

大学生の米の利用に関する調査

五島淑子・篠原里香*

A Survey on Utilization of Rice in the University Students

Yoshiko GOTO・Rika SHINOHARA *

(Received October 1, 2005)

I. 緒 言

日本における食料自給率は、1998（平成10）年以後、供給熱量総合食料自給率として40%である。2003（平成15）年の穀類自給率は28%であり、その中で、主食である米の自給率は95%、うち主食用は100%であるが、生産量は年々減少し、1975（昭和50）年の13,165千トンから、2003（平成15）年には7,792千トンとなっている。また国民1人・1年当たり供給純食料は、米が昭和40年に111.7kgから平成15年には61.9kgに減少している¹⁾。

摂取量からみても、国民1人1日あたりの米の摂取量は、昭和21年の241.1gから昭和35年には358.4gに増加するがその後減少し、平成12年には160.4gとなっている²⁾。

食をとりまく社会は、食品加工技術の発達の結果、調理済み食品や加工食品の増加、コンビニエンス・ストアや外食産業の増加など、急激な変化が見られ、米の消費や購入に関する意識も変化している。

このような状況において、大学生の米の利用実態と意識を明らかにすることは、重要と考える。これまで山口大学の学生の食生活に関して、学生食堂の利用³⁾、朝食の実態⁴⁾、飲み物の実態⁵⁾、そして大学生の食生活の満足度⁶⁾に関する調査を行っており、大学生の食生活改善のための一助としたい。

II. 目的と方法

本調査の目的は、山口大学の学生を対象にして、大学生の米の利用実態と意識を明らかにし、大学生の食生活改善のための一資料とすることである。

調査対象は、山口大学に在籍する学生234人（内訳は、教育学部105人、経済学部83人、人文学部38人、理学部3人、工学部3人、農学部2人）、単位互換制度で山口大学の授業を受講した山口県立大学に在籍する学生12人、その他1人の合計247人である。男女別の内訳は、男子学生83人、女子学生129人である。学年は1年70人、2年生60人、3年生77人、4年生39人であった。住居形態はアパート78.9%、自宅15.0%、寮5.7%であった。

調査方法は質問紙による自己記入法で、調査票を配布してその場で記入させ回収した。対象者247人の回収率は100%ですべて有効であった。質問内容は学年や性別、出身地、住居形態などの属性、米の購入、摂食や炊飯、食器・食具、そして米料理に対する意識などである。分析は、調査項目別の単純集計、クロス集計および χ^2 検定を行った。分析には、統計解析ソフト

*平成15年度 山口大学教育学部卒業生

SPSS11.0J を使用した。調査時期は2003年 5月20日～31日である。

Ⅲ. 結果および考察

1. 米の購入について

a. 米の入手方法

米の入手方法は、「実家から送られてくる」と答えた学生が48.6%で最も多く、次いで、「スーパー・マーケット」37.2%であった。「自動販売機」と答えた学生はいなかった(図1)。

回答者の出身地が山口県29.6%、広島県16.0%、福岡県9.9%であり、県内または隣県が多く、また実家で米を作っている家庭が多いため、「実家から送られてくる」と答えた学生が多いと思われる。「米券を送ってもらう」「通信販売」という新しい流通方法がみられた。

以下、入手方法を「スーパー・マーケット」「米屋さん」「米券を送ってもらう」と回答した、自分で購入する学生100人を対象に購入の優先事項や購入頻度など(b～d)について述べる。

b. 米を購入するときの優先事項

米を購入するにあたって優先していることは、「価格」が83.0%で最も多く、次いで「種類」39.0%、「内容量」29.0%、「米の銘柄」25.0%、「安全性」13.0%、「生産地」「品質保持期限」がそれぞれ12.0%であった。

「価格」を優先しているのは、米は肉・野菜などに比較すると購入単価が高いこと、米の購入に限らず、学生が食費を節約する傾向があるためと考えられる。

男女別にみると、男女ともに「価格」を優先すると答えた学生が最も多かった。全ての項目で、女子学生のほうが男子学生の値よりも上回っていた。特に「種類」と「安全性」については差がみられた(χ^2 検定, $p < 0.05$) (図2)。

c. 米の購入頻度

米の購入頻度は、「3ヶ月に1回」が47.0%と最も多く、次いで「2ヶ月に1回」が33.0%、「1ヶ月に1回」14.0%、「1ヶ月に1回以上」2.0%、「その他」40%であった。

男女別にみると、男子学生は「2ヶ月に1回」46.2%、女子学生は「3ヶ月に1回」が52.5%と最も多く、男子学生の方が頻繁に購入していた($p < 0.05$) (図3)。男子学生のほうが1回の食事で米を食べる量が多いために、米の消費量が多くなり、購入頻度が高いと考えられる。

d. 米の購入量

1回の米の購入量は「1kg」と答えた学生が7.0%、「2kg」26.0%、「5kg」53.0%、「10kg」12.0%、「15kg以上」1.0%であった(図4)。

「5kg」と答えた学生が最も多かったのは、一人暮らしをする学生にとって米を購入する際に適した量であり、持ち運びに適した量であると考えられる。

e. 米の購入費用

米を購入する際の1回あたりの費用は、「2,000円未満」45.0%、「2,001～2,500円」24.0%、「2,501～3,000円」16.8%、「3,001～3,500円」5.0%、「3,501円以上」5.0%であり、1回の購入費用は2,000円前後であった(図5)。

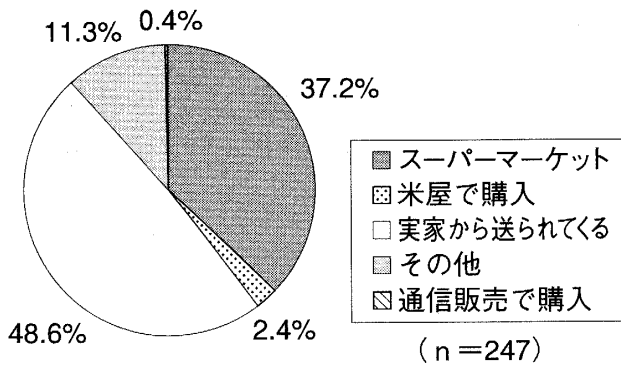


図1 大学生の米の入手方法

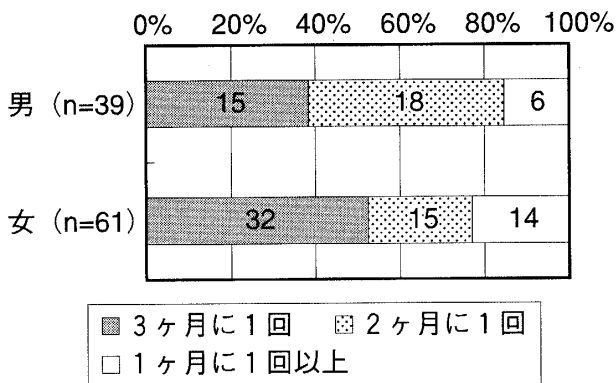


図3 大学生の米の購入頻度—男女別—

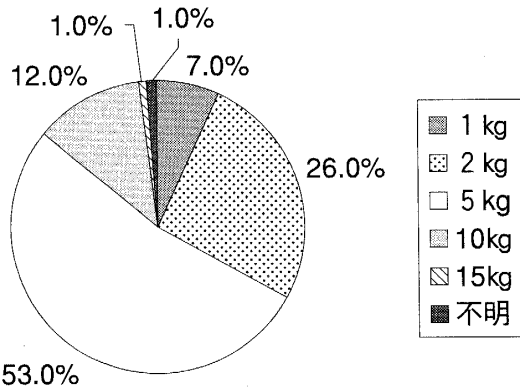


図4 大学生の米の購入量—男女別—

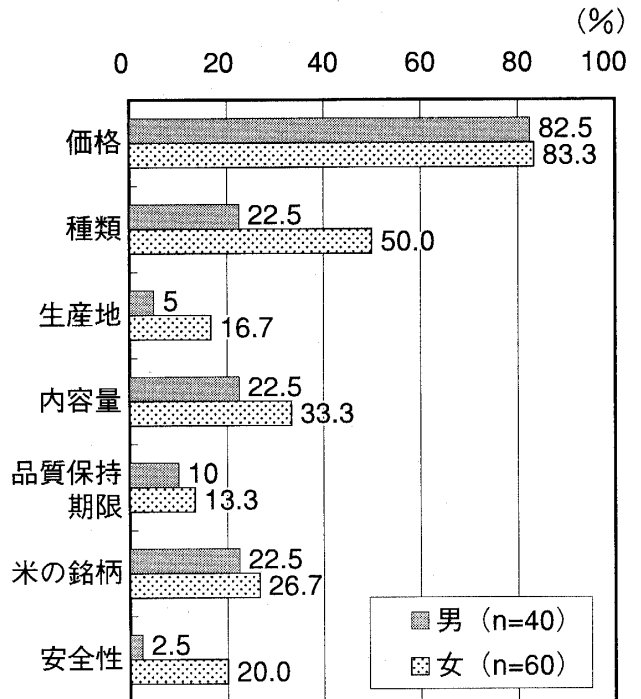


図2 大学生が米の購入するときの優先条件—男女別—

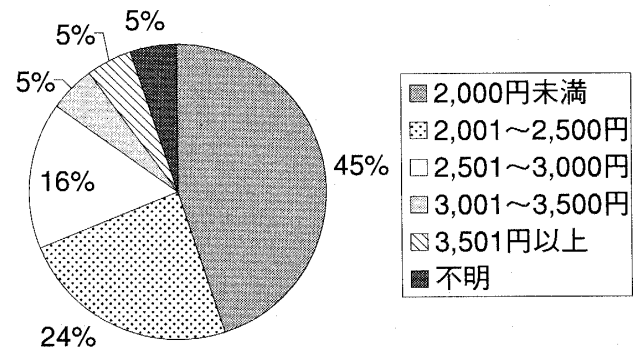


図5 大学生の米の購入価格—男女別—

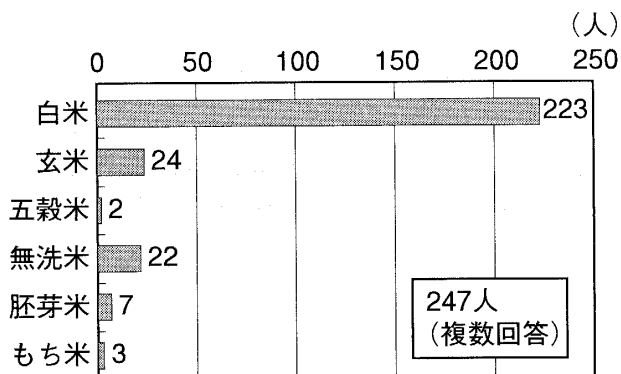


図6 大学生が食べている米の種類—男女別—

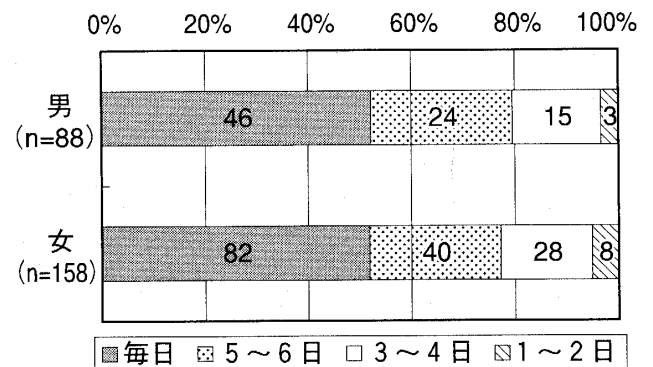


図7 大学生の1週間あたり米の摂食日数—男女別—

2. 米の摂取について

a. 食べている米の種類

食べている米の種類は（複数回答）は、247人中、「白米」が90.3%と最も多く、次いで「玄米」9.7%、「無洗米」8.9%、「胚芽米」2.8%、「もち米」1.2%、「五穀米」0.8%であった（図6）。

店頭には様々な米の種類が置いてあるが、「白米」を食べると答えた学生が最も多かったのは、食べ慣れていること、玄米などに比べて炊飯が容易であるためと考えられる。「玄米」「無洗米」の利用がそれぞれ1割あった。

b. 1週間の食事での米の摂食日数

調査前の1週間の食事について、1日に1回でも米を食べた場合、それを米の摂食に数とした（回答者数247人）。1週間の食事での米の摂食日数が、「毎日」は51.8%、「5～6日」25.9%、「3～4日」17.4%、「1～2日」4.5%であった。「毎日」と「5～6日」を合わせると米をほぼ毎日食べる習慣がある。一方、2割の学生は1日に1食も米を食べない日があるといえる。男女間で差は認められなかった（図7）。

住居形態別にみると、毎日米を食べている割合が自宅生で多く、アパート生では少なかった（図8）。

c. 1週間の炊飯日数

調査前の1週間の食事について、1日に1回でも米を炊いた場合、それを炊飯日数と数えた（回答者数247人）。

炊飯日数が、1週間のうち「1～2日」が39.3%と最も多く、次いで「3～4日」が21.1%、「炊いていない」16.2%、「毎日」14.2%、「5～6日」8.9%であった。

1週間における摂食日数と炊飯日数を比較すると、炊飯日数が少なかった。これは1回の食事量よりも多く炊き、冷凍保存していることが考えられる。また、「炊いていない」の理由は、「寮だから」、「アルバイト先の賄いを食べているから」などがあつた。

男女別に比較すると、炊飯日数を「毎日」と答えた学生は女子学生のほうが多く、「炊いていない」と答えた学生は男子学生のほうが多かった（図9）。

d. 1回の炊飯量

1回の炊飯で炊く米の量は、「2合」が27.1%で最も多く、次いで「3合以上」26.3%、「1合」19.0%、「1.5合」8.1%、「0.5合」「2.5合」がそれぞれ1.2%であった。1回の炊飯での米の量は2合以上が多く、1回の食事では食べる量よりも多く炊いていることが分かった。

e. 炊飯時に一緒に入れるものの有無

炊飯時に一緒に入れて炊くものの有無を尋ねた。「ある」と答えた学生が23人、「ない」が184人、不明が40人であった。

「ある」と回答している学生（23人）のうち、一緒に炊いているもの（複数回答）は、「雑穀」が39.1%と最も多く、次いで「押し麦」30.4%、「粟」13.0%、「ビタミン強化米」「黍」「黒米」「赤米」がそれぞれ8.7%、「強化精麦」「稗」が4.4%であった。

学生にとって白米が最も一般的であり、「雑穀入り」「麦ご飯」の順で多かった。

f. 米を食べたくなかった時の対応

米を食べたくなったらどうするかを尋ねた（247人、複数回答）。「炊く」と答えた学生が74.9%で最も多く、次いで「おむすび・弁当を買う」34.8%、「外食する」が21.7%、「ご飯だけを買う」3.7%であった。全体的に「炊く」傾向が強く、購入する傾向は低いことがわかった。

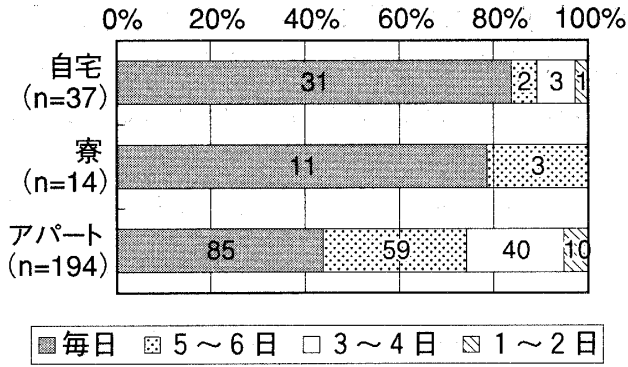


図8 大学生の1週間あたり米の摂食日数—住居形態別—

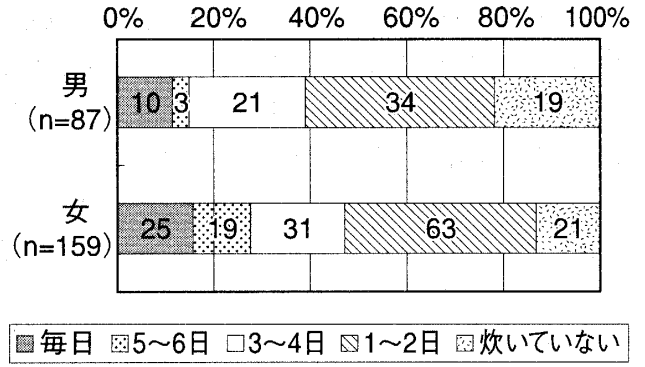


図9 大学生の1週間あたり炊飯日数—男女別—

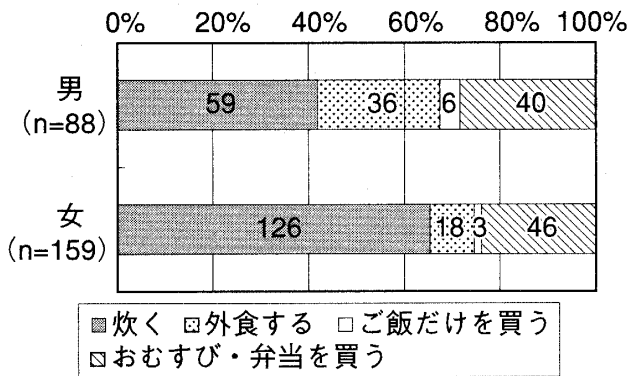


図10 大学生が米を食べたくなったときの対応—男女別—

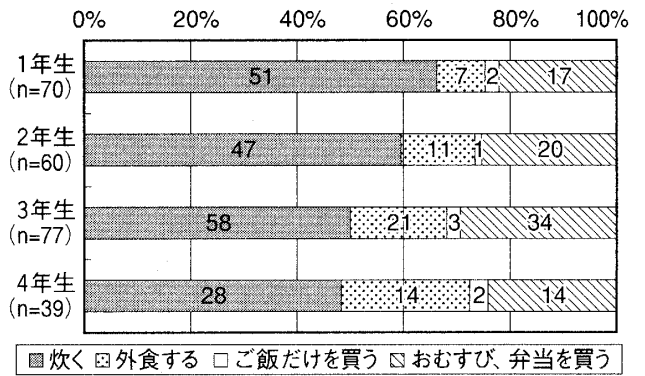


図11 大学生が米を食べたくなったときの対応—学年別—

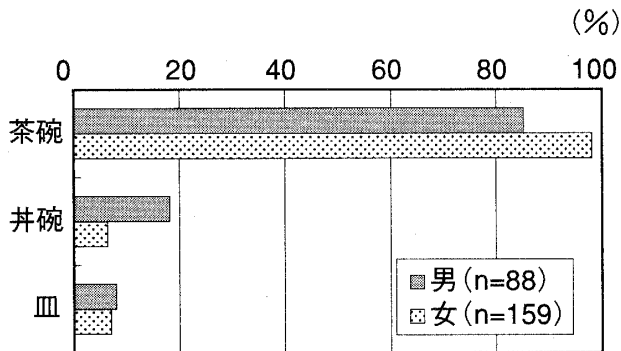


図12 大学生がご飯をよそう食器—男女別—

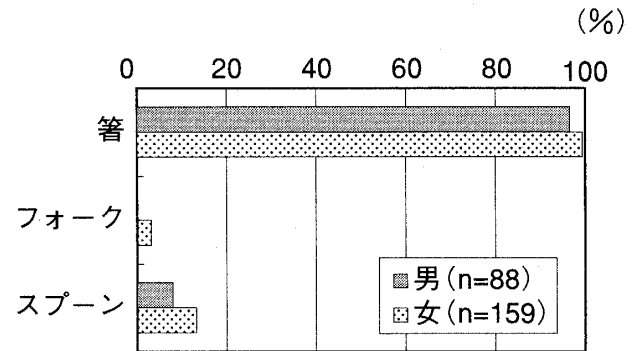


図13 大学生がご飯を食べるときの食具—男女別—

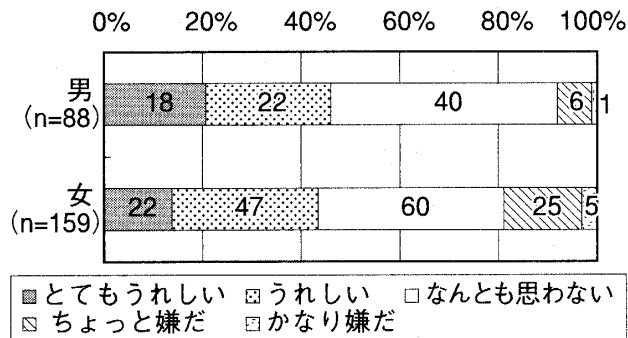


図14 1日3食、米が主食のときの感想

男女別にみると、男女とも「炊く」が最も多いが、女子学生に「炊く」多く、男子学生に「外食する」「おむすび・弁当を買う」の比率が高かった（図10）。このことから女子学生の方がご飯または米料理を自分で作る傾向が高く、男子学生のほうがご飯または米料理を購入する、または外食する傾向があることがわかった。

学年別にみると、いずれの学年も「炊く」が最も多かったが、学年が上がるにつれて「炊く」の比率が小さくなり、一方「外食する」「おむすび、弁当を買う」が高かった（図11）。

g. 食器・食具

自宅でご飯を食べる時何によそうか（食器）、何を使って食べるかを尋ねた（複数回答）。

食器は、「茶碗（陶器・プラスチック）」が93.5%と最も多く、次いで「丼碗」10.5%、「皿」7.3%で、「トレイ」はいなかった。

男女別にみると、「茶碗（陶器・プラスチック）」によそうが、女子学生のほうに多く（ $p < 0.01$ ）、「丼碗」によそうは、男子学生に高かった（図12）。男子学生に「丼碗」が多いのは、1回の食事で食べる量が女子学生よりも多いためと考えられた。

食具では、「箸」を使うと答えた学生が98.4%とほぼ全員で、次いで「スプーン」11.3%、「フォーク」2.0%であった（図13）。女子学生は全員が「箸」を回答しており、「フォーク」は女子のみの回答であった。

料理に合わせて食器・食具を選ぶため、「丼碗」「皿」「スプーン」の使用がみられると考えられる。

h. 1日3食米が主食のときの感想

もし、朝昼夕の3食すべてが、主食がご飯または米料理の場合どう感じるか尋ねた。

「とてもうれしい」と答えた学生が16.2%、「うれしい」27.9%、「なんとも思わない」40.5%、「ちょっと嫌だ」が12.6%、「かなり嫌だ」2.4%であった。全体的に、ご飯・米料理を好む傾向があることがわかった。44%がうれしいと回答している一方で、嫌だという、好ましくないと感じる学生が15%おり、この学生は主食に変化を求めているといえる。男女別にみると、男子より、女子に嫌だの回答が多かった（図14）。

3. 米料理について

a. 米料理で好きなもの

米料理で好きなもの（複数回答）（全体）は、「炊き込みご飯」が67.2%で最も多く、次いで「チャーハン」66.8%、「白飯」と「寿司」がそれぞれ66.0%、「おむすび」64.0%、「丼物」62.8%、「オムライス」62.3%、「ドリア」50%、「雑炊・おかゆ」47.4%、「混ぜご飯」42.1%、「ピラフ」37.7%、「赤飯」29.1%、「リゾット」25.1%、「パエリア」15.8%であった。

男子学生は、「白飯」「チャーハン」「丼物」「寿司」を好み「赤飯」「リゾット」「パエリア」はあまり好まれておらず、和食を好んでいるといえた。女子学生は、「炊き込みご飯」「オムライス」「おむすび」「すし」「ドリア」を好んでいた。

男女別にみると、女子学生のほうが男子学生より「赤飯」「炊き込みご飯」「オムライス」「リゾット」「ドリア」（以上 $p < 0.01$ ）、「おむすび」「雑炊・おかゆ」「混ぜご飯」（以上 $p < 0.05$ ）を好んでいた（図15）。

b. 米料理でよく食べるもの

米料理でよく食べるもの（複数回答）（全体）は、「白飯」が91.5%で最も多く、次いで「おむすび」49.8%、「チャーハン」45.7%、「丼物」33.6%、「オムライス」27.1%、「雑炊・おか

大学生の米の利用に関する調査

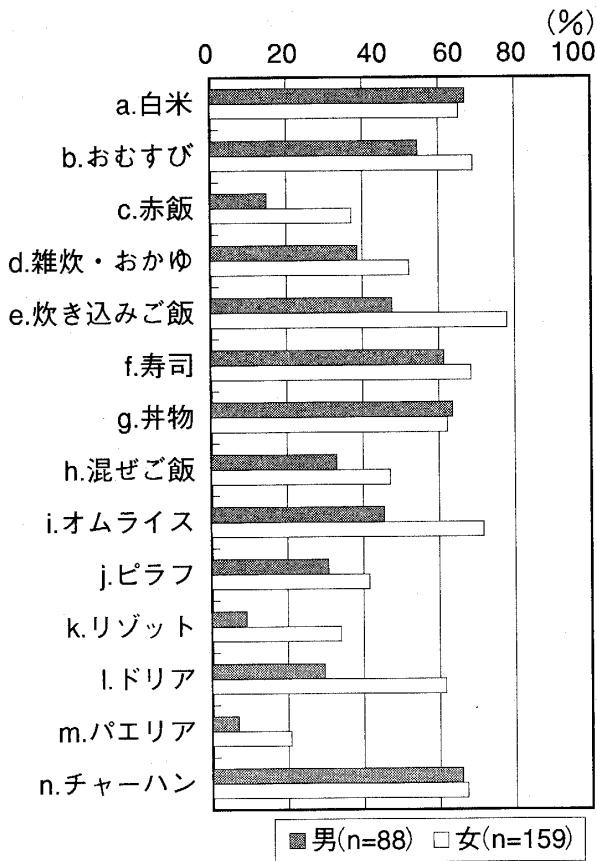


図15 大学生が好きな米料理

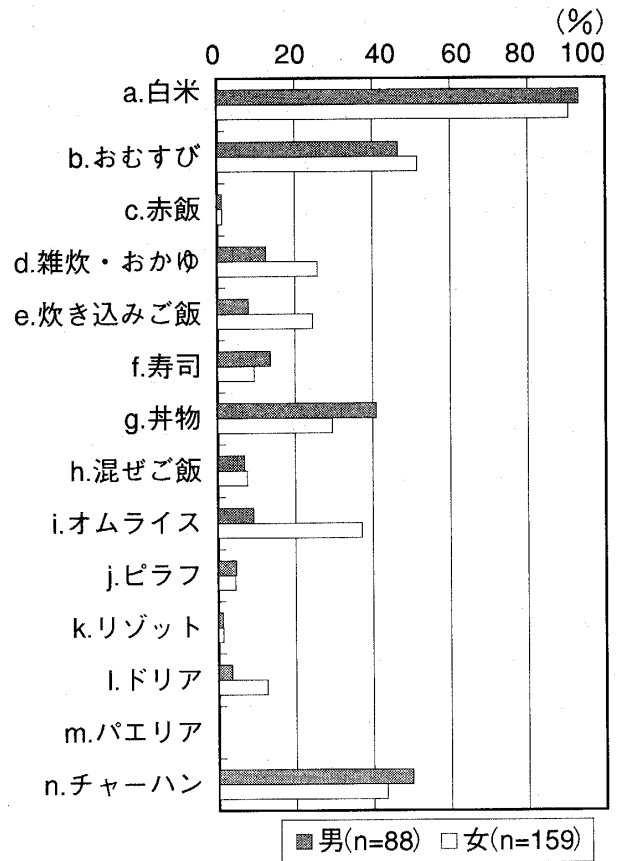


図16 大学生がよく食べる米料理

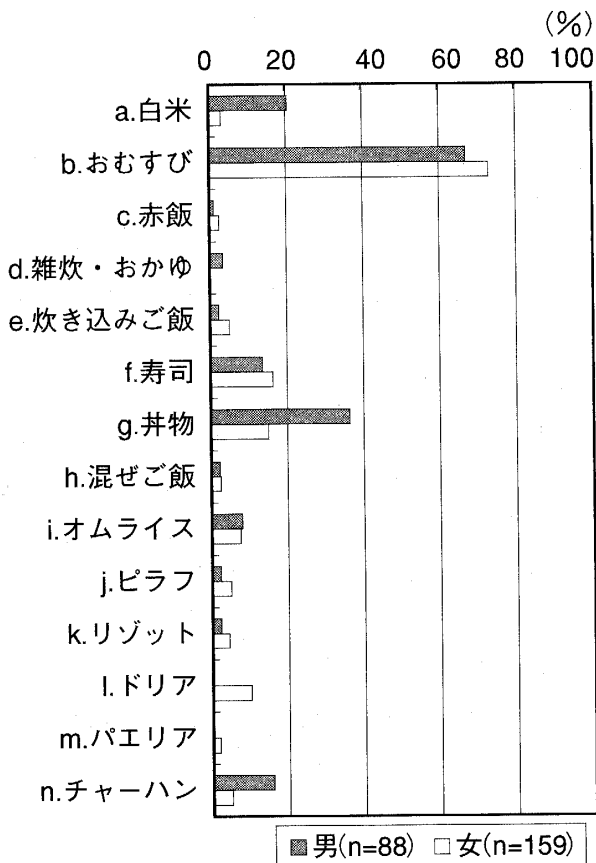


図17 大学生がよく買う米料理

ゆ」21.1%、「炊き込みご飯」18.6%、「寿司」10.9%、「ドリア」「混ぜご飯」「ピラフ」「赤飯」および「リゾット」がそれぞれ1.2%、「パエリア」はなかった。

男女別にみると、女子学生のほうが「雑炊・おかゆ」「オムライス」「ドリア」「炊き込みご飯」の4品目を、男子学生よりよく食べていた ($p < 0.05$) (図16)。

c. 米料理でよく買うもの

米料理でよく買うものは、「おむすび」が70.9%で最も多く、次いで「丼物」22.7%、「寿司」15.4%、「白飯」9.3%、「チャーハン」8.9%、「オムライス」7.7%、「ドリア」16人 (6.5%)、「炊き込みご飯」「ピラフ」がそれぞれ4.0%であった。男子学生では「おむすび」「すし」「白飯」、女子学生は「おむすび」を購入していた。

「おむすび」を、7割の学生が買うと答えたが、それ以外の米料理は、買わないと答えた学生のほうが多かった。「おむすび」はスーパーやコンビニの店頭に並んでおり、単価の手頃さ、味の種類が豊富である、手軽に食べることができることなどが、購入率を高めている理由であろう。

男女別にみると、男子学生のほうが「白米」「丼飯」「チャーハン」を女子学生よりも購入していた ($p < 0.01$) (図17)。女子学生は「おむすび」は高い数値を示していたが、その他の品目については少なかった。男子学生のほうが米料理を購入または外食していることがわかる。

d. 米を使った料理で「好きなもの」、「よく食べるもの」、「よく買うもの」との関係

「好きなもの」で上位7品目であった米料理は、「炊き込みご飯」「チャーハン」「白飯」「寿司」「おむすび」「丼飯」「オムライス」であった。

「炊き込みご飯」「寿司」「丼物」「オムライス」は、「よく食べるもの」でなく「よく買うもの」でもなかった。「白飯」「チャーハン」は、「よく食べるもの」であるが「よく買うもの」ではなかった。「おむすび」は「好き」で「よく食べ」「よく買うもの」であった。

IV. 結 語

平成14年厚生労働省国民栄養調査結果²⁾によると、朝食の欠食率は、20歳代で最も高く、男性26.5%、女性20.6%である。

2002年に山口大学で行った調査⁴⁾においても、朝食を「食べない」「週1～2回食べる」をあわせると、約25%に朝食の欠食傾向があった。理想の朝食については、和食の献立を答えたものが約7割、洋食のメニューが2割であった。

文部省、厚生省、農林水産省が決定した「食生活指針」(平成12年3月)において、「主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」「ごはんなどの穀類をしっかりと。」と示されている。

現在、米の消費量が減っているのは、食材が多様化し、米だけでなくパンや麺類なども摂取しているためである。食材の多様化・国際化は豊かな食生活につながる反面、日常の和食の献立、ハレの日の伝統的な献立が忘れられがちになっている。日本の食文化を支えてきた主食である米を、見直すことが必要であろう。

今回の調査において、大学生は米を食べており、また米料理が好きであることが明らかとなった。大学生が、米を中心とした食事献立を見直し、料理技術を向上させ、食に対する知識の増加させ、さらには、主食である米や農業に対する意識を高めていくことが必要であると考えられる。

本調査にご協力頂きました、学生の皆様に深く感謝致します。
本調査を行うにあたり、平成16年度山口大学教育学部研究支援経費を受けた。

V. 要 約

- 1) 大学生の米の購入と摂取、食事様式、嗜好の実態を明らかにする目的で、質問紙による自己記入法により、調査を行った。調査時期は2003年5月20日～31日、調査対象者は、大学生247人（男子学生83人、女子学生159人）である。
- 2) 米の入手方法は、「実家から送られてくる」と答えた学生が最も多かった。米の購入時には「価格」を優先し、米の購入頻度は「3ヶ月に1回」、購入量は「5kg」、購入費用は「2000円未満」と答えた学生が最も多かった。
- 3) 米の摂食では「白米」を食べている学生が最も多く、「毎日」食べているが、炊飯は週に「1～2日」、1度に「2合」の炊飯をする学生が多かった。また、米が食べなくなったときには「炊く」と答えた学生が最も多かった。
- 4) 米料理で「好きなもの」と「よく食べるもの」と「よく買うもの」との関連をみると、「おむすび」は「好き」で「よく食べ」、「よく買うもの」であった。

VI. 参考文献

- 1) 農林水産省総合食料局：平成15年度 食料需給表、農林統計協会（2005）
- 2) 健康・栄養情報研究会（編）：国民栄養の現状 平成14年厚生労働省国民栄養調査結果、第一出版（2004）
- 3) 五島淑子、藤本美紀子、濱名智美：生協食堂の利用からみた大学生の食生活、山口大学教育学部論叢、52、part 1, 35-50（2002）
- 4) 五島淑子、大石奈津美、竹中りえこ、古川和樹：朝食からみた大学生の食行動、山口大学教育学部論叢、53、part 1, 31-50（2003）
- 5) 五島淑子・角田祐亮：大学生の飲み物に関する調査－飲み物の種類と時間帯の分析－、山口大学教育学部研究論叢、54、part 1, 15-29（2004）
- 6) 五島淑子：大学生の食生活満足度に関する調査、山口大学教育学部研究論叢、54、part 1, 31-43（2004）