

# 本 棚

後沢 昭範

## 「平成の家族と食」

品田知美編、野田潤、畠山洋輔  
晶文社、平成27年12月発行、267ページ、  
1,836円



“食卓の消滅…それは本当なのか？ 膨大なデータを基に平成の家族と食のリアルを徹底解明…”との帯文字が目を引きます。

本書は、味の素（株）が1978年から蓄積したデータから、日本人の食生活の変化を分析したものです。調査そのものは、女性消費者モニターを対象に、全国規模で行われて来た“食生活の考え方や行動”についての経年調査です。分析に際しては、年齢・学歴・職業・家族構成・年収等の詳細な情報が含まれる個票データを用い、統計的に

有意なものを中心にまとめています。

編著者は、大学の准教授や講師、公益法人に籍を置く若手の社会学者で、これまでも家族・子育て・食事・医療等に関する著書を表しています。異分野ではありますが“食と接点のある領域”の研究に携わってきた方々です。

この本の面白さは、食の専門家でない社会学者が、食生活に係るビッグデータを前に、これまで論じられて来た“食と家族に関する常識”を、今一度、“疑う目”で分析していることです。食の専門家でないからこそ見えて来る、新たな切り口や階層性、通説とは異なる実態も浮かび上がって来ます。

## 本書の構成は

まずは《序章：家族と食をめぐる》で、社会的な切り口から“食と家族”の論点を整理するところから始まります。同じ対象であっても、学問的な立場によって、捉え方はかなり違って来ます。

続いて《基礎編：平成の食卓から見える現実》では、歴史的な視点を加えながら、17の切口から、データを読み解いて行き

ます。〈和食はどのくらい食べられているか〉、〈主婦はコンビニで食料を購入しているか〉、〈男性は台所へ入っているか〉、〈食事中どれくらい会話するか〉、〈家族への愛情は弁当からか〉、〈3.11前後で何が変わったのか〉、〈都市規模によって食卓に違いはあるか〉…、どれも気になります。

更に《分析編：家族と食から見える平成の社会》として現状と変化を抑え、その背景に踏み込みます。そして、《終章：家族と食はどこへむかうのか》で締め括ります。

異分野の研究者達がビッグデータから導き出す“平成の家族と食”の姿と、その背景の考察には、新鮮さと説得力があります。同時に、提起される課題の重さにも気がきます。

### 家族と食のあり方に漂う不安

私達は、家族こそ“食事を共にする場”、“食を分け合う場”と思って来ましたが、近年、“個食や孤食の増加”が報じられ、また、国際的にも評価が高かったはずの日本型食生活ですが、いつの間にか“日常的な食卓メニューの激変”、極端には“手抜きとアンバランス化”が報じられ、“崩食・放食”なる新語が登場する事態に至っています。これに対して、政策的には「食育」が掲げられて“食卓での家族の団欒”の大切さが強調され、更には“おばあちゃんの生きる力”等々、少々ノスタルジックな見直し論も登場します。

しかし、目を転じれば、核家族化が進み、少子高齢化の中で、女性が輝く時代！と謳

われ、正規・非正規を問わず、男女ともに忙しく働く時代です。平日に、全員が食卓に揃う家族団欒は、言うべくして難しくなっています。格差社会の広がりの中で、家庭で料理に割ける時間も、お金も制約されます。冒頭、「日本人はいま、家族と食のあり方にどことなく不安を抱えているように思われる…」との著者の言葉が最後まで耳に残ります。

### 和食志向の人達とは

ユネスコの無形文化遺産の登録以来、“和食ブーム”が伝えられる一方で、“和食離れ”を危惧する声も聞こえて来ます。果たして実態はどうなのでしょう。

「日本型食生活（和食）に務めている」との設問に対し、〔夫のいる女性〕の場合では、50～70代は8～9割以上、また20～40代でも6割前後がそれを肯定し、“和食志向を自認”しています。ただ、〔単身女性〕の場合では、20～30代で、否定が5～6割を占めており、“和食離れ”の気配も感じさせます。

更に、分析すると、20～40代で和食志向の高い人達の特徴は“本人の学歴が高いこと”と“世帯収入が高いこと”です。一方、50～70代では、それらの傾向が見られない代わりに“パート・アルバイト就労層の和食志向が低いこと”、“仕事の外出日数が多いほど、また同居家族の人数が多いほど和食志向が低いこと”が見えて来ます。就労の多忙さや、子・孫世代の嗜好が関係していそうです。

## 伝統の“一汁三菜”日常食の実態は

ところで、“一汁三菜が和食の基本スタイル！”と言われ、その様式は、遙か戦国時代の懐石料理で確立されたと言われますが、平成の食卓ではどうでしょうか。

夕食では、9割以上が汁物を摂っており、確かに“一汁”は定着していますが、“三菜”の方は劣勢です。“夕食の品数を何品以上と決めている”人は4割止まりで、“品数は少なくとも栄養バランスが取れていれば良い”という人が7割を超えています。

実は、庶民の日常食のレベルで見ると、昭和の初めから終戦までの20年間は殆どが“一汁一菜”で、1975年頃でも“一汁二菜”程度だったそうです。当時は、専業主婦が家族に手料理を振舞っていた時代です。その後、品数的には、1985年頃にピークを迎え、現在は既に退潮気味という状況の様です。理想としての一汁三菜であって、「ことによると、“日本人の伝統としての一汁三菜”という概念自体が、社会的に、近年、構築された可能性もある。」と著者は疑問を投げ掛けます。

## 食事中的会話量…生活程度や満足度とも関連

食事中的コミュニケーションは、家族にとって非常に大事なこととされます。内閣府の『食育基本推進計画』でも、そのことが強調されていますが、実態はどうなのでしょう。

夕食中の会話量については、“いろいろ話しをすることが多い”と答える人が8割近

くを占めて多数派ですが、年齢層によって開きがあります。20～40代では9割近くと高く、一方、50～70代では7割止まりです。これには子供の存在が影響している様です。

また〔生活の満足度〕によっても大きな差が出ています。“満足”と答えた人々は、よく話す割合が8～9割と多く、“不満”と答えた人々では、20～40代で6割、50～70代は4割止まり、と少なくなっています。更に、〔生活程度〕も影響しており、“上～中の上”と答えた人々は会話の量が多く、“中の下～下”と答えた人々は会話が少なくなっています。何となく予想される結果ですが、妙に生々しい感じがしませんか？

## 揃わない食卓…広がる生活時間のズレ

子供の居る核家族で、朝食・夕食とも全員が揃って共食する家族は、1988年から2012年の間に、4割から2割へと半減しています。この激変振りは、少々の意識改革や心掛けで何とかなる様な社会環境でなくなったことを意味します。「案じても揃いようのない時代になっている」と著者は言います。

調査で見えて来たのは、“最も食卓に家族が揃わないのは、片働きで夫の収入が高い世帯”という皮肉な現実です。夫は長時間労働で早く帰宅出来ません。むしろ“妻が正規雇用で働き続けている家族の方が、食卓に人が揃う傾向にある”と言います。

目を転じれば、コンビニを始め夜遅くまでの営業、運送業の夜間配達サービス、飲

食店の夜間営業、工場の24時間操業等々、便利さと効率を求めて労働時間は広がり、また、ビジネス環境が国際化して海外時間に合わせざるを得ない業務や業種も増えています。生活時間がズレる中で、家族が食卓に揃うのは容易ではありません。

食卓から今の社会の問題が透けて見え、食の問題に止まらず、“私達の働き方”と“家族の幸福”について考えさせられます。是非、一度、手に取ってご覧下さい。

### 資料箱

#### 「平成27年度食育白書」農林水産省

#### 平成28年5月公表

農林水産省が今年5月に公表した「平成27年度食育推進施策」（平成27年度食育白書）の概要です。食育の推進に関して講じた施策について記述されています。「食育基本法」（平成17年法律第63号）に基づいて毎年作成し、国会に提出されるものです。

今回は「第3次食育推進基本計画の概要」の特集とともに、食育推進施策等の状況や平成27年度の家庭、学校や保育所、地域における具体的な食育推進施策について解説し、重要なテーマや新たな取組をコラムやトピックス等で紹介しています。

内容は盛り沢山で200ページを超えますが、図表が多く使われており、食育に関連する各種公的調査の結果や現場の状況、行政サイドの考え方と具体的な施策の内容が分かります。

#### 平成27年度食育白書の構成と概要

##### 〔第1部〕食育推進施策の現状と課題

##### （第1章）食育推進施策等の現状

…食育推進施策の基本的な枠組、食を巡る意識と実践の現状と評価。

（第2章）食育推進施策の課題と取組（特集）「第3次食育推進基本計画の概要」

…基本計画作成の経緯と構成・概要。ここでは特に〔5つの重点課題〕を掲げています。

- ①若い世代を中心とした食育の推進、
- ②多様な暮らしに対応した食育の推進、
- ③健康寿命の延伸につながる食育の推進、
- ④食の循環や環境を意識した食育の推進、
- ⑤食文化の継承に向けた食育の推進。）

##### 〔第2部〕食育推進施策の具体的取組

##### （第1章）食育推進施策の動向

…「食育月間」の紹介、食育に関する施策等の総合情報の提供。

##### （第2章）家庭における食育の推進

…子供の基本的な生活習慣の形成（生活習慣の状況・「早寝早起き朝ごはん」国民運動・望ましい食習慣や知識の習得）、妊産婦や乳幼児の栄養指導、子供・若者・保護者に対する食育促進。

（第3章）学校、保育所等における食育の推進

…学校での食に関する指導体制・指導内容の充実、学校給食の充実、保育所の食育の推進。

##### （第4章）地域における食育の推進

…栄養バランスに優れた「日本型食生活」

の実践、「食育ガイド」等の活用、健康づくりや生活習慣病の予防や改善のための取組の推進等。

(第5章) 生産者と消費者の交流促進、環境と調和した農林漁業の活性化等

…農林漁業者等による体験活動の促進、地産地消の推進、バイオマス利用と食品リサイクルの推進等。

(第6章) 食文化の継承のための活動

…ボランティア活動等の取組、学校給食(伝統的な食文化を継承した献立)や行事・シンポジウム(伝統ある食文化の紹介等)等の取組、専門調理師等の参加による取組、情報の発信。

(第7章) 食品の安全性等に関する情報提供の推進

…リスクコミュニケーションの充実、食品安全性の情報提供、食品表示の適正化の推進。

(第8章) 調査、研究その他の施策の推進

…各種調査・研究等の実施、海外の食生活改善、国際的な情報交換等。

※詳しくは、下記アドレスから、農林水産省公式サイトをご覧ください。

<http://www.maff.go.jp/j/press/syouan/johokan/160517.html> 食育白書プレスリリース

[http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/h27\\_pdf.html](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/h27_pdf.html) 食育白書全文(213ページ)

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/> 食育推進基本計画(内閣府)