

京阪神地区の中高生がいる家庭における新型コロナウイルス感染症拡大予防に ともなう食生活の変化をふまえた中高家庭科の調理実習に向けた課題

井奥 かな¹・西川 章江²・中田 忍¹

¹健康安全教育系（家政教育部門）・²健康安全教育系（健康安全科学部門）

(2022年5月11日 受付)

(2022年11月19日 査読完了)

抄録：新しい生活様式にそくした食生活にむけた中学高校家庭科における調理実習の教材開発に関する基礎資料を作成する目的で、2021年1月に京阪神地区の中学生と高校生がいる家庭の主な調理担当者 500 名にインターネット調査を実施した。回答者が食事づくりで重要視することはおいしさや価格、栄養バランス・健康、家族の嗜好、簡便性であり、主観的な項目と客観的な項目がみられた。2020年4-5月の緊急事態宣言発令期間における家庭での食事づくりに変化があったと回答した者は51.8%、調理頻度・時間が増加した者は55.2%であった。緊急事態宣言発令期間に購入量が増えた食料品として特徴的なものに米があり、調理が嫌いな人は簡便性を重視する食品の購入頻度が増加した。調理が好きでも嫌いでもない人は野菜類の購入が多い傾向がみられた。

キーワード：新型コロナウイルス感染症、内食、調理、家庭内消費

I はじめに

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）感染拡大予防措置として、2020年2月28日から小学校、中学校、高等学校および特別支援学校における一斉臨時休業に関する通知 [1] が文部科学省より出され、関西では、2月末から5月31日ごろまで休校措置がとられた。また、医療機関など一部をのぞく多くの企業は一部の業務を在宅ワークへシフトさせ、商業施設や遊興施設、外食施設などは2020年4月7日の緊急事態宣言の発令 [2] にともなう休業措置が講じられた。外食関連施設の休業は、都市部を中心として多くの人の食生活に変化を強いた可能性がある。緊急事態宣言の発令以降における生活全体や行動の変化などに関しては、内閣府 [3-5] などで大規模調査を実施しており、内閣府が2020年6月に実施した調査 [3] から、在宅時間が倍以上増加した者が23.5%、テレワーク等の経験者ほど家族と過ごす時間は増加傾向にあったことが分かった。また、久我ら [6] はテイクアウトやデリバリーサービスなどといった中食の増加を指摘し、満崎ら [7] は在宅勤務と家族の共食頻度に関連はみられず、単に在宅勤務するだけでは家族との共食頻度は増加しない可能性を示した。家庭における子どもとの共食に関しては、赤岩ら [8] が年収減少群に関して子どもとの共食頻度が有意に増加し、合わせて調理頻度や中食頻度も年収減少群に有意な増加がみられたことを報告した。COVID-19は2022年9月において徐々に規制が緩和されつつあるが、今なお新たな感染者が報告され [9]、現在の日本における生活リスクの1つとして定着しつつある。よって、学校教育のなかでCOVID-19感染にともなう生活の変化を適切に把握し、厚生労働省が提唱する新しい生活様式 [10] にあう食生活について、考える機会を与えることは重要であり、家庭科は、新しい生活様式について考えるには適した教科の1つであると考えられる。特に調理実習を通じて学べる内容は多い。

しかしながら、家庭科での調理実習は、感染リスクの高い実習の1つとして、文部科学省より出されている衛生管理マニュアル vol.1.8 [11] に準じた措置が求められている。消毒をはじめとして試食の制約や調理台1

台あたりの人数制限といった配慮事項も多い。中学・高校においては1人調理[12]やリモート調理[13]のように、多様な実習形態による授業実践が少しずつ報告されてはいるものの、生徒の調理経験が十分でない場合は、いわゆる学びあいによる知識や技術の習得も見込める対面での実習が望ましいと考える。近年では、災害食[14]やエコ・クッキング[15]のようにユニークな視点からの調理実習も普及しつつあることから、災害に対する生活リスクマネジメントのひとつとしてCOVID-19感染をとらえ、COVID-19による食生活の変化、特に在宅時間の増加や内食の変化の実情を理解し、それを生かした調理実習教材を開発することは、現代の生活にかかわる諸問題を考え、健全な食生活を営むうえで必要なのではないかと考えられた。しかしCOVID-19による食生活の変化にかかわる全国的な大規模調査はあるが、安藤らの調査[16]のように地域を限定した食生活関連調査は他にみあたらない。

そこで、今回、京阪神地区において、COVID-19による食生活の変化を考慮した中学・高校での調理実習の教材開発に関する課題を見出すため、京阪神地区の中学生・高校生（中高生）がいる家庭を対象とし、2020年4月から5月にかけて発令された緊急事態宣言にともなう食生活の変化について調査を実施した。

Ⅱ 研究方法

1. 対象者および調査方法

京阪神（京都・大阪・兵庫の都市部）に住み、中高生の子どもがいる家庭の主な調理担当者（株式会社ネオマーケティングの登録モニター）に対してインターネット調査を実施した。有効回答数は500名で、調査の実施時期は2021年1月であった。

2. 調査項目

本調査は、生活リスクとしてCOVID-19感染をふまえた中学・高校での調理実習教材を開発するための課題を見いだす目的で、緊急事態宣言発令期間における食生活の変化と課題を主な調理担当者の視点から明らかにしようとした。京阪神地区において、いままでに緊急事態宣言は複数回発令されているが、本調査では、百貨店などが休業し、学校も休校になった2020年4月から5月末にかけて発令された緊急事態宣言を「緊急事態宣言」として調査し、調査票にもその旨を明記した。

調査項目は、緊急事態宣言の食生活への影響の有無、食品の購入頻度の変化、調理レシピを参考にする媒体等、食事づくりで重視している項目、とした。緊急事態宣言発令にかかわる食生活の影響の有無は、あった、なかった、どちらともいえない、の3件法で質問し、緊急事態宣言発令期間前後における調理時間の変化も、増えた、減った、どちらともいえない、の3件法で質問した。合わせて、当該期間における食事づくりで大変だったことに関して、自由記述による回答を求めた。食品の購入頻度に関しては、具体的な食事の変化を推察する目的で食品成分表の食品群を提示し、緊急事態宣言発令期間前後で購入頻度が「増えた」食品と「減った」食品を選択数に制限をかけない複数回答で質問した。回答者の食事づくりで重視している項目は家庭科における調理指導などに有用であると考え、おいしさや家族の嗜好、栄養バランスなどから複数回答で質問した。

なお、対象者属性として、性別、年齢、職業、家族構成、子どもの人数、子どもの年齢に加え、調理が好きかどうか、を質問した。調理が好きかどうかは、朝長らによると食事づくりの各プロセスに影響を及ぼす[17]ことが分かっているので、好き、どちらともいえない、嫌い、の3件法で質問した。本研究ではこの調査の一部を用いて検討した。

3. 倫理的配慮

本研究は、大阪教育大学倫理審査委員会の承認（承認番号21018）を得て実施した。

4. 統計解析

調査結果の統計解析は主としてIBM SPSS Statistics 25（日本IBM）を用いて行った。今回の調査は主にクロス集計を行い、有意差検定（カイ二乗検定）を実施した。緊急事態宣言発令期間の前後における食生活の変化と主な購入食品の増減について、就労形態や調理行動に対する好き嫌い、子どもの人数、とクロス集計し、

自由記述と基本属性を加味しながら検討した。

Ⅲ 結果および考察

1. 対象者の特性

今回の回答者 500 名のうち、男性が 51 名（平均年齢 48.6 ± 7.2 歳）、女性が 449 名（平均年齢 46.1 ± 4.8 歳）であった。年齢分布として最も多かったのは 40 代（65.6%）であり、ついで多かったのは 50 代以上（25.4%）であった。調理の好き嫌いに関して、男性の 82.4% は調理が好き、どちらかと言えば好き、と回答しており、女性の 43.8% に比して 38.6% 多いという結果を得た。調理が好きな男性が 8 割を占めたのは調査回答者が家庭における主な調理担当者であるためと考えられた。子どもの年齢は校種別に表 1 に示した。子どもの数の最大人数は 4 人であったが、4 人と回答した人は 6 名であったので、3 人以上としてまとめた。表 1 の右端の合計は回答者の人数である。子どもが 1 人いる回答者（26.6%）よりも 2 人いる回答者（56.8%）の割合が約 30% 多く、3 人以上の子どもがいる人は 16.6% であった。小学生以下の子どもがいる人は 33.2%（166 名）いた。

表 1 調査回答者における子どもの内訳

子どもの数	子どもの年齢				合計
	小学生以下	中学生	高校生	大学生以上	
1 人	0	60	73	0	133
	0.0	45.1	54.9	0.0	26.6
2 人	130	180	154	86	284
	45.8	63.4	54.2	30.3	56.8
3 人以上	36	60	59	53	83
	43.4	72.3	71.1	63.9	16.6
合計	166	300	286	139	500
	33.2	60.0	57.2	27.8	100

（上段：回答数、下段：%）

表 2 調査回答者の就労形態

子どもの数	フルタイム従事者	パート従事者	専業主婦（主夫）	その他	合計
1 人	53	37	43	0	133
	39.8	27.8	32.3	0.0	100.0
2 人	73	112	94	5	284
	25.7	39.4	33.1	1.8	100.0
3 人以上	22	30	29	2	83
	26.5	36.1	34.9	2.4	100.0
合計	148	179	166	7	500

（上段：回答数、下段：%）

フルタイム従事者：会社員（正社員・契約社員）、自営業、公務員、会社経営者、役員
パート従事者：パートタイマー、アルバイト
その他：無職、休職中など

回答者の就労形態を子どもの人数別に表 2 に示した。子どもの人数が 2 人以上になるとフルタイム従事者は減少する傾向にあった。専業主婦（主夫）の割合は子どもの人数にかかわらずほぼ同じで、子どもの数と回答者の就労形態に関連はみられなかった。

2. 家庭での食事づくりで重視していること

回答者の特性の 1 つとして食事に対する基準に着目し、回答者が食事づくりで重視していることを「とても重要である」から「重要でない」までの 5 件法で質問した。荒井 [18] は食事づくりにかかわる母親の考え方を 5 つの因子に分類しており、本研究では、その因子をもとに質問項目を設計した。さらに、得られた結果のうち、「やや重要でない」「重要でない」と回答した人がほとんどいなかったため、「とても重要である」と「やや重要である」、「どちらでもない」を表 3 にまとめ、調理に対する好き嫌いでクロス集計した。表 3 より、全体として食事づくりに関しては「見映えの良さ」や「季節感」より「おいしさ」や「価格」などに重点が置かれていることが分かった。また、調理が好きな人は、おいしさに関して「とても重要」と認識している人が 70.7% いた。この理由の 1 つとして、調理が好きな人は調理を楽しみと考えるが、調理の楽しみの根拠を他者とのおいしさの共有や主観的満足感としてのおいしさに見出す人が多い [18] ことが考えられた。また、「価格」、「栄養バランス・健康」、「簡便性」は、「とても重要」、「やや重要」と回答した人がいずれも約 40%、合計約 80% であった。「おいしさ」や「家族の嗜好」が主観的な判断に関する項目であるのに対して、「価格」や「栄養バランス・健康」には、収入や食事摂取基準など客観的な部分がある。両者に関して「とても重要」・「やや重要」と回答した人のバランスが異なる傾向にある点が興味深い。

簡便性は、荒井〔18〕によれば、食事のメニューに市販総菜を取り入れるなどすることも含めた食事準備の簡便性を指し、調理が苦手な人は簡便性を重視する傾向にある。調理に対する好き嫌いや食事づくりで重視している項目は、COVID-19 感染とは関係なく質問したが、簡便性は調理の好き嫌いに関わりなく重視する人が多い傾向であり、調理が嫌いな人で最も回答率が高かったのは簡便性であった。よって、表 3 より、COVID-19 感染による在宅時間の増加に起因した家庭での調理に対する動機付けとして調理実習を位置付けるならば、主観的なおいしさと客観的知識、簡便性を取り混ぜた、多様な観点からのアプローチが必要になると推察された。

表 3 回答者の調理に対する好き嫌い別にみた食事づくりで重視している項目（複数回答）

	調理が好き (n=239)			どちらでもない (n=134)			調理が嫌い (n=127)			全体 (n=500)		
	とても重要	やや重要	どちらでもない	とても重要	やや重要	どちらでもない	とても重要	やや重要	どちらでもない	とても重要	やや重要	どちらでもない
おいしさ	169 70.7	63 26.4	6 2.5	72 53.7	55 41.0	7 5.2	71 55.9	53 41.7	3 2.4	312 62.4	171 34.2	16 3.2
価格	113 47.3	108 45.2	11 4.6	62 46.3	64 47.8	8 6.0	64 50.4	57 44.9	5 3.9	239 47.8	229 45.8	24 4.8
家族の嗜好	105 43.9	117 49.0	11 4.6	42 31.3	70 52.2	21 15.7	40 31.5	73 57.5	13 10.2	187 37.4	260 52.0	45 9.0
栄養バランス・健康	128 53.6	90 37.7	19 7.9	44 32.8	70 52.2	19 14.2	47 37.0	62 48.8	17 13.4	219 43.8	222 44.4	55 11.0
簡便性	82 34.3	120 50.2	31 13.0	53 39.6	64 47.8	16 11.9	78 61.4	38 29.9	11 8.7	213 42.6	222 44.4	58 11.6
季節感	60 25.1	122 51.0	39 16.3	13 9.7	57 42.5	54 40.3	6 4.7	57 44.9	43 33.9	79 15.8	236 47.2	136 27.2
見映えの良さ	57 23.8	116 48.5	53 22.2	11 8.2	62 46.3	48 35.8	14 11.0	44 34.6	39 30.7	82 16.4	222 44.4	140 28.0

（上段：回答数、下段：％）

3. 緊急事態宣言発令期間における在宅時間と食生活の変化

緊急事態宣言発令期間（2021. 4-2021. 5）は、大学も含めて学校が休校措置をとり、業種によっては休業措置や在宅ワークが推進された期間であった。その結果、多くの子どもや社会人の在宅時間が増加した。

表 4 緊急事態宣言発令期間における食生活の変化と調理時間・調理頻度

	緊急事態宣言発令期間における食生活の変化			
	あった	どちらともいえない	なかった	合計
調理時間・調理頻度	202 78.0	52 43.7	22 18.0	276 55.2
	14 5.4	4 3.4	3 2.5	21 4.2
	43 16.6	63 52.9	97 79.5	203 40.6
	259 100.0	119 100.0	122 100.0	500 100.0

（上段：回答数、下段：％）

表 5 緊急事態宣言発令期間における調理頻度の変化と子どもの人数

		緊急事態宣言発令期間における調理頻度・時間			合計
		増えた	減った	変化なし	
子どもの人数	1	65 23.6	5 23.8	63 31.0	133 26.6
		163 59.1	15 71.4	106 52.2	284 56.8
	3	45 16.3	1 4.8	31 15.3	77 15.4
		3 1.1	0 0.0	3 1.5	6 1.2
	4	276 100.0	21 100.0	203 100.0	500 100.0
	合計				

（上段：回答数、下段：％）

さらに、家族の在宅時間の増加に伴う昼食や間食などに起因する食生活状況の変化が予想された。本調査では、昼食を家庭で摂取する機会の増加が、調理担当者の調理時間や調理頻度の増加に影響した可能性が高いと考え、表 4 に調理時間・調理頻度に関して緊急事態宣言発令期間前後における食生活の変化の有無とクロス集計した結果を示した。回答者の 51. 8％（259 名）が食生活に変化があったと回答し、そのうち 78. 0％が調理時間・

頻度の増加を指摘しており、全国規模の調査結果〔19, 20〕と同じ傾向であった。これより主な調理担当者における食生活の変化とは、調理頻度や調理関連時間の増加を指すと推察した。

一方、表4において、食生活に変化がなかったと回答した者のうち、約8割は調理頻度や調理時間に変化がみられなかった。回答者の在宅時間の増加によって、53.3%に食生活の変化や調理時間・頻度の増加が認められた一方、在宅時間に変化がなかった者の半数以上に食生活の変化や調理時間・頻度の増加が認められなかったことは興味深く感じられた。自由記述では食材宅配システムの活用が挙げた回答者もいたが、他にも家電製品の活用〔19〕や家族の役割分担など、多様な要因が考えられた。子どもの人数によって食事量や作業量は異なる可能性を確認するために、子どもの人数ごとに緊急事態宣言発令期間前後における調理頻度・調理時間の変化を子どもの人数とクロス集計したところ、表5に示したように子どもの人数に関わらず「増えた」と「変化なし」がほぼ同じであった。ゆえに、食生活に変化がみられなかった要因として、食事量や作業量の変化ではなく、作り置き・電子レンジなどの活用〔19〕による調理効率の向上が推察された。さらに、安藤ら〔16〕によれば、大阪市の小中高生において、緊急事態宣言発令期間に自分で食事を作った者は小学生の29.2%、中学生の34.4%、高校生の39.4%であった。食事づくりをしなかった者は小学生の42.9%、中学生の51.6%、高校生の49.7%であり、今回の回答者において、質問項目に食事作りに対する家族の支援を入れなかったため、考察に限界があるものの、家族の支援の有無が主な調理担当者の調理負担感に影響する可能性は高いと推察した。なお、表6に示したように回答者の就労形態に関して回答傾向に大きな相違はみられなかったことから、就労形態そのものは影響しない可能性が高いと考える。

表6 就労形態別にみた緊急事態宣言発令期間における食生活の変化と調理時間・調理頻度

	緊急事態宣言発令期間における食生活の変化				緊急事態宣言発令期間前後の調理頻度・時間			
	あった	どちらとも いえない	なかった	合計	増えた	減った	変化 しなかった	合計
フルタイム従事者	76	27	45	148	72	9	67	148
	29.3	22.7	36.9	29.6	26.1	42.9	33.0	29.6
パート従事者	91	47	41	179	104	6	69	179
	35.1	39.5	33.6	35.8	37.7	28.6	34.0	35.8
専業主婦（主夫）	87	44	35	166	95	5	66	166
	33.6	37.0	28.7	33.2	34.4	23.8	32.5	33.2
その他	5	1	1	7	5	1	1	7
	1.9	0.8	0.8	1.4	1.8	4.8	0.5	1.4
合計	259	119	122	500	276	21	203	500
	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

（上段：回答数、下段：％）

緊急事態宣言発令期間における食事づくりで大変だったこと、に関する自由記述は「特になし」というような回答も含めると全ての回答者が記述していた。「特になし」と回答した者は、500名中64名であった。自由記述から、在宅する家族（主に子ども）の昼食に関わる調理時間が増加し、作る食事量の増加に伴う食料品などの買い物と日々の献立づくりも負担増になった人がいたことが分かった。子どもの性別は質問項目に入れなかったため、子どもの性別による食事量の変化は把握できなかった。また、買い物に関して、スーパーなどの混雑による感染拡大に対する不安や買い物に行く頻度に対する負担も大きかったことがうかがえた。自由記述には、パスタなどの乾麺やすぐに食べられるものは（品薄で）買えなかった、食事づくりで自分の時間がとれなかった、という回答もみられた。献立づくりの負担感は別の調査〔19〕でも指摘されており、作り置きや1つの調理のリメイクなどのように、1つの調理を活用する柔軟な考え方の指導が必要であると推察した。

本調査では世帯収入や家族の家事分担状況を質問しなかったが、生活リスクの1つとしてCOVID-19を考えるならば、災害対策も含めた長期保存可能食品の備蓄、ローリングストックを含め、中食や外食に依存しない日を作るなど、食生活全般に関するリスクマネジメントを講じることは重要である。特に、家族の家事分担は主たる調理担当者の精神的・物理的負担感を軽減できると考えられる。安藤ら〔16〕が示したように、子どもの食事作りへの参加はできている場合とできていない場合がある。文部科学省が平成3年3月に「食の探求

と社会への広がり」という食育教材〔21〕を指導用資料とともに WEB 上で公開しているが、高校での食育は、高校が義務教育ではないこともあり、ほとんど進んでいない。家庭科も家庭基礎（2 単位）の高校が増えつつあるので、高校においては、食育活動の一環として探究活動などで調理実習の実施を視野に入れても良いのではないかと考えられた。

4. 緊急事態宣言期間における各食品群の購入頻度の変化

食生活に変化があったと回答した 259 名に対して、購入頻度が増えたと感じた食品と減ったと感じた食品を複数回答で質問した結果を表 7 に示した。

表 7 より、購入頻度が減った食品については特にないと回答した人が 54.4%で最も多く、家庭における食事量の増加を示唆するものと考察した。市販弁当類、市販惣菜、テイクアウト類、おにぎり・パン類は 18.5-12.7%の減少であったが、特にない、よりも 30%近く減少した。これは、調査回答者が主な調理担当者であるから、内食の機会増加が影響した可能性もある。購入頻度が増えた食品のうち、インスタント食品や乾麺、電子レンジ用調理食品、レトルト食品、米は 50%以上の回答者が増えたと回答した。特に、表 7 には掲載していないが、中学生の子どもが 2 人以上いる回答者は、17 名中 12 名（70.6%）が米の購入増加を指摘したことから、調理頻度の増加に炊飯回数の増加が含まれていることが推察され、興味深いと考えられた。

回答者のうち、女性（236 名）の回答率が 50%を超えたのはインスタント食品（59.7%）、乾麺（58.5%）、電子レンジ用調理食品（56.4%）、米（55.9%）、レトルト食品（53.4%）、肉類・肉加工食品（51.3%）、牛乳・乳製品（51.3%）であり、簡便に食べられるもの以外に、米や肉類・肉加工食品、牛乳・乳製品のような生鮮食品の購入頻度が増加した人が 50%以上いることに特徴がみられた。男性（23 名）の回答率で 50%を超えたのは、レトルト食品（60.9%）、電子レンジ用調理食品（58.3%）で、生鮮食品で 50%を超えた食品はみられなかった。自由記述にもみられた乾麺は、主食のアレンジとして手軽であることや家族の嗜好にあうものとして購入頻度が増加したと推察した。牛乳に関しては、学校給食の停止にともない、牛乳の消費拡大をうながすために農林水産省が消費拡大のため「プラスワンプログジェクト」を実施しており〔22〕、その影響があるかもしれないが、肉類や米も含めて中学・高校生の子どものいることが生鮮食品の購入頻度増加に影響した可能性が高い。

表 8 には調理行動に対する嗜好で購入頻度の増えた食品を分類した結果を示した。中学生・高校生に対する指導の参考にするため、調理が嫌いな人に着目し、調理が嫌いな人の回答でソートして示した。3 群とも簡便な食品の購入頻度が増えたことは同じであったが、調理が嫌いな人の電子レンジ用調理食品は他群より多い傾向であり、米の購入量増加率は他群より低い傾向であった。また、市販合わせ調味料や野菜加工食品（カット野菜など）、テイクアウト食品の購入も他群より多い傾向で、市販品を最大限に活用したと考えられ、荒井〔18〕の示した調理の嫌いな人における簡便性の重視傾向が本調査でもうかがえた。

中学・高校の調理実習では、調理の基本やその背景にある科学や食文化といった学術的な生活科学を指導するが、調理実習用に 2 コマ分の授業時間を確保するのが難しい場合は多い。クラスの状況によっても調理実習が難しい場合はある。調理カードやインターネットを活用しながら調理の簡便化に対する考え方の指導教材や、市販合わせ調味料や野菜加工食品の教材化も、日常食の準備における高効率化の一環として適切ではないかと考えられた。石橋ら〔23〕によれば、高等学校家庭科の調理実習において高校生は加熱や味付けの調整、複数の調理ができる技能に課題があると考えていた。市販の合わせ調味料は、味付けの調整の代用、もしくは時間短縮として使いやすいものではあるが、それに頼らないスキルの習得も重要であり、両者を比較しながら双方の有用性を判断できるような教材が必要ではないかと考える。

一方、調理が好きでも嫌いでもない人は野菜類の購入が他群より多い傾向であることに特徴があり、栄養バランスや健康に配慮する傾向があると考えられた。小麦粉やミックス粉類の購入も他群より多い傾向であったが、テイクアウト食品は 3 群中最も少なく、乾物やいも類、缶詰といった常温保存可能食品の購入量が増える傾向がみられた。そこで、調理が好きでも嫌いでもない人は、栄養バランスを重視し、家族で食べられるものを手作りしていたのではないかと推察した。緊急事態宣言発令期間で在宅ワークや在宅学習が増えると運動不足に陥りやすく、身体活動量にあう摂取エネルギー量の調節が必要である。そのために野菜摂取量を増やすことは適切な判断であり、COVID-19 感染に関わる生活リスクへの対応策の 1 つとして中学生や高校生に考える機会を与えたい課題である。栄養指導に関しては、特に高校における栄養指導の機会がほとんどないことは安

藤ら [16] も指摘している通りであり、家庭科の授業時数も十分ではないことから、各高校においてなんらかの対策が求められる。本調査は調査会社の登録モニターに対するインターネット調査であり、データの信ぴょう性に関しては日本学術会議の指摘するところ [24] であるが、本調査の結果をもとに中学・高校の調理教材を構築したいと考える。

表 7 緊急事態宣言期間における主な食品の購入頻度（複数回答）

購入頻度が増えた食品	n	%	購入頻度が減った食品	n	%
カップ麺等のインスタント食品	151	58.3	特にない	141	54.4
乾麺（うどん、そば、パスタ等）	147	56.8	市販弁当類	48	18.5
電子レンジ用調理食品	145	56.0	市販惣菜（揚げ物、サラダ等）	44	17.0
米	142	54.8	レストラン等のテイクアウト商品	34	13.1
レトルトカレー等、レトルト食品	140	54.1	おにぎり、惣菜パン・菓子パン、サンドイッチ	33	12.7
肉類・肉加工食品（ベーコン等）	129	49.8	野菜加工食品（カット野菜、冷凍野菜等）	31	12.0
牛乳・乳製品	129	49.8	栄養補助食品やサプリメント	26	10.0
卵類	121	46.7	缶詰・びん詰類	22	8.5
野菜類	115	44.4	市販ビザ・アルミ鍋入りうどん等（ひと手間かけて食べるもの）	21	8.1
市販合わせ調味料	106	40.9	その他（シリアル等）	21	8.1
小麦粉・ミックス粉類	105	40.5	いも類	20	7.7
おにぎり、惣菜パン・菓子パン、サンドイッチ	101	39.0	果物・果物加工食品（カットフルーツ、ドライフルーツ等）	20	7.7
市販ビザ・アルミ鍋入りうどん等（ひと手間かけて食べるもの）	94	36.3	カップ麺等のインスタント食品	17	6.6
味噌・マヨネーズ等の調味料	93	35.9	魚介類・魚介加工食品（ちくわ、干物等）	16	6.2
魚介類・魚介加工食品	90	34.7	野菜類	16	6.2
乾物	82	31.7	乾物（海藻類・野菜・豆類）	13	5.0
缶詰・びん詰類	81	31.3	小麦粉・ミックス粉類	13	5.0
市販惣菜（揚げ物、サラダ等）	80	30.9	味噌・マヨネーズ等の調味料	11	4.2
レストラン等のテイクアウト商品	74	28.6	肉類・肉加工食品（ベーコン等）	10	3.9
いも類	72	27.8	市販合わせ調味料（“〇〇の素”、カレールウ等）	9	3.5
果物・果物加工食品（カットフルーツ等）	70	27.0	電子レンジ用調理食品（冷凍パスタ、冷凍炒飯等）	9	3.5
野菜加工食品（カット野菜等）	67	25.9	レトルトカレー等、レトルト食品	8	3.1
市販弁当類	62	23.9	米	7	2.7
栄養補助食品やサプリメント	48	18.5	卵類	6	2.3
その他	9	3.5	乾麺（うどん、そば、パスタ等）	5	1.9
特にない	8	3.1	牛乳・乳製品	4	1.5

表 8 調理に対する嗜好別にみた食品の購入頻度（増えた食品の内訳）

	調理が好きかどうか					
	嫌い		どちらでもない		好き	
	n	%	n	%	n	%
全体	67	100.0	62	100.0	130	100.0
電子レンジ用調理食品	45	67.2	34	54.8	66	50.8
カップ麺等のインスタント食品	39	58.2	38	61.3	74	56.9
レトルト食品（レトルトカレー等）	37	55.2	34	54.8	69	53.1
乾麺（うどん、そば、パスタ等）	35	52.2	39	62.9	73	56.2
米	33	49.3	36	58.1	73	56.2
市販合わせ調味料	32	47.8	27	43.5	47	36.2
肉類・肉加工食品（ベーコン等）	31	46.3	36	58.1	62	47.7
卵類	28	41.8	30	48.4	63	48.5
市販ビザ・アルミ鍋入りうどん等（ひと手間かけて食べるもの）	26	38.8	26	41.9	42	32.3
野菜類	26	38.8	34	54.8	55	42.3
小麦粉・ミックス粉類	26	38.8	28	45.2	51	39.2
市販惣菜（揚げ物、サラダ等）	25	37.3	23	37.1	32	24.6
レストラン等のテイクアウト商品	25	37.3	11	17.7	38	29.2
野菜加工食品（カット野菜等）	25	37.3	16	25.8	26	20.0
魚介類・魚介加工食品	25	37.3	20	32.3	45	34.6
牛乳・乳製品	25	37.3	34	54.8	70	53.8
おにぎり、惣菜パン・菓子パン、サンドイッチ	24	35.8	29	46.8	48	36.9
味噌・マヨネーズなどの調味料	22	32.8	24	38.7	47	36.2
市販弁当類	19	28.4	19	30.6	24	18.5
缶詰・びん詰類	18	26.9	23	37.1	40	30.8
いも類	17	25.4	22	35.5	33	25.4
乾物	17	25.4	23	37.1	42	32.3
果物・果物加工食品（カットフルーツ等）	14	20.9	14	22.6	42	32.3
栄養補助食品やサプリメント	14	20.9	11	17.7	23	17.7
その他	2	3.0	2	3.2	5	3.8
特になし	0	-	5	8.1	3	2.3

IV 要約

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）拡大予防措置の一環として新しい生活様式が公表され、学校教育においても家庭科のなかで新しい生活様式にそくした食生活にむけた調理実習が求められている。そこで COVID-19 拡大予防の一環として 2021 年 4 月から 5 月末にむけて発令された緊急事態宣言による食生活の変化を検討するためインターネット調査を実施した。有効回収票は 500 で、回答者の 449 名が女性であった。子どもの数は 1 人から 4 人まで分布し、最も多いのは 2 人であった。また、33.2%が専業主婦（主夫）、37.2%が非正規雇用者（パート・アルバイト、派遣社員など）であった。

その結果、調査回答者で食事づくりが好きな人は 70.7%が「おいしさ」を、食事作りが嫌いな人は 61.7%が「簡便性」重視することが分かった。子どもの数によらず、緊急事態宣言発令期間における調理頻度や調理時間が増えたと回答した人の割合と変化なしと回答した人の割合はほぼ半数ずつであった。緊急事態宣言発令期間に購入量が増えた食品として米が挙げられたことから、調理頻度などの負担は炊飯回数の増加による可能性も考えられた。また、調理に対する好き嫌いで購入量が増えた食品を分類すると調理が嫌いな人は簡便性を重要と考える人が 32.6%で、最も高かった。この簡便性重視傾向は、市販合わせ調味料や野菜加工食品などの購入頻度増加につながるものであることが分かった。調理に対して好き嫌いがない人は、調理が好きな人や嫌いな人に比べて栄養バランスや健康など客観的な知識にもウエイトをおく傾向があり、野菜の購入頻度が増える傾向であった。また、調理に対して好き嫌いがない人は、テイクアウト食品を利用する割合が 17.7%で

他群に比して低い傾向であり、内食を充実させていたことがうかがえた。これらの結果から、COVID-19による食生活の変化を考慮した中学・高校での調理実習の教材開発に関する課題として、基礎調理にこだわるだけでなく、市販調味料・市販加工野菜などを使い、効率や出来上がりなど、それらを使わずに調理したものと比較考察する授業のように、できるだけ実生活に近づけた教材の充実、缶詰やミックス粉などの加工食品についても同様に比較考察する教材の充実が求められる。

なお、本研究は令和2年度系の研究活性化プロジェクトによって遂行されたものである。

参考文献

- [1] 文部科学省、新型コロナウイルス感染症対策のための小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における一斉臨時休業について（通知）
https://www.mext.go.jp/content/202002228-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf (2022年5月6日アクセス)
- [2] 内閣官房、新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言（令和2年4月7日発令）
https://corona.go.jp/news/pdf/kinkyujitai_sengen_0407.pdf (2022年5月6日アクセス)
- [3] 内閣府、新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査
<https://www5.cao.go.jp/keizai2/wellbeing/covid/index.html> (2022年5月6日アクセス)
- [4] 国土交通省、新型コロナ生活行動調査（令和2年8月実施）
https://www.mlit.go.jp/toshi/tosiko/toshi_tosiko_tk_000056.html (2022年5月6日アクセス)
- [5] 井上智紀、ニッセイ基礎研究所、コロナ禍における生活の変化（3）－「新型コロナによる暮らしの変化に関する調査」からみる生活行動の変化と地域間較差
<https://www.nli-research.co.jp/report/detail/id=67716?site=nli> (2022年5月6日アクセス)
- [6] 久我尚子、ウィズコロナの消費行動の変容とポストコロナに向けた考察、資本市場、432、14-22、2021
- [7] 満崎雅咲、吉井瑛美、外園海稀、赤松利恵、新保みさ、小島唯、勤労者における在宅勤務と家族との共食頻度、日本健康教育学会誌、30、1、46-53、2022
- [8] 赤岩友紀、林英美、坂口景子、武見ゆかり、COVID-19流行下における食行動の変化、食物アクセスの課題、食情報のニーズ：世帯の経済状況別検討、日本公衆衛生雑誌、69、1、3-16、2022
- [9] 厚生労働省、新型コロナウイルス感染症について 国内の発生状況など、
<https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/kokunainohasseijoukyou.html> (2022年9月11日アクセス)
- [10] 厚生労働省、新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式の実践例、
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html (2022年5月6日アクセス)
- [11] 文部科学省、学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～「学校の新しい生活様式」～（2022.4.1 Ver.8）、
https://www.mext.go.jp/content/20220404-mxt_kouhou01-000004520_01.pdf (2022年9月11日アクセス)
- [12] 海野功子、中学校技術・家庭（家庭分野）で脂質・能力を育成するためのカリキュラム・マネジメントと学習評価の充実を図る取組、教育デザイン研究、13、1、8-17、2022
- [13] 宮田恭子、COVID-19感染症防止に対応したリモートによる調理実習の事例紹介―高校編―、日本調理科学会誌、54、2、113-116、2021
- [14] 小林裕子、永田智子、中学校家庭科における「災害時の食」の授業開発と有効性の評価、日本家庭科教育学会誌、60、2、65-75、2017
- [15] 三神彩子、環境に配慮した食生活「エコ・クッキング」が地球環境問題の改善に与える影響、日本調理科学会誌、45、5、323-331、2012
- [16] 安藤弘行、小田麗子、村井陽子、新型コロナウイルス感染防止のため休校中の小中高校生の食生活の調査―学校における食育の課題―、日本食育学会誌、15、3、127-138、2021
- [17] 朝長裕子、上田玲子、木幡知子、既婚女性の食事づくりにおけるポジティブ感情の要因と属性による比較、日本家政学会誌、64、4、175-188、2013

- [18] 荒井麗子、イマファミ通信、ジェイアール東日本企画、VOL. 2、
<https://ebisu-hatsu.com/931/> (2022年5月6日アクセス)
- [19] アルヒ (株)、クックパッド (株)、料理と暮らし白書 2021、p19
<https://www.aruhi-corp.co.jp/kurashi-institute/lifestyle2108/210818.pdf> (2022年9月11日アクセス)
- [20] 原美和子、新型コロナは私たちの暮らしや意識をどう変えたか「新型コロナウイルス感染症に関する世論調査」の結果から、放送研究と調査、71、6、2-30、2021
- [21] 文部科学省、中学生用食育教材 (令和3年3月)、
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/eiyou/1288146.htm (2022年9月11日アクセス)
- [22] 農林水産省、プラスワンプロジェクト関連ページ
https://www.maff.go.jp/j/chikusan/gyunyu/lin/plusone_project2nd.html (2022年5月6日アクセス)
- [23] 石橋和子、鈴木由美、高等学校家庭科の調理実習における調理自己効力感の変容、日本食生活学会誌、31、2、77-83、2020
- [24] 日本学術会議、低減「Web 調査の有効な学術的活用を目指して」のポイント
<https://www.scj.go.jp/ja/info/kohyo/kohyo-24-t292-3-abstract.html> (2022年9月11日アクセス)

Challenges of Home Economics Cooking Practice in Junior High School and High School Students in the Keihanshin Area to Match Changes in Diets Related to Prevention of the Spread of New Coronavirus Infections

IOKU, Kana, NISHIKAWA, Norie, and NAKATA, Shinobu

Division of Health and Safety Sciences Education, Osaka Kyoiku University

Summary: It is necessary to develop teaching materials to implement cooking practice in junior high school and high school so that the diet adapted to the new lifestyle can be implemented. In order to create basic materials for developing the teaching materials, we conducted an Internet survey of 500 parents in households with junior high and high school students in the Keihanshin area. Respondents emphasized deliciousness, price, nutritional balance and health, family preferences, and convenience when preparing meals, and both subjective and objective items were observed. 51.8% of respondents answered that there was a change in how they prepare meals at home during the period of the state of emergency declaration in April and May 2020, and 55.2% of those answered that the frequency and time of cooking increased. Rice is one of the foodstuffs that increased in purchase during the period when the state of emergency was declared. Those who neither liked nor disliked cooking tended to purchase more vegetables.

keywords: COVID-19 infection, eating at home, cooking, food consumption at home