

女性の食に関する意識と行動の要因分析

ーワーク・ライフ・バランスの視点からー

千葉大学 西山 未真・石田 貴士
大妻女子大学 春日 薫

1. 課題設定

近年、食の安全性への関心は高まっているものの、欠食や個食・孤食が増えるなど食行動の乱れは顕著であり、食の意識と行動が伴わない傾向にある。一方で、女性の就業率も高まり、労働時間の長時間化なども加わって、これまで食に関心の高かった女性においても、望ましい食生活が困難になってきている。食育基本法に基づいて平成23年に作成された「第2次食育推進基本計画」でも、子供や20-30才代男性に対して配慮されているものの、就業する女性への対策は講じられていない。ワーク・ライフ・バランスの視点からも、食生活の改善は不可欠といえる。

そこで本論文では、女性の食に関する意識と行動についての実態を明らかにし、そうした意識や行動に影響を与えている要因を分析する。その上で、ワーク・ライフ・バランスの視点から、望ましい食生活のための必要な条件や方策を整理することを課題とする。

2. 研究方法と調査対象の概要

1) 研究方法

研究方法は、文献の整理とアンケート調査による。アンケート調査は、2012年2月～3月において、全国の成人女性996人を対象にインターネットにて回答する方法で実施した。

2) 調査対象の概要

調査対象者の年齢構成は、34才以下と35-44才、45-54才がそれぞれ約2割で、55-64才が26%、

65才以上が11%とやや低くなっている。最終学歴は、高校卒43%、専門学校・短大卒が32%、大学・大学院卒が20%である。就業形態は、フルタイム勤務が24%、パートが30%、専業主婦が33%である。家族構成については子供と高齢者の有無を尋ねたが、6歳未満の子供がいるのは13%、6~17歳未満の子供がいる割合は28%、さらに65歳以上の家族員がいる割合は32%となっている。世帯収入の構成は、年収400万円未満が34%、400万円以上700万円未満が39%、700万円以上1000万円未満が16%、1000万円以上1500万円未満が7%、1500万円以上が2%である。なお、本論文ではフルタイムまたはパートタイムで勤務している女性を「就業女性」として扱う。また食育推進基本計画を参考に、望ましい食行動については、「家族と一緒に食事をする」「1週間にファストフードを食べる回数」「朝食を食べる」「夕食を作る」の4つを評価指標とし、意識については遺伝子組換え食品や食品添加物などを気にする程度を尋ねた「健康を害するリスクへの意識」を指標とした。

3. 分析結果

1) 食の意識と行動との関連性

まず食の意識と行動との関連性について分析する。「健康を害するリスクへの意識」の高い人のうち、「1週間でファストフードを食べる回数が5回未満」と答えたのが58.6%に対して5回以上が54.7%、「平日は毎日朝食を食べる」が58.4%に対して毎日食べないと答えたのが48.7%であった。また、「毎日夕食を作る」が58.1%に対して作らないと回答したのが55.5%であった。これ

らの結果から、食に対する意識が行動に何らかの影響を与えていることが明らかになった。この意識と行動との関連性を4つのタイプに分類し、それぞれのタイプに分類される女性の特徴は、以下のように整理できる。「意識が高く、行動もする」に分類されたのは、専業主婦、45歳以上、17歳以下の子供がいる、高校卒または専門学校・短大卒が最も多かった。次に、「意識は高いが、行動はしない」タイプは、就業女性、45歳未満、17歳以下の子供がいない、世帯年収1,000～1,500万円、最終学歴が大学。さらに、「意識が低く、行動しない」は、就業女性、44歳未満、17歳以下の子供もいない、世帯年収700～1,000万円と顕著であった。そして「意識は低い、行動する」のは、専業主婦、17歳以下の子供がいる、世帯年収700万円以下、最終学歴が中学、という傾向が明らかになった。つまり、世

帯収入の高さは望ましい食行動を規定する要因にはなり得ず、むしろ1,000万円～1,500万円のように高収入世帯の方が、ファストフードを多く食べるなど食習慣が乱れているといえる。一方、望ましい食行動は、17歳以下の子供がいることが要因となっていることがわかる。また、最終学歴が高い方が、意識や知識レベルは高いといえるが、大学・大学院卒は意識や知識はあっても行動が伴わない傾向が強い。収入や学歴の高さと望ましい食生活の実現にもはや相関はみられないといえる。

2) 就業の有無別にみる食の意識と行動の現状

次に、就業女性の食行動と意識を専業主婦のそれと比較し分析を行う。「健康を害するリスクへの意識」は就業女性も専業主婦もほぼ同じ程度だが、就業女性の方が、意識と行動にギャップがあること

がわかった。結果をまとめた図2を見ると「健康を害するリスクへの意識が高い」と分類された人は、就業女性57.7%で、専業主婦の56.6%とほとんど差がなかった。一方で「1週間でファストフードを食べる回数が5回未満」と回答した就業女性の割合は46.8%であるのに対して専業主婦は62.9%となり、「毎日家族と夕食を食べる」についても就業女性46.9%に対して専業主婦72.4%と専業主婦の方が高い割合であった。また、「平日は毎日朝食を食べる」という質問に対して就業女性は84.6%、専業主婦が93.9%で統計的に有意な差がみられた。さらに、「毎日夕食を作る」に関しては最も大きな差が生じ、就業女性が54.7%に対し専業主婦が81.6%と26.9ポイントの差が生じていた。

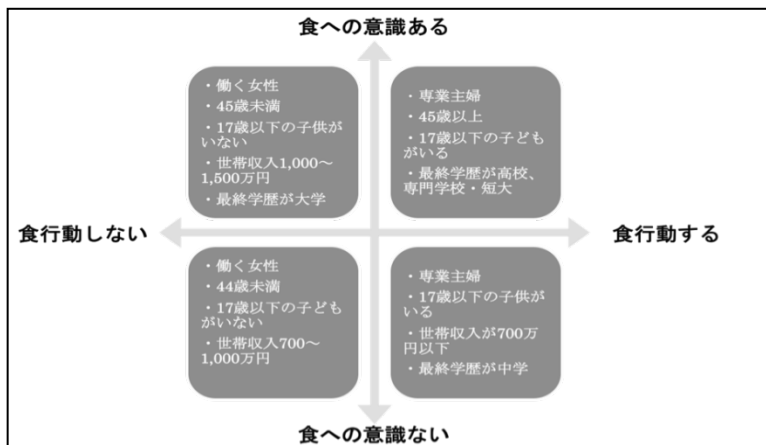
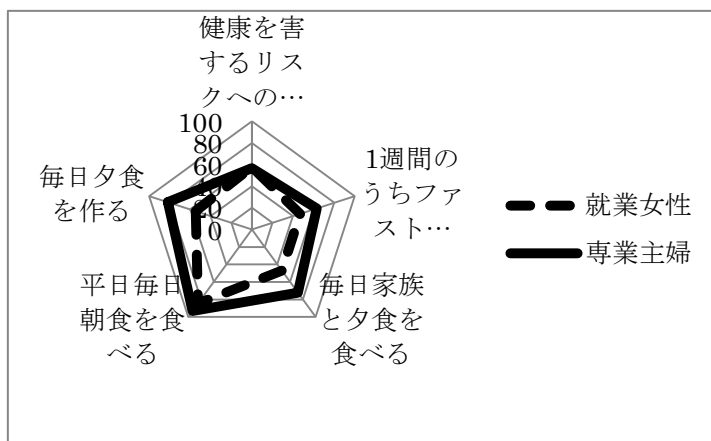


図1：食行動と意識に関する要因



を食べる」という質問に対して就業女性は84.6%、専業主婦が93.9%で統計的に有意な差がみられた。さらに、「毎日夕食を作る」に関しては最も大きな差が生じ、就業女性が54.7%に対し専業主婦が81.6%と26.9ポイントの差が生じていた。

図2：就業形態別にみる食行動と健康リスク意識