

管理栄養士養成課程学生の作ることができる料理と調理頻度の変化

—1年次の実習による調理経験との関連—

長嶋泰生*, 泉史郎, 市川晶子, 外川晴香,
工藤慶太, 久保田のぞみ, 黒河あおい, 長谷部幸子

名寄市立大学保健福祉学部栄養学科

【要旨】 給食管理, 栄養教育を行う上で管理栄養士・栄養士にとって料理知識, 調理技術は重要な能力であり, 管理栄養士養成課程においては学生がいかにかそれらを習得するかが課題である。本研究では料理の習得度と調理頻度に着目し, 調理実習を通じて学生がどの程度料理を習得し日常で調理しているか, 1年次における半年間の変化を分析した。料理35項目について, 習得度は前期の基礎調理学実習で調理経験のあった料理7項目中1項目, 後期の応用調理学実習で調理経験のあった料理6項目中5項目で「作ることができる」学生の割合が有意に増加した。調理頻度はほとんどの料理が月1回以下で, 実習の有無に関わらず全体的に減少傾向であった。後期の実習経験により料理の作り方を理解した学生が増えたのに対し, 調理頻度は有意な変化が見られなかったことから, 2年次以降の関連科目実習及び日常生活における調理経験を経ての変化とその要因を分析する必要がある。

キーワード: 1年生, 調理, 料理の習得

I. はじめに

管理栄養士養成課程の大学生が卒業後, 各職域で管理栄養士・栄養士として給食管理, 栄養教育を行う上で, 料理知識や調理技術は重要な能力である。しかし, 近年の管理栄養士養成課程の入学生における調理技術の未熟さ(川田ら 2010)や調理に対する学生の知識及び技術の低下(大学調理教育研究グループ北九州 2012)が報告されている。そのような中, 調理学実習履修後に切り方の習得度が上昇し食材購入頻度が増加する(川田ら 2011), 基本的な調理操作に自信が持てるようになり調理頻度が増える(長屋ら 2015)という大学生の変化が明らかとなっており, 大学での調理に関する教育の充実と, 日常の食生活における調理知識・技術の定着の重要性が示唆される。

管理栄養士養成課程の学生は, 調理学実習で基礎的な知識・技術を取得し, 調理を伴う関連科目実習及び日常生活の調理経験を積み重ねて, 栄養士業務に必要な調理関連能力を身につける必要があり, 大学入学後の調理及び関連科目実習では学生の技術向上だけでなく, 実生活における調理への意識・意欲

も促すことが重要と考えられる。また, 調理頻度と食習慣についての先行研究において, 一人暮らしの大学生では調理頻度が低い者ほど毎食の欠食率が高く, 中食・外食への依存が高い(北野ら 2012)ことが明らかとなっていることから, 日常的に料理を作ることは適切な食習慣を大学生活の中で身につける上でも重要である。

そこで, 本研究では料理の習得度(自己評価で「作ることができる」という回答に基づく)及び調理頻度に着目して, 管理栄養士養成課程1年次学生が調理実習を通じてどの程度料理を習得し日常において調理しているか, 半年間の変化を検討することを目的とした。

II. 方法

1. 調査方法

1) 調査時期

2016年9月下旬(以下, 1回目)と2017年2月上旬(以下, 2回目)に実施した。

2) 対象者

2016年度A大学栄養学科に入学した1年生40名(男性4名, 女性36名)を対象とした。

3) 調査内容並びに方法

調査は, 2回に渡り記名自記式による質問紙調査を実施した。質問紙はその場で回収し, 得られた40部(回収率100%)を対象とし, 本研究では「作ること

2017年11月27日受付: 2018年1月20日受理

*責任著者

住所 〒096-8641 北海道名寄市西4条北8丁目1

E-mail: yasuo@nayoro.ac.jp

ができる料理とその頻度」の回答について分析した。調査項目の料理の種類は、食事づくり能力に関する先行研究（駒場ら 2014）を参考にし、家庭で一般的に作る料理 35 項目とした（表 1）。質問紙に「つぎの料理を作ることができますか。料理ごとにあてはまる欄 1 か所に○を記入してください」と指示し、「何も見ずに作ることができる」「本などを見ながら作ることができる」「作ることはできない」「その料理を知らない」の 4 つの選択肢で回答を求めた。また、「何も見ずに作ることができる」「本などを見ながら作ることができる」と回答した料理については調理頻度について「よく作る（週 3 回以上）」「時々作る（週 1 回程度）」「たまに作る（月 1 回程度）」「年に 1~2 回程度」「ほとんど作らない」の 5 つの選択肢で回答を求めた。

表1 料理の項目

主食等	ごはん（炊飯器使用）*
	ごはん（炊飯器使用なし）*
	赤飯 **
	炊き込みごはん
	ちらし寿司
	親子どんぶり
	カレーライス（市販ルー）
	チャーハン
	お好み焼き
	ホットケーキ（ミックス使用）
ホットケーキ（ミックス使用なし）	
汁物他	みそ汁 *
	すまし汁 **
	かきたま汁 **
	シチュー（市販ルー）
	シチュー（手作りルー）**
茶碗蒸し **	
主菜	半熟ゆで卵 *
	目玉焼き
	オムレツ
	だし巻き卵・卵焼き
	魚の塩焼き
	魚の煮つけ *
	魚のムニエル
	ハンバーグステーキ
	ロールキャベツ
	酢豚
副菜	肉じゃが
	いりどり・筑前煮 **
	野菜炒め
	きんぴらごぼう
	ほうれん草のお浸し *
	きゅうりの酢の物 *
	野菜の天ぷら
生野菜のサラダ	

*：前期の基礎調理学実習で実施

**：後期の応用調理学実習で実施

2. 分析方法

調理実習による経験と各料理の習得度、調理頻度について検討するため、料理 35 項目を前期の基礎調理学実習で実施した 7 項目、後期の応用調理学実習で実施した 6 項目、実習で実施していない 22 項目に区分して分析した。

各料理の習得度について、「作ることができる」と回答した学生の変化を検討するため、「何も見ずに作ることができる・本などを見ながら作ることができる」と回答した群と「作ることはできない」の 2 群に分けた。なお、「その料理を知らない」と回答した者は調査 1 回目に 2 項目各 1 名のみと少数であったことから、「作ることはできない」の群に含めて分析を行った。

各料理の調理頻度については、「週 1 回以上作る」と回答した学生の変化を検討するため、「よく作る（週 3 回以上）・時々作る（週 1 回程度）」と回答した群と「たまに作る（月 1 回程度）・年に 1~2 回程度・ほとんど作らない」の 2 群に分けた。

調査 1 回目と 2 回目の回答割合を比較するため、名義尺度の比率の検定に χ^2 検定、期待度数 5 未満の場合は Fisher の直接確率検定を行った。解析には統計解析パッケージ IBM SPSS Statistics 23.0 for Windows（日本アイ・ビー・エム株式会社）を用い、有意水準は 5%（両側検定）とした。

本研究は名寄市立大学倫理委員会の承認を得た上で実施した。

III. 結果

1. 料理の習得度の変化

1) 基礎・応用調理学実習で実施した料理

料理 35 項目のうち、実習で実施した料理の習得度について表 2 に示した。基礎調理学実習で調理経験のあった料理 7 項目のうち、魚の煮つけで「作ることはできない」者の割合が有意に減少していた ($p=0.048$)。その他 6 項目中 5 項目で「作ることができない」者が 1 回目の調査時点で 1 名以下であり、いずれの項目でも 2 回目での有意な変化は見られなかった。

応用調理学実習で調理経験のあった料理では、6 項目のうち赤飯 ($p=0.015$)、かきたま汁 ($p=0.025$)、手作りルーのシチュー ($p=0.007$)、茶碗蒸し ($p=0.045$)、いりどり ($p=0.043$) の 5 項目で「作ることはできな

い) 者の割合が有意に減少していた。

2) 実習で実施していない料理

実習で実施していない料理の習得度について表3に示した。料理22項目のうち、魚のムニエル ($p=0.090$), 酢豚 ($p=0.066$) では「作ることはできない」者の割合が減少していたが有意差はなく、その他いずれの項目においても有意な変化は見られなかった。

2. 料理の調理頻度の変化

1) 基礎・応用調理学実習で実施した料理

料理35項目のうち、実習で実施した料理の調理頻度について表4に示した。調理頻度について、「よく作る・時々作る」者が半数以上を占める項目は13項目中、ごはん(炊飯器使用), みそ汁の2項目のみで、

魚の煮つけ, 赤飯, 茶碗蒸し, いろどり・筑前煮など8項目で「たまに作る・年に1~2回程度・ほとんど作らない」の回答が9割以上を占めていた。「よく作る・時々作る」者の割合は, いずれの項目にも有意な変化は見られなかった。

2) 実習で実施していない料理

実習で実施していない料理の調理頻度について表5に示した。調理頻度について、「よく作る・時々作る」者が半数以上を占める項目は22項目中, 目玉焼き, だし巻き卵・卵焼き, 生野菜のサラダのみで, 炊き込みごはん, 親子どんぶり, ハンバーグステーキ, 肉じゃがなど15項目で「たまに作る・年に1~2回程度・ほとんど作らない」の回答が9割以上を占めていた。「よく作る・時々作る」者の割合はチャーハン ($p=0.031$) のみ有意に減少しており, 魚のムニ

表2 作ることのできる料理 (実習で実施した項目)

(n=40)

		何も見ずに 作ることが できる	本などを 見ながら 作ることが できる	作ることが できない	無回答	p 値
基礎調理学 実習で 実施	ごはん (炊飯器使用)	1回目 39 (97.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	-
		2回目 39 (97.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	
	ごはん (炊飯器使用なし)	1回目 7 (17.5)	30 (75.0)	2 (5.0)	1 (2.5)	0.644
		2回目 8 (20.0)	28 (70.0)	3 (7.5)	1 (2.5)	
	みそ汁	1回目 34 (85.0)	6 (15.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	-
		2回目 37 (92.5)	3 (7.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	
	半熟ゆで卵	1回目 28 (70.0)	11 (27.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	1.000
		2回目 26 (65.0)	13 (32.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	
	魚の煮つけ	1回目 8 (20.0)	26 (65.0)	6 (15.0)	0 (0.0)	0.048
		2回目 14 (35.0)	25 (62.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	
ほうれん草のお浸し	1回目 28 (70.0)	11 (27.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	0.314	
	2回目 33 (82.5)	7 (17.5)	0 (0.0)	0 (0.0)		
きゅうりの酢の物	1回目 21 (52.5)	19 (47.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	-	
	2回目 21 (52.5)	19 (47.5)	0 (0.0)	0 (0.0)		
応用調理学 実習で 実施	赤飯	1回目 3 (7.5)	20 (50.0)	17 (42.5)	0 (0.0)	0.015
		2回目 2 (5.0)	31 (77.5)	7 (17.5)	0 (0.0)	
	すまし汁	1回目 7 (17.5)	24 (60.0)	9 (22.5)	0 (0.0)	0.060
		2回目 7 (17.5)	30 (75.0)	3 (7.5)	0 (0.0)	
	かきたま汁	1回目 13 (32.5)	20 (50.0)	7 (17.5)	0 (0.0)	0.025
		2回目 16 (40.0)	23 (57.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	
	シチュー (手作りルー)	1回目 2 (5.0)	21 (52.5)	17 (42.5)	0 (0.0)	0.007
		2回目 2 (5.0)	32 (80.0)	6 (15.0)	0 (0.0)	
	茶碗蒸し	1回目 3 (7.5)	22 (55.0)	15 (37.5)	0 (0.0)	0.045
		2回目 3 (7.5)	30 (75.0)	7 (17.5)	0 (0.0)	
いろどり・筑前煮	1回目 5 (12.5)	27 (67.5)	8 (20.0)	0 (0.0)	0.043	
	2回目 9 (22.5)	29 (72.5)	2 (5.0)	0 (0.0)		

数値は人数 (%)

表3 作ることのできる料理（実習で実施していない項目）

(n=40)

		何も見ずに 作ることが できる	本などを 見ながら 作ることが できる	作ることが できない	無回答	p 値
炊き込みごはん	1回目	13 (32.5)	25 (62.5)	2 (5.0)	0 (0.0)	0.623
	2回目	12 (30.0)	24 (60.0)	3 (7.5)	1 (2.5)	
ちらし寿司	1回目	9 (22.5)	28 (70.0)	3 (7.5)	0 (0.0)	0.252
	2回目	4 (10.0)	28 (70.0)	6 (15.0)	2 (5.0)	
親子どんぶり	1回目	22 (55.0)	18 (45.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0.152
	2回目	19 (47.5)	19 (47.5)	2 (5.0)	0 (0.0)	
カレーライス (市販ルー)	1回目	36 (90.0)	4 (10.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	-
	2回目	32 (80.0)	8 (20.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
チャーハン	1回目	34 (85.0)	6 (15.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0.314
	2回目	35 (87.5)	4 (10.0)	1 (2.5)	0 (0.0)	
お好み焼き	1回目	23 (57.5)	15 (37.5)	2 (5.0)	0 (0.0)	0.157
	2回目	24 (60.0)	15 (37.5)	0 (0.0)	1 (2.5)	
ホットケーキ (ミックス使用)	1回目	30 (75.0)	10 (25.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0.314
	2回目	32 (80.0)	7 (17.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	
ホットケーキ (ミックス使用なし)	1回目	4 (10.0)	23 (57.5)	13 (32.5)	0 (0.0)	0.121
	2回目	6 (15.0)	27 (67.5)	7 (17.5)	0 (0.0)	
シチュー (市販ルー)	1回目	30 (75.0)	9 (22.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	0.314
	2回目	32 (80.0)	8 (20.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
目玉焼き	1回目	40 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	-
	2回目	38 (95.0)	2 (5.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
オムレツ	1回目	29 (72.5)	8 (20.0)	3 (7.5)	0 (0.0)	0.305
	2回目	30 (75.0)	9 (22.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	
だし巻き卵・卵焼き	1回目	33 (82.5)	5 (12.5)	2 (5.0)	0 (0.0)	0.556
	2回目	35 (87.5)	4 (10.0)	1 (2.5)	0 (0.0)	
魚の塩焼き	1回目	26 (65.0)	11 (27.5)	3 (7.5)	0 (0.0)	0.305
	2回目	28 (70.0)	11 (27.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	
魚のムニエル	1回目	9 (22.5)	26 (65.0)	5 (12.5)	0 (0.0)	0.090
	2回目	17 (42.5)	22 (55.0)	1 (2.5)	0 (0.0)	
ハンバーグステーキ	1回目	17 (42.5)	22 (55.0)	1 (2.5)	0 (0.0)	1.000
	2回目	20 (50.0)	19 (47.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	
ロールキャベツ	1回目	5 (12.5)	24 (60.0)	11 (27.5)	0 (0.0)	0.284
	2回目	6 (15.0)	27 (67.5)	7 (17.5)	0 (0.0)	
酢豚	1回目	2 (5.0)	25 (62.5)	13 (32.5)	0 (0.0)	0.066
	2回目	3 (7.5)	31 (77.5)	6 (15.0)	0 (0.0)	
肉じゃが	1回目	13 (32.5)	24 (60.0)	3 (7.5)	0 (0.0)	1.000
	2回目	13 (32.5)	24 (60.0)	3 (7.5)	0 (0.0)	
野菜炒め	1回目	36 (90.0)	3 (7.5)	1 (2.5)	0 (0.0)	0.314
	2回目	33 (82.5)	7 (17.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	
きんぴらごぼう	1回目	8 (20.0)	27 (67.5)	5 (12.5)	0 (0.0)	0.235
	2回目	18 (45.0)	20 (50.0)	2 (5.0)	0 (0.0)	
野菜の天ぷら	1回目	13 (32.5)	18 (45.0)	9 (22.5)	0 (0.0)	0.785
	2回目	11 (27.5)	21 (52.5)	8 (20.0)	0 (0.0)	
生野菜のサラダ	1回目	38 (95.0)	2 (5.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	-
	2回目	38 (95.0)	2 (5.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	

数値は人数 (%)

エル ($p=0.074$) で増加傾向が見られたものの有意差はなく、実習後に調理頻度が有意に増加した項目は見られなかった。

IV. 考察

本研究では、管理栄養士養成課程の大学生の料理の習得度と調理頻度について、半年間でどのような変化が見られるか検討することを目的に、基礎調理学実習および応用調理学実習履修後に調査を行い、分析した。

料理の習得度について、特に応用調理学実習で実施した料理で「何も見ずに作ることができる・本などを見ながら作ることができる」者が増加している項目が多く見受けられた。本研究の調査時期は、1回目が後期の応用調理学実習の初回、2回目が最後の回

であり、実習を挟んだ前後の時期に実施した調査結果であったことから、直近の調理実習での経験により料理の作り方を理解した者が増えたことが伺われる。基礎調理学実習で実施した料理では有意に習得度が高まった料理は魚の煮つけ 1 項目のみであったが、1回目に半数以上の者が「何も見ずに作ることができる」と回答した項目がほとんどで、「本などを見ながら」を含めるといずれの料理も 9 割以上の者が作ることができるという回答であった。習得度が低下した料理は見られなかったため、実習後半年間は習得度が維持されていることが推察された。また、実習で経験のない料理でも一部の項目で習得度が高まる傾向が見られたことから、学生がその他の実習等の機会に料理の作り方を見聞きした、又は自主的に経験して覚えた可能性も考えられるが、各料理の調理頻度に有意な増加は見られず、本研究のその他

表4 各料理を作る頻度 (実習で実施した項目)

(n=40)

		よく作る (週3回 以上)	時々作る (週1回 程度)	たまに作る (月1回 程度)	年に 1~2回 程度	ほとんど 作らない	無回答	p 値
基礎調理学実習で実施	ごはん (炊飯器使用)	1回目 18 (45.0)	14 (35.0)	3 (7.5)	2 (5.0)	3 (7.5)	0 (0.0)	0.816
	2回目 17 (42.5)	15 (37.5)	3 (7.5)	1 (2.5)	3 (7.5)	1 (2.5)		
	ごはん (炊飯器使用なし)	1回目 2 (5.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (5.0)	35 (87.5)	1 (2.5)	0.622
	2回目 1 (2.5)	2 (5.0)	0 (0.0)	3 (7.5)	32 (80.0)	2 (5.0)		
	みそ汁	1回目 10 (25.0)	12 (30.0)	9 (22.5)	3 (7.5)	6 (15.0)	0 (0.0)	0.741
	2回目 9 (22.5)	11 (27.5)	12 (30.0)	3 (7.5)	4 (10.0)	1 (2.5)		
	半熟ゆで卵	1回目 0 (0.0)	9 (22.5)	13 (32.5)	3 (7.5)	15 (37.5)	0 (0.0)	0.420
	2回目 0 (0.0)	6 (15.0)	10 (25.0)	12 (30.0)	11 (27.5)	1 (2.5)		
	魚の煮つけ	1回目 0 (0.0)	0 (0.0)	11 (27.5)	8 (20.0)	21 (52.5)	0 (0.0)	0.147
	2回目 0 (0.0)	2 (5.0)	5 (12.5)	12 (30.0)	20 (50.0)	1 (2.5)		
ほうれん草のお浸し	1回目 0 (0.0)	5 (12.5)	14 (35.0)	8 (20.0)	13 (32.5)	0 (0.0)	0.754	
2回目 0 (0.0)	4 (10.0)	23 (57.5)	6 (15.0)	6 (15.0)	1 (2.5)			
きゅうりの酢の物	1回目 0 (0.0)	2 (5.0)	12 (30.0)	12 (30.0)	14 (35.0)	0 (0.0)	0.571	
2回目 0 (0.0)	1 (2.5)	16 (40.0)	7 (17.5)	15 (37.5)	1 (2.5)			
応用調理学実習で実施	赤飯	1回目 0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (5.0)	38 (95.0)	0 (0.0)	-
	2回目 0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (2.5)	38 (95.0)	1 (2.5)		
	すまし汁	1回目 0 (0.0)	2 (5.0)	4 (10.0)	4 (10.0)	30 (75.0)	0 (0.0)	0.157
	2回目 0 (0.0)	0 (0.0)	6 (15.0)	10 (25.0)	23 (57.5)	1 (2.5)		
	かきたま汁	1回目 1 (2.5)	4 (10.0)	8 (20.0)	2 (5.0)	25 (62.5)	0 (0.0)	0.966
	2回目 0 (0.0)	5 (12.5)	9 (22.5)	6 (15.0)	19 (47.5)	1 (2.5)		
	シチュー (手作りルー)	1回目 0 (0.0)	0 (0.0)	1 (2.5)	4 (10.0)	35 (87.5)	0 (0.0)	-
	2回目 0 (0.0)	0 (0.0)	2 (5.0)	3 (7.5)	34 (85.0)	1 (2.5)		
茶碗蒸し	1回目 0 (0.0)	1 (2.5)	0 (0.0)	6 (15.0)	33 (82.5)	0 (0.0)	0.986	
2回目 0 (0.0)	1 (2.5)	0 (0.0)	7 (17.5)	31 (77.5)	1 (2.5)			
いりどり・筑前煮	1回目 0 (0.0)	0 (0.0)	7 (17.5)	7 (17.5)	26 (65.0)	0 (0.0)	0.308	
2回目 0 (0.0)	1 (2.5)	8 (20.0)	8 (20.0)	22 (55.0)	1 (2.5)			

数値は人数 (%)

表5 各料理を作る頻度（実習で実施していない項目）

(n=40)

		よく作る (週3回 以上)	時々作る (週1回 程度)	たまに作る (月1回 程度)	年に 1~2回 程度	ほとんど 作らない	無回答	p 値
炊き込みごはん	1回目	0 (0.0)	1 (2.5)	14 (35.0)	10 (25.0)	15 (37.5)	0 (0.0)	0.971
	2回目	0 (0.0)	1 (2.5)	11 (27.5)	8 (20.0)	18 (45.0)	2 (5.0)	
ちらし寿司	1回目	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	11 (27.5)	29 (72.5)	0 (0.0)	-
	2回目	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	6 (15.0)	32 (80.0)	2 (5.0)	
親子どんぶり	1回目	0 (0.0)	1 (2.5)	18 (45.0)	10 (25.0)	10 (25.0)	1 (2.5)	1.000
	2回目	0 (0.0)	1 (2.5)	14 (35.0)	12 (30.0)	12 (30.0)	1 (2.5)	
カレーライス (市販ルー)	1回目	0 (0.0)	3 (7.5)	26 (65.0)	7 (17.5)	4 (10.0)	0 (0.0)	0.974
	2回目	0 (0.0)	3 (7.5)	21 (52.5)	12 (30.0)	3 (7.5)	1 (2.5)	
チャーハン	1回目	2 (5.0)	14 (35.0)	19 (47.5)	2 (5.0)	3 (7.5)	0 (0.0)	0.031
	2回目	0 (0.0)	7 (17.5)	25 (62.5)	3 (7.5)	4 (10.0)	1 (2.5)	
お好み焼き	1回目	0 (0.0)	3 (7.5)	15 (37.5)	13 (32.5)	8 (20.0)	1 (2.5)	0.317
	2回目	0 (0.0)	1 (2.5)	14 (35.0)	16 (40.0)	7 (17.5)	2 (5.0)	
ホットケーキ (ミックス使用)	1回目	0 (0.0)	4 (10.0)	12 (30.0)	13 (32.5)	11 (27.5)	0 (0.0)	0.970
	2回目	0 (0.0)	4 (10.0)	13 (32.5)	14 (35.0)	8 (20.0)	1 (2.5)	
ホットケーキ (ミックス使用なし)	1回目	1 (2.5)	1 (2.5)	1 (2.5)	1 (2.5)	36 (90.0)	0 (0.0)	0.157
	2回目	0 (0.0)	0 (0.0)	6 (15.0)	4 (10.0)	29 (72.5)	1 (2.5)	
シチュー (市販ルー)	1回目	0 (0.0)	1 (2.5)	17 (42.5)	9 (22.5)	13 (32.5)	0 (0.0)	0.541
	2回目	0 (0.0)	2 (5.0)	19 (47.5)	9 (22.5)	9 (22.5)	1 (2.5)	
目玉焼き	1回目	3 (7.5)	21 (52.5)	8 (20.0)	3 (7.5)	5 (12.5)	0 (0.0)	0.144
	2回目	5 (12.5)	12 (30.0)	15 (37.5)	3 (7.5)	4 (10.0)	1 (2.5)	
オムレツ	1回目	0 (0.0)	10 (25.0)	13 (32.5)	3 (7.5)	14 (35.0)	0 (0.0)	0.842
	2回目	2 (5.0)	7 (17.5)	17 (42.5)	5 (12.5)	8 (20.0)	1 (2.5)	
だし巻き卵・卵焼き	1回目	7 (17.5)	16 (40.0)	10 (25.0)	0 (0.0)	7 (17.5)	0 (0.0)	0.579
	2回目	6 (15.0)	14 (35.0)	14 (35.0)	1 (2.5)	4 (10.0)	1 (2.5)	
魚の塩焼き	1回目	1 (2.5)	5 (12.5)	14 (35.0)	4 (10.0)	16 (40.0)	0 (0.0)	0.780
	2回目	1 (2.5)	4 (10.0)	15 (37.5)	8 (20.0)	11 (27.5)	1 (2.5)	
魚のムニエル	1回目	0 (0.0)	0 (0.0)	13 (32.5)	8 (20.0)	19 (47.5)	0 (0.0)	0.074
	2回目	0 (0.0)	3 (7.5)	7 (17.5)	10 (25.0)	19 (47.5)	1 (2.5)	
ハンバーグステーキ	1回目	0 (0.0)	1 (2.5)	20 (50.0)	12 (30.0)	7 (17.5)	0 (0.0)	0.541
	2回目	0 (0.0)	2 (5.0)	18 (45.0)	9 (22.5)	10 (25.0)	1 (2.5)	
ロールキャベツ	1回目	0 (0.0)	0 (0.0)	5 (12.5)	12 (30.0)	23 (57.5)	0 (0.0)	0.308
	2回目	0 (0.0)	1 (2.5)	3 (7.5)	9 (22.5)	26 (65.0)	1 (2.5)	
酢豚	1回目	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (7.5)	5 (12.5)	31 (77.5)	1 (2.5)	-
	2回目	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (7.5)	8 (20.0)	28 (70.0)	1 (2.5)	
肉じゃが	1回目	0 (0.0)	0 (0.0)	13 (32.5)	13 (32.5)	14 (35.0)	0 (0.0)	-
	2回目	0 (0.0)	0 (0.0)	12 (30.0)	10 (25.0)	17 (42.5)	1 (2.5)	
野菜炒め	1回目	5 (12.5)	13 (32.5)	15 (37.5)	3 (7.5)	4 (10.0)	0 (0.0)	0.193
	2回目	2 (5.0)	10 (25.0)	20 (50.0)	3 (7.5)	4 (10.0)	1 (2.5)	
きんぴらごぼう	1回目	0 (0.0)	3 (7.5)	11 (27.5)	8 (20.0)	18 (45.0)	0 (0.0)	0.317
	2回目	0 (0.0)	1 (2.5)	15 (37.5)	10 (25.0)	13 (32.5)	1 (2.5)	
野菜の天ぷら	1回目	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (10.0)	8 (20.0)	28 (70.0)	0 (0.0)	0.308
	2回目	0 (0.0)	1 (2.5)	3 (7.5)	4 (10.0)	31 (77.5)	1 (2.5)	
生野菜のサラダ	1回目	8 (20.0)	15 (37.5)	9 (22.5)	3 (7.5)	5 (12.5)	0 (0.0)	0.313
	2回目	6 (15.0)	12 (30.0)	12 (30.0)	5 (12.5)	4 (10.0)	1 (2.5)	

数値は人数 (%)

の回答においても要因を明確にすることはできなかった。

栄養士養成課程1年生に「本等を見ずに自分一人で作れる料理」を自由記述させた先行研究(木内2016)では、チャーハン、カレーライスなどご飯物の回答が上位を占め、次いで卵焼き・目玉焼きといった単純な卵料理が挙げられており、本研究でも同様の傾向が見られた。大学や専門学校の新生が「作ることのできる料理」は小学校から高等学校までの家庭科の調理実習で行われたものであるという報告(平島ら2014)を踏まえると、A大学学生においてもこのような料理は入学前の段階で調理経験があり、比較的多くの者が習得していると推察される。

料理の習得度は上昇傾向にあった反面、調理頻度はいずれの項目でも増加は見られなかった。料理習得度が高いご飯物・卵料理であっても調査1回目の時点において「よく作る・時々作る」者の割合が1割に満たない項目が多く見受けられた。応用調理学実習で実施した料理には調理難易度の高い手作りルーのシチューや、日常的に食べる頻度が少なく、調理機器の用意も必要な赤飯や茶わん蒸しもあり、これらの調理頻度を高めるのは食習慣、調理環境上困難であると予測されるが、すまし汁やいりどりなど日常的に調理しやすい料理の調理頻度にも増加は見られなかったことから、実習の調理経験は日常生活での調理機会の増加には直結していないことが明らかになった。

しかし、調理意識や能力の向上と調理頻度は必ずしも関連しないという報告がある。食物栄養学科の短期大学生を対象とした先行研究では、1年次後期の実習終了後、自己評価による調理能力レベルの上昇が認められたのに対し、自宅での調理頻度に有意な増加が認めず、その理由として多くの学生が通学や課題、アルバイトにより調理時間がないことを挙げた(岩田ら2017)。本研究の調査時期は夏季休暇明けと定期試験前であったため、学生の生活状況が普段と異なっていた可能性も考えられる。

今後、2年次も調査を継続する予定であり、時期の影響を除いた経年の変化をより詳しく分析することで、日常生活での調理頻度への影響要因が明らかになると期待される。

V. まとめ

本研究は、管理栄養士養成課程の1年次学生に記

名自記式質問紙調査を行い、「作ることができる料理とその頻度」の回答について以下の結果を得た。

- ①応用調理学実習で実施した料理では、調査時期の前後に調理経験をしたため、ほとんどの項目で「何も見ずに・本などを見ながら作ることができる」者が増加した。
- ②基礎調理学実習で実施した料理では、1項目(魚の煮つけ)のみで作ることができる者が増加した。
- ③実習で経験のない料理では、いずれの項目も作ることができる者に有意な変化は見られなかった。
- ④調理頻度については「たまに作る(月1回程度)」以下の回答が9割以上の料理が35項目中23項目を占め、いずれも有意な変化は見られなかった。

謝 辞

本研究を行うにあたり、調査にご協力いただきました対象者の皆様に、心より感謝申し上げます。

文 献

- 岩田美智子, 坂本裕子 (2017) 本学栄養士養成課程における調理能力向上を目的とした取り組みとその教育効果について (第2報). 京都文教短期大学研究紀要, **55**: 83-91.
- 川田由香, 丸山智美, 神田知子, 片井加奈子, 倉橋優子, 小松龍史 (2010) 管理栄養士養成における専門性と調理学教育に関する基礎研究 - 管理栄養士養成課程に在籍する女子大学生の調理環境と切り方の習得度の実態調査 - 金城学院大学論集自然科学編, **7**: 33-40.
- 川田由香, 丸山智美, 神田知子 (2011) 管理栄養士養成における調理学教育に関する研究 - 調理学実習カリキュラムが女子大学生の調理技術に与える影響 - 金城学院大学論集自然科学編, **7(2)**: 1-9.
- 木内清美 (2016) 栄養士養成課程における新生の調理に関する知識と意識 - 愛知江南短期大学における調理実習から - 愛知江南短期大学紀要, **45**: 13-25.
- 北野直子, 我如古菜月, 川上育代, 池上由美, 沼田貴美子, 中嶋名菜, 江藤ひろみ (2012) 大学生における調理に対する意識の現状と料理教室参加後の調理に対する意識および調理技術の変化. 日本食生活学会誌, **4**: 308-314.
- 駒場千佳子, 武見ゆかり, 中西明美, 松田康子, 高橋敦子 (2014) 女子大学生の「食事づくり力」測定のための質問紙の開発. 栄養学雑誌, **72(1)**: 21-32.
- 大学調理教育研究グループ北九州 (2012) 大学における調理実習教育の現状と担当教員の把握する学生の実態. 日本調理科学会誌, **45(4)**: 255-264.
- 長屋郁子, 水田千尋, 大場君枝 (2015) 大学生の食意識と調理技術向上を目指した教育内容の検討. 岐阜女子大学紀要食文化研究, **2**: 47-57.
- 平島円, 堀光代, 磯部由香, 長野宏子 (2014) 高等学校における調理実習の現状と大学および専門学校生の調理の知識と技術の習得状況. 日本家庭科教育学会誌, **57**: 112-123.