

# 住まい・生活意識にみる現実と課題

食生活関連意識の結果を踏まえて

生活意識調査結果から

山下 満智子

Written by Machiko Yamashita

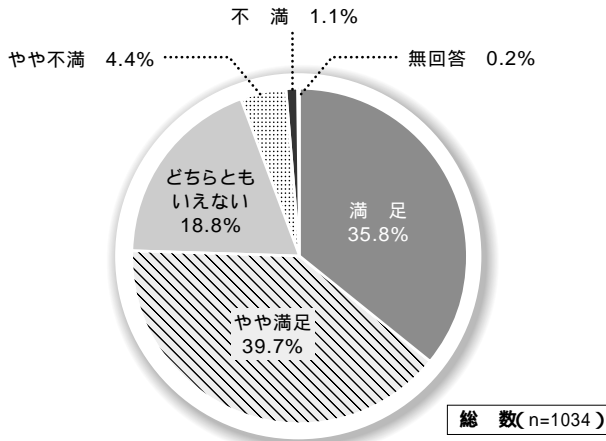
## はじめに

生活意識調査のうち、食生活関連分野について報告する。

食生活関連では、食生活全般への満足度や主な調理の担当をはじめ、調理頻度、台所の広さや設備、そして理想の調理時間や台所の広さについて質問し、そのほとんどの設問に「100パーセントに近い回答を得た。以下は、性・年代別のクロス集計で得られたデータからのトピックスである。

### 主なトピックス

三〇代・五〇代女性には調理に対して面倒という感覚が強く、一方、六〇代男性は、食



食生活全般についての満足

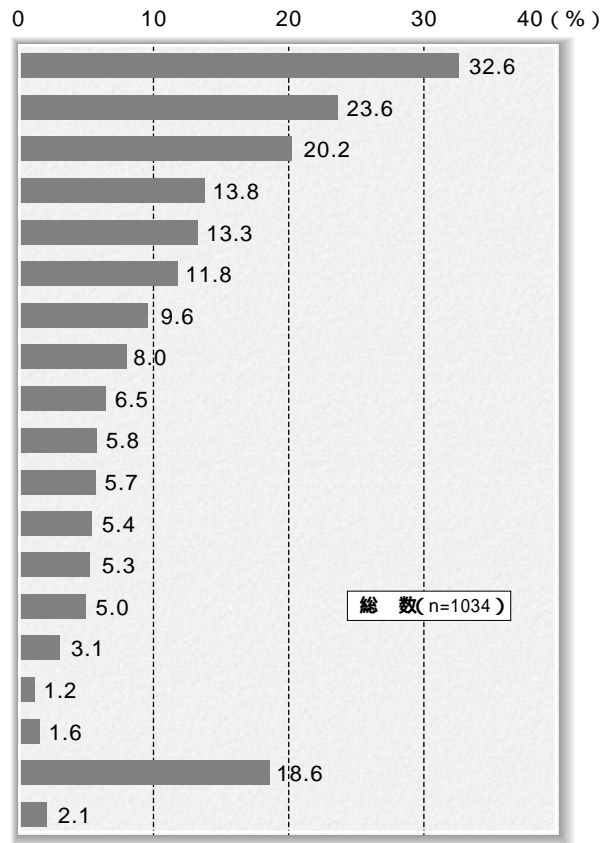
## 調査結果の概要

### 食生活全般の満足

食生活全般への満足度は、「満足」、「やや満足」を合わせて七五・五パーセントと高く、不満は、「不満」、「やや不満」を合わせて五・五パーセントと

生活の満足度が高く、不満感がほとんどない五〇代、六〇代の男性の四人に一人は、週一回以上調理をする。約四割の男性は、週一回以上片付けをする。

理想の調理時間は、二〇〜三〇分、次いで三〇〜四〇分、平日・休日を問わず調理時間を少なくしたいという傾向がみられる。



食生活で不満な点(3つまで選択)

セプト、五〇代は二四・四パーセントと高い。「料理がへた」では、女性三〇代は一八・三パーセント、六〇代は一六・五パーセント、四〇代は二三・九パーセント、五〇代は九・二パーセント、次いで男性の二〇代は八・二パーセントの順であった。また二〇代男性では、「手作りが少ない」「一六・三パーセント」、「手間がかかる」「一〇・二パーセント」、「作り方がわからない」「八・二パーセント」等が他の世代より高く、他の世代の男性に比べて、料理を作る立場での不満な点が挙げられた。

食生活を変えることが必要だと思うか

① 食生活を変えることが必要だと思うか  
 食生活を変えることが必要だと思うかに対して、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」を合計すると三六・九パーセント、「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」では三四・二パーセントと、ほぼ同じ割合である。しかし性別に見ると、女性では、「そう思う」割合が四〇代は五三・三パーセント、三〇代は五二・四パーセント、五〇代は四一・一パーセントと高い。男性では、「そう思う」割合が五〇代は二〇・四パーセント、六〇代は三・〇パーセントと、女性や他の世代に比べて少ない。

② 食生活を変えることを必要と思う理由  
 「家族の健康のため」「八・二パーセント」、「自分の健康のため」「四八・七パーセント」、「節約のため」「二七・七パーセント」、「安全・安心のため」「一八・八パーセント」、「家族団樂の時間を増やすため」「一五・

食生活で不満な点

食生活全般で不満な点では、「栄養のバランス」「三三・六パーセント」、「安全・安心」「二三・六パーセント」、「経済性・節約できない」「二〇・二パー

低い。特に六〇代男性は八六・二パーセント、二〇代女性は一七・五パーセントと満足度が高い。「不満」「やや不満」では、男性二〇代は一四・三パーセント、三〇代は二〇・二パーセントと不満のポイントが高い。一方、男性六〇代では一・八パーセントと非常に不満のポイントが低い。

セプト、次いで「農薬など」「一三・八パーセント」、「生ゴミの処理」「一三・三パーセント」、「分別収集が面倒」「一・八パーセント」等であった。「栄養のバランス」を不満とするのは、二〇代では、男性は四六・九パーセント、女性は四二・五パーセントと他の世代に比べ高い。「安全性」に対しては、女性の三〇代は三四・一パーセントと高く、二〇代を除く女性の各世代で約三割と高い。また「農薬など」を不満とするのは、女性の五〇代・六〇代で約二〇パーセントと、他の層より高い。「経済性・節約できない」は、女性四〇代は二九・五パーセント、三〇代は二六・二パー

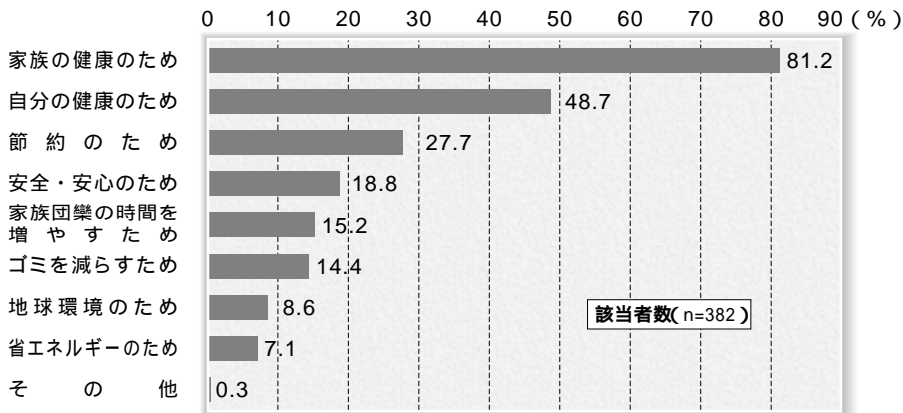
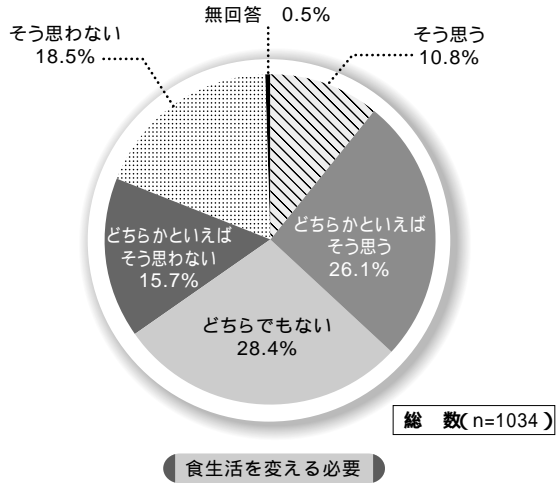
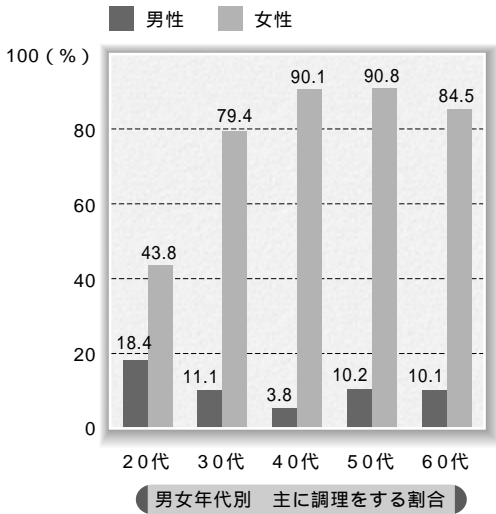
「二パーセント、ゴミを減らすため」「一四・四パーセント、地球環境のため」「八・六パーセント、省エネルギーのため」「七・一パーセントの順であった。

女性五〇代は九四・四パーセント、三〇代は八九・四パーセント、二〇代は八七・七パーセント、四〇代は八六・二パーセント、六〇代は八〇・六パーセントと女性の八割以上が「家族の健康のため」「を理由に選んだ。」「自分の健康のため」は、男性二〇代は七二・二パーセント、三〇代は六九・〇パーセント、女性二〇代は六九・六パーセント等であった。「節約のため」では、二〇代男性は四四・四パーセント、女性四〇代は三六・九パーセント、四〇代は三四・八パーセント、二〇代は三四・八パーセント等が他の世代より高い。「安全・安心」では、六〇代女性は三五・五パーセント、二〇代男性は二七・八パーセントと他の世代に比べて高い。「ゴミを減らす」では六〇代女性三二・三パーセントとポイントが高い。

調理の担当

主に調理を担当するのでは、女性四〇代は九〇・二パーセント、五〇代は九〇・八パーセント、六〇代は八四・五パーセント、三〇代は七九・四パーセント、二〇代は四三・八パーセントが本人であった。四〇代・五〇代女性では九割以上が主に調理をしている。

一方、男性で主に調理を担当するのは、四〇代は三・八パーセント、六〇代は一〇・一パーセント、五〇代は二〇・二パーセント、三〇代は一一・一パーセント、二〇代は一八・四パーセントであった。



調理頻度

女性では、調理頻度「週六〜七日」が四〇代は八三・六パーセント、五〇代は八三・二パーセント、六〇代は七八・六パーセントと約八割。次いで三〇代は六五・九パーセント、二〇代女性は三一・五パーセントであった。

一方、男性では、六〇代で「週六〜七日」が唯一、一割を超える。男性では、「しない」が四〇代は五四・二パーセント、六〇代は五〇・五パーセント、三〇代は五〇・〇パーセントと半数を超え、五〇代男性は、「したことがない」が一三・九パーセントと他の世代に比べて高い。

食事の片付け

① 食事の片付けの頻度

食事の片付けの頻度は、「週六〜七日」は女性五〇代八九・三パーセント、六〇代は八九・三パーセントと多く、男性では、五〇代は一九・六パーセント、六〇代は一六・五パーセントと他の世代より多い。男性四〇代では、「しない」が三五・二パーセント、一方で「週一〜三日」が二一・九パーセント、「月二〜三回」が三三・三パーセント、三〇代男性では、「月二〜三回」一九・四パーセント、「週一〜三日」一五・七パーセント、「週六〜七日」一三・〇パーセントであった。

「食事の片付けをしない」をしたことがない。

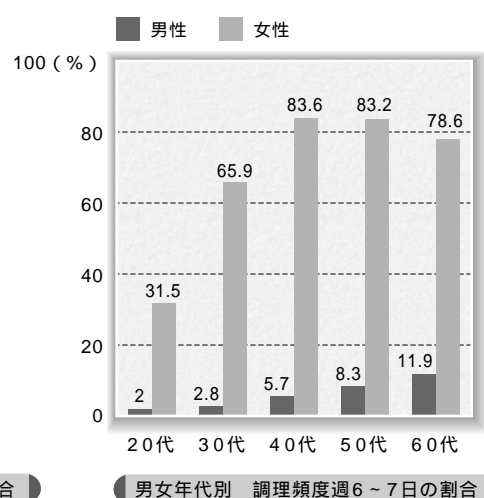
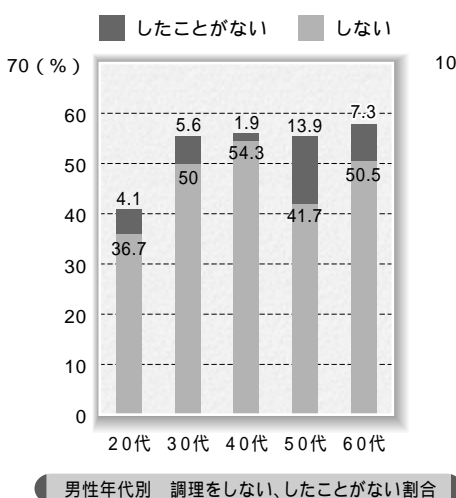
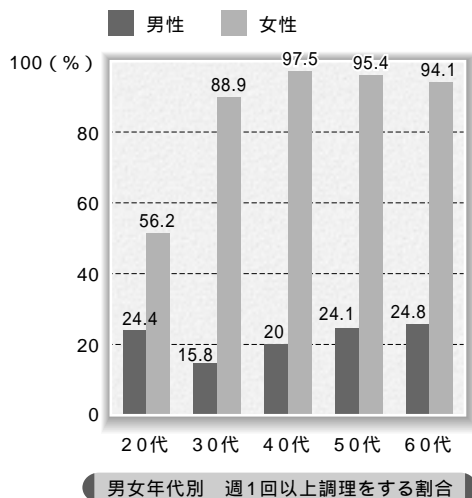
「男性は、約四割弱。一方、「週一回以上片付けをする」男性も約四割であった。

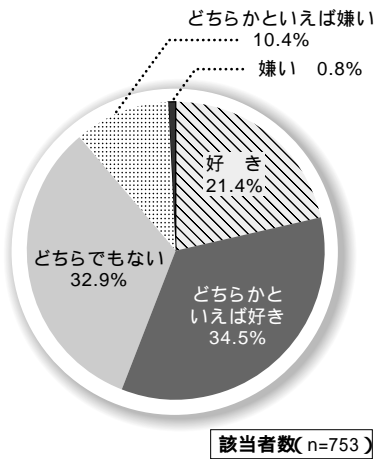
五〇代の男性では、調理と同じく片付けをしないという割合が他の世代よりも高い。

調理は好きか

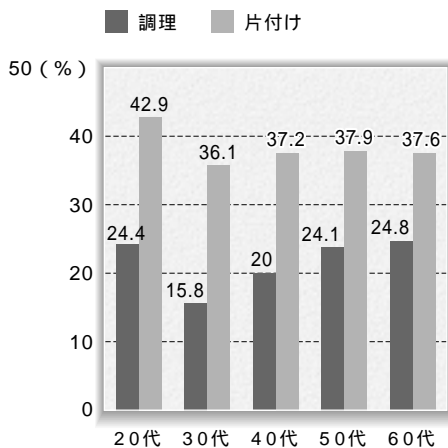
調理が「好き」「どちらかといえば好き」「五五・九パーセント、一方「嫌い」「どちらかといえば嫌い」は、一一・二パーセントである。調理が「嫌い」「どちらかといえば嫌い」では、女性三〇代の二六・八パーセント、四〇代の二一・三パーセント、五〇代の一一・六パーセント、六〇代の二・六パーセントと女性に「嫌い」が多い。

男性で調理が「嫌い」は、三〇代一四・六パーセントで唯一、一割を超えている。三〇代では男女ともに「嫌い」のポイントが高い。一方、二〇代女性では八割近くが調理を「好き」と答。この傾向は未既婚に関わらなかつた。「嫌い」も一・七パーセントときわめてポイントが低い。

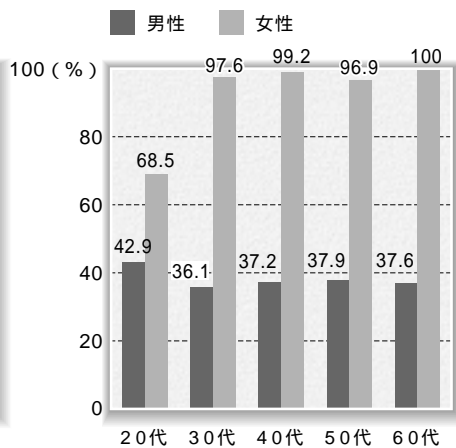




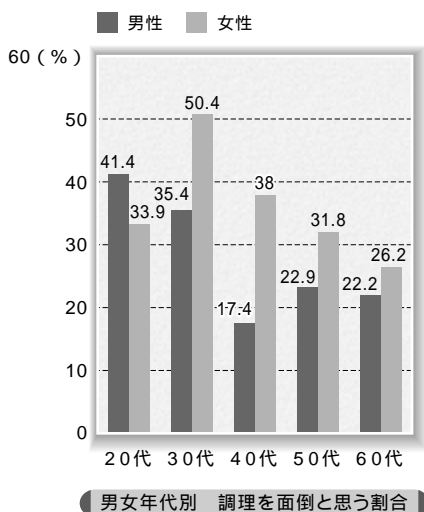
調理は好きか



男性年代別 週1回以上調理、片付けをする割合



男女年代別 週1回以上片付けをする割合



男女年代別 調理を面倒と思う割合

調理をすることを面倒と思うか  
面倒と思うか

調理をすることを面倒と思うかについては、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」「三三・九パーセント、一方、「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」は三七・一パーセントであった。

女性の三〇代は五〇・四パーセントと半数が「調理は面倒と思う」とし、一方、五〇代男性では五四・二パーセントと半数以上が「調理は面倒でない」と回答した。ただし前掲のように、男性五〇代では、「本人が主に調理する」は一割にすぎない。頻度では、

レシピなど料理情報の入手先

「しない」「したことがない」が半数以上であった。三〇代の女性に次いで「調理を面倒と思う」のは二〇代男性は四一・四パーセント、四〇代女性は三八・〇パーセント、三〇代男性は三五・四パーセント、二〇代女性は三三・九パーセントの順であった。

「雑誌」からの情報入手は、女性四〇代は七二・七パーセント、三〇代は七〇・〇パーセント、二〇代は六七・八パーセント、五〇代は六五・九パーセント、六〇代は六〇・二パーセントと六割以上と高い。男性では、四〇代は四五・七パーセント、六〇代は四〇・〇パーセントと女性に比べて低い。「テレビ」では、女性六〇代は七三・八パーセント、四〇代は六五・九パーセント、五〇代は六五・一パーセント、二〇代は五九・三パーセントで五割を超えており、男性では六〇代で五五・六パーセントとポイントが高い。「友人・知人」は、女性五〇代は四一・一パーセント、六〇代は四〇・八パーセント、四〇代は三六・四パーセント、男性三〇代は二〇・八パーセント、六〇代は二〇・〇パーセント等であった。

住まい・生活意識に見る現実と課題 生活意識調査結果から

一方、「親」は、女性二〇代は七六・三パーセント、三〇代は四五・六パーセント、男性二〇代は三一・〇パーセントでポイントが高い。「インターネット」では、男性二〇代は二〇・七パーセント、女性二〇代は二二・〇パーセントでポイントが高い。情報入手先が、「特にならない」では、男性では五〇代の四五・八パーセントが一番多く、二〇代は三七・九パーセント、四〇代は三七・八パーセント、三〇代は三三・三パーセントで三割を超えている。

夕食のための調理時間

① 平日の夕食の調理時間

平日の夕食の調理時間は、全体では、三〇～四〇分が二二・八パーセント、ついで、五〇～六〇分が一九・九パーセント、二〇～三〇分が一七・三パーセントの順であった。

女性年代別では、四〇代・三〇代では、五〇～六〇分、それぞれ二八・九パーセント、二七・二パーセント、三〇～四〇分は二七・三パーセント、二四・八パーセントと二つのピークがある。六〇代・五〇代ではピークは、三〇～四〇分に三一・一パーセント、二四・八パーセントと二つになる。「六〇分以上」は、五〇代で一七・八パーセントとどの世代よりも多い。六〇代では、三〇～四〇分が三一・一パーセントとどの世代よりも多い。

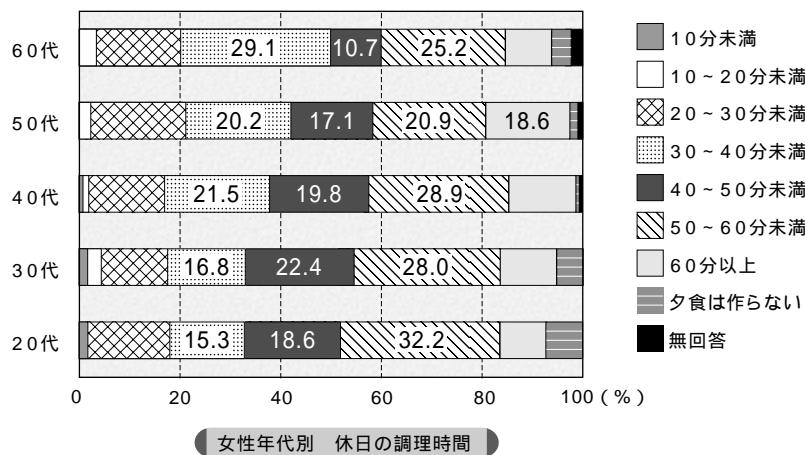
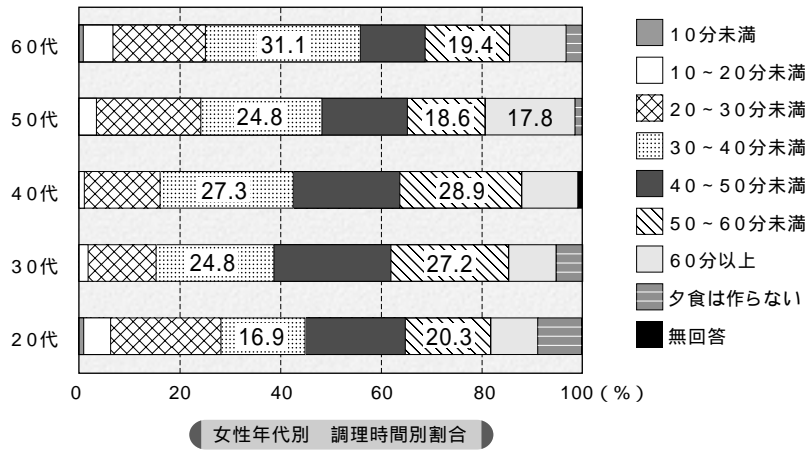
男性では、「二〇～三〇分」にピークがあり、六〇代は二四・四パーセント、三〇代は二〇・八パーセント、四〇代は一九・六パーセント、五〇代は一八・八パーセント、二〇代は二三・八パーセントの順であった。二〇代男性では、調理時間は、一

〇～二〇分が二二・八パーセント、二〇～三〇分が二二・八パーセント、三〇～四〇分が一〇・三パーセント、四〇～五〇分が一〇・三パーセント等で、「平日夕食は作らない」が四一・四パーセントとどの世代よりも多い。

が二二・八パーセント、三〇～四〇分が一九・九パーセント、二〇～三〇分が一六・六パーセント、四〇～五〇分が一五・七パーセント、六〇分以上が一・二パーセントであった。全体として休日のほうが調理時間は増えており、夕食を作らない割合は、やや減る。

② 休日の夕食の調理時間

休日の夕食の調理時間では、「五〇～六〇分」



で三二・二パーセント、四〇代で二八・九パーセント、三〇代で二八・〇パーセントと多くなり、平日では二つであつたビークが一つになる。逆に五〇代・六〇代ではビークが二つになる。休日においても、五〇代女性で調理時間「六〇分以上」の割合が一番多い。

二〇代男性では、「夕食を作らない」が四一・四パーセントから二七・六パーセントへと一三・八ポイント減る。「三〇～四〇分」が一〇・三から二〇・七パーセントへと増える。

理想の調理時間

① 理想の平日の夕食調理時間

理想の平日の夕食調理時間では、「二〇～三〇分」が三三・二パーセント、「三〇～四〇分」が二二・一パーセント、「五〇～六〇分」が九・五パーセント、「四〇～五〇分」が八・五パーセント、「六〇分以上」が一・五パーセント、現状のまま「よい」が二四・二パーセントであつた。「現状のままでよい」を詳細にみると、理想の調理時間は、「二〇～三〇分」が二六・八パーセント、「三〇～四〇分」が二五・二パーセントと多くなり、一般的に調理時間を少なくしたいという傾向がみられた。

② 理想の休日の夕食調理時間

理想の休日の夕食調理時間は、「二〇～三〇分」が二〇・九パーセント、「三〇～四〇分」が一九・六パーセント、「五〇～六〇分」が一〇・八パーセント、「四〇～五〇分」が九・一パーセント、「六〇分以上」が二・二パーセント、

「現状のままでよい」が二六・一パーセントであつた。「現状のままでよい」を詳細にみると、「二〇～三〇分」が二四・六パーセント、「三〇～四〇分」が四・一パーセントと、現実の休日の調理時間よりも「二〇～三〇分」と「三〇～四〇分」の割合が多くなり、休日においても理想的には調理時間を少なくしたいという傾向がみられた。

夕食はだれと食べるか

① 平日

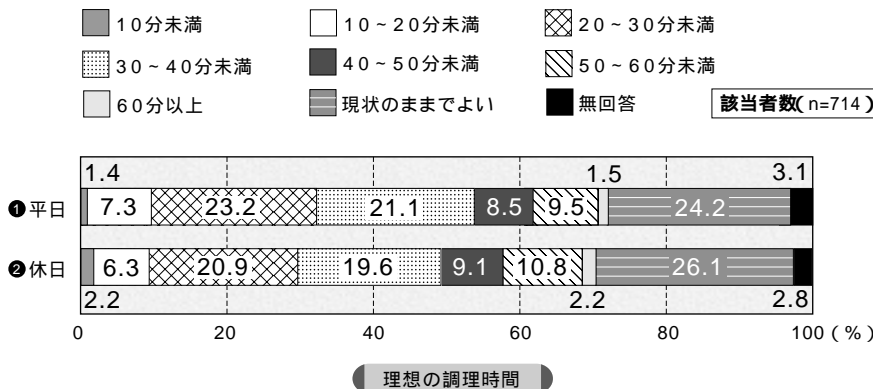
平日の夕食をだれと食べるかは、「家族」三三・五パーセント、「配偶者」三四・七パーセント、「子供」二二・五パーセント、「一人」一八・二パーセントの順であつた。「一人」では男性二〇代は四九・〇パーセント、三〇代は三八・〇パーセント、四〇代は三二・四パーセントと高い。一方、五〇代の女性一四・五パーセントでは、「一人」が二〇代を除く他の世代の女性より高い。六〇代男女では、「配偶者」の割合が六八・二パーセント、五七・三パーセントと高い(次ページの図を参照)。

② 休日

休日の夕食では、「家族」四五・二パーセント、「配偶者」三九・七パーセント、「子供」二〇・一パーセント等であつた。「一人」で食べる割合は六・九パーセントと休日比べ減る。二〇代男性では、休日の夕食と一緒に食べるのは、「家族」三二・七パーセント、「親」二八・六パーセント、「友人」二六・五パーセント、「一人」二八・四パーセントの順であつた(次ページの図を参照)。

夕食を食べる場所

平日、休日で主に食事を食べる場所に違いはなく、「いわゆる食堂やダイニングまたは食事用のテーブルなどが常に置いてある食事専用の部屋」が六割、「独立型のリビングや居間または」



DKやLDの居間スペース」が三割、「就寝など他の用途も兼ねている部屋」は、四・一パーセント、「自室」一・二パーセントであった。

● 台所の広さや設備の満足度 ●

① 広さ

台所の広さへの満足度では、「満足」は、「やや満足」が、四八・六パーセント、「不満」は、「やや不満」が三五・一パーセントであった。五〇代女性と六〇代男女で六割弱と、満足度が高い。また男女ともに三〇代・四〇代で不満度が高い。

② 設備

台所の設備への満足度では、広さと同様、五〇代女性六〇代男女の満足度が五割以上と高い。三〇代女性と四〇代男女の不満度が高い。

● 台所の種類 ●

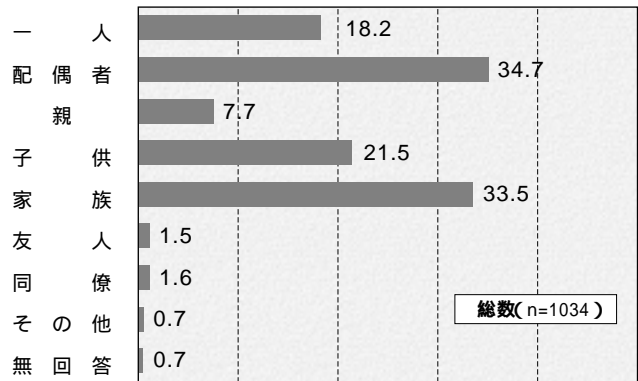
① 現在の台所

「対面型以外のDKあるいはLDKとしてのキッチン」が四九・六パーセント、「独立型キッチン」三二・八パーセント、「対面型カウンターキッチン」一四・四パーセントであった。

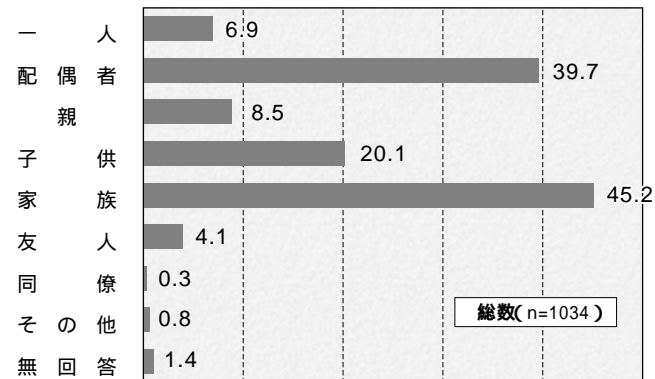
② 希望の台所

「対面型カウンターキッチン」三九・二パーセント、「対面型以外のDKあるいはLDKとしてのキッチン」一九・二パーセント、「独立型キッチン」二二・六パーセント、「現状でよい」が二五・八パーセントであった。「現状でよい」を詳しくみると、「対面型カウンターキッチン」四四・八パーセント、

① 平日 0 10 20 30 40 50 (%)



② 休日 0 10 20 30 40 50 (%)



夕食はだれと食べるか

「対面型以外のDKあるいはLDK」三〇・〇パーセント、「独立型キッチン」二〇・四パーセントであった。

● 家庭の台所 ●

① 現在の台所

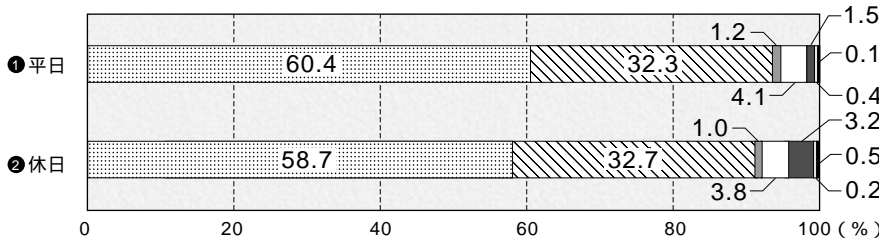
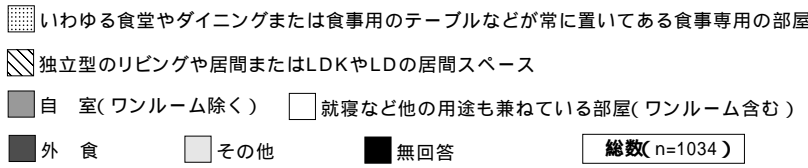
現在の台所の広さでは、「六〇八畳」三三・五パーセント、「四〇六畳」二二・一パーセント、「八〇一〇畳」二二・九パーセント、「三畳以下」一

二・七パーセント、「一〇一六畳」二二・六パーセント等であった。

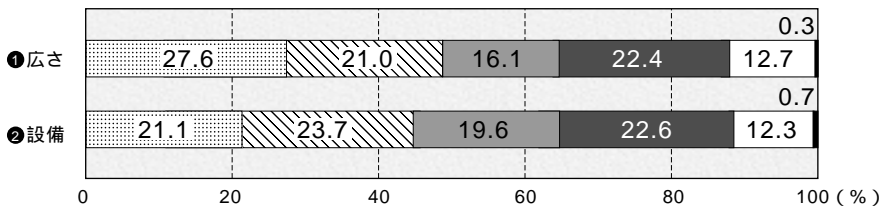
② 希望の台所

台所の希望では、「八〇一〇畳」一八・四パーセント、「六〇八畳」一七・〇パーセント、「一〇一六畳」一五・四パーセント、「現状のままでよい」が三二・四パーセント等であった。「現状のままでよい」を詳細にみると、「六〇八畳」三二・一パーセント、「八〇一〇畳」二二・三パーセント、「一〇一六畳」二〇・六パーセント等になった。

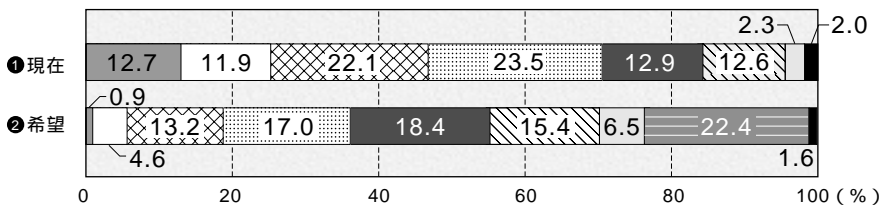
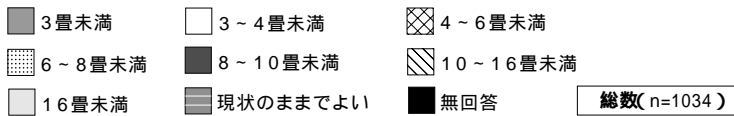




夕食を食べる場所



台所の広さや設備の満足度



現在の台所と希望の台所

くつろぎ感やリラックス感を  
感じる住まいで過ごす時間

くつろぎ感やリラックス感を感じる住まいで過ごす時間では、「家での食事」二五・八パーセントに比べて、「お風呂」四五・三パーセント、「テ

レビデオ」三九・七パーセント、「睡眠」三九・一パーセント、「家族との会話や団樂」三二・二パーセント、「ゆったり休養・昼寝」二九・〇パーセント等が高かった。「家族での食事」では、四〇代の女性が二一・五パーセント、三〇代女性が二一・三・五パーセントと低く、一方、六〇代の男性は四一・三パーセントと高い。二〇代を除

き女性は同世代の男性より低い。六〇代男女では、「親や子を招いての食事」が他の年代より高い。  
「お風呂」については、六〇代女性で六〇パーセントと高く、二〇代男性で二二・二パーセント、二〇代女性で三二・五パーセントと低い。「テレビデオ」は、男性で六〇代は五六・九パーセン

ト、五〇代は五〇・〇パーセント、四〇代は四四・八パーセントと高い。「睡眠」は、二〇代男性で五三・一パーセントと高い。「家族との会話や団欒」は三〇代女性で三九・七パーセントと高い。「ゆったり休養・昼寝」は二〇代女性で四五・二パーセント、四〇代女性で四二・六パーセントと高い。六〇代では男性一六・五パーセント、女性で二二・六パーセントと低い。「趣味」は二〇代男性で高く、総じて女性のほうが高い。六〇代男性、五〇代女性で「ゲーミング」が他の年代より高い。二〇代男女では、「電話・携帯での通話・メール等」、「二〇代男性では、「ゲーム・インターネット」が他の年代に比べて高い。

## まとめと考察

食生活全般への満足感は七割以上と高いが、主たる調理担当者である、特に三〇～五〇代女性で調理に対する面倒と思う感覚が強く、逆に六〇代男性の食生活全般への満足感が高く、逆に不満感が非常に低い。調理に関して男女により意識に大きなギャップが存在する。

「調理をしない・したことがない」男性は三〇代～六〇代男性で半数を超え、調理はまだまだ女性が主たる担当者であった。しかし五〇代・

六〇代男性では、「週一回以上調理をする」人が四人に一人、片付けではほとんど毎日という人も二割近くいた。約四割の男性は、週一回以上片付けをしている。

調理や片付けには、現在も役割分担やその意識が存在するといえる。しかし片付けでは、調理と比べると、片付けをしない・したことがない「割合は、かなり低くなっている。男性の片付け頻度が、調理頻度に比べてかなり多いという結果から、炊事全体への男女の役割分担意識は、かなり低減していると推測された。調理に対する不慣れそのものが、結果として役割分担へと繋がっている可能性が考えられる。

調理や片付けをしたことがない割合が多いのは五〇代男性であった。家庭科の男女共習などによって調理実習を経験した四〇代以下の世代、以前はしなかったが定年後家事を分担するようになった六〇代。五〇代男性は、その世代間の狭間といえる。今後団塊の世代である五〇代が定年を迎えた時には、現在の六〇代の男性と同様かそれ以上に調理や片付けを分担するようになるだろう、大きく調理の役割分担が流動することが予想される。

平日の夕食の調理時間は、女性三〇代・四〇代では、「五〇～六〇分」、「三〇～四〇分」と二つの「ブク」ができた。これらの世代の二極化した調理時間は、大まかに手作り派と簡便派に分

けることができるだろう。一方、五〇代以降では、「三〇～四〇分」と調理時間がより短くなり、子育ての終わった世代では、全般としては調理の簡便化傾向がみられる。しかし、「六〇分以上」という割合が多いのも、五〇代以上に特徴的である。

全体として平日に比べ休日のほうが調理時間は増え、夕食を作らない割合はやや減る。休日には、平日の調理時間が二極化した四〇代以下で、調理時間が長くなり、「五〇～六〇分」が「ブク」となる。

理想の調理時間は、「二〇～三〇分」、次いで「三〇～四〇分」。調理時間を少なくしたいという傾向が、男女、世代、休日・平日を問わずみられる。調理時間短縮への希望は根強い。

今回の調査の主なトピックとして挙げた、男女の意識のギャップ、四割以上の男性が片付けを週一回以上している、調理時間の短縮への強い希望という三つの要素に加え、団塊の世代が家庭に回帰することなどから考えて、今後家庭内での男性の調理頻度が増えることは容易に予想される。食生活に関していえば、家庭内での役割分担はかなり速いペースで流動化していく条件が整ったと筆者は考えている。その変化こそが、二一世紀の食生活を形成していく原動力の一つといえるだろう。

(大阪ガス エネルギー・文化研究所 副主任研究員)