

# V 技術革新に対応した船舶司厨のあり方に関する 開発研究（第3年度）

## 目 次

A, 調査の目的・方法・経過	96
B, 食事に関する船員の基本的状	96
C, 料理に関する撰好調査	102

### A 調査の目的・方法・経過

#### 1. 調査の目的

昭和50年度より3カ年の計画で、「技術革新に対応した船舶司厨のあり方に関する開発研究」と題して、一連の調査をすすめてきた。将来の諸情勢に見合った船内給食の方式とそれに対応する司厨部門船員のあり方を検討するのが目標であった。そこで給食方式、給食内容、調理作業、職業資格、教育等々すべての根拠となるものとして、船内調理における「料理」と、その「サービス方式」を基礎的な要素としてとらえた。

そこで、前年度は外航船の実施献立における「料理」の分布分析を行ない、さらにその「料理」と食材料、調理法との関係を数量的に明らかにした。一方、調理作業についても、作業分析の集約化をすすめている。この調査報告は、これら一連の調査研究のなかで、将来の外航船の「料理」と、その「サービス方式」に、船員自身の食事欲求を反映させる資料として意図されたものである。

#### 2. 調査の方法、経過

調査はアンケートによることとし、素案を船

内食料研究会にはかり、若干の予備調査を実施した。

調査は、年令別の配分を考え、船単位に配布回収することにして、25隻で約500人分の回答を得ることを期待した。外航労務協会、外航中小船主労務協会の所属会社から、保有隻数に応じて25隻を配分し、会社を通じて配布回収してもらった。

回収期日を53年1月末としたが、回収おくれの船が目立ったので2月末まで延期し、この間に横浜船舶調理講習所の受講者20数名にも回答してもらい回答数の確保につとめた。結局、未回収は2隻であった。

ご協力いただいた船社はつぎの通りである。

日本郵船、商船三井、ジャパンライン、山下新日本、昭和海運、川崎汽船、三光汽船、新和海運、照国海運、東京タンカー、共栄タンカー、飯野海運、馬場大光商船、山和商船、三協海運、(順不同)

### B 食事に関する船員の基本的性状

食事の摂取現状や将来の食事のあり方を考える上で基本となるような項目を選んで調査項目に掲げた。結果を要約すると、つぎのようなことがわかった。

1. 年令の高令化 新人船員の採用手控えなどで、外航船員の年令構成は、20才以下4%、20~30才30%、31~40才26%、41~50才29%、51才以上11%となっている。(海員組合調査、昭51)このことは、

給食の再検討に基本的な要素となる。

2. 肥満度 肥満者は全体として8.5%であるが、年令とともに逡増し、52～57才層では14.3%であった。

### 3. 健康と食事制限

a, 食事制限者は全体として約25%で、～27才の8.7%から順次逡増し、40～45才で30%をこえ、52～57才では45%であった。食事制限の理由としては、年令や肥りすぎを考えて、食べ控えるというのが最も多く、次いで成人病を気にしている者が多かった。

b, そこで食事を注意する必要がある18種類の病気の気(け)についてチェックさせたところ、31%が病気の気(け)ありとした。このうち、胃腸病は年令と対応なく、成人病とみなしうる諸疾患は年令とともに逡増をみせる。

c, 胃腸系の病気では、食事制限者はわずかに19%で、食事制限をしていない者が多い。これに反し成人病系では、70%が食事制限をしている。このほかに、病気の気(け)ありとしなかった群でも年令とともに食事制限者はふえ、40才以上では14～17%ぐらいいる。これらは主に成人病を気にして予防的に食事制限している者とみなしうる。結局、年令とともにふえる成人病を気にして食事制限を心がけている者が最も多いとみられる。

d, 肥満と病気の気(け)をみると、肥満度の高いほど成人病の気(け)を訴えており、肥満度が低いほど胃腸系の病気を訴えているという結果が出た。そして肥満度の高いほど食事制限者が多く、肥満度+15%ぐらいから食事制限者の方が多くなる。肥満予防の制限食を考える場合の目安となろう。また同じ肥満度でも年令が高くなるほど食事制限者はふえる。

e, 以上の結果から①年令と肥満と成人病予防と食事制限という4者の関連が最も顕著であ

ること、②胃腸病の気(け)のある者は15%いるが、年令や食事制限、肥満とは関係がうすく、別の層であるということがつかみ得た。

### 4. 飲 酒

a, 最近では船員が酒を飲むようになったといわれているが、習慣的に飲まぬ者17%、適量55%で、適量をこえている者(月間アルコール量1.5ℓ以上)は28%であった。とくに3.0ℓをこえる5%の船員が問題となろう。

b, 飲酒の状況は年令層によって異なり、30才台40才台が酒量が多いにかかわらず、31～36才層では、適量をこえる者は18%と最低で、勤務制の影響がかえって適量にとどまらせているようである。

c, 飲酒と食事については、また考えなければならぬ要素であろう。

### 5. 補 食

a, 補食については回答者の記入が不十分で(当初から予想していたことであるが)、数量的な把握が無理であった。個人消費は37%で、55%は習慣がないと回答されたのは、やや意外であった。しかし、少くともこの55%は、量的にはみるべきほど購入していないとみられよう。しかし反面、それでは、飲酒とさかなの関連がやや気になってくる。飲まぬ者17%、適量55%であるから、この層はさしたるさかながなくとも問題がないかも知れない。夕食時ビールは飲んでもウイスキー等のスピリットは飲まぬから、酒の飲み方というのがやはり気になるところである。

b, グループ買いの補食品では、量的につかみ得なかったが、嗜好飲料と茶菓子だけの場合、これにパーティ用の肉・魚介・野菜を購入する場合、パーティ用材料だけの場合と三様がある

ようである。

(今回のアンケート—外航2船主団体

23隻, 489人)

52 ~ 57才	8.6%
46 ~ 51	19.1
40 ~ 45	18.2
34 ~ 39	15.0
28 ~ 33	17.4
(19) ~ 27	21.7
計	100.0

(昭和51 海員組合調査より

—外航2船主団体船員41,600人)

56才~	1.7%
51 ~ 55	8.2
46 ~ 50	16.7
41 ~ 45	12.7
36 ~ 40	13.2
31 ~ 35	12.9
26 ~ 30	16.6
21 ~ 25	14.1
15 ~ 20	3.9
計	100.0

表1 年齢と肥満度

肥満度 年齢	~+20% (肥満)	+19~10% (体重増加)	±9~0 (正常)	-10~19% (体重減少)	-20%~ (やせすぎ)	計 (実数)
(19) 27	3.8	9.4	68.9	17.9	0	100 (106)
28~ 33	8.2	16.5	62.4	12.9	0	100 (85)
34~ 39	12.3	27.4	58.9	1.4	0	100 (73)
40~ 45	6.7	28.1	61.8	3.4	0	100 (89)
46~ 51	9.7	26.9	55.9	7.5	0	100 (93)
52~ 57	14.3	26.2	47.6	11.9	0	100 (42)
計	8.4	21.5	60.7	9.4	0	100 (489)

表2. 食事制限と病気の気(%)

		年齢	(19)~27	28~33	34~39	40~45	46~51	52~57	計
		食事制限している			8.7	17.6	21.5	30.5	37.2
食事制限していない			91.3	82.4	78.5	69.5	62.8	54.8	75.3 (366)
計			100.0 (104)	100.0 (85)	100.0 (79)	100.0 (82)	100.0 (94)	100.0 (42)	100.0 (486)
内	食事制限している	胃腸系の病気		(3.4)	(3.8)	(3.7)		(7.1)	(25)
		その他の病気		(7.1)	(11.4)	(8.5)	(19.1)	(21.4)	(10.1)
		両方				(1.2)	(3.2)	(2.4)	(1.0)
	病気の気あり			10.5	15.2	13.4	22.3	30.9	13.6 (66)
	病気無回答		8.7	7.1	6.3	17.1	14.9	14.3	11.1 (54)
内	食事制限していない	胃腸系の病気	(8.7)	(18.8)	(16.5)	(6.1)	(6.4)	(9.5)	(10.9)
		その他の病気	(2.9)	(2.4)	(6.3)	(3.6)	(6.4)	(7.2)	(4.5)
		両方	(1.8)	(5.9)			(1.1)		(1.1)
	病気の気あり	13.4	27.1	22.8	9.7	13.9	16.7	17.1 (83)	
	病気無回答	77.9	55.3	55.7	59.8	48.9	38.1	58.2 (283)	

表3. 病気の気(け)の種類

( )内 486人中%

	(19) し 27	28 し 33	34 し 39	40 し 45	46 し 51	52 し 57	食し 事で 制い 限る	食し てい な 限い	計
胃 腸 病	9	22	16	8	10	8	13	60	73(15.0)
慢性胃炎	4	5	3	6	1	2			21(4.3)
胃下垂	4	2	4	1	2	1			14(2.9)
胃・十二指腸潰瘍	3	16	6	2	4	3			34(7.0)
慢性腸炎	1	1	4	1					7(1.4)
常習性便秘	2	3	1		2				8(1.6)
その他						1			1
肝臓の疾患		2	5	3	3	2	10	5	15(3.1)
脾臓の疾患									
糖尿病		3	2	4	9	1	17	2	19(3.9)
肥満症		3	2	1	3		8	1	9(1.9)
内分泌疾患									
心臓の疾患					4	1	4	1	5(1.0)
動脈硬化症			1			4	5		5(1.0)
高血圧症		1	4	1	9	9	19	5	24(4.9)
腎臓の疾患			1		3		3	1	4(0.8)
貧血	2	3		1	2			8	8(1.6)
リュウマチ	1	3	1			1	1	5	6(1.2)
痛風		1		1			1	1	2
食餌性アレルギー		1	2		2	1	4	2	6(1.2)
その他			1	1			1	1	2

表 4. 肥満度と食事制限 (年令別)

年令 食事制限 肥満度	～ 27		28 ～ 33		34 ～ 39		40 ～ 45		46 ～ 51		52 ～		計	
	制限 (a)	非制限 (b)	(a)	(b)	(a)	(b)	(a)	(b)	(a)	(b)	(a)	(b)	制限 (a)	非制限 (b)
+20%～	0	3	3	4	2	7	2	3	5	4	3	3	15 (38.5)	24 (61.5)
+10～19%	3 (30.0)	7 (70.0)	2 (13.3)	13 (86.7)	8 (44.4)	10 (55.6)	13 (50.0)	13 (50.0)	10 (40.0)	15 (60.0)	7 (70.0)	3 (30.0)	43 (41.3)	61 (58.7)
+18～19%	0	1	0	1	2	0	1	1	0	1	2	1	5	5
+16～17%	1	1	1	2	2	6	5	3	0	4	2	0	11	16
+14～15%	0	2	1	0	2	0	4	4	3	4	3	0	13	10
+12～13%	2	2	0	4	1	2	0	2	3	4	0	0	6	14
+10～11%	0	1	0	6	1	2	3	3	4	2	0	2	8	16
± 0～9%	4 (5.6)	68 (94.4)	9 (16.4)	46 (83.6)	7 (14.3)	42 (85.7)	10 (20.4)	39 (79.6)	18 (34.6)	34 (65.4)	9 (45.0)	11 (55.0)	57 (19.2)	240 (80.8)
-10～19%	1	16	1	8	0	3	0	3	0	5	0	4	2 (4.9)	39 (95.1)

表 5. 肥満度と病気の気(け)

病気のけ 肥満度	全数		慢性胃炎	胃下垂	潰瘍 胃・十二指腸	慢性腸炎	常習性便秘	計 (胃腸病)	全数 に対する率	肝臓疾患	糖尿病	心臓疾患	動脈疾患	高血圧症	腎臓疾患	計 (成人病)	全数 に対する率
	+20%	39	1	0	0	1	0	0	2	(5.1)	3	4	1	1	5	0	11
+10～19%	104	1	4	4	6	1	0	11	(10.6)	6	8	1	2	7	0	17	(16.3)
± 0～9%	297	15	3	3	19	3	7	43	(14.5)	6	5	3	2	12	3	39	(13.1)
-10～19%	41	4	7	7	8	1	0	18	(43.9)	0	1	0	1	0	0	2	(4.9)

表 6. 酒 類 月 間 飲 量

月間 アルコール量		年令						計
		～24	25～30	31～36	37～42	43～48	49～	
飲まな		10.7	9.3	5.5	14.6	28.0	29.6	17.3
飲む (月間 アルコール 換算量・ <i>ℓ</i> )	0.1～0.4	12.5	10.3	21.8	14.6	12.0	11.2	13.2
	0.5～0.9	28.6	19.6	30.9	26.9	14.7	19.4	22.4
	1.0～1.4	16.1	19.6	23.6	19.5	17.3	18.4	19.0
	1.5～1.9	16.1	14.4	9.1	8.5	10.7	12.2	11.9
	2.0～2.4	7.0	15.5	7.3	7.3	1.3	6.1	7.8
	2.5～2.9	3.6	6.2	1.8	3.7	4.0	2.1	3.7
	3.0～3.4	3.6	1.0	0	4.9	9.3	1.0	3.2
	3.5～3.9	1.8	4.1	0	0	1.3	0	1.3
	4.0～	0	0	0	0	1.3	0	0.2
計(実員)		100.0 (56)	100.0 (97)	100.0 (55)	100.0 (82)	100.0 (76)	100.0 (98)	100.0 (463)
飲む人の平均月 間アルコール量		1.25	1.52	1.02	1.24	1.53	1.21	1.33

### C. 料理に関する嗜好調査

嗜好調査について文献的考察を行ない、従来の好き嫌いを中心とした嗜好調査や料理例数の少ない調査は、給食管理においては具体的資料となりにくい点を見定めた。そこで実績を示して料理回数を嗜好させる方法を取り、さらにこれを外航船献立に出現する大半の料理をふくむよう98項の料理群にまとめ、それぞれについて等比的間隔の7段階で回答するよう求めた。

#### 1. 料理嗜好の分布と二系列化

有効回答400人の料理嗜好がどのように分布しているか、7段階の人数分布を求め、その段階点の平均と標準偏差を算出し、実績と比較して、分布状況をまとめた。さらにそこから二系列化をはかるとすれば、どのような料理群の

組合せになるかを検討してみた。ただし、ここでの二系列化は、嗜好回数の分布を二分割しただけのものであって、他の給食上の他の諸条件を加味したものではない。今後検討をしていく上での素材にすぎない。

a, 実績回数の多い料理群は減らし、少ないものはふやす方向に嗜好回数が分布しており、この点は予想通りであった。

b, さしみ、煮魚(和風)、天ぷらや牛肉・間火焼(ステーキ)など回答が集中的なもの(嗜好回数の一致性が高いもの)はよいが、魚の洋風・揚げものや牛肉の洋風・揚げものなど回答の分散なもの(嗜好性の高い料理)では、回数の多いほど、献立計画上是厄介な料理であることになる。嗜好性の高い料理は、船の現場においても乗組員の意向を汲みながら献立計画

をすべき料理ということにもなる。

c, 魚料理、肉料理は全体として回数を減らす方向に選好回数が分布しているが、玉子料理は全体として減っていない。この意味づけはつかめない。

d, 野菜料理、和えもの、お浸し、サラダをまとめて、野菜に対する選好をみると、全体としては、やはり減らす方向に選好回数が分布している。自由意見には野菜をふやしてほしいという意見がみられるのであるが、料理でも材料でも、嗜好性があるので、野菜を使った料理に対しては、一元的な発言をすることはできないようである。即ち、料理別には14～15%の忌避者が存在するし、材料別では、西洋野菜や香りの強い在来野菜に対する忌避者がいる。即ち、生野菜をふやせという要望があるから、ふやせは問題が解決するといった単純な事柄ではない。平均としては、コンビネーションサラダを減らして、野菜だけのシンプルサラダをふやす方向に出ているが、野菜だけのサラダは嗜好性が高く、月に2回以下という者が実に36%もいる。野菜については、うまい二系化の工夫が必要である。またこのサラダの例をみてもわかるように、少数の自由意見を鵜呑みにせず、実態をよく見定めることが必要である。

e, 麺料理も自由意見で要望が目立った判りには、選好回数の増加は多くなく、和風つけ麺で19%、和風・かけ汁で12%、中国風麺で27%が、月1回以下という結果は、野菜と同様に、選好の二極分化にどう対応したらよいかという課題を投げけるもので、このことは、船員の食事欲求を満たすためには、最も基本的な課題とみられる。

## 2. 年令と料理選好

6才ずつの年令層に分け、層別の段階点平均値から二次回帰式をあてはめ、増加、減少、中高、中低の4つの型の判別により、料理選好の年令別分布をみた。

a, 料理群の選好回数は、年令と関連を示すものが多い。しかし最大年令層と最小年令層の差は比較的小さく、回数差が50%以上開くことは非常に少なかった。従って、年令差によって献立を二系列しようとする、その差はあまり開かない。このことは、好き嫌い調査の結果から年令差を出し、献立に応用する場合に注意を要することを示している。

b, しかしながら年令の違いは確かにあり、洋風料理には減少型(年令が高くなると選好回数が減少する型)が、和風料理では増加型が多く、洋風か和風かという基本軸が強く出ている。ただし、牛肉料理は、このようにすっきりとはしていない。

c, 玉子料理・野菜料理・飯料理・麺料理の洋風とサラダは減少型、魚料理・野菜料理・飯料理・麺料理の和風と生卵・ゆで卵、和えもの、お浸し、和風鍋ものは、程度の差こそあれ、増加型を示した。

## 3. 健康と料理選好

健康と料理選好の関係をみるため、食事制限者、非制限者、成人病の気(け)ありとする者と余数、胃腸病の気(け)ありとする者について食事制限者と非制限者の三つについて、段階平均点をもって比較してみた。

a, 食事制限者と非制限者の間では、選好回数に差がみられるものがあるが、病気の気(け)の有無では差ははっきりしない。また差はあってもわずかであり、その差の意味づけがわかりにくいものも少なくない。即ち食事制限の病気の気(け)の訴えと、料理選好回数間に有意な関係がみとめられるものが少なかった。

b, 結果として、食事制限者や病気の気(け)の自覚者の選好回数は、給食の目安資料としては、ほとんど役立つところがない。またこの事実によっても、保健のための食事に関し、基礎的な知識の普及や栄養指導の必要性が導かれてくる。ただし、年令の高い層では、あまりおかしな意見は少なくなるようであった。

#### 4. 特定料理の選好と他料理の選好

料理の選好回数における個人差の大きな違いは、年令や健康の自覚などの単純な格差だけでは、説明し切れない。そこで特定料理の選好と他料理の選好の間に、どのような関係があるかについて、若干検討してみた。この場合、回答者には、各料理を通じて全体としての選好回数(全体選好)を増減しようとする態度と、ある料理群について、とくに選好する態度(部分選好)の両方が働くものと考えて、主にこの面からながめた。

a, 豚肉料理の選好段階の高い群(選好群)は、他の食肉料理や魚料理においても概して、非選好群より選好回数が多い。即ち、全体選好の態度の影響があるようである。しかしこの場合、他の料理における選好回数の格差は大きくない。しかもその差は豚肉料理の選好理由とど

の程度関連があるかは、つかみにくい。(例えば、豚肉料理の選好に、年令という要因がかなり働いているとすれば、その年令の要因が魚料理の選好差にも結びついていて、嗜好の関連はないかも知れない。)

b, またこのことは、魚は嫌いだが肉は好きというような単純な関係は、選好回数にはあらわれにくいことを示す。

c, 魚料理全体の選好群と非選好群の間で、さしみについては差はほとんどなかった。従って、全体選好と部分選好の種々の態様は、特定の料理群のなかにも存在するようである。

以上、若干の分析にとどめたが、この特定料理の選好に関し同じ資料を用いて、今後さらに分析を拡げてゆくことが望まれる。その後において、外航船員の個別的欲求と保健上の対策、給食上の諸条件など総合的にみて、どのような料理構成(献立構成)が現実的か、考察をつづけたい。仮りに献立の二系列化をはかるとすれば、その基本型は、成人病予防者、胃腸疾患者、肥満度の高いものに、その他の中高年希望者を加えた制限食群とその他群との二系列であろうか。(小石泰道、技術革新に対応した船舶司厨のあり方に関する開発研究、第4報の要約)

表7. 嗜好調査結果総括表

#### 魚 料 理

調 理 法	ス タ イ ル	料理のまとめり	希望段階および段階点							計(実績)	選 好 段 階 点		
			毎日 ならし 一日 おき (7)	3 月 に 5 日 に 一 回 (6)	月 に 三 回 (5)	月 に 二 回 (4)	月 に 一 回 (3)	二 月 に 一 回 (2)	め ご う に 出 て く ら い (1)		実 績 段 階 点	平 均	標 準 偏 差
生	和 風	さしみ各種、酢じめ(酢のものは除く)、たたきなど	5	65	23	5	1	1	—	100 (419)	6	5.64	0.805

煮 もの	和風	煮つけ、吉野煮、照り煮、 みそ煮など	1	13	66	13	3	1	3	100 (433)	5	4.83	0.972
	洋風	湯煮および冷製、トマト 煮、クリーム煮など	—	3	7	11	21	9	49	100 (442)	1	2.27	1.487
蒸 し もの	和風	ちり蒸し、酒蒸し、信州 蒸し、おろし蒸しなど	0	1	4	15	22	11	47	100 (441)	1	2.23	1.347
	洋風	スチームド、コールドフィ シュ。(各種ソースかけ)	0	1	6	14	47	10	22	100 (426)	3	2.74	1.180
直 火 焼	和風	塩焼、黄金焼、つけ焼、 照り焼、みそ漬焼、 粕漬焼など	37	40	13	5	3	—	2	100 (434)	7	5.94	1.203
	洋風	グリルド、ベークド、 スモークド	—	1	5	18	51	12	13	100 (421)	3	3.96	1.090
間 火 焼	和風	油焼、朝鮮焼、照焼 ベーコン焼、ホイル焼 などフライパンやオープン で焼く料理	—	3	11	16	27	36	7	100 (448)	2	2.99	1.255
	洋風	ソテー、ムニエル、ベ ーコン巻き焼、ホイル 焼、グラタンなど	—	6	54	20	11	4	5	100 (447)	5	4.32	1.184
揚 げ もの	和風	から揚げ、吉野揚、て んぷら、巻き揚、南蛮 揚、レモン漬など	1	14	59	17	6	2	1	100 (431)	5	4.78	0.938
	洋風	から揚、カレー揚、 衣揚、フライ、包み揚 など	1	45	32	11	6	2	3	100 (439)	6	5.03	1.255
	中国風	から揚、あんかけ、 衣揚、白雪揚など	—	1	9	12	29	38	11	100 (444)	2	2.76	1.197

肉 料 理

調理法	スタイル	料理のまとめ	希望段階および段階点							計 (実数)	実績段階点	好選段階点	
			毎日 ないし 一日おき (7)	3 5 日に 一回 (6)	月 に 三 回 (5)	月 に 二 回 (4)	月 に 一 回 (3)	二 月 に 一 回 (2)	め つ た て 出 な く て よ い (1)			平 均	標 準 偏 差
		全体として	59	36	3	1	1	—	0	100 (421)	7	6.53	0.674
牛の肉	和風	すき煮、くず煮、煮つけ うま煮、西京煮など	—	4	58	26	6	2	4	100 (402)	5	4.49	0.972
	洋風	ハリコット、カレー煮、 トマト菓、シチウ、クリ ーム煮、ロールキャベツな ど	—	2	15	60	17	3	3	100 (407)	4	3.86	0.888
料理	和風	塩焼、つけ焼、串し焼、 みそ漬焼など	—	2	12	29	48	7	2	100 (404)	3	3.50	0.962
	洋風	グリルド、バーベキュー など	—	1	4	7	16	26	46	100 (401)	1	2.00	1.232
揚げもの	和風	油焼、朝鮮焼、照り焼、 つけ焼、黄金焼など	—	1	6	14	20	49	10	100 (389)	2	2.63	1.138
	洋風	ステーキ、ソテー、ムニエ ル、串し焼、ロースト、 グラタンなど	3	53	28	9	4	1	2	100 (412)	6	5.31	1.112
	和風	から揚げ、龍田揚げ、衣揚げ、 はさみ揚げなど	1	2	3	9	22	51	12	100 (404)	2	2.48	1.085
	洋風	衣揚げ、パン粉揚げ、コロッ ケ、カツレツなど	0	1	4	17	23	44	11	100 (401)	2	2.63	1.078
		全体として	8	57	25	5	1	1	3	100 (415)	6	5.55	1.084

豚	煮もの	洋風	ハリコット、カレー煮、 トマト煮、シチウ、クリー ム煮、ロールキャベツなど	0	—	2	6	18	61	13	100 (392)	2	2.26	0.868
		中国風	スープ煮、白煮、炒め煮、 うま煮など	—	1	4	15	59	10	11	100 (394)	3	2.93	0.949
	直火焼	和風	塩焼、つけ焼、串し焼、 みそ漬焼など	0	0	2	8	18	56	16	100 (377)	2	2.25	0.907
		洋風	ステーキ、ソテー、ムニエル、 串し焼、ロースト、グラ タン	—	4	43	30	11	5	7	100 (410)	5	4.11	1.237
料理	揚げもの	和風	から揚げ、龍田揚げ、衣揚げ、 はさみ揚げなど	—	—	2	5	18	55	20	100 (389)	2	2.17	0.922
		洋風	衣揚げ、パン粉揚げ、コロッ ケ、カツレツなど	—	2	42	28	12	8	8	100 (394)	5	3.93	1.301
ひき肉(牛・豚)			全体として	—	6	66	20	5	1	2	100 (389)	5	4.64	0.907
	煮もの	洋風	ロールキャベツなど	0	—	3	9	24	55	9	100 (405)	2	2.40	0.897
		洋風	ステーキ、ソテーなど	0	—	8	56	23	5	8	100 (401)	4	3.52	1.013
	揚げもの	洋風	衣揚げ、パン粉揚げ、コロッ ケなど	0	—	4	12	65	10	9	100 (396)	3	2.90	0.819
鶏肉			全体として	0.5	13	62	16	4	0.5	4	100 (414)	5	4.70	1.061
	直火焼	和風	塩焼、つけ焼、串し焼、 みそ漬焼など	0	—	3	12	24	48	13	100 (381)	2	2.44	0.953
		洋風	グリルド、バーベキュー など	—	—	2	5	21	53	19	100 (356)	2	2.18	0.896

鶏	間火焼	洋風	ソテー、ムニエル、串し焼 ロースト、グラタンなど	—	2	10	48	24	8	8	100 (394)	4	3.53	1.112	
	肉料	揚げ	洋風	衣揚、パン粉揚、コロッ ケなど	—	—	5	18	53	11	13	100 (387)	3	2.93	1.045
		もの	中国風	から揚、衣揚、白雪揚な ど	1	—	4	21	56	9	9	100 (397)	3	3.05	0.938
ハム・ソーセイジ料理			全体として	1	9	58	19	8	1	4	100 (406)	5	4.58	1.108	
	生(冷)	洋風	コールミート	—	3	6	20	53	8	10	100 (378)	3	3.02	1.005	
	直火焼	洋風	グリルド、バーベキュー など	0	0	1	5	19	50	25	100 (356)	2	2.07	0.850	
	間火焼	洋風	ステーキ、ソテー、串し 焼、グラタンなど	0	1	3	9	54	21	12	100 (394)	3	2.64	0.831	
	揚げもの	洋風	衣揚、コロッケなど	0	0	1	2	6	16	75	100 (392)	1	1.35	0.725	
	レバー・鳥もつ			全体として	1	5	13	19	43	4	15	100 (405)	3	3.31	1.401

玉子料理

調理法	スタイル	料理のまとめり	希望段階および段階点							実績段階点	好段階点		
			毎日 ないし 一日おき (7)	3 5日 に一回 (6)	月 に三 回 (5)	月 に二 回 (4)	月 に一 回 (3)	二 月 に一 回 (2)	め つ た に 出 な く て よ う す (1)		計 (実 数)	平 均	標 準 偏 差
生	和風	生玉子	30	41	16	2	1	—	10	100 (409)	6	5.56	1.746
	和風	半熟・固ゆで	5	35	42	10	3	1	4	100 (408)	5	5.11	1.216
煮	洋風	ポーチドエッグ、ソース煮 ワイン煮など	—	1	4	5	9	14	67	100 (417)	1	1.67	1.169
	和風	玉子豆腐	—	4	5	10	26	29	26	100 (400)	2	2.53	1.347
蒸	和風	茶わん蒸し、吹き寄せ卵、 卵巻き蒸し	1	1	9	26	48	9	6	100 (421)	3	3.31	1.046
		うす焼、巻き焼、厚焼、 包み焼など	—	8	51	22	10	3	6	100 (421)	5	4.36	1.198
		フライエッグ(目玉焼) ハムエッグ	3	14	52	18	8	1	4	100 (405)	5	4.63	1.195
間火焼	洋風	オムレツ、グラタン	—	3	8	30	40	11	8	100 (401)	3	3.34	1.154
	和洋	炒り卵	—	5	12	37	29	5	12	100 (384)	3	3.48	1.287
炒	中国風	かに玉、えび玉、 あんかけ、炒り卵など	—	2	4	14	24	38	17	100 (419)	2	2.59	1.205
	洋風	卵のフライ、スコッチエッグ、 卵のコロッケなど	1	—	2	6	14	23	54	100 (396)	1	1.85	1.187

野菜料理

調理方法	スタイル	料理のまとめ	希望段階および段階点							計 (実数)	実績段階点	選好点	
			毎日 ないし 一日おき (7)	3 ~ 5日 に 一回 (6)	月 に 三 ~ 四 回 (5)	月 に 二 回 (4)	月 に 一 回 (3)	二 月 に 一 回 (2)	め つ た に 出 な く て よ う (1)			平 均	標 準 偏 差
			和風	ゆで煮、あんかけ、ふくめ煮、うま煮、炊き合せ、煮しめ、みそ煮など	5	60	25	5	2			1	3
和風	炒め煮、 (炒り煮、みそ炒め、 ベーコン炒めなど)	3	55	27	8	4	—	3	100 (424)	6	5.32	1.130	
和風	煮豆	—	2	6	9	22	40	21	100 (408)	2	2.46	1.222	
洋風	湯煮(ポイルド) スープ煮、バター煮、 シチウ煮、トマトソー ス煮、クリーム煮など	38	31	14	7	2	4	4	100 (440)	7	5.70	1.567	
中国風	炒め煮、揚げ煮	—	4	9	34	44	5	4	100 (432)	3	3.51	1.020	
和風	生姜じょうゆ、けんちん蒸し、あんかけ、酒蒸しなど	—	—	3	9	26	42	20	100 (441)	2	2.35	1.012	
洋風	マッシュポテト(つけ合せ)	1	2	5	18	21	40	13	100 (428)	2	2.73	1.264	
直火焼	和風 素焼、生姜じょうゆ、 つけ焼など	—	3	13	54	19	5	6	100 (407)	4	3.73	1.071	
和風	油焼、照り焼、みそ焼、 包み焼など	—	2	8	23	53	9	5	100 (436)	3	3.27	0.963	

間 火 焼	洋風	ポテト料理 (ロースト、リヨナイズ、 ジャケット、キャンディ、 ブラウンなどつけ合せ)	1	8	52	22	10	2	6	100 (433)	5	4.43	1.206
	風	その他の野菜料理 (グラタン、詰めもの、 衣焼)	1	2	8	25	54	6	4	100 (431)	3	3.39	1.005
炒 め の	洋風	野菜のソテー (つけ合せ)	62	20	9	5	2	—	2	100 (441)	7	6.27	1.246
	中国風	甘酢、油いため、みそ炒 めなど	1	3	6	9	15	25	41	100 (432)	1	2.23	1.437
場 げ の	和風	から揚げ、衣揚げ、パン粉揚げ (精進揚げ、はさみ揚げなど)	—	4	9	28	47	8	4	100 (442)	3	3.45	1.058
	洋風	ポテト料理 (ポテトフライ、チップポ テト、コロッケなど)	3	48	27	10	6	2	4	100 (445)	6	5.09	1.320
	風	その他の野菜のフライ、 フリッター	—	2	5	11	24	48	9	100 (432)	2	2.67	1.182

酢もの、和えもの、サラダ

調 理 法	スタイル	料理のまとめ	希望段階および段階点							計 (実数)	実績段階点	選好段階点	
			毎日 ないし 一日 おき (7)	3 ~ 5日 に 一回 (6)	月 に 三 ~ 四 回 (5)	月 に 二 回 (4)	月 に 一 回 (3)	二 月 に 一 回 (2)	め った に 出 な く て よ う い (1)			平 均	標 準 偏 差
酢 の もの	和風	三杯酢、酢みそ、おろし 酢、ごま酢、なますなど	42	40	11	2	1	1	3	100 (432)	7	6.07	1.220
	洋風	酢漬、酢油漬 (マリナー)	—	2	3	7	15	19	53	100 (433)	1	1.96	1.282

酢 の も の	中国風	三杯酢、辛子酢じょうゆ、 酢油かけ、ごま酢かけ など	—	1	7	9	21	46	16	100 (432)	2	2.48	1.134
	和風	ごまじょうゆ、辛子じょうゆ、おろし和え、ごまみそ和え、白和えなど	4	53	27	8	3	2	3	100 (446)	6	5.29	1.204
和 え の も の	洋風	お浸し	7	31	48	8	3	1	3	100 (429)	5	5.18	1.130
	洋風	シンプルサラダ (野菜だけのサラダ)	10	20	34	27	6	1	2	100 (434)	4	4.93	1.213
サ ラ ダ	洋風	コンビネーションサラダ (野菜と魚・肉・果実な どの取合せ)	6	18	49	19	4	2	3	100 (438)	5	4.85	1.187

飯・麺・鍋料理

調 理 法	ス タ イ ル	料理のまとめ	希望段階および段階点							計(実数)	実績段階点	選好点	
			毎日 な し し 日 お き (7)	3 月 に 3 回 (6)	月 に 三 回 (5)	月 に 二 回 (4)	月 に 一 回 (3)	二 月 に 一 回 (2)	め つ た に 出 な く て よ い (1)			平均	標準偏差
飯 和 料 理	和風	寿司 (にぎり、巻き、散らし 押しずしなど)	1	5	22	51	15	3	3	100 (441)	4	4.05	1.020
		丼もの	—	3	21	54	16	2	3	100 (457)	4	3.97	0.937
	洋風	炊き込み飯、釜飯など	—	1	8	21	55	9	6	100 (417)	3	3.18	0.971
		幕の内	—	1	2	7	41	33	16	100 (425)	2	2.49	0.969
	洋風	ソースなどをかけるライ スもの	—	3	38	26	17	6	10	100 (430)	5	3.86	1.333

飯	洋風	炊き込み、炒めライス	—	1	7	15	59	9	9	100 (426)	3	3.06	0.979
	中国風	具をのせる、炊き込み、 まぜ飯、かゆ、炒飯など	—	2	6	16	53	14	9	100 (431)	3	3.01	1.048
理	和	つけ汁で食べる 麺類(冷)	2	8	24	46	10	4	5	100 (432)	4	4.13	1.211
	風	かけ汁をかける 麺類(温)	3	11	49	25	7	3	2	100 (427)	5	4.59	1.108
類	洋	スパゲッティ、マカロニ ゆで、炒め、ソース	—	3	8	25	50	7	7	100 (441)	3	3.30	1.065
	風	マカロニなどグラタン	—	1	7	25	44	15	7	100 (419)	3	3.15	1.042
科	中	冷 麵	—	3	7	11	27	24	27	100 (401)	1	2.58	1.387
	国	麵(温)および わんたん	2	6	20	46	18	4	5	100 (434)	4	3.97	1.163
理	風	ぎょうざ	1	2	7	27	42	11	10	100 (429)	3	3.18	1.156
	風	しゅうまい	—	—	4	18	43	17	18	100 (405)	3	2.75	1.103
鍋	和	肉類を主にしたなべもの	1	2	24	48	20	3	2	100 (417)	4	4.02	0.939
	理	魚介を主にしたなべもの	—	4	15	28	42	8	4	100 (422)	3	3.53	1.104
	風	魚練ものと野菜の なべもの	—	3	12	41	30	8	6	100 (427)	4	3.56	1.091

果 物 (かん詰含まず)

果	生	かんきつ類	88	10	1	—	1	—	—	100 (430)	7	6.84	0.540
	物	その他の果実	39	58	3	—	—	—	—	100 (434)	6	6.36	0.556