

栄養士養成校入学時における調理等の名称の 認知度と調理経験の検証

The Research of Cooking Tool Knowledge and Cooking Experience at the Nutritionist College Entry

土井 有美子

Yumiko DOI

要 約

近年、食生活は豊かになり、食事内容は多様化してきている。特に、自ら調理せずとも食事を容易に摂れるようになってきている。それに伴い、調理器具や切り方等の認知度が低下してきている学生が、多く見られるようになってきた。これら認知度の低下は、授業や実習の進行を著しく停滞させる要因になっている。そこで、本学の授業や実習を円滑にすすめ、教育効果を上げるために、学生の調理器具や切り方等の名称について、その認知度の実態を把握することとした。今回の調査で、和食や郷土食に関する調理器具や野菜の名称の認知度は全般的に低いことがわかった。基本的な切り方については、比較的認知度が高く、調理経験も高い傾向にあったが、それ以外の切り方は認知度が低いことが明らかになった。

はじめに

食生活が変化し、多様化してきている現在、食に対する意識も変化してきていることを実感している。「食の外部化」が話題になって久しく、食の外部化のうちいわゆる自宅外で調理された料理を持ち帰り、家で食事をする「中食」を含む食の外部化率が、昭和 50 年代から増加しはじめた¹⁾。すなわち、家庭内でまたは自ら調理する機会が、減少してきている現状である。この傾向は、本学学生の食事情²⁾や、また野田らの調査結果³⁾にも表れている。本学に入学してくる学生は自宅通学者が多く、自ら調理する頻度は少なかった。また、調理する際は、カレーライスやスパゲティ、丼物等、いわゆる一品料理であり、それだけで食事が成立し、満腹感を得られるものであった。この結果は、単純で、画一的な調理法であり、しかも特別な器具や切り方、食材等の必要がない料理のように考えられる。調理する食材は、一般的なスーパーマーケット等の小売店で入手が容易なものを使用し、固定化してしまっているとも

うかがえる。また、一方、筆者による調査では、外食においても一品料理を選択する傾向にある²⁾ことが、明らかになっている。

これらの調査から、本学に入学する学生は、家庭で調理に関わることが少なく、また全く関わることはないままで、本学の授業や実習に参加しているのではないかと考えられる。また、高校等の教育現場においても、家庭科授業で調理経験や調理項目が少なくなっているのではないかと考えられる。

本学では、教科として調理学実習を指導する場合、効率的な内容のプログラムを立案することが必要である。前述のような状況が、明らかになった現状を踏まえたうえで、さらに、対象学生がどの程度の認識や経験を有しているのかを把握したうえで、知識不足や経験不足を補うための実習内容を計画し、指導していくことが重要である。また、そのことが、学生にとって栄養士養成校で学ぶ意義が大きいと考える。

そこで、本論文では、入学当初の学生を対象に調理器具や用語、食品名の認知度と調理経験の実態を検証し、報告す

る。

調査方法

1. 調査対象

本学食物栄養専攻1年生とした。

平成25年度53名

平成26年度51名

平成27年度55名 合計159名。

2. 調査時期

入学後、調理学実習Ⅰの第1回授業日(平成25年、平成26年、平成27年の各年度4月上旬)。

3. 調査内容

自記記名式質問紙調査を実施した。器具、切り方、魚、野菜、香辛料の5項目について、「名称を知らない」、「名称を知っている」、「名称を知っていてしかも使った(調理した)ことがある」の3選択肢を設定し、回答を得た。

各項目の種類は、器具15種、切り方21種、魚24種、野菜19種、香辛料21種である。

調査結果

1. 器具の名称について

「使ったことがある」と回答した調理器具で多かった器具は、「泡立て器」93.7%、次に「ピーラー」91.8%、「すり鉢」61.6%の順であった。逆に、「使ったことがある」と回答した調理器具で低い数値を示した調理器具は「鉄弓」の0%で、対象者全員が「使用経験がない」という結果になった。「鉄弓」自体の認知がそもそも低く、「鉄弓」を「知らない」が74.8%と高率であった。また、「飯切り」を「知らない」者が52.2%、「使ったことがある」者は11.3%と低率であった。「ペティナイフ」や「金串」、「巻きす」、「すりこ木」を「知らない」と回答した者は、それぞれ43.4%、「巻きす」や「すり鉢」を「知らない」者は、それぞれ42.1%、36.3%であった(図1)。

2. 切り方の名称について

「調理したことがある」と回答した切り方は、「輪切り」が87.4%、「みじん切り」が86.8%、「せん切り」が82.4%であった。反面、「名称を知らない」と回答した切り方で、高率を示したのは「シャトウ切り」が88.7%、「糸切り」が83.6%、「かこの切り」が82.4%であり、その3種の切り方を「調理したことがある」者は、それぞれ、0%、1.3%、1.3%であった。

また、「いちょう切り」76.1%、「半月切り」69.8%、「斜め切り」65.4%が「調理したことがある」と回答している(図2)。

3. 魚名の名称について

最も認知度が高かったのが「サケ」で99.4%、「知っている」と回答した者のうち、「調理したことがある」者は44.7%であった。一方、認知度が低かった魚の名称は、「クチ」の80.5%、「ウオゼ」が76.1%、「チヌ」が69.8%であった。魚の名称については「知っている」が高率である反面、「調理したことがある」との回答者が少ない魚の名称は、「あなご」で、「知っている」91.2%のうち「調理経験がある」者は1.3%であった。また、「すずき」も同様に「名称を知っている」

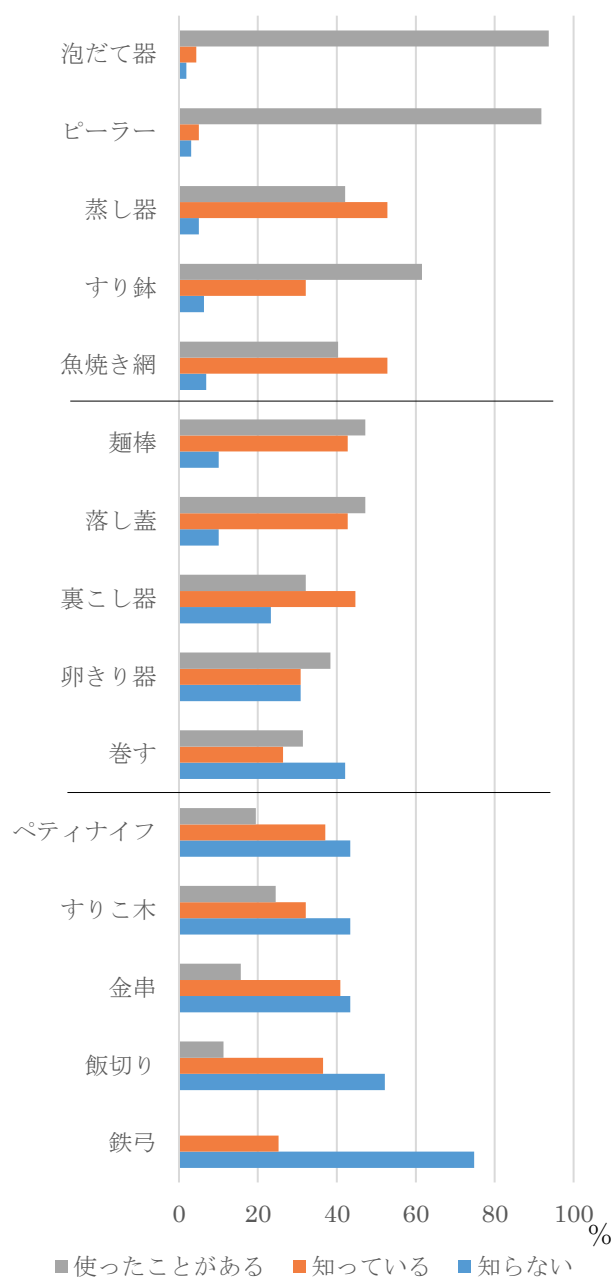


図1 器具名の認知度と調理経験

83.7%のうち、「調理したことがある」と答えた者は、1.3%であった(図3)。

4. 野菜の名称について

”ゴーヤ”の名称を「知っている」者が 96.9%と最も高く、そのうち 30.2%が「調理したことがある」であった。”ゴーヤ”に次いで「調理したことがある」と回答したのは、”わけぎ”の 13.2%であった。また、”ズッキーニ”を「知っている」者は 85.6%であり、「調理したことがある」は 8.2%、”山椒”は

それぞれ 81.7%、6.9%であった。反面、名称を「知らない」と回答した野菜のうち高率であった野菜は、”アーティチョーク”が 89.3%、”エシヤロット”が 81.1%、”ビーツ”が 80.5%、”チコリ”が 79.9%、”むかご”が 77.4%であった(図4)。

5. 香辛料の名称について

”シナモン”を「知っている」者は 98.2%と高率であり、「調理したことがある」と回答した者は 29.6%であった。また、

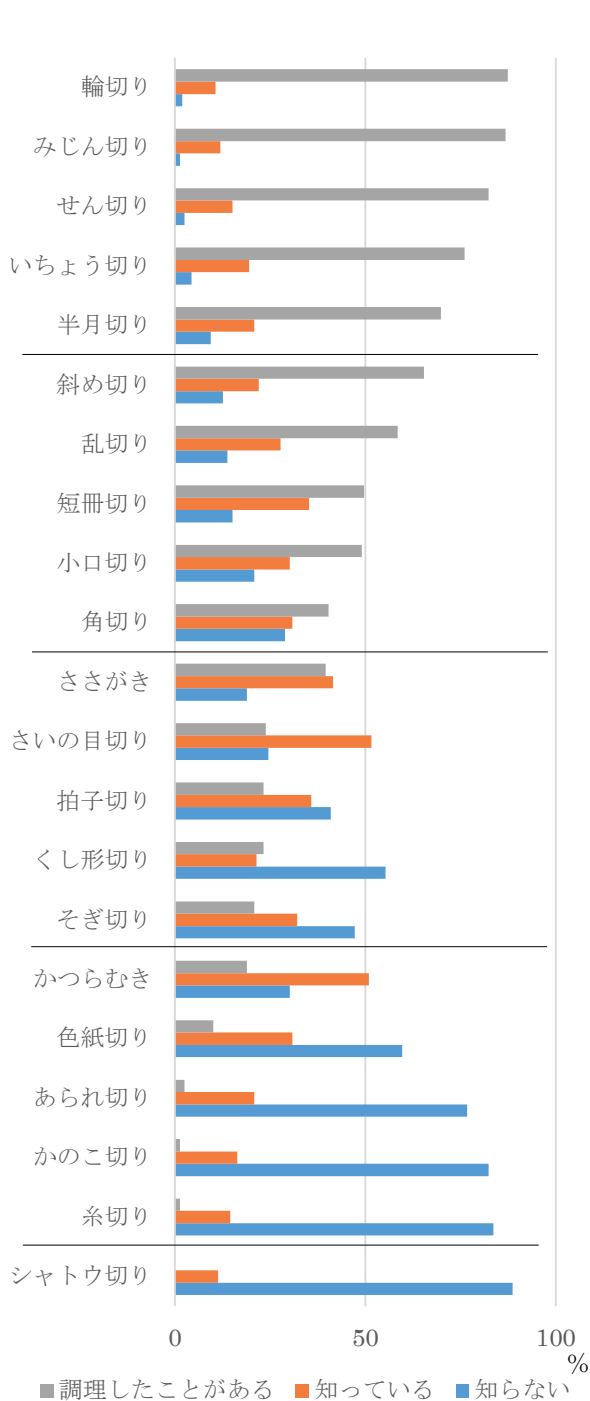


図2 切り方名の認知度と調理経験

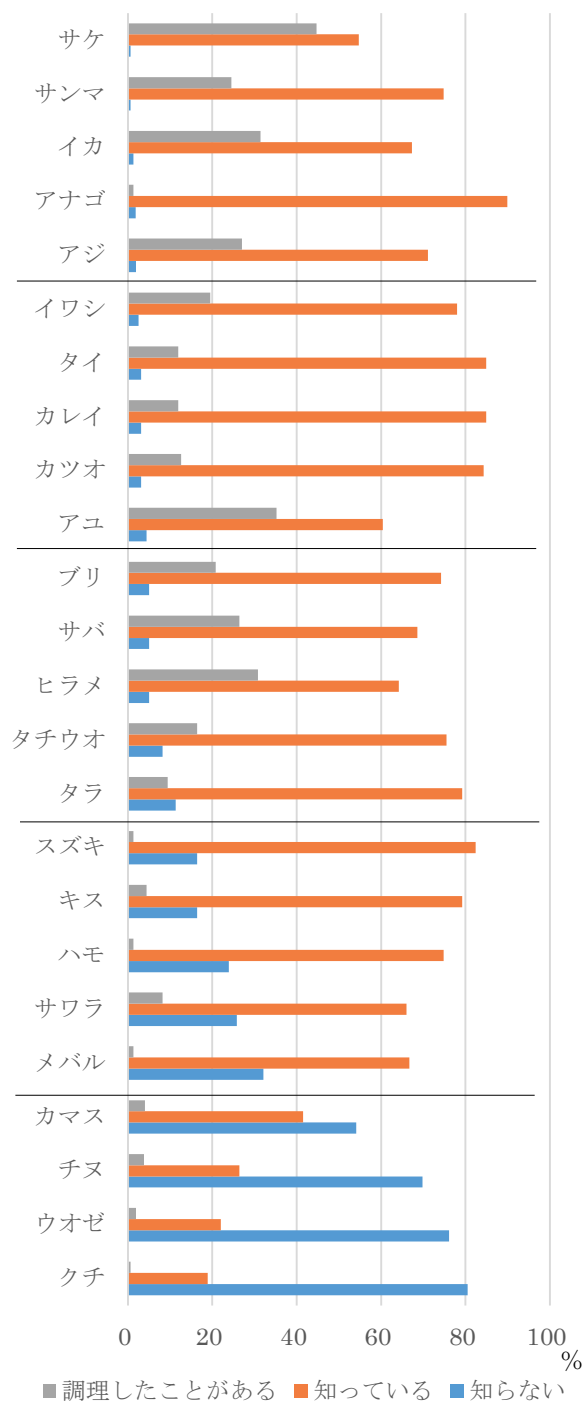


図3 魚名の認知度と調理経験

”パセリ”も同様「知っている」者は 98.1%、「調理したことがある」は 27.7%であった。しかし、「ガーリック」の認知度は”シナモン”や”パセリ”よりやや低いものの、「調理経験がある」ではそれらを上回り 41.5%であった。また、「バニラ」と”タイム”では、「調理したことがある」がともに 30.8%であった。反面、香辛料の名称を「知らない」と回答した者の上位を占めるのが、「ディル」93.1%、「五香粉」86.8%、「オールスパイス」83.6%、「セージ」83.0%、「八角」81.8%であった(図 5)。

考 察

「和食」が、平成 26 年 12 月に世界無形遺産に登録されて 3 年が経過した。また、平成 28 年 3 月には「第 3 次食育推進計画」が発表され、それに伴い同年 6 月には、「食生活指針」が出された。これらの方針や指針は、若者に対する食育の実践を強調し、次世代へ継承していくことが盛り込まれ、自らの健康を守るための方策や、和食や郷土食を次世代へ継承していく必要性も説いている⁴⁾⁵⁾⁶⁾。

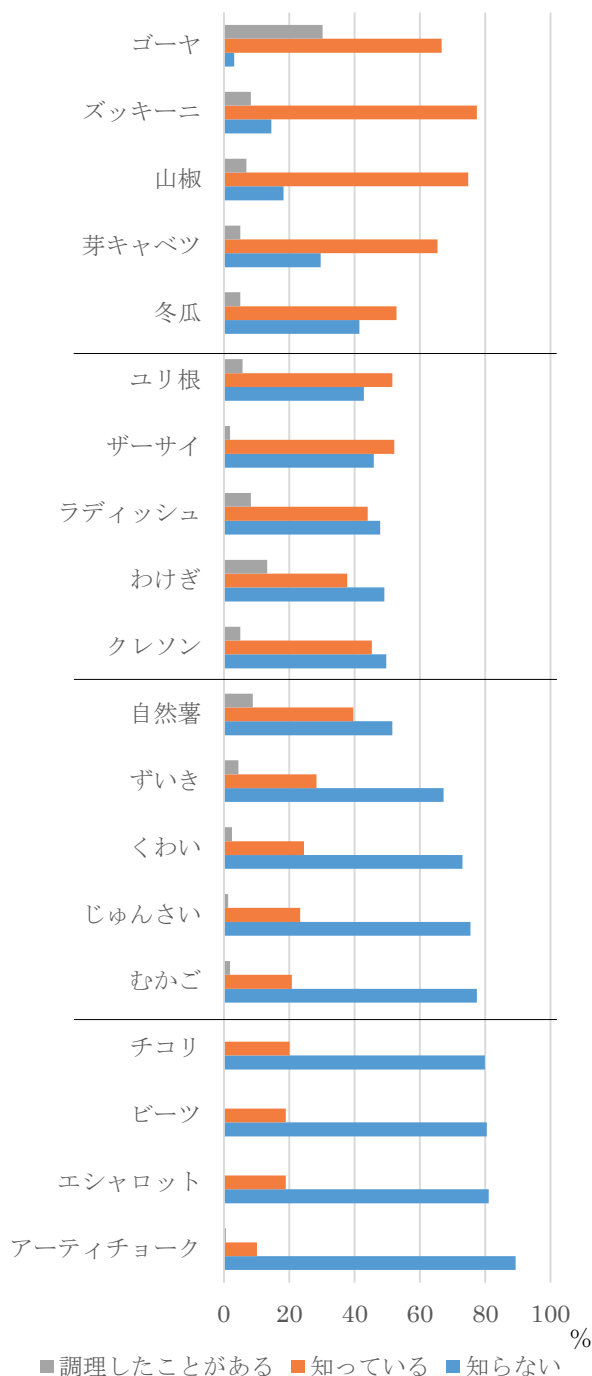


図 4 野菜名の認知度と調理経験

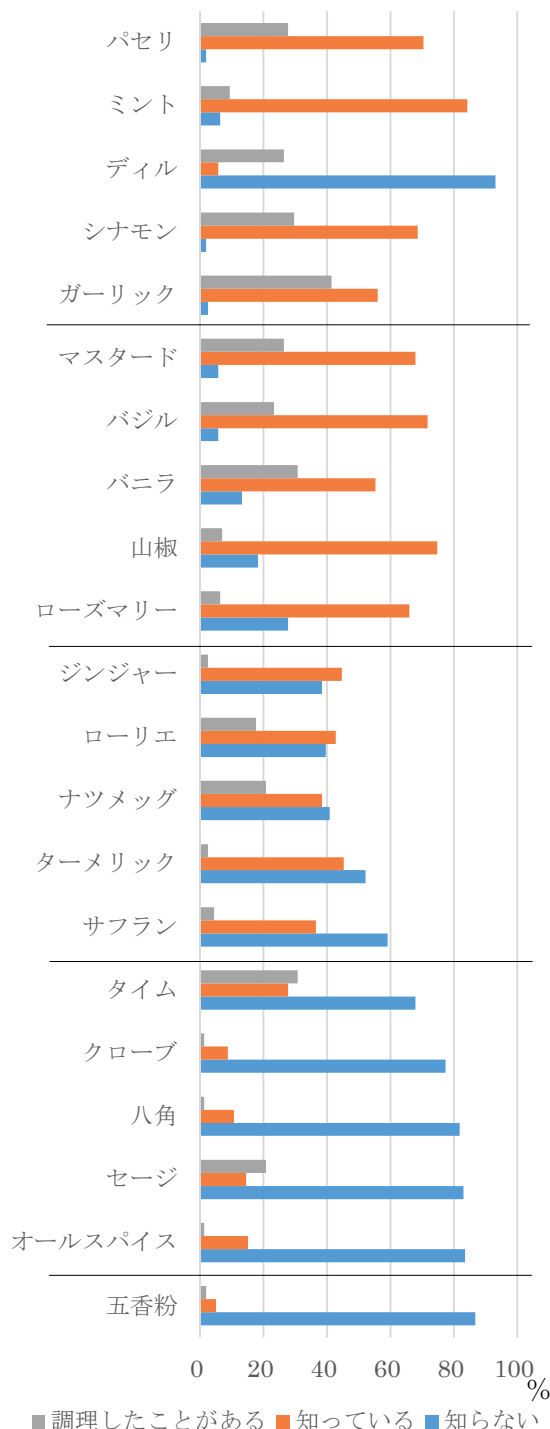


図 5 香辛料の認知度と調理経験

和食が世界無形文化遺産に登録された背景には、四季を彩る食卓、季節ごとの豊富な食材を利用した料理、だしの文化や行事食、地域で育まれた郷土食等が挙げられている。また、和食といえば「すし」といわれるように、「すし」は和食として代表の一角を担っている。特に、自然に恵まれた和歌山では、「すし」文化が発達してきており、脈々と継承されてきた。郷土料理として、紀北地方は「柿の葉すし」、紀中地方では「なれずし」、紀南地方では「さえらずし」というように、地域ごとに「すし」文化は存在している。しかし、本調査においては、「すし」の調理過程で必要な器具である「飯切り」の認知度が低く、そのうえ調理経験も低いことが表れた。また、「焼き魚」を調理するための「金串」や「鉄弓」、和え物や食材を磨り潰すために必要な「すりこ木」の使用経験も低いことが明らかになった。本調査の結果から、本学学生は調理経験が乏しいうえに、家庭内においても、和食を代表する料理を調理する機会が、減少してきているのではないかと推察できる。現在、調理学実習では、使用頻度の低いと思われる調理器具を使った実習を取り入れている。今後、本学学生一人ひとりが和食、例えば「すし」や、地域で古くから食されてきた郷土食等を伝承していくためには、調理学実習を通してそれらの特徴を理解し、また実技として、本調査で対象とした調理方法や食材を経験することによって、和食等の内容をより一層充実したものにしていく必要性を、強く感じた。

次に、食材の調理方法としての切り方について、本学学生の認知度と調理経験をみてみると、「輪切り」や「みじん切り」、「せん切り」、「いちょう切り」が高い認知度と調理経験を示したが、反面、それぞれの切り方で1～2割の学生に調理経験がないことを示すものであった。本調査の結果、対象の切り方については、岡本の調査結果⁶⁾と同傾向を示した。

通常、よく使われる食材の切り方は、約7割以上の者が経験している一方、ピーラーの使用経験が高かったことから、野菜の皮を剥くときには包丁ではなく、ピーラーを使用していると考えられる。調理学実習では、ピーラーに頼らない包丁使いの習得の必要性や、その他基本的な調理器具名・食品名の認知と調理経験の必要性が示唆された。

また、「シャトウ切り」、「糸切り」、「かのご切り」については認知度が低かったが、一般的に使われる(調理する)頻度が低いと考えられる切り方であるものの、認知しておく必要があると考える。「そぎ切り」は、本学の実習内容で取り上げているが、上手く包丁を使いこなすことが難しいようである。

次に、魚の名称については、「サケ」の認知度が高いうえに、調理経験がある者が多かったことは、「サケ」は切り身の形で販売されていることが多く見られ、比較的學生自身が食べ慣れている魚種で、しかも容易に調理することが可能であることが推察できる。しかし、「サケ」と同様に、「かつお」や「さば」、「さんま」は認知度が高かったにもかかわらず、調理経験が低かった。これらの魚は、いわゆる青身魚と呼ばれる魚であり、学生の嗜好に合わないと考えられ、名称は知っているが、自ら調理するには及ばない魚種であると考えられる。

また、認知度が低率であった魚種で、「クチ」や「ウオゼ」、「チヌ」については、地域によって呼び名が異なる場合があるため、認知度に影響したのではないかと推察する。

野菜の名称について、近年、「ゴーヤ」は家庭菜園で容易に栽培可能な野菜であることから、認知度が高くなっている。反面、「エシャロット」や「チコリ」、「ビーツ」の名称は認知度が高いにもかかわらず、調理経験がある学生は皆無であった。これらは、食材としては知られているが、家庭の総菜に使用されることがほとんどない野菜であると考えられる。また、本学の学生にとっても、雑誌等やメディアのレシピでは名称を目にするものの、販売価格やその他の情報が少ないうえ、店頭で見かけることがあまりないため、親近感のない野菜であると考えられる。

最後に、香辛料に関しては、学生自身が「バニラ」や「シナモン」を調理したことがあると回答していることから、器具の使用経験と総合してみると、菓子作りに使用しているのではないかと考えられる。一方、「ガーリック」の調理経験が高かったのは、入手が容易であること、かつ身近な食材であることがあげられ、中華料理や洋風料理に幅広く使用しているのではないかと考えられる。また、「パセリ」や、「マスタード」、「ミント」について、認知度が高いにもかかわらず調理経験が低いのは、これらの1回使用量が少なく、たとえ使用せずとも料理として成立することが可能であると考えられる。また、中華料理特有の香辛料である「五香粉」や「八角」は、実際に調理に使われない場合が多いと考えられる。しかし、本格的な調理には、独特の香辛料が、料理に深みをもたせる意味も含めて不可欠になるため、いろいろな香辛料の使用を勧めたい。

今回、3年間の調査をまとめ、学生の調理器具等の認知度の傾向や調理経験の傾向を把握した研究したが、各年次別に比較しても前述のような傾向にあり、顕著な差異は認められなかった。

さらに、今後、実際調理したことがある野菜料理や魚料理などについて、どのような調理をしたのか、また、器具についても多岐にわたって調査し、より充実した検証ができるよう図っていきたい。

まとめ

調理用語が分からない故での学習のつまづきは、実習で時間を要することにつながり、調理操作も手際よく進めることができなくなる³⁾ ことにつながる。また、入学前の調理経験の有無については、実習を円滑に遂行していく際に、習得すべき技能をどの程度身につけることができるかを、大きく左右する要因であると考えられる。

今後、学生がもつ名称の認知度や各調理の経験を十分に把握するとともに、専門的な学習をしていくうえで、本学学生に共通して不足する項目や調理経験を補うべく、授業内容を構築する必要性の示唆を得た。

本研究の一部は、第 63 回日本栄養改善学会学術総会(平成 28 年 9 月、青森市)において発表しました。

参考文献

- 1) 公益法人 食の安全・安心財団(2016)「外食率と食の外部化率の推移」
<http://anan-zaidan.or.jp/data/index.html>
- 2) 土井有美子(2013)「現在の食事情と食育」信愛紀要 第 53 号 P-79
- 3) 野田文子、大羽 幸(2008)「大学生の調理経験と食生活意識」大阪教育大学生生活文化研究 Vol.47
- 4) 農林水産省(2013)「和食;日本人の伝統的な食文化」
<http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/ich/>
- 5) 農林水産省 (2016)「第 3 次食育推進基本計画」
<http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/shokuiku1.pdf>
- 6) 文部科学省、厚生労働省、農林水産省 (2016)「食生活指針」
<http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/0000129379.pdf>

- 7) 岡本巳恵子(2015)「調理実習における短大生の切り方の知識と技術」就実大学・就実短期大学『就実論叢』第 44 号 P-248