

持続可能な食生活と調理行動および社会経済的状況との関連

町田大輔

群馬大学教育実践研究 別刷

第41号 135～141頁 2024

群馬大学共同教育学部 附属教育実践センター

持続可能な食生活と調理行動および社会経済的状況との関連

町田 大輔

群馬大学共同教育学部家政教育講座

Association of Cooking Behavior and Socioeconomic Status with Sustainable Dietary Habits

Daisuke MACHIDA

Department of Home Economics Education, Cooperative Faculty of Education, Gunma University

キーワード：持続可能性, 調理行動, 社会経済的状況

Keywords : Sustainability, Cooking behavior, Socioeconomic status

(2023年10月23日受理)

1 はじめに

1.1 背景

日常的な食事の選択においては、健康だけでなく地球環境への配慮も必要である。EAT-Lancet commissionは、地球環境と人々の健康の両立のために、赤肉（牛・豚・羊などの肉）や砂糖の消費を減らし、種実、豆、野菜・果物の多い食事への移行を提案している¹⁾。日本においても、農林水産省が第4次食育推進基本計画の重点項目の一つとして「持続可能な食を支える食育の推進」を掲げている²⁾。さらに、「環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす」、「産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす」、「食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす」といった具体的な目標も掲げられており、地球環境に配慮した持続可能な食生活に対する関心がうかがえる²⁾。

社会経済的状況（Socioeconomic Status）が人々の食生活に影響していることは、近年多くの研究により明らかになっている³⁾。例えば、社会経済的状況が良いと全粒穀類や野菜・果物、赤肉、魚介類などの消費量が多く、社会経済的状況が悪いと精製穀類やじゃ

がいも、脂肪の多い肉、揚げ物などの消費量が多いことが知られており、社会経済的状況が良い者ほど健康的な食生活であるといえる⁴⁾。また、社会経済的状況が悪いと肥満が多いことも報告されている⁵⁾。この原因として、経済的・時間的コストのかからない食品は重量当たりのエネルギー量が多い一方で、重量当たりのたんぱく質や微量栄養素の量が少ないことがあげられている⁴⁻⁶⁾。さらに、時間にゆとりがない者では家庭における食品ロスが多いことも明らかにされており、社会経済的状況が健康な食生活だけでなく地球環境に配慮した持続可能な食生活にも影響していることが推察される⁷⁾。また、一般的に環境等に配慮した食品（有機食品など）は相対的に高価であり、経済的なゆとりがない者では金額が購入の障壁となる。

多くの先行研究において、調理行動と健康的な食生活との関連が確認されている⁸⁻¹²⁾。さらに、調理行動が健康的な食生活における社会経済的格差の是正に寄与する可能性が指摘されている¹³⁾。生鮮食品などの基本的な食材から調理することで地場農産物や有機食品など持続可能性に配慮した食品を選択しやすくなる可能性があり、持続可能な食生活における社会経済的格差についても調理行動により是正されている可能性がある。

1.2 目的

本研究の目的は、社会経済的状況と持続可能な食生活との関係を調理行動が是正しているのかを検討することである。

2 方法

2.1 調査の概要

本研究は、東京大学社会科学研究所附属社会調査・データアーカイブ研究センター SSJ データアーカイブから「食育に関する意識調査, 2020」の個票データから「食育に関する意識調査, 2020」の個票データの提供を受けて実施した2次分析であり、研究デザインは横断研究とした¹⁴⁾。この調査は、食育に対する関心の把握や今後の食育推進施策の参考とするために、毎年実施されている。調査は2020年12月に20歳以上の者を対象に行われた。層化二段階無作為抽出法を用いて、5,000人を対象とし、その中から2,395人(47.9%)の有効回答が得られた。本研究では、利用可能であった2,290人(45.8%)の回答を使用した。なお、調査が行われた2020年の12月は、COVID-19の影響で通常とは異なる生活を送っていた者が多い時期であり、調理行動を含む食生活についても通常とは異なる状況であった¹⁴⁾¹⁶⁾。

2.2 調査項目

持続可能な食生活の指標として、環境に配慮した食品の選択、産地や生産者を意識した食品の選択、購入した食品を食べずに捨てることを用いた。環境に配慮した食品の選択および産地や生産者を意識した食品の選択は、「選んでいる(いつも選んでいる、時々選んでいる)、選んでいない(あまり選んでいない、まったく選んでいない)」の2値に分けて分析に用いた。購入した食品を食べずに捨てることは、「ある(よくある、時々ある)、ない(ほとんどない、まったくない)」の2カテゴリにして分析に用いた。

社会経済的状況の指標として、経済的ゆとりと時間的ゆとりを用いた。それぞれ「ゆとりあり(ある、ややある)、どちらともいえない、ゆとりなし(あまりない、まったくない)」の3カテゴリにして分析に用いた。

調理行動の指標として、普段の食事の準備について「食材から調理(ほとんどのものを食材から調理して、食事を準備している)、一部調理(一部市販食

品を取り入れて、食事を準備している)、調理しない(ほとんどのものに市販食品を利用して、食事を準備している)、準備しない(自分で食事を準備していない)」のカテゴリを分析に用いた。

さらに社会経済的状況と持続可能な食生活との関係を調理行動が是正しているのかを評価するために、調理行動と社会経済的状況を組み合わせた変数を作成した。調理行動4カテゴリと社会経済的状況(経済的ゆとりと時間的ゆとりそれぞれ)3カテゴリを掛け合わせて12カテゴリの変数を作成した。

その他に基本属性として、性(男性、女性)、年齢(20~30代、40~50代、60~70代、80~90代)、就労状況(被雇用、自営・家族従業、その他)、居住地(10万人以上の都市、10万人未満の都市・町村)、主観的健康観(良い、どちらともいえない、良くない)を用いた。

2.3 分析方法

まず、すべての調査項目を集計した。次に、社会経済的状況および調理行動のカテゴリごとに持続可能な食生活3項目の回答を集計し、カイ二乗検定および χ^2 検定(ボンフェローニの補正)による多重比較を行った。さらに、社会経済的状況と調理行動を組み合わせた変数のカテゴリごとに持続可能な食生活3項目の回答を集計し、ロジスティック回帰分析を行った。ロジスティック回帰分析では、共変量を用いない非調整モデルと共変量として基本属性等を用いた調整モデルを作成した。全ての分析にはIBM SPSS Statistics 28を用いた。有意水準は5%(両側検定)とした。

3 結果

各調査項目の回答の分布を表1に示す。回答者は「男性」よりも「女性」が多く、年齢は「40~50代」および「60~70代」が多かった。就労状況は「被雇用者」が約半数であり、居住地は「10万人以上」の都市が約7割、主観的健康観は「良い」と回答した者が最も多かった。調理行動は、「一部調理」と回答した者が最も多く、次いで「食材から調理」、「準備しない」の順であり、「調理しない」と回答した者は約8%と最も少なかった。経済的ゆとりおよび時間的ゆとりは、いずれも「ゆとりあり」と回答した者が最も多かった。環境に配慮した食品の選択および産地や生産

者を意識した食品の選択は「選んでいる」、購入した食品を食べずに捨てることは「ない」と回答した者が多かった。

表1 各調査項目の回答分布

	人数	比率
性		
男性	982	42.9%
女性	1308	57.1%
年齢		
20-30代	437	19.1%
40-50代	788	34.4%
60-70代	912	39.8%
80-90代	153	6.7%
就労状況		
被雇用	1141	49.8%
自営・家族従業	258	11.3%
その他	891	38.9%
居住地		
10万人以上の都市	1575	68.8%
10万人未満の都市・町村	715	31.2%
主観的健康観		
良くない	1323	57.8%
どちらともいえない	552	24.1%
良い	415	18.1%
調理行動		
食材から調理	678	29.6%
一部調理	969	42.3%
調理しない	193	8.4%
準備しない	450	19.7%
経済的ゆとり		
ゆとりあり	932	40.7%
どちらともいえない	728	31.8%
ゆとりなし	630	27.5%
時間的ゆとり		
ゆとりあり	1158	50.6%
どちらともいえない	512	22.4%
ゆとりなし	620	27.1%
環境に配慮した食品の選択		
選んでいない	714	31.2%
選んでいる	1547	67.6%
無回答	29	1.3%
産地や生産者を意識した食品の選択		
選んでいない	578	25.2%
選んでいる	1699	74.2%
無回答	13	0.6%
購入した食品を食べずに捨てること		
ある	938	41.0%
ない	1345	58.7%
無回答	7	0.3%

N = 2290

食材から調理：ほとんどのものを食材から調理して、食事を準備している

一部調理：一部市販食品を取り入れて、食事を準備している

調理しない：ほとんどのものに市販食品を利用して、食事を準備している

準備しない：自分で食事を準備していない

社会経済的状況および調理行動のカテゴリごとの持続可能な食生活3項目の回答を表2に示す。環境に配慮した食品を選んでいる者は、食材から調理する者で最も多く、全てのカテゴリ間に有意差がみられた。また、環境に配慮した食品を選んでいる者は、経済的・時間的ゆとりがある者で多かった。産地や生産者を意

識して食品を選んでいる者も、食材から調理する者や経済的ゆとりがある者で多かった。しかし、産地や生産者を意識して食品を選んでいる者では、時間的ゆとりがある者とならない者の間に有意差はなかった。購入した食品を食べずに捨てることがない者は、食事を自分で準備しない者と食材から調理する者で多かった。また、購入した食品を食べずに捨てることがない者は、経済的・時間的ゆとりがある者で多かった。

表2 社会経済的状況および調理行動ごとの持続可能な食生活に関する回答

	人数	比率	p	多重比較
環境に配慮した食品を選んでいる				
調理行動				
食材から調理	545	80.4%	<0.001	a
一部調理	686	70.8%		b
調理しない	78	40.4%		c
準備しない	238	52.9%		d
経済的ゆとり				
ゆとりあり	677	72.6%	<0.001	a
どちらともいえない	482	66.2%		b
ゆとりなし	388	61.6%		b
時間的ゆとり				
ゆとりあり	832	71.8%	<0.001	a
どちらともいえない	318	62.1%		b
ゆとりなし	397	64.0%		b
産地や生産者を意識して食品を選んでいる				
調理行動				
食材から調理	571	84.2%	<0.001	a
一部調理	761	78.5%		b
調理しない	101	52.3%		c
準備しない	266	59.1%		c
経済的ゆとり				
ゆとりあり	735	78.9%	<0.001	a
どちらともいえない	532	73.1%		b
ゆとりなし	432	68.6%		b
時間的ゆとり				
ゆとりあり	885	76.4%	0.003	a
どちらともいえない	354	69.1%		b
ゆとりなし	460	74.2%		ab
購入した食品を食べずに捨てることがない				
調理行動				
食材から調理	425	62.7%	<0.001	a
一部調理	506	52.2%		b
調理しない	111	57.5%		ab
準備しない	303	67.3%		a
経済的ゆとり				
ゆとりあり	575	61.7%	0.005	a
どちらともいえない	433	59.5%		ab
ゆとりなし	337	53.5%		b
時間的ゆとり				
ゆとりあり	741	64.0%	<0.001	a
どちらともいえない	302	59.0%		a
ゆとりなし	302	48.7%		b

p:カイ二乗検定による有意確率;多重比較;z検定(ボンフェローニの補正),アルファベットの違いは有意差があることを示す

食材から調理：ほとんどのものを食材から調理して、食事を準備している

一部調理：一部市販食品を取り入れて、食事を準備している

調理しない：ほとんどのものに市販食品を利用して、食事を準備している

準備しない：自分で食事を準備していない

調理行動と社会経済的状況を組み合わせた変数を独立変数、持続可能な食生活の各指標を従属変数としたロジスティック回帰分析の結果を、表3および表4に示す。なおロジスティック回帰分析では「食材から調理」かつ「ゆとりなし」を参照群として用いた。ま

た、以下本文には調整モデルの結果を記載する。

調理行動と経済的ゆとりを組み合わせた変数を独立変数とした場合、食材から調理している者の中では、経済的ゆとりによる環境に配慮した食品を選んでいる者のオッズ比に有意差はなかった。一方で、経済的ゆ

表3 持続可能な食生活と調理行動および経済的ゆとりとの関連

調理行動	経済的ゆとり	人数	比率	非調整モデル			調整モデル		
				OR	95% CI	p	OR	95% CI	p
環境に配慮した食品を選んでいる									
食材から調理	ゆとりなし	119	78.8%	1.000	Reference		1.000	Reference	
食材から調理	どちらともいえない	171	80.3%	1.098	0.654~1.839	0.724	0.984	0.577~1.675	0.951
食材から調理	ゆとりあり	255	83.9%	1.435	0.872~2.360	0.155	1.299	0.772~2.184	0.324
一部調理	ゆとりなし	174	66.2%	0.530	0.332~0.845	0.008	0.586	0.363~0.947	0.029
一部調理	どちらともいえない	219	68.0%	0.577	0.365~0.909	0.018	0.560	0.349~0.896	0.016
一部調理	ゆとりあり	293	78.3%	0.978	0.616~1.551	0.923	0.970	0.597~1.574	0.903
調理しない	ゆとりなし	30	39.5%	0.177	0.096~0.323	<0.001	0.234	0.124~0.438	<0.001
調理しない	どちらともいえない	22	44.0%	0.213	0.107~0.421	<0.001	0.298	0.145~0.610	0.001
調理しない	ゆとりあり	26	41.3%	0.191	0.100~0.359	<0.001	0.239	0.122~0.465	<0.001
準備しない	ゆとりなし	65	51.2%	0.280	0.165~0.472	<0.001	0.354	0.204~0.615	<0.001
準備しない	どちらともいえない	70	51.1%	0.279	0.166~0.468	<0.001	0.330	0.190~0.573	<0.001
準備しない	ゆとりあり	103	56.9%	0.363	0.222~0.591	<0.001	0.406	0.239~0.685	0.001
産地や生産者を意識して食品を選んでいる									
食材から調理	ゆとりなし	128	83.7%	1.000	Reference		1.000	Reference	
食材から調理	どちらともいえない	175	83.3%	0.979	0.557~1.716	0.940	0.954	0.536~1.695	0.872
食材から調理	ゆとりあり	268	87.3%	1.343	0.778~2.315	0.289	1.338	0.761~2.350	0.312
一部調理	ゆとりなし	187	70.6%	0.472	0.285~0.780	0.003	0.503	0.300~0.840	0.009
一部調理	どちらともいえない	251	77.5%	0.677	0.409~1.117	0.127	0.691	0.413~1.155	0.159
一部調理	ゆとりあり	323	85.7%	1.174	0.700~1.967	0.543	1.259	0.736~2.153	0.400
調理しない	ゆとりなし	41	51.3%	0.207	0.112~0.382	<0.001	0.265	0.140~0.500	<0.001
調理しない	どちらともいえない	26	52.0%	0.213	0.105~0.429	<0.001	0.303	0.145~0.631	0.001
調理しない	ゆとりあり	34	54.0%	0.231	0.119~0.444	<0.001	0.306	0.154~0.607	0.001
準備しない	ゆとりなし	76	58.9%	0.279	0.159~0.485	<0.001	0.338	0.188~0.604	<0.001
準備しない	どちらともいえない	80	58.0%	0.278	0.160~0.480	<0.001	0.344	0.192~0.614	<0.001
準備しない	ゆとりあり	110	60.8%	0.309	0.183~0.521	<0.001	0.365	0.209~0.636	<0.001
購入した食品を食べずに捨てることのない									
食材から調理	ゆとりなし	90	58.8%	1.000	Reference		1.000	Reference	
食材から調理	どちらともいえない	135	63.1%	1.225	0.799~1.876	0.351	1.067	0.687~1.655	0.774
食材から調理	ゆとりあり	200	64.7%	1.286	0.863~1.915	0.216	0.966	0.636~1.463	0.869
一部調理	ゆとりなし	130	48.9%	0.677	0.452~1.011	0.057	0.646	0.427~0.978	0.039
一部調理	どちらともいえない	177	54.6%	0.852	0.577~1.258	0.422	0.731	0.488~1.092	0.127
一部調理	ゆとりあり	199	52.9%	0.800	0.546~1.171	0.252	0.571	0.381~0.853	0.006
調理しない	ゆとりなし	41	51.3%	0.744	0.431~1.282	0.287	0.662	0.375~1.169	0.156
調理しない	どちらともいえない	24	48.0%	0.653	0.343~1.241	0.194	0.494	0.252~0.963	0.039
調理しない	ゆとりあり	46	73.0%	1.915	1.006~3.643	0.048	1.188	0.609~2.318	0.613
準備しない	ゆとりなし	76	58.9%	1.035	0.641~1.668	0.889	0.850	0.512~1.409	0.529
準備しない	どちらともいえない	97	70.3%	1.681	1.029~2.745	0.038	1.064	0.631~1.792	0.816
準備しない	ゆとりあり	130	71.8%	1.790	1.133~2.828	0.013	1.042	0.639~1.699	0.869

OR：オッズ比，95% CI：95%信頼区間，p：ロジスティック回帰分析による有意確率
 調整モデルでは，性，年齢，就労状況，居住地，主観的健康観，時間的ゆとりを共変量とした
 食材から調理：ほとんどのものを食材から調理して，食事を準備している
 一部調理：一部市販食品を取り入れて，食事を準備している
 調理しない：ほとんどのものに市販食品を利用して，食事を準備している
 準備しない：自分で食事を準備していない

とりがある者以外で一部調理している者、調理しない者、準備しない者は、参照群と比較して、環境に配慮した食品を選んでいる者のオッズ比が有意に低かった。産地や生産者を意識した食品の選択を従属変数とした場合もほとんど同様の結果であった。購入した食

品を食べずに捨てることを従属変数とした場合には、参照群と比較して、一部調理している者で経済的ゆとりがある者およびゆとりがない者、調理しない者で経済的ゆとりがどちらともいえないと回答した者のオッズ比が有意に低かった。

表4 持続可能な食生活と調理行動および時間的ゆとりとの関連

調理行動	時間的ゆとり	人数	比率	非調整モデル			調整モデル		
				OR	95% CI	p	OR	95% CI	p
環境に配慮した食品を選んでいる									
食材から調理	ゆとりなし	115	76.2%	1.000	Reference		1.000	Reference	
食材から調理	どちらともいえない	121	82.3%	1.470	0.834~2.587	0.182	1.249	0.697~2.236	0.455
食材から調理	ゆとりあり	309	83.5%	1.616	1.014~2.574	0.043	1.113	0.679~1.823	0.671
一部調理	ゆとりなし	191	68.2%	0.678	0.431~1.064	0.091	0.763	0.479~1.213	0.253
一部調理	どちらともいえない	131	63.3%	0.544	0.340~0.870	0.011	0.524	0.322~0.852	0.009
一部調理	ゆとりあり	364	77.1%	1.061	0.689~1.634	0.787	0.781	0.493~1.235	0.291
調理しない	ゆとりなし	29	48.3%	0.295	0.157~0.554	<0.001	0.424	0.220~0.815	0.010
調理しない	どちらともいえない	17	37.8%	0.192	0.094~0.389	<0.001	0.222	0.105~0.467	<0.001
調理しない	ゆとりあり	32	38.1%	0.194	0.109~0.346	0.000	0.191	0.104~0.351	<0.001
準備しない	ゆとりなし	62	50.0%	0.316	0.188~0.528	<0.001	0.419	0.243~0.721	0.002
準備しない	どちらともいえない	49	47.1%	0.287	0.167~0.490	<0.001	0.311	0.175~0.549	<0.001
準備しない	ゆとりあり	127	58.5%	0.440	0.276~0.699	0.001	0.366	0.219~0.608	<0.001
産地や生産者を意識して食品を選んでいる									
食材から調理	ゆとりなし	128	85.3%	1.000	Reference		1.000	Reference	
食材から調理	どちらともいえない	124	82.7%	0.826	0.444~1.534	0.546	0.658	0.348~1.242	0.197
食材から調理	ゆとりあり	319	86.2%	1.073	0.625~1.843	0.798	0.695	0.394~1.227	0.210
一部調理	ゆとりなし	224	79.7%	0.681	0.397~1.165	0.161	0.733	0.423~1.269	0.268
一部調理	どちらともいえない	145	69.0%	0.386	0.225~0.662	0.001	0.349	0.200~0.608	<0.001
一部調理	ゆとりあり	392	82.5%	0.816	0.489~1.360	0.435	0.565	0.330~0.966	0.037
調理しない	ゆとりなし	35	57.4%	0.233	0.118~0.460	<0.001	0.317	0.156~0.640	0.001
調理しない	どちらともいえない	25	53.2%	0.197	0.094~0.408	<0.001	0.222	0.103~0.474	<0.001
調理しない	ゆとりあり	41	48.2%	0.161	0.086~0.300	<0.001	0.149	0.077~0.284	<0.001
準備しない	ゆとりなし	73	58.4%	0.243	0.136~0.432	<0.001	0.304	0.166~0.556	<0.001
準備しない	どちらともいえない	60	57.1%	0.227	0.125~0.412	<0.001	0.229	0.122~0.429	<0.001
準備しない	ゆとりあり	133	61.0%	0.279	0.164~0.473	<0.001	0.214	0.120~0.381	<0.001
購入した食品を食べずに捨てることのない									
食材から調理	ゆとりなし	83	54.6%	1.000	Reference		1.000	Reference	
食材から調理	どちらともいえない	93	62.0%	1.373	0.867~2.173	0.177	1.243	0.776~1.988	0.365
食材から調理	ゆとりあり	249	66.6%	1.676	1.139~2.465	0.009	1.392	0.926~2.090	0.111
一部調理	ゆとりなし	110	39.1%	0.541	0.362~0.807	0.003	0.506	0.336~0.761	0.001
一部調理	どちらともいえない	119	56.7%	1.100	0.722~1.675	0.656	0.942	0.611~1.449	0.785
一部調理	ゆとりあり	277	58.3%	1.183	0.818~1.710	0.371	0.936	0.634~1.379	0.737
調理しない	ゆとりなし	33	54.1%	0.992	0.546~1.801	0.978	0.840	0.453~1.556	0.580
調理しない	どちらともいえない	27	57.4%	1.136	0.586~2.199	0.705	0.875	0.442~1.729	0.701
調理しない	ゆとりあり	51	60.0%	1.262	0.736~2.164	0.397	0.933	0.533~1.633	0.809
準備しない	ゆとりなし	76	61.3%	1.332	0.822~2.159	0.244	1.050	0.632~1.742	0.851
準備しない	どちらともいえない	63	60.0%	1.293	0.778~2.147	0.321	0.890	0.522~1.514	0.668
準備しない	ゆとりあり	164	74.9%	2.509	1.608~3.912	<0.001	1.563	0.970~2.518	0.066

OR：オッズ比，95% CI：95%信頼区間，p：ロジスティック回帰分析による有意確率
 調整モデルでは，性，年齢，就労状況，居住地，主観的健康観，経済的ゆとりを共変量とした
 食材から調理：ほとんどのものを食材から調理して，食事を準備している
 一部調理：一部市販食品を取り入れて，食事を準備している
 調理しない：ほとんどのものに市販食品を利用して，食事を準備している
 準備しない：自分で食事を準備していない

調理行動と時間的ゆとりを組み合わせた変数を独立変数とした場合にも、食材から調理している者の中では、時間的ゆとりによる環境に配慮した食品を選んでいる者のオッズ比に有意差はなかった。時間的ゆとりがどちらともいえないと回答した者で一部調理している者、調理しない者、準備しない者は、参照群と比較して、環境に配慮した食品を選んでいる者のオッズ比が有意に低かった。産地や生産者を意識した食品の選択を従属変数とした場合も、一部調理をしている者でゆとりがない者のオッズ比が有意に低いこと以外は、ほとんど同様の結果であった。購入した食品を食べずに捨てることを従属変数とした場合には、参照群と比較して、一部調理している者で時間的ゆとりがない者のオッズ比が有意に低かった。

4 考察

本研究では、社会経済的状況と持続可能な食生活との関係を調理行動が是正しているのかを検討した。結果として、環境に配慮した食品の選択は、経済的・時間的ゆとりによる格差はあるが、調理行動によりその格差が是正されている傾向がみられた。産地や生産者を意識した食品の選択についても、環境に配慮した食品の選択と同様の傾向であった。しかしながら、購入した食品を食べずに捨てることに関しては、経済的・時間的ゆとりによる格差が是正されている傾向はほとんどみられなかった。本研究は簡易的な方法ではあるが、社会経済的状況と持続可能な食生活との関係の一部を調理行動が是正していることを示すことで今後の関連研究の発展に資するものと思われる。

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 技術・家庭編では、「物資・サービスの購入から廃棄までの自分や家族の消費行動が環境への負荷を軽減させたり、企業への働きかけとなって商品の改善につながったりすることなどを理解できるようにする」としている¹⁷⁾。食品の選択において環境に配慮する場合、調理済み食品や外食・中食と比較して、基本的な食材においては豊富な選択肢があり、自分で調理をして食事を準備する者で環境に配慮した食品の選択可能性が向上するものと思われる。そのため、経済的・時間的にゆとりがない者でも、そのような食品を選択しやすいのであろう。一方で、食品を食べずに捨てることがある

か否かについては、調理行動による影響は少なく、むしろ一部市販食品を取り入れながら食事を準備している者で最も食品を食べずに捨てるということがない者の比率が小さかった。

本研究には以下の限界がある。まず、本研究で用いたデータはCOVID-19流行下の調査により得られたものであり、通常とは異なる生活状況の中で収集されたものであることには留意が必要である。また、調査への回答率は高くなく、回答の代表性については議論の余地がある。さらに横断研究であるため、明確な因果関係は検証できていない。加えて、主観的な指標を用いているため、社会的望ましさのバイアスや想起バイアスの影響を受けている可能性がある。以上の限界があるため、今後の詳細な検証が必要である。

5 結論

経済的・時間的ゆとりと持続可能な食生活との関係を調理行動が是正しているのかを検討した結果、経済的・時間的ゆとりによる環境に配慮した食品の選択や産地や生産者を意識した食品の選択の格差を調理行動が是正している傾向がみられた。経済的・時間的ゆとりによる購入した食品を食べずに捨てることの格差に関しては、調理行動による改善はみられなかった。

付記

本研究は、東京大学社会科学研究所附属社会調査・データアーカイブ研究センター SSJ データアーカイブから「食育に関する意識調査、2020」（農林水産省）の個票データの提供を受けて実施した2次分析である。本研究は、JSPS科研費21K13503により実施した。本研究に関して利益相反に該当する事項はない。

参考文献

- 1) Willett W., Rockström J., Loken B., et al. Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *Lancet*. 2019; 393: 447-492.
- 2) 農林水産省. 第4次食育推進基本計画. <https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/attach/pdf/kannrenhou-24.pdf>. (2023. 10. 13アクセス)
- 3) 町田大輔. 日本人における経済状況と食生活・栄養との関連: 文献レビュー. *草の根福祉* 2021; 51: 50-66.

- 4) Darmon N., Drewnowski A. Does social class predict diet quality? *Am J Clin Nutr* 2008; 87: 1107-1117.
- 5) Drewnowski A., Specter SE. Poverty and obesity: the role of energy density and energy costs. *Am J Clin Nutr* 2004; 79: 6-16.
- 6) Darmon N., Drewnowski A. Contribution of food prices and diet cost to socioeconomic disparities in diet quality and health: a systematic review and analysis. *Nutr Rev* 2015; 73: 643-660.
- 7) Nakamura K., Kojima D., Ando M. What reduces household food waste in Japan? Nation-wide and region-specific contributing factors in urban and rural areas. *Sustainability* 2022; 14: 3174.
- 8) Tani Y., Isumi A., Doi S., Fujiwara T. Associations of caregiver cooking skills with child dietary behaviors and weight status: results from the A-CHILD study. *Nutrients* 2021; 13: 4549.
- 9) Tani Y., Fujiwara T., Kondo K. Cooking skills related to potential benefits for dietary behaviors and weight status among older Japanese men and women: a cross-sectional study from the JAGES. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2020; 17: 82.
- 10) Hanson AJ., Kattelman KK., McCormack LA., et al. Cooking and meal planning as predictors of fruit and veg-etable intake and BMI in first-year college students. *Int J Environ Res Public Health* 2019; 16: 2462.
- 11) Wolfson JA., Leung CW., Richardson CR. More frequent cooking at home is associated with higher healthy eating in-dex-2015 score. *Public Health Nutr* 2020; 23: 2384-2394.
- 12) Machida D., Sugiura Y. Relationships among local agricultural product purchases, self-cooked meal consumption, and healthy eating habits: A cross-sectional study in a town in Gunma, Japan. *Healthcare* 2022; 10: 1510.
- 13) Machida D. Intersectional Influence of Socioeconomic Status and Cooking Behavior on Dietary Habits: A Nationwide Cross-Sectional Study in Japan. *Preprints* 2023; 2023080089.
- 14) 農林水産省. 食育に関する意識調査報告書HTML形式(令和3年3月). <https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/r03/index.html>. (2023. 10. 13アクセス)
- 15) Hayashi F., Takemi Y. Factors influencing changes in food preparation during the COVID-19 pandemic and associations with food intake among Japanese adults. *Nutrients* 2021; 13: 3864.
- 16) Shimpo M., Akamatsu R., Kojima Y., et al. Factors associated with dietary change since the outbreak of COVID-19 in Japan. *Nutrients* 2021; 13: 2039.
- 17) 文部科学省. 中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 技術・家庭編. <https://www.mext.go.jp/kaigisiryu/content/000236074.pdf> (2023.10.13アクセス)

(まちだ だいすけ)

