生活支援, 日本人の生活/日本家政学会, pp.158-162 (1998), 建白社, 東京
- 19) 富岡文枝：小学生の食意識・食行動, およびそれにかかわる生活意識に関する研究, 民族衛生, 64, 105-119 (1998)
- 20) 島井哲志：児童期の食行動, 食行動の心理学/中島義明, 今田純雄, pp.98-113 (1996), 朝倉書店, 東京