

鳥取県内における外食・中食・調理冷凍食品の利用状況について

板倉 一枝・野津 あきこ

Kazue ITAKURA, Akiko NOTSU :

State of Dining Out, Eating Take-out Food and Prepared Frozen Food in Tottori Prefecture

外食・中食・調理冷凍食品の利用状況と食に対する意識について把握するために、鳥取県内の消費者に対するアンケート調査を行った。外食・中食・調理冷凍食品の利用頻度は高く、食の外部化が進んでいることが確認された。その半面、今後それらを積極的に利用したいと考えている人は少数であることがわかった。

キーワード：食の外部化 外食 中食 消費者 鳥取県

はじめに

食事は人間が生活を営む上で毎日欠かすことの出来ないものであり、直接体の中に取り入れられるものである以上、安全で安心できるものでなくてはならない。ヒトは古来からの経験により、人間の生命にとって有益なものを「食物」として摂取してきた。

また栄養に関しても、従来人間の成長や生命の維持にとって欠かせないものであったが、近年は栄養バランスの悪さや過剰摂取による生活習慣病の発症なども問題視されており、必要なものを適正な量摂取するということに重きが置かれるようになってきている。

ヒトの食の営みは狩猟から牧畜、農耕へと変化してきたが、今日私たちを取り巻く食の形態は、近代化による技術力の発展やグローバル化の影響、ライフスタイルの変化などにより急速に変化し続けている。とりわけ、食の外部化が年々進んできており、外食の利用はもとより、最近では、コンビニエンスストアの普及などもあり、弁当や惣菜、冷凍食品などの調理済み食品の利用頻度が年々増え続けている。

特に単身者世帯ではこのような状況が顕著であり、家庭で調理して食べるという行為が徐々に行われなくなってきている。

しかし、ここ数年、BSE(Bovine Spongiform Encephalopathy=牛海綿状脳症)や鳥インフルエンザの発生、O-157やノロウイルスによる大規模な食中毒の発生、食品への毒物の混入、相次ぐ食品偽装などにより、消費者の食品に対する不安感が広がっている。その結果、食の安全や安心に対する意識が再び高まってきている。

そこで本研究では、鳥取県内における外食、中食(なかしょく)、調理冷凍食品の利用状況と食に対する意識についてアンケート調査を行った。調査の性別ならびに年代別の結果と考察については、すでに報告のとおりであり¹⁾、本稿では、調査結果の概要について他の調査などと比較しながら考察した。

1. 外食・中食の動向

食を消費現場として捉えるとき、食事行為の仕方の違いによって「外食」「中食(なかしょく)」「内食(ないしょく)」の三つに区分することができる。

「内食」とは、家庭内食の略で、食品を家庭内で調理して食べるという従来から行われている食事形態のことである²⁾。「外食」とは、家庭以外の場所、例えば食堂やレストラン等で食事することをいう。また「中食」とは、「レストラン等へ出かけて食事をする外食と、家庭内で手づくり料理を食べる「内食（ないしょく）」の中間にあって、市販の弁当やそう菜等、家庭外で調理・加工された食品を家庭や職場・学校・屋外等へ持って帰り、そのまま（調理加熱することなく）食事として食べられる状態に調理された日持ちのしない食品の総称」であると解説されている³⁾。つまり家で作って食べるか、家の外で食べるか、買ってきたものを家で食べるかである。

こうした外食の利用や中食産業の台頭などによって、近年は「食」の外部化が進んできていると言われている。図1^{注1)}は、外食率と食の外部化率（外食と中食）の経年変化を表したものである。

外食率に関しては、わずかながら減少傾向に転じてきているが、外部化率に関しては少しずつ上昇しながら推移しており、平成17年度は42.7%に達している。これは、中食が大きく伸びているからではないかと考えられる。

もう一つ別の指標を見てみたい。総務省統計局が毎年行っている家計調査から、1カ月当たりの食料費の内訳について、平成15年の金額を100%として平均値の変化についてみてみた。この指標は支出金額がベースになっているので、実際の食事の様子がどう変化したかを直接示すものではない。図2^{注2)}のように、全国的には食材費は5年間で5%減少し

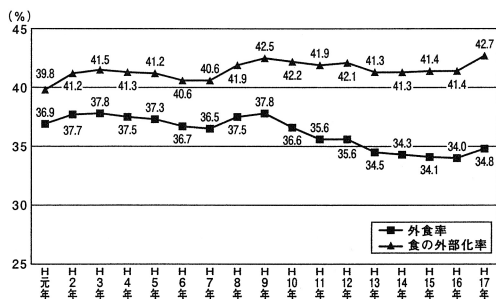


図1 外食率と食の外部化率の推移

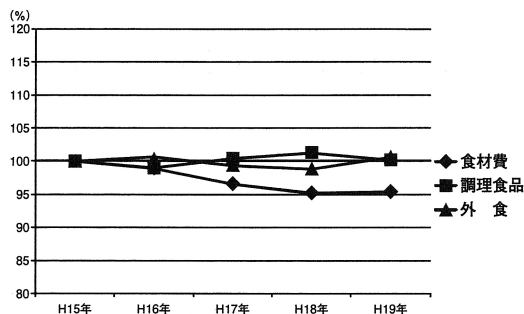


図2 1カ月当たりの食料消費支出の推移(全国)

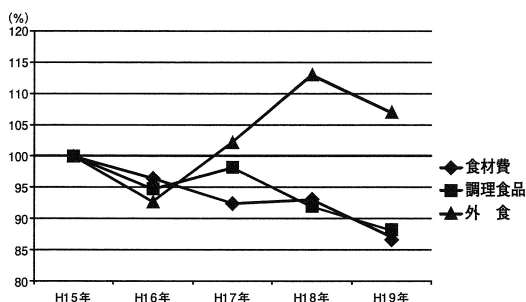


図3 1カ月当たりの食料消費支出の推移(鳥取県)

ているものの、調理食品と外食についてはほぼ変化のない状態が続いている。ところが、図3^{注2)}に示すように、鳥取県の場合は、食材費、調理食品についてはともに減少傾向を示しているが、外食については、乱高下はみられるものの総じて上昇していた。

2. 調査の概要

(1) 調査対象者

鳥取県内に在住する高校生以上の一般消費者929人を調査対象とした。そのうち回答が得られたのは831人であり、回収率は89.5%であった。無回答などにより属性が不明だった13人を除く818人を集計の対象とした。

(2) 調査項目

調査用紙の設計に当たっては、2002年10月に宮城県環境生活部が内閣府の委託を受けて実施した「外食・中食に関する消費者意識調査」などの調査を参

考にした。

調査対象者の属性（性別・年代・家族構成・職業）に関すること（４項目）、外食について（１１項目）、中食について（９項目）、調理冷凍食品について（８項目）、今後の食生活に関して（２項目）、自由記述（１項目）の、計３５項目を調査した。資料として、調査用紙の抜粋を文末に付する。

(3) 調査時期

調査時期を平成２０年７月とし、調査時点も同時期とした。

(4) 調査方法

作為法によって抽出した調査対象者に対してアンケート調査用紙を配布し、留置法により無記名で回答してもらった。郵送または調査担当者による回収を行った。

３．結果および考察

(1) 調査対象者の属性

１）性別

調査対象者の性別は、男性２３６人（２８．４％）、女性５８２人（７０．０％）、無回答１３人（１．６％）であり、対象者の７割が女性であった。

２）年代

調査対象者の年代を表１に示す。１０代から７０代までの人から回答を得た。中でも、５０代が１６４人（１９．７％）と一番多かった。

３）家族構成

調査対象者の家族構成を表２に示す。一番多かったのは二世世代家族で３３１人（３９．８％）、次いで三世世代家族１９３人（２３．２％）、夫婦のみの家族１３８人（１６．６％）、一人暮らし１１７人（１４．１％）となっていた。今回の調査では、調査対象者が家族のどの位置に位置付いているかについては問うていない。

４）職業

調査対象者の職業について表３に示す。無職・専

表１ 調査対象者の年代

	(人)	(%)
10代	93	11.2
20代	89	10.7
30代	108	13.0
40代	139	16.7
50代	164	19.7
60代	129	15.5
70代	107	12.9
無回答	2	0.2
合計	831	100.0

表２ 調査対象者の家族構成

	(人)	(%)
一人暮らし	117	14.1
夫婦のみ	138	16.6
二世世代	331	39.8
三世世代	193	23.2
四世代	17	2.0
その他	22	2.6
無回答	13	1.6
合計	831	100.0

表３ 調査対象者の職業

	(人)	(%)
公務員	215	25.9
大学生・高校生	131	15.8
会社員	115	13.8
パートアルバイト	58	7.0
自営業	31	3.7
農林水産業	18	2.2
自由業	8	1.0
無職・専業主婦	223	26.8
その他	25	3.0
無回答	7	0.8
合計	831	100.0

業主婦が２２３人（２６．８％）、公務員２１５人（２５．９％）、大学生・高校生１３１人（１５．８％）、会社員１１５人（１３．８％）の順であった。

(2) 外食について

多く得られた回答をもとに外食についてのモデルケースを考えてみると、「月に１から２回」程度、「レ

ストラン」で「家族」か「友人」と外食し、その時の予算は「2,000円未満」であることが多いという実態が浮かび上がった。また、外食するのは「買い物で外出」した時や、「友達との付き合い」「家庭では出来ない料理」を味わいたいからという理由(表4)が多かった。表5は、外食の頻度について表したものである。平成15年に農林水産省が行った調査によると、外食の頻度は「月に1～2回」と回答した人が39.2%，次いで「2～3か月に1回」が25.2%となっており⁴⁾、外食の頻度に関しては、ほぼ同じような傾向であることが確認された。

店を選ぶときには「味」(52.5%)、「価格」(52.5%)、「店の雰囲気」(42.9%)を基準としており、「店の衛生面」(10.9%)にはそれほどこだわらないが、それよりも店に「駐車場がある」(18.3%)この方が重要視されていた(表6)。これは、交通の便が悪く自動車が生活の必需品であるという地域特性

表4 外食する理由(目的)

	(人)	(%)
家庭では出来ない料理などを食べたい	240	30.7
買い物等で外食	331	42.4
家族団らん	149	19.1
時間がない時に	102	13.1
友達との付き合い	250	32.0
作るのが面倒	47	6.0
その他	46	5.9

(2つまで回答)

表5 外食の頻度

	(人)	(%)
毎日	17	2.1
週2から3回	63	7.7
週1回程度	123	15.0
月に1から2回	313	38.3
2から3か月に1回程度	176	21.5
半年に1回程度	69	8.4
年に1回程度	4	0.5
外食しない	37	4.5
無回答	16	2.0
合計	818	100.0

表6 外食時の店選びの基準

	(人)	(%)
価格	410	52.5
味	511	65.4
食材本物志向	132	16.9
地産地消の店	72	9.2
待ち時間少ない	75	9.6
店の雰囲気	335	42.9
店の衛生面	85	10.9
メニューが豊富	115	14.7
高齢者向きメニュー	23	2.9
子どもの喜ぶメニュー	95	12.2
駐車場有	143	18.3
その他	17	2.2

(3つまで回答)

を持つ、鳥取を含めた地方ならではの意識ではないかと推察される。

「外食をしない」と答えた37人を除いた781人のうち、「外食時に不安を感じる」と回答したのは412人(52.8%)で、「不安は感じない」と回答した356人(45.6%)を上回った。具体的には、「輸入食品が多い」(70.9%)、「食品添加物が多い」(62.1%)、「衛生的に作られているか」(60.7%)などの理由で不安が生じているようである。

(3) 中食について

「中食」という言葉はまだ一般的に馴染みの薄い言葉ではないだろうか。今回の調査では、先行研究⁵⁻⁶⁾をもとに、「中食」とは「持ち帰り弁当、惣菜等をそのまま食事として食べられる状態に調理されたものを家などに持ち帰って利用するもの」と定義し、具体例として弁当類、パン類、麺類、総菜類などを示した。ただし「保存性の高い漬物や調理冷凍食品、缶詰やレトルト食品等は除く」とした。

中食の意味を「知っていた」のは254人(31.1%)、「知らなかった」のは549人(67.1%)で、中食という言葉の意味がまだ3割程度の人にしか認知されていないことがわかった。しかし、言葉の意味を踏まえた上で中食を利用する頻度をたずねると、「月1から2回」212人(25.9%)、「週1から2回程度」

表7 中食の利用頻度

	(人)	(%)
毎日1回以上	38	4.6
週5から6回	52	6.4
週3から4回	86	10.5
週1から2回	195	23.8
月1から2回	212	25.9
利用しない	210	25.7
無回答	25	3.1
合計	818	100.0

表8 購入する中食の種類

	朝 人 (%)	昼 人 (%)	夕 人 (%)
弁当	31(5.1)	212(34.9)	81(13.3)
パン類	263(43.3)	102(16.8)	24(3.9)
麺類	5(0.8)	117(19.2)	50(8.2)
惣菜	17(2.8)	76(12.5)	309(50.8)

(n = 608, 複数回答)

195人(23.8%)の頻度で利用されており、「利用しない」と回答したのは210人(25.7%)であった(表7)。このことから、中食という言葉の意味は知らなくても、実際に利用している人が多いということが確認された。前出の平成15年に農林水産省が行った調査によると、中食の利用頻度は弁当類・調理パン類・麺類・そう菜類のいずれも「月1回以下」と回答した人が多く、次いで麺類を除いては「月に2～3回」利用するという回答が多かった⁵⁾。

どのような中食を購入しているのかについて、食事の時間ごとにみたのが表8である。朝食にはパン類、昼食には弁当や麺類、パン類、夕食には惣菜が多く購入される傾向があることがわかった。

また、中食の購入場所は「スーパー」とした人が突出して多く500人(82.2%)、次いで「コンビニ」275人(45.2%)であった。また、中食を利用するのは、「すぐに食べられる」(74.3%)、「料理をする時間がない」(36.5%)、「メニューの一品に加えたい」(29.1%)、「作るのが面倒」(22.5%) (いずれも複数回答)などの理由が多く見られた。これらの理由

は、まさに食の外部化が進む原因と一致しているのではないかと推察される。

(4) 調理冷凍食品について

今回の調査では、「調理冷凍食品」を「ある程度調理したもので、そのまま蒸したり、揚げたり、加熱をしたりする冷凍食品で、家庭で調理をして冷凍したものは除く」と定義した。野菜など素材のままを冷凍したものは含まれていない。

利用頻度は「月1から2回」「週1から2回」とした人が多かったが、中には「毎日1回以上」と回答した人も82人(10.0%)あった。その一方で、「利用しない」とした人も228人(27.9%)あり、調理冷凍食品の利用については個々による差が大きかった。利用するのは「弁当」を作るときが多く、「夕食」や「昼食」でもおかずとして利用されていた。

普段冷凍ギョウザ(中国産に限らない)を利用している頻度をたずねたところ、「食べない」としたのは274人(33.5%)だったが、「以前は食べていたが今は食べない」とした人も149人(18.2%)あった。それ以外のおよそ半数の人は、頻度の差はあれ、冷凍ギョウザを食べているという結果であった。また、特に今回の調査は、先に述べた農薬入り中国産冷凍ギョウザの事件がまだ鮮明な時期に調査を実施したため、その影響を少なからず受けているのではないかと考えられる。

冷凍食品に限らず、今後外国製の食品や食材を買うかたずねたところ、「日本製を選ぶ」とした人が590人(72.1%)と最も多く、次いで「今まで通り変わらない」141人(17.2%)であった。中には、「しばらく冷凍食品は買わない」とした人も32人(3.9%)あった。国内でも食にまつわる事件が数多い中、依然として外国産製品への不安感は募りやすいことが推察された。

(5) 今後の食生活について

今後の食生活で「外食」「中食」「調理冷凍食品」の利用についてどのように考えるか聞いたところ、

「積極的に利用したい」と回答したのはわずか9人(1.1%)で、「時間がない等、やむを得ない場合のみ利用する」385人(47.1%)、「食べたいものがある時に利用する」275人(33.6%)などとなっており、限定的な利用を望んでいることがうかがえる。その一方で、「手づくりに心掛け利用しない」としたのはわずか75人(9.2%)であった。

また、地産地消と価格についてどう考えるかたずねたところ、「国産であれば安価なのを買う」227人(33.9%)、「価格によっては県外産の食材を利用している」239人(29.2%)、「価格が高くて県産品を積極的に利用している」169人(20.7%)となっており、県内産もしくは国内産のものを購入したいという意識が高かった。

ま と め

外食・中食・調理冷凍食品の利用頻度はいずれも高かった。しかし、自分で調理を行わない外食等を利用するには食に対する不安を感じている人が多い。また、食材を購入する際には地産地消を意識しているにも関わらず、外食する際の店選びの基準は「価格」が優先されるなど、食行動はそれぞれの場面に応じた理由で行われていることが確認できた。

謝 辞

この調査は、とっとり県消費者の会会長福井靖子氏をはじめとする役員の皆様によって企画立案、実施されたものであり、会員の皆様ならびに鳥取県食

のみやこ推進室三木教立様、新日本海新聞社西部本社代表寺谷寛様、そして調査にご協力いただきました方々に厚く御礼申し上げます。

なお、本研究は鳥取県環境学術研究の助成を受け実施し、本調査結果の一部は鳥取県受託実施事業「平成20年度『くらしの情報講座』の「食の安全・安心フォーラム 外食・中食・調理冷凍食品を考える」において、「あなたはどれだけ食べている？外食・中食・調理冷凍食品」(野津あきこ、平成21年1月17日)の中で報告した。

参考文献

- 1) 野津あきこ、「平成20年度食の安全・安心を考える 外食・中食・調理冷凍食品に関するアンケート調査報告書」、とっとり県消費者の会、(2009)
- 2) 日本フードスペシャリスト協会(編)、「三訂フードスペシャリスト論」、建帛社、(2007)、52。
- 3) 農林水産省、「平成18年度食料・農業・農村の動向」、(2006)
- 4) 農林水産省、「食料品消費モニター調査」、(2004)
- 5) 農林水産省、「食料品消費モニター調査」、(2000)
- 6) 宮城県環境生活部、「外食・中食に関する消費者意識調査」、(2002)

(注)

- 1) 外食産業総合調査研究センターの公表しているデータをもとに作成
- 2) 総務省統計局が行っている「家計調査」のデータから鳥取県が作成し公表しているデータを改変

外食・中食・調理冷凍食品に関するアンケート調査（抜粋）

最初にあなたご自身についてお伺いします

- (1) あなたの性別は
- (2) あなたの年齢は
- (3) あなたの家族構成は
- (4) あなたのご職業は

外食に関してお伺いします

「外食の範囲」

レストラン、食堂、うどん・そば店、寿司屋等の飲食店内における食事のことで、ファーストフードの店内の食事（持ち帰りは除く）なども含みます

- (1) あなたは、外食を主に誰としますか
- (2) あなたは、最近一年間にどのくらいの頻度で外食をしましたか
※「外食はほとんどしない」と答えた方は設問10にお進み下さい
- (3) 主にどんなお店を利用しますか
- (4) 外食をした際の一人当たりの支出金額は平均してどれくらいですか
- (5) 家族又は一人で外食をする理由（目的）は何ですか
- (6) 外食をする時、どんなことを基準に店を選択しますか
- (7) お店のメニューに必ず表示をしてほしい内容はどんなことですか
- (8) 外食した時、どのような料理があったら良いと思いますか
- (9) 外食する時、不安を感じることはありませんか
- (10) (9) で有ると答えた方はどんなことに不安を感じますか
- (11) 外食をほとんどしない理由は何ですか

中食に関してお伺いします

「中食とは」

持ち帰り弁当、惣菜等をそのまま食事として食べられる状態に調理されたものを家などに持ち帰って利用するものを「中食」（なかしょく）と言います。

「中食の種類」（今回のアンケート対象となるものを、こちらである程度決めています。

下記の例をご覧下さい。）

弁当類→弁当、おにぎり、寿司（出前は除く）お好み焼きなど
パン類→サンドイッチ、ハンバーガー、ピザ、中華まん、菓子パンなど（食パン、フランスパンなどは除く）
麺類→そば、うどん、中華麺、焼きそば、スパゲッティ等、など
惣菜類→サラダ、煮物、焼き物、炒め物、和え物、揚げ物、蒸し物（ファーストフード店で購入したフライドチキン等（持ち帰りに限る）も含む）

「中食」の範囲外のもの

保存性の比較的に長い食品（漬物・佃煮・燻製・海産物加工品・なめ味噌等）調理冷凍食品、調理食品の缶詰、レトルト食品、カップ麺等

なかしょく

(1) 中食の意味を知っていましたか

- (2) あなたは、日頃の食事で中食をどのくらいの頻度で利用していますか
- (3) 主にどんな種類の中食を購入しますか（食事ごとにお聞きします）
- (4) あなた、または家族が利用する中食の1回あたりの購入金額はいくら位ですか
- (5) 中食を利用する際、どのような店で購入しますか
- (6) 中食を利用する理由は何ですか
- (7) 中食を利用する際、表示ラベルの中で、特に注意をして見る内容はありますか
- (8) 今後、あなたが中食の製造者に望むことは何ですか
- (9) 中食を利用しない理由は何ですか

調理冷凍食品についてお伺いします

「調理冷凍食品」とは

ある程度調理したもので、そのまま蒸したり、揚げたり、加熱をしたりする冷凍商品。素材の冷凍品と、家庭で調理をして冷凍をしたものは除きます。

- (1) あなたは日頃の食事で調理冷凍食品をどのくらいの頻度で利用していますか
- (2) どのようなシーンで調理冷凍食品を利用しますか
- (3) 調理冷凍食品を購入する理由は何ですか
- (4) 普段購入する調理冷凍食品の種類は何ですか
- (5) 中国産冷凍餃子が問題になりましたが、冷凍餃子（中国産に限らない）を普段どのくらい食べますか。最も近い物をお選び下さい。
- (6) 調理冷凍食品を購入する際、何を気にしますか
- (7) 冷凍食品に限らず、今後外国製の食品や食材を買いいますか
- (8) 調理冷凍食品を利用する頻度は以前と比べて変りましたか

今後の食生活について、あなたの考えをお伺いします

- (1) あなたは、今後の食生活で「外食」「中食」「調理冷凍食品」についてどのように考えていますか
- (2) 地産地消と価格について伺います
- (3) 現代の「食文化」や「食の安全・安心」について感じること、ご意見がありましたら自由に記入下さい

以上でアンケートは終了です。

ご多忙中にもかかわらず、ご協力いただきまして有難うございました。