

女子大学生の食生活の実態について（第5報）

（食費と食品摂取状態）

On the Actual Conditions of the Student's Diet at Women's University (Part 5)
(Foods Expenses and the Ingestive Conditions of Foods)

藤村千賀・渋谷満子

Chika FUJIMURA and Michiko SHIBUYA

（昭和58年11月25日受理）

I はじめに

昭和38年より女子大学生について食生活の実態調査を行ない、現状を明らかにすると共に問題を有する者については個人別にその食生活改善の实地指導をして来たところである。

昭和49年のオイルショックは、経済的に独立していない女子大学生に対する影響、とりわけ食生活に対するそれは強いと考えられる。このような社会情勢変動の中で、女子大学生が食品摂取面においてどのように対処して来たか、関心の深いところである。

本報では食品摂取状態と経済とのかかわりに主点を置き報告する。

II 調査対象及び調査期日

- 1) 対象：本学食物栄養学科2回生全員延149名
- 2) 調査期日：昭和46年より昭和52年までの7年間。毎年6月における平日の連続せる2日及び3日間。

III 調査内容及び調査方法

1) 摂取食品量調査：国民栄養調査に準じ⁽¹⁾⁽²⁾、調査期日内の摂取食品の全量を個人別に秤量し、7年間における食品類別摂取量の推移をみた。

2) 食費調査：摂取食品調査時、各食品の単価調べを行ない食費を算出し、7年間の推移をみると共に、物価変動に伴う類別摂取食品の消費動向⁽³⁾についても検討を加えた。

以上の食費並びに摂取食品量調査について、オイルショックの影響との関連を主軸に検討を加えた。

IV 調査結果

〔1〕 摂取食品量（1人1日当り平均）

1) 被検者平均並びに対象別摂取食品量（表1）

総摂取食品量の年次推移は昭和49年オイルショック時をピークとして昭和50年94.7%、51年81.5%、52年ではその88%と漸次減少している。この傾向は自宅生、下宿生による差はない。また総摂取食品量は昭和50年を除き下宿生のほうが多い傾向はあるが有意差はない。

表1 1人1日当り平均食品摂取量(年次推移)

単位: g

年	全被検者平均				対象別平均							
	n	総摂取量	食品量		下宿生				自宅生			
			動物性	植物性	n	総摂取量	食品量		n	総摂取量	食品量	
						動物性	植物性			動物性	植物性	
46	20	1293±668	352±256	941±614	14	1300±548	358±248	942±530	6	1278±985	337±306	941±866
47	23	1203±588	316±243	887±505	13	1241±687	305±235	936±560	10	1152±545	332±271	820±426
48	21	1253±594	294±281	959±527	11	1293±694	288±294	1005±600	10	1207±527	299±299	908±481
49	20	1341±601	308±294	1033±606	16	1339±646	305±284	1034±660	4	1346±550	319±444	1027±491
50	21	1267±774	314±382	953±464	14	1250±687	319±312	931±463	7	1303±127	304±662	999±646
51	23	1132±612	295±283	837±556	11	1169±662	294±300	875±628	12	1098±618	297±296	801±531
52	21	1192±667	327±257	865±516	12	1253±653	346±262	907±498	9	1109±618	301±273	808±585

動物性食品の摂取量には年次差はなく、総摂取食品量が減少しても、約300gの動物性食品量は摂取されている。総摂取食品量は減少してきているので動物性食品量のウエイトは、昭和49年(22.9%)から昭和52年(27.5%)へと漸次増加することになる。従って両者は-0.845と高い負の相関関係を示している。

2) 食品類別摂取量(表2)

(1) 動物性食品: 総摂取食品量の増減にかかわらず量的確保がなされている動物性食品の年次推移において、食品の種類・質・量にどのような相互変動がみられたか、ということに焦点をあてて分析を試みた。

昭和49年以降の被検者平均量では魚介類・獣鳥肉類は増加、卵・牛乳は横ばい、乳製品は減少傾向がみられた。獣鳥肉類では生肉・加工品共に摂取増がみられるが、魚介類では生魚よりも練製品・干物などの摂取増がみられ、直ぐに食べられるもの、調理手間の簡単なものへと食品の選択性が移行している。缶詰・冷凍食品は殆んど使用されていない。

なお摂取増の肉類について、昭和49年以降の消費動向を検討したところ(表3)昭和49・50年と第1位にあった豚ばら肉は豚も肉及び鶏肉に移行し、昭和52年では5位になり、第2位であった鶏肉が増量され第1位を占めている。また、豚ばら肉に代って牛ばら肉が増量され混合プレスハムはウイナー、ロースハムに移行しているなど、肉の種類や量に変化がみられる。

動物性食品摂取量は対象による差はないが、食品の種類からみると、下宿生は自宅生よりも牛乳・乳製品が多く、魚介類の摂取量は少なく、また魚介類では生魚よりも加工品の使用が多い。他方肉類の年次増加量からみると自宅生は生肉、加工品が同比率で増加されているのに対し、下宿生は生肉よりも加工品に偏っている。

(2) 植物性食品: 穀類では、昭和49年から51年へかけて米の摂取増がみられるが、昭和52年では米が減少し、小麦の増加傾向がみられる。

これを自宅生・下宿生別にみると自宅生は米の摂取量も多く、また、穀類中の米の摂取比率も高いが小麦の増加率は下宿生に高いなど対象により特徴がみられる。これは両者共将来米より小麦へと移行の可能性があること、自宅生はその変化が緩慢であることを示すものである。

その他の食品類で摂取増があったのは油脂類のみで、種実類・大豆及び大豆製品・淡色野菜及び茸類など、主として和食材料に使用されている食品及びいも・果物・菓子類は減少しており、本調

表2 1人1日当たり平均食品類別摂取量

単位：g

対 象 別	年	魚介類										獣鳥肉類		卵	牛乳	穀類		芋	さとう	油脂	種	豆類		緑黄色野菜	その他の野菜	及ぶ茸類	果実	海そう	調味料	嗜好品及び飲料	菓子類
		生	練製	塩蔵	干物	缶詰	冷凍	小計	生	加工	小計	製	米			小	マヨネーズ					大豆	その他の豆								
全 被 検 者	46	15	9	1	4		29	40	17	3	60	39	219	5	152	69	30	19	19	9	1	49	1	50	294	69	1	29.9	113	35	
	47	50	12		2	1	2	67	27	17	44	69	124	12	154	65	34	10	17	7	1	39		53	257	52	11	26.2	140	19	
	48	19	19		2		6	46	50	21	71	53	118	4	120	75	65	15	17	2	3	78	1	61	309	83	1	44.0	52	27	
	49	15	2	3	1	1		22	60	5	65	42	155	23	171	54	51	11	20	14	3	87		68	320	78	1	33.0	93	28	
	50	12	4		1			17	81	20	101	41	152	3	179	66	61	4	23	15			45		55	318	120	2	31.0	30	5
	51	41	9	5	16		1	72	42	8	50	41	116	15	170	66	54	12	19	9	1	49		47	256	75	4	32.8	24	18	
	52	19	9		3	1		32	75	16	91	50	147	7	118	72	36	10	29	11			38	3	88	280	41	4	39.3	75	20
自 宅 生	46	36	11	3	3		53	42	1	43	40	201	1	158	56	34	20	13	3	1	28	2	32	225	79		31.0	214	46		
	47	50	9		3		62	35	13	48	62	159		152	64	38	12	20	7			43		56	292	63	12	30.3	24	7	
	48	30	5		4	6	45	62	16	78	49	122	3	135	76	38	17	17	1	1	92	3	39	275	73	1	41.9	62	25		
	49	50	8		3		61	40	7	47	47	102	63	201	65	36	10	16	16	5	92		49	326	71	2	21.0	90	30		
	50	34	9		1		44	77	17	94	34	131		171	67	55	7	22	9			43		48	364	158	4	36.0	2	11	
	51	41	6	7	15		69	56	8	64	31	127	6	172	61	43	15	16	9	1	47		48	268	42	5	34.0	15	25		
	52	29	9		2		40	73	13	86	50	122	2	132	68	42	12	22	6			15	7	82	247	46	8	36.7	68	17	
下 宿 生	46	7	8		4		19	40	24	4	68	39	227	6	150	75	29	19	22	11	1	58	1	58	323	64	1	29.4	70	30	
	47	49	14	1	2	3	69	22	20	42	75	99	20	156	66	31	9	15	7	1	37	3	50	231	45	10	23.3	223	28		
	48	10	32		2	5	49	39	23	62	56	116	5	108	74	88	14	16	3	6	67		80	338	92	1	45.9	44	29		
	49	6		4	2		12	64	5	69	41	169	14	163	51	64	11	21	14	3	85		73	319	80	1	36.3	94	28		
	50	1	2				3	83	22	105	45	163	4	182	65	64	2	24	18			45		59	296	101	1	28.0	44	3	
	51	41	12	4	16	3	76	28	11	39	52	104	24	167	72	65	9	22	8	1	51		46	244	112	3	31.1	34	11		
	52	11	10		3	2	26	77	18	95	49	166	11	108	76	32	8	34	14			56	1	92	304	36	1	41.3	81	22	

表3 魚介類・肉類の食品別摂取量（年次推移）

単位：g

年	たこ	いか	芝えび	かつお	さば	まぐろ	あじ	牛肉(ばら)	豚肉(もも)	豚肉(ばら)	鶏(ささみ)	鶏肉	牛肉(肩)	牛肉(もも)	豚肉(肩)	ロースハム	ベーコン	ウィンナー	混合プレスハム
46		1		1	3		6	5		3	2	8	3		2	10		4	
47	1	9	1	8	5		10	2		1	1	12				3			12
48		1			1	1	15	2	7	1		27			1			3	4
49		2	1	5	3			6		27		7		2	8		2	2	1
50		1			2			6	9	31		26		3			1	4	18
51	1	3			9	2	24	6	10	19		2	2	2	1			2	5
52	1	1	1	3	8	1		18	11	6	22	21			1	1			6

査時期, 特に昭和49年から昭和52年は摂取食品の種類や量において過渡期であったといえる。

なお量的には自宅生は米・砂糖・海藻が, それ以外の食品は下宿生のほうが多く摂取されているが有意差はない。年次推移では自宅生は油脂・緑色野菜・海藻に, 下宿生は油脂のみに摂取増がみられる。

〔Ⅱ〕 食費支出状況

1) 1人1日平均食費

食費支出状況は図1に示すように, 昭和46年(295.17円±158.98)に対する昭和52年(566.75円±337.53)の食費は約2倍(内, 動食183%, 植食199.3%)にも及び年次推移には昭和49年(379.76円±252.28)を境に2つの波が見られる。即ち, オイルショック前には食費の変動も低く, また食料物価の変動をその目安として動物性食品100円の購入量で求めると, 図2のように価格も安定していると言えるが, それ以降は食費の変動も高く, 動物性食品の価格上昇も著しい。

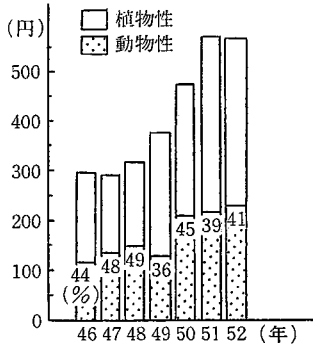


図1 食費支出状況

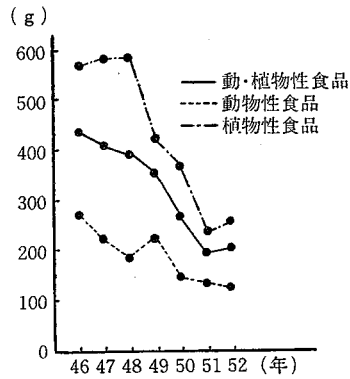


図2 100円で購入出来る食品量

なお高知市消費者物価指数⁽⁴⁾のうち, 食料物価指数と女子大学生の食費との関連をみると $p=0.05$ において被験者平均 $r=0.976$, 自宅生 $r=0.964$, 下宿生 $r=0.975$ といずれも高い値で物価上昇に相関して, 食費がスライドしていることがわかる。

2) 対象別食費支出状態

1日平均食費, 動物性食品費は自宅生の支出が高いが有意差はない。動・植物性食品費の総量に

表4 総食費・動・植物性食費間の相関係数

項目	全被検者			自宅生			下宿生		
	46~52	46~49	49~52	46~52	46~49	49~52	46~52	46~49	49~52
総食費と動物性食品費 円	0.935*	0.824*	0.918*	-0.572*	0.738*	0.742*	0.967*	0.567*	0.940*
総食費と全上比率 %	-0.504*	-0.835*	0.347	-0.170	-0.492	-0.236	0.229	-0.724*	0.529*
総食費と植物性食品費 円	0.980*	0.964*	0.940*	-0.573*	-0.338	0.908*	0.976*	0.972*	0.819*
総食費と全上比率 %	0.504*	0.835*	-0.950*	0.648*	0.492	0.242	-0.229	0.724*	-0.529*

(注) *印は $p=0.05$ において相関有り

対する支出率を比較すると動物性食品は自宅通学生(47.8%), 植物性食品は下宿生(60.6%)のほうが有意に高い。

総食費は動・植物性食品費共に高い正の相関を有するはずであるが、オイルショック以前では、下宿生のみでこれが見られ、特に植物性食品費に高い相関を示している。自宅生では動物性食品費のほうに高い相関がみられるに過ぎない(表4)。

3) 食費と食品摂取量(図3)

昭和46年より7年間の食費と食品摂取量の間には $r = -0.567$ ($p = 0.05$) で負の相関があるが、昭和49年のオイルショックを境にみると、それ以前では $r = 0.775$ と正の相関、以後では $r = -0.586$ で負の相関と2つの異った関係を有している。このことは昭和49年以後の食費増加は摂取量の増加ではなく、物価高への対処によるものであるといえる。なお女子大学生1人1日当たり平均食費を昭和46年並びに昭和52年について勤労者世帯の全国平均⁽⁵⁾(246.63円, 509.73円)及び高知市平均⁽⁶⁾(251.24円, 533.33円)と比較すると女子大学生のほうはやや高くなっているが、被験者の20歳という年齢的な食事量を考慮すれば食費支出が高いとは言えない。

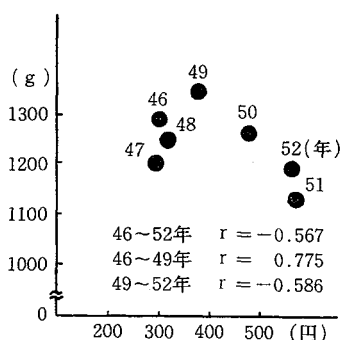


図3 食費と食品摂取量

表5 生魚・生肉の平均単価と摂取量

年	生 魚		生 肉	
	単 価 円	摂 取 量 g	単 価 円	摂 取 量 g
52	134.26	19	149.00	75
51	103.40	41	133.74	42
50	117.75	12	118.05	81
49	97.93	15	83.40	60
48	49.86	19	118.95	50
47	53.13	50	58.51	27
46	26.45	15	84.49	40

表5は魚肉の平均単価の年次推移である。表2の食品摂取量との間には肉類では $r = 0.611$ ($y = 13.875 + 0.3724x$)、魚介類では $r = -0.158$ となり肉類は単価上昇に相関して摂取量も増加するという特徴がみられた。なお動物性食品の単価及びその上昇率を表6に示した。

表7は対象別動物性食品の100g当り平均単価の年次推移である。下宿生は動物性食品量を確保するため、昭和49年以降4年間に動物性食品の摂取量13.8%増加するために食費を191.9%と急増していることがわかる。

なお食料物価高の急増した昭和49年から昭和50年にかけては、価格の安定した穀類(主食)を増量している。

〔Ⅲ〕 使用食品数(表8)

昭和46年は35種で少ないが、49年以降は約47種類が使用されている。

表6 動物性食品の単価・摂取量及び単価上昇率

類	区 分 食品名		単 価			摂 取 量		
			46 年	52 年	上 昇 率	46 年	52 年	上 昇 率
			円	円	%	g	g	%
魚 介	生	魚	26	134	515	15	19	127
	干	物	91	355	390	3	2	67
肉	生	牛肉(ばら)	117	206	176	5	18	360
		豚肉(もも)	—	145	—	—	11	—
		豚肉(ばら)	60	115	192	3	6	200
		鶏肉(ささ身)	66	128	194	2	22	1100
		鶏 肉	65	117	180	8	22	275
	加工肉	ロース火腿	76	238	313	10	1	10
		ベーコン	—	213	—	—	1	—
		ウィンナー	70	—	—	4	—	—
		混合プレス火腿	—	153	—	—	6	—
	鶏	卵	20	37	185	39	50	128
牛乳製 乳品	牛 乳	17	23	135	219	147	67	
	乳 製 品	74	116	157	5	7	140	

- (注) 1. 混合プレス火腿 47年より出現(単価38円 摂取量12g, 52年の価格上昇403%)
 2. ベーコン 48年より出現(単価100円 摂取量18g, 52年の価格上昇213%)
 3. 豚肉(もも) 48年より出現(単価107円 摂取量7g, 52年の価格上昇136%)

表7 動物性食品費, 摂取食品量からみた100g単価と上昇率

区分	対象 年	総 被 検 者			自 宅 生			下 宿 生		
		49	52	52/49×100	49	52	52/49×100	49	52	52/49×100
		円	円	%	円	円	%	円	円	%
動物性食品費		135	235	174.1	186	233	125.3	123	236	191.9
動物性食品量		308	327	106.2	320	300	93.8	305	347	113.8
100g単価		44	72	163.6	58	78	134.5	40	68	170.0

表8 1人1日平均使用食品数

対 象	年	46	47	48	49	50	51	52
自 宅 生		34	44	46	51	38	43	39
下 宿 生		35	47	44	45	36	41	43
全		35	45	45	47	37	43	41

(注) 調味料を除く

V 総括及び考察

昭和46年から昭和52年までの女子大学生の食費と食品摂取状態について次のことがいえる。

1) 昭和46年の食費は7年間に約2倍に達しているが、高知市の物価指数上昇と強く相関していること、食費上昇が食品摂取量増加につながっていないことなどから推察すれば、それは食料物価高への対処であり、総食品量約1,200g摂取のための余裕のない食費であると考えられる。女子大学生にとって、オイルショックによる物価高の影響は大きく、食費のより低い下宿生に著明に現われていると言える。

2) 物価高の急増した昭和49年から昭和51年へかけては、価格の安定した穀類（主食）を増量し、菓子・果物を減量しているが、これは食費支出抑制への対処と考えられる。

3) 動物性食品の平均単価は、変動が大きい、量的には約300gが確保されている。そのため高価な干物、乳製品、肉加工品に代って、比較的安価で値上り中の低い生魚・魚加工品・鶏肉・ばら肉及び肉の加工品の摂取増でこれを補っている。また魚類は単価が高くなると摂取量は減るが、肉類では単価の安いものへ移行してまでも量は確保したいという嗜好上の特徴がみられた。このことから女子大学生は「肉が好き」「調理が簡単にできる」など嗜好や調理手間も食品選択上重要な要素となっていることが推察される。

4) 主食では米量が減り、小麦への移行がみられ下宿生に強い傾向があるが、この移行は将来、より進展し、下宿生のほうに強く現われるものと推察される。

5) 植物性のエネルギー食品である穀類、いも類、菓子類に代って油脂類が増加していること、主として和風料理に用いられる種実類、大豆・大豆製品、淡色野菜及び茸類が減少していること、動物性食品では肉類が増加していることなどからオイルショックによる著しい物価高は、摂取食品の種類・質及び量を変動さし、洋風化に拍車をかけたものと考えられる。

6) 対象別食品摂取状況では、下宿生は、米・魚離れ、肉・牛乳・油脂好みなど洋風化が進む中で、自宅生は、米・魚の摂取量は下宿生よりも多く、油脂の摂取量には変動も少なく、肉は脂身の少ないものへ移行しているという結果が得られたことは年代差のある家族の嗜好や家庭の食習慣が、摂取食品の種類、質や量の急変、日本食離れに歯止めをかけているものと推察される。

本報告の要旨は第25回日本栄養改善学会に於いて発表したものである。

文 献

1. 厚生省：国民栄養調査の手引き，昭和38年
2. 高橋重磨他：栄養調査のやり方まとめ方，第1出版株式会社，1962.
3. 高木和男：栄養士のための統計と調査法，医歯薬出版株式会社，1962.
4. 高知市：消費者物価指数年報，昭和54年
5. 統理府統計局：家計調査年報，昭和47年8月から昭和53年8月
6. 根岸龍雄他：公衆栄養学，同文書院，昭和50年

Summary

This paper makes a report on the students' foods expences and the ingestive conditions of foods at a Women's University from 1971 to 1977. The outline of this investigation is as follows :

1. Foods expences in 1977 are doubled what they were in 1971, that is, expences are raised from ¥295.17 (per a day for a single student) to ¥566.75. This is greatly affected by the oil shock, and therefore foods expences of the board residents of students were decreasing.
2. Out of the trends of foods ingestion, cereals, sweet potatoes and confectionery were decreased, while foods consisting of oils and fats were increased. In addition to these trends, fishes moved from raw foodstuffs to processed ones, and highpriced meat to low-priced one.
3. The ingestive conditions of students with family showed little change comparing with those of the board residents of students in variety and in quantity.

We guessed that the eating habits in their family puted on the brake to the hasty change tend toward the Western diet.

(高知女子大学 栄養指導研究室)