



統計から社会の実情を読み取る

第93回 食品選びでは何が重視されるか

本川 裕 | Honkawa Yutaka

アルファ社会科学(株)主席研究員

■東京大学農学部農業経済学科卒。財国民経済研究協会常務理事研究部長を経て、現職。元立教大学兼任講師。農業、地域、産業、開発援助などの調査研究に従事。現在は、ネット上で「社会実情データ図録」サイト(<http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/>)を主宰するかたわら地域・企業調査等を行う。著作は、「統計データはおもしろい!」(技術評論社、2010年)、『統計データが語る日本人の大きな誤解』(日本経済新聞出版社、2013年)等。



食品選びの重視点：男女の共通点と相違点

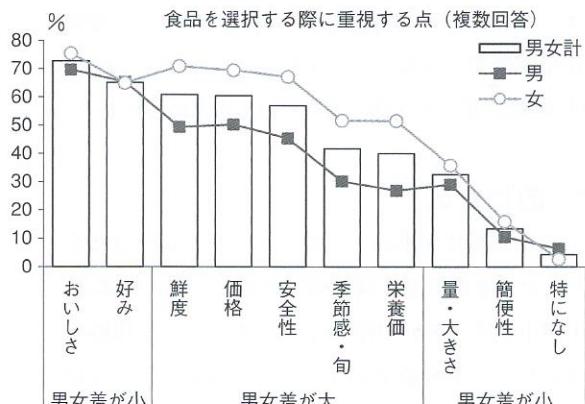
日本人の食生活の状況と心身の健康状態について調べている厚生労働省の「国民健康・栄養調査」は、摂取カロリー、血圧などのデータが毎年どう推移しているかを知ることができると非常に貴重な統計調査である。

「国民健康・栄養調査」では、1歳以上を対象とする栄養摂取状況調査や身体状況調査と並行して、20歳以上を対象に「生活習慣調査票」で健康・栄養についての実態や意識を調べている。「生活習慣調査票」の調査項目には毎年継続のものとその年だけのものとがある。ここでは、まず、2014年調査だけの設問「食品を選択する際に重視する点」の結果を取り上げ、その特徴点を整理してみよう。

この設問の複数回答の選択肢は「特になし」まで含めて10項目あるが、回答率の高い順に並べた結果を図1に示した。

最も多い回答は「おいしさ」で7割を超えており、「好み」が2位であり、さらに「鮮度」、「価格」、「安全性」

図1 食品選びでは何が重視されるか



注) 項目の並びは男女計の降順

資料) 厚生労働省「国民健康・栄養調査」(2014年)

全性」と続き、ここまで全て50%を超える回答率となっている。最も少ない回答は1割をやや超える回答率に過ぎなかった「簡便性」である。実際はインスタントラーメンに代表される「簡便性」も食品の有力な選択理由となっていると思われるが、少なくとも意識上では、重視していると答えた人は少ないのである。

図1には、男女別の結果も折れ線グラフで付加

しておいた。男女別の結果を見ると、「おいしさ」と「好み」という上位2項目では男女の差は小さいが、この2項目に続く「鮮度」以下の5項目では女性が男性を大きく上回っている。そして、さらに回答率が低い「量・大きさ」や「簡便性」では再度男女差が小さくなっている。

「おいしさ」と「好み」は、味についての「個人的な項目」であるのに対して、「鮮度」以下の5項目は、食卓の充実や家計の維持、あるいは子どもを含む家族の健康に配慮した家庭的な側面の強い項目と考えができる。女性は男性と比べて「家庭的な項目」を重視する傾向があると言えよう。

食品選びの重視点：年齢別、困窮度別の特徴

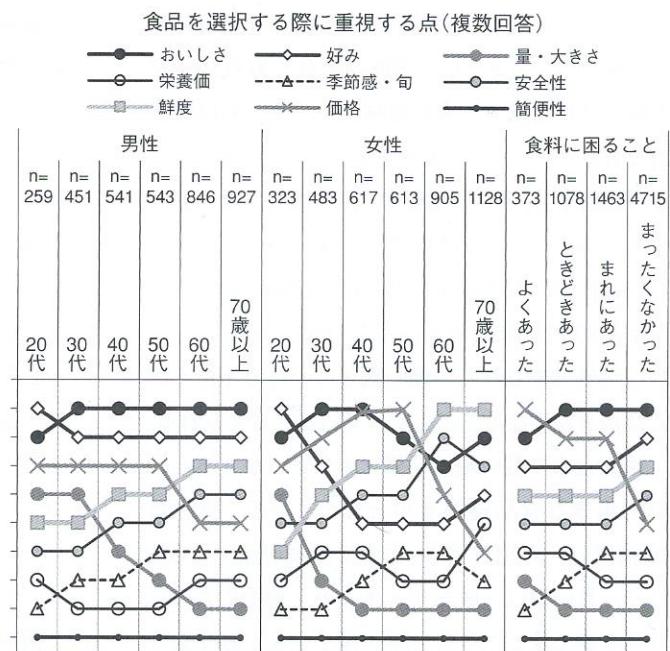
それでは次に、さらに細かく、属性別に、男女年齢別及び困窮度（食料に困ることが多かったか）別の結果を見てみよう。図2は、判別が容易なように、回答率そのものではなく、回答率の順位をグラフにした。

全体結果1位の「おいしさ」は属性別でもほとんどの場合1位になっている。おいしいものを食べたいというのは人間にとって普遍的な欲求であることが確認される。むしろ、「おいしさ」が1位でない場合にその属性の特徴があらわれている。

すなわち、男女ともに20代では「好み」が1位となっており、美味より好き嫌いが優先されている。これは、子どもと同じように、味覚の感覚器である味蕾の数が多く、味に敏感な若年層ならではの特徴があらわれていると言えよう。

また、女性の50代以上は「価格」や「鮮度」

図2 食品選びでは何が重視されるか（年齢別・困窮度別）



注) 回答率の高い方から順位づけしたもの。「食料に困ること」は「過去1年間に経済的な理由で食物の購入を控えた又は購入できなかったことがあるか」への答え

資料) 厚生労働省「国民健康・栄養調査」(2014年)

が1位となる。その中でも60代では「おいしさ」が「安全性」より下位となる。家計や家族に配慮する料理責任者としての女性の役割から来る優先度だと考えられる。

「食料に困ることが多かったか」という困窮度の設問が、食品選びの重視点と同様に2014年の生活習慣調査だけで調べられている。そこでこの設問とのクロス集計を見てみると、もっとも下位の困窮層では「価格」が「おいしさ」を上回っており、経済的な側面が最も重視されている。

男女・年齢別には以下の特徴が見て取れる。

男性と比較して女性では全体として年齢別の順位変動が激しい。女性の場合、独身、結婚、子育て、主婦、仕事、介護とライフステージごとの立場によって食品に対する重視点が影響を受けるからだと考えられる。

「好み」の年齢別の順位が男女で大きく異なる点

が目立っている。男女ともに20代だけ「好み」が1位であるのは、上記のように若い頃は生理的に味に敏感だからであるが、男性の場合、30代以上でも常に2位を保ち、ある意味、いつまでも自分本位であるのに対して、女性の場合40代には5位にまで急落する。「君子豹変す」ではなく「女子豹変す」である。ここでは掲げていないが、順位ではなく回答率の方を見ると男女はほぼ同じ値を保ったまま30代以降低下するので、順位の違いは、女性は男性と異なり若い頃を過ぎると自分本位だけでは済まなくなることによっていると考えられる。

男女ともに若い頃は「量・大きさ」が4位と比較的重要な食品選択事項となっている。女性は20代だけだが男性は30代までそれが続く。もちろん、若い頃は、成長やエネルギー補給のために空腹を満たすことが重大関心事だからであろう。

男女ともに年齢を重ねると「鮮度」や「安全性」の順位が上昇する。高齢者は健康志向が高まるためであろう。特に女性はこの傾向が著しいが、女性の場合は自分だけでなく家族のことも考える程度が大きいからだと考えられる。

女性の30～40代では「栄養価」が男性の8位と比較して6位にまで上昇するが、これは子どもの栄養を考えることだろう。

女性の70歳以上で、60代までに低下していた「おいしさ」、「好み」、「栄養価」の順位が再上昇するのは、子が独立する、夫に先立たれるなどして、やっと自分のための食品選択ができるようになる人が増えるからだと考えられる。

困窮度別には、困ったことが多いほど「価格」を重視している点と困っていないほど「季節感・旬」を重視している点が目立っている。その他の項目の順位は同じである。

このように「食品を選択する際に重視する点」には、食とのかかわりの中で、人生の様々な側面がうかがえて興味が尽きない。

困窮者は何を食べているか

最後に、以上のような重視点に沿って実際に食品が選ばれているかを困窮度別に見てみよう。

「国民健康・栄養調査」の本体部分である栄養摂取状況調査の結果は、特別集計が行われる年次以外では所得別には集計されておらず、また、所得別の集計が行われていても野菜や果物、肉、魚といった大括りの品目の結果に過ぎない。「貧乏人は麦を食え」という言葉が有名であるが、実際のところ貧富の差がどのように食事内容に反映されているかのデータはなかなか得られないである。

ところが、2014年調査では、生活習慣調査で調べている「食料に困ることが多かったか」とのクロスで栄養摂取状況の網羅的な集計がなされている。そこで、食料困窮者はそうでない者と比較して何を食べているかを見てみることにした(図3)。食料困窮者は、ほぼ、上記の言葉の「貧乏人」とダブっていると解することができよう。

結果を見ると、全体を100とした場合の摂取量の比率は、食品群別には、穀類だけが101と全体より1%多くなっている。その他の食品群はすべて100未満であるが、特に魚介類が92と最も低くなっている。

穀類の中では、「パン」や「そば」は全体より少ないが、「米」や麺類(そば以外)は多くなっている。特に「即席ラーメン」の多さが目立っている。

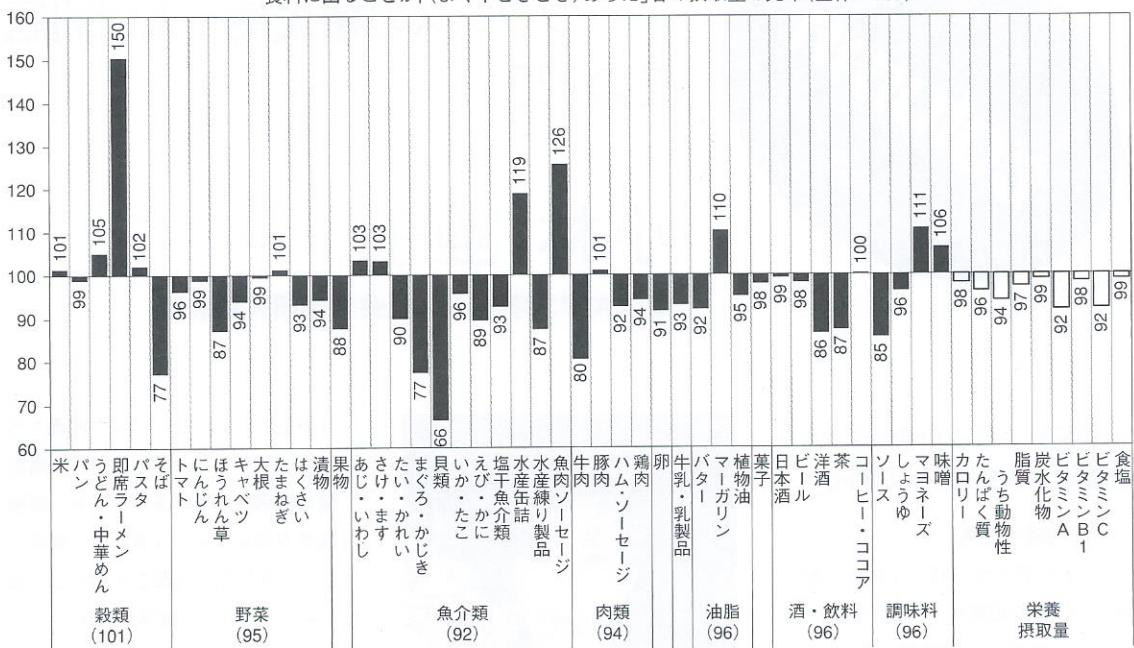
こうした状況は価格や手間を考慮したものと理解できる。現代は、かつてのように米と麦を対比させて「貧乏人は麦を食え」ではなく、「貧乏人は米や麺を食え」なのである。

野菜は全体的には摂取量が少ないが、「大根」と「たまねぎ」はむしろ多くなっている。

魚介類は野菜以上に摂取量が少ないが、いわゆる大衆魚である「あじ・いわし」や「さけ・ます」は、むしろ、3%ほど摂取量が多くなっている。また「水産缶詰」や「魚肉ソーセージ」では2～

図3 困窮者は何を食べているか

食料に困ることが「(よく十ときどき)あった」者の摂取量の比率(全体=100)



注) 集計の対象は「栄養摂取状況調査票」と「生活習慣調査票」の両方に回答した者である。うち、「生活習慣調査票」の「経済的な理由で食物の購入を控えた又は購入できなかった経験は」という設問への回答は6,649人であり、そのうち「よくあった」313人、「ときどきあった」934人、「まれにあった」1,256人、「まったくなかった」4,146人である。両方の調査票に回答している者だけなので、図2の困窮度別の回答人数よりやや少なくなっている。ここで困窮者としているのは、「よくあった」と「ときどきあった」の計1,247人(18.8%)である。なお、図中のカッコ内数値は食品群全体の結果である。

資料) 厚生労働省「国民健康・栄養調査」(2014年)

3割とかなり困窮層の消費が多い点が目立っている。逆に値段の高い「貝類」では消費が3分の2にまで落ち込んでしまう。高級魚をあきらめ、安価な魚介類製品で何とか栄養を摂取しようとしているようである。

肉類や乳製品も全体的に摂取量が少ないが、豚肉だけは例外となっている。豚肉は貧乏人の味方である。油脂ではバターは少なくマーガリンが多い。調味料ではソースは少ないがマヨネーズ、味噌は多い。

嗜好飲料では「洋酒」と「茶」は少ないが、その他は、全体とそう変わらない。嗜好品を全部あきらめるということにはなっていない。

こうした食品摂取の結果、栄養摂取の状況が全体と比べどうなっているかを主要な栄養素について見てみると、カロリーは98と2%少ないだけで

あるが、炭水化物は100以下ではあるがカロリーより多く、他方で、たんぱく質、特に動物性たんぱく質がカロリー以上に少なくなっている。炭水化物に傾斜した食生活と言えよう。その他の栄養素では、ビタミンB1や食塩はほぼ全体と同じレベルであるが、ビタミンAやビタミンCは92と全体より8%とかなり少なくなっている。やはり、困窮層は食品摂取の偏りから栄養のバランスが取れていないと言わざるを得ないであろう。もっとも、こうした困窮層の状況が医学上の問題が生じる程度なのかどうかについては更なる検討の余地があろう。

なお、困窮者と言っても食事内容を記録する調査に応じた困窮者のデータであり、実際の困窮者はもっと極端な結果である可能性があることは頭においておいた方が良いだろう。