

魚介類の消費動向に関する研究

Research on Consumption Trend on Sea foods

新 澤 祥 恵^{*1}、中 村 喜代美^{*2}、田 中 弘 美^{*3}

要旨

魚介類の消費動向と合わせて、当地域の魚食の特徴を知るため、『国民健康・栄養調査』『食糧需給表』『家計調査年報』『金沢市中央卸売市場年報』など4種の統計データを分析したところ、近年、食生活の欧風化に伴い、魚介類の摂取量の減少傾向は続いており、特に若い世代で顕著であることと合わせて、当地域の魚介類消費の特徴を明らかにすることができた。和食の食文化を継承することや健康増進の視点からも魚食を特に若い年齢層に定着させることが必要である。

キーワード：食品流通 (Foods Distribution) / 和食 (Wasyoku) / 魚食 (Fish Meal)

I. はじめに

「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコの世界無形文化遺産に登録された¹⁾。その理由として、①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重 ②栄養バランスに優れた健康的な食生活 ③自然の美しさや季節の移ろいの表現 ④年中行事との密接な関わり の4点が上げられた。一方、わが国では、島国であることに加え、奈良時代、仏教の伝来により、肉食を禁止する勅令が出され、明治に至るまで、このことを比較的遵守してきたことで、動物性食品では、魚介類の比率が高くなるを得なかった²⁾。従って、この「和食」を考える上で、魚介類は、日本人にとっての重要なたんぱく質源として、位置づけも大きいと考えられるものである。

「和食」の登録理由のひとつとして上げられた「栄養バランスに優れた健康的な食生活」について考えると、動物性食品としての比重のほとんどを占めていた魚介類の主成分は、良質のたんぱく質であり、脂質は、不飽和脂肪酸の比率が高く、特に二重結合が5～6個ある高度（多価）不飽和

脂肪酸がある。この中で、イコサペンタエン酸（EPA）、ドコサヘキサエン酸（DHA）は、心臓血管系疾患の予防や治療、脳の老化防止作用などの機能が期待されている³⁾。

しかし、近年、生活水準の向上にともない、動物性食品の摂取も多様化し、食生活の欧風化傾向により、「魚ばなれ」といわれるようになり、特に若い世代でその傾向が著しいことが問題となっている。このことは、今後ますます、魚介類の摂取量の減少をもたらすことが示唆され、今日の課題である、生活習慣病の発症予防・重症化予防の弊害になることが懸念されるものである⁴⁾。

いわゆる「魚食」は、わが国の食文化を形成する重要な柱のひとつであり、今日、平均寿命や健康寿命が世界のトップクラスにある日本人の健康水準を支えてきた基盤のひとつであったことを考えると、魚介類の摂取動向を捉え、食生活指導の中での確かな方向性を見出すことが必要であると思われる。

筆者らは、これまでに青果物の消費動向を当地の『市場年報』を中心とした統計より、検討を重ねてきた。本報告では、上記の状況をふまえ、魚介類の消費動向について経年的な動向と、当地の魚食の傾向について、地域的な特色を見いだせるかについて検討するものである。

II. 研究方法

以下の統計データを中心に検討した。

*1 NIIZAWA, Yoshie

北陸学院大学短期大学部 食物栄養学科 調理学

*2 NAKAMURA, Kiyomi

北陸学院大学短期大学部 食物栄養学科 調理学実習

*3 TANAKA, Hiromi

北陸学院大学短期大学部 食物栄養学科 給食管理実習

- ①『国民健康・栄養調査』⁵⁾
- ②『食料需給表』⁶⁾
- ③『家計調査年報』⁷⁾
- ④『金沢市中央卸売市場年報』⁸⁾

Ⅲ. 結果と考察

1. 『国民健康・栄養調査』成績における魚介類摂取量の動向

『国民健康・栄養調査』は、終戦直後の食糧事情を把握するため、進駐軍の命令により実施されて以来、年間の調査回数や集計方法など部分的な変更はあったものの、毎年行われているもので、世界的にも類のない統計と言われている。日本人の食生活の動向を知る上で、重要な資料のひとつである。

1946年の成績をみると、魚介類は45.3gであるのに対し、肉類は5.7g、卵類1.3g、乳類5.6gに過ぎず、動物性食品総量55.3gのうち、魚介類の占める割合は81.4%であった。魚介類の摂取量は、1950年61.0g、1960年76.9g、1970年87.4g、1980年92.5g、1990年95.3gと徐々に増加した。しかし、2000年代になると減少傾向に転じ、2000年92.0g、2005年84.0g、2010年72.5g、2012年には70.0gとなった。

肉類では、1950年に10.3gとなり、その後、急増する。1980年67.9gとなる。その後は微増傾向となり、2005年以降になると魚介類の摂取量を超え、2012年には88.9gとなっている。

卵類は1970年までには41.2gに急増する。しかし、その後は増加せず、30~40gを維持している。これは、コレステロールの問題などが提起されたことから、増加傾向にはならなかったが、物価の優等生といわれるように、価格が安価で安定していたことから、1人1個弱の摂取量は維持されており、今後もこの傾向が続くと思われる。

乳類は、1950年6.8gで、1980年115.2gと急増する。1990年には130.1gとなるが、その後は、伸びず、2012年は125.8gとなっている。

以上、各動物性食品摂取量の変化より、魚介類の比率をみると、終戦直後は80%を超えていたが、1960年代には50%を下回り、2012年では22.0%となっている。因みに肉類は27.9%とその比率を高めている(図1)。

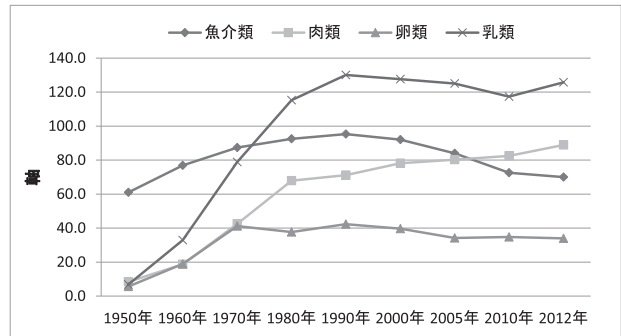


図1. 動物性食品摂取量の推移
— 国民健康・栄養調査 —

次に、年齢階層別の摂取量を検討した(図2)。

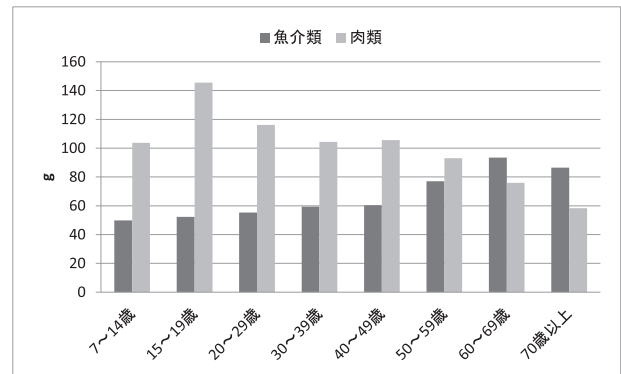


図2. 肉類・魚介類の年齢階層別の摂取量
— 2012年 国民健康・栄養調査成績 —

2012年度の調査成績によると、図のように魚介類が肉類を上回るのは、60歳以降である。60歳未満の年齢階層をみると50~59歳では魚介類77.1gに対し、肉類は93.0gで差は小さいが、40~49歳は魚介類60.4gに対し、肉類105.6g、30~39歳は魚介類59.4gに対し、肉類104.0g、20~29歳は魚介類55.3gに対し、肉類116.1gとなり、15~19歳では魚介類52.3gに対し、肉類145.5gとなり、特に若年層では、魚介類は肉類の半分止まっているのが現状である。

この傾向が年齢による生理的な嗜好傾向からくるものなのか、今後の動向を見守る必要があるが、脂質栄養の観点からも、若年世代での魚介類摂取の方策を考えていかなければならない。

2. 『食料需給表』による魚介類の消費動向

国内で生産される食料に、輸入されたものを含め、国内に供給されている食料の数量を示したも

のが、食料需給表である。

図3は、先の国民健康・栄養調査成績と同様に、魚介類、肉類、卵類、牛乳及び乳製品の1960年からの供給動向を示したものである。図に示したものは、年間の供給量であるが、魚介類は原魚数量より、不可食部を除く消費に直接利用可能な形態に換算した数量である。

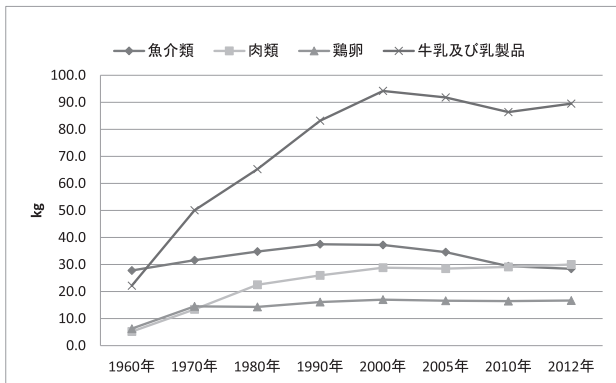


図3. 動物性食品供給量の推移
—食料需給表—

魚介類の動向をみると、1960年27.8kg（1日あたり76.1g）であるが、その後増加し、1990年には37.6kg（1日あたり102.8g）、2000年も37.2kg（1日あたり101.8g）となるが、この後2005年34.6kg（1日あたり94.9g）、2010年29.4kg（1日あたり80.6g）と減少傾向となり、2012年28.4kg（1日あたり77.8g）になり、1日80g未滿となった。

肉類では、1960年は5.2kg（1日あたり14.2g）に過ぎないが、1970年13.4kg（1日あたり36.6g）、1980年22.5kg（1日あたり61.6g）と急増する。その後も増加傾向を示し、直近の2012年では30.0kg（1日あたり82.2g）となり、この年は魚介類を上回ることとなった。

鶏卵も、1960年には6.3kg（1日あたり17.2g）であったものが、1970年14.5kg（1日あたり39.8g）、1990年16.1kg（1日あたり44.1g）と増加した。その後は微増となり、2012年では16.7kg（1日あたり45.7g）となっている。

牛乳及び乳製品でも1960年22.2kg（1日あたり60.9g）であったものが、1970年50.1kg（1日あたり137.2g）と急増し、その後もこの傾向が続くことになり、2000年には、94.2kg（1日あたり

258.2gとなる。その後はこの水準を維持し、2012年では、89.5kg（1日あたり245.1g）となっている。

以上のように、食料需給表による供給量においても、国民健康・栄養調査成績より若干遅れるものの、肉類が魚介類を上回るようになっており、この傾向が続いていけば、「魚ばなれ」に繋がっていくことが推察される。

3. 『家計調査年報』による魚介類の消費

家計調査は、一定の方法で抽出された世帯の家計の収入・支出の詳細を示したものであるが、この調査の中の魚介類を中心とした購入数量を検討した。この調査では、生鮮魚介、塩干魚介、生鮮肉、牛乳、卵について1世帯あたりの購入数量が示されていることから、この比較を行った（図4）。

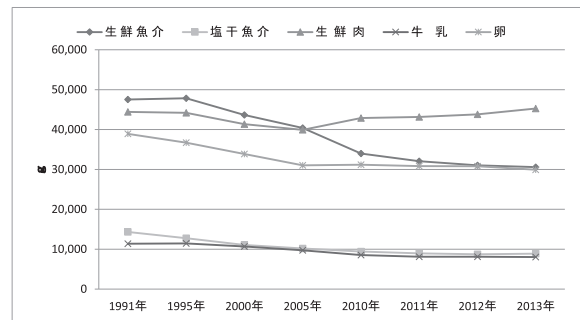


図4. 家計調査年報における動物性食品の購入量

生鮮魚介については、1991年47,514gであったものが、2000年43,634g、2010年33,977gとなり、2013年には30,584gと約20年間に2/3に減少している。同様に塩干魚介も1991年14,326gであったものが、2000年11,079gとなり、この後も減少傾向を続け、2013年には8,877gと半分近くに減少している。

一方、生鮮肉では、1991年44,431gであったものが、一時期減少し、2005年には39,916gとなったが、その後、増加傾向に転じ、2010年には42,893gとなり、2013年には45,266gとなり、生鮮魚介と塩干魚介を合わせた39,459gを上回ることとなった。

牛乳については1991年から今日にかけて減少している。しかし、牛乳と乳製品の支出金額をみると（乳製品は購入数量が示されていない）、牛

乳は減少しているが、乳製品購入のための支出金額は大幅に増加していることから、乳類としての購入量は減少していないものと考えられる。

卵についても1991年から2013年にかけて減少傾向を示しており、今後の動向に注目したい。

以上、『家計調査年報』においては、2010年頃に魚介類と生鮮肉の購入数量が逆転したことが示されていた。

『家計調査年報』では、地域（都道府県の県庁所在地）毎の購入数量及び金額も示されている。そこで、これにより、金沢市の魚介類消費の特徴を検討した（表1）。

先ず、購入金額について、北海道、東北、関東、北陸、東海、近畿、中国、四国、九州、沖縄の

10地域で比較すると最も高い地域は東北で89,543円、次いで北陸となり、82,357円である。因みに最も低い沖縄は41,681円であった。同様に購入数量を比較すると最も高い地域は東北の37,783g、次いで北海道34,840gとなり、北陸は34,643gで3位であった。

次に、各品目について比較を行った。表には金沢市と両隣の富山市、福井市、そして、東京都区部、京都市、大阪市を示した。

魚介類の購入金額をみると78,852円で、47市等では21位と中位であった。北陸では富山市が90,625円と多く、福井市が71,554円であった。

生鮮魚介の購入数量では33,201gで13位であり、そのうち鮮魚のみでは30,817gとなり11位

表1. 地域別魚介類の購入数量等

	(g)							
	全国	北陸	金沢市	富山市	福井市	東京都区部	京都市	大阪市
魚介類 (購入金額円)	78,739	82,358	78,852	90,625	71,554	81,101	90,496	74,719
生鮮魚介計	30,582	34,643	33,201	37,975	28,192	26,260	30,582	27,366
鮮魚計	27,806	31,859	30,817	35,821	26,065	23,348	27,378	25,434
まぐろ	2,369	1,494	1,230	2,620	920	2,665	1,259	1,612
あじ	1,087	1,364	1,174	1,982	618	1,000	830	953
いわし	737	958	1,188	879	556	620	657	562
かつお	1,002	584	431	523	689	1,006	939	793
かれい	1,038	2,016	2,165	1,222	1,877	653	1,842	1,185
さけ	3,058	3,284	2,639	2,856	2,652	2,959	2,891	2,577
さば	1,184	1,362	1,112	1,077	847	753	1,038	1,286
さんま	1,342	1,097	1,103	1,160	668	1,137	1,022	944
たい	505	407	406	253	139	289	701	453
ぶり	2,169	3,361	3,903	7,052	2,505	1,841	2,350	2,156
いか	2,306	2,756	2,044	2,654	2,243	1,780	1,971	1,935
たこ	789	626	556	495	743	773	1,114	1,171
えび	1,702	1,598	1,614	1,802	1,039	1,308	2,249	2,074
かに	620	1,421	1,492	758	1,864	495	882	451
さしみ盛合わせ	1,807	2,102	1,908	2,883	2,042	1,904	1,753	1,552
貝類計	2,765	2,765	2,310	2,147	2,050	2,852	3,147	1,944
あさり	1,059	1,064	1,048	836	818	1,273	1,106	801
しじみ	280	335	205	361	356	388	416	129
かき(貝)	494	375	489	253	292	466	914	578
ほたて貝	636	536	301	396	295	508	447	373
塩干魚介計	8,877	9,785	7,284	10,273	6,797	7,759	7,444	6,527
塩さけ	1,652	2,492	1,285	2,850	1,195	1,666	1,210	1,183
たらこ	792	927	614	1,111	770	735	863	782
しらす干し	522	403	414	434	338	693	877	681
干しあじ	837	662	694	694	506	1,114	609	435
煮干し	210	178	70	95	145	119	83	141

と上位に位置することが分かった。尚、富山県は、生鮮魚介37,975 g、鮮魚のみは35,821 gとそれぞれ、金沢市より多くなっていた。福井市は、生鮮魚介28,192 g、鮮魚のみは26,065 gであった。

尚、東京都区部や京都市の購入金額は、それぞれ、81,104円、90,496円と金沢市より多いものの、購入数量は、東京都区部26,280 g、京都市は30,582 gと少ないことから、高価格の魚介類の購入が多いのか、あるいは、魚介の価格の差異であるのかは今後検討しなければならない。

さらに、品目毎の検討を行った。金沢市が全国平均より購入数量の多いものとしては、あじ、いわし、かれい、ぶり、かに、さしみ盛り合わせが上げられた。特に、かには1,492 g（全国620 g）で47市等では4位であり、かれいは2,165 g（全国1,038 g）で5位であった。かには、漁獲期になると香箱がになどを日常的に食することや、かれいは煮魚としての位置づけが高く消費量が多くなっているものと推察される。反対に少ないものとしては、まぐろやかつおが上げられ、全国平均購入数量の半分近くとなった。まぐろやかつおは、従来石川県の近海では漁獲がみられず、外食での料理での喫食はあるものの、日常の食生活にはまだ根づいていないものと考えられる。この他、たこや塩さけも全国平均購入数量の2/3に止まっていた。また、近年、消費量が増えているといわれるだけは、全国平均購入数量より少なかった。尚、ぶりでは富山市が7,052 gと金沢市の2倍近くとなり、かには福井市が金沢市の1.2倍の購入数量になっており、それぞれ両地域の食文化を示していた。

4. 『金沢市中央卸売市場年報』入荷量による魚介類の消費動向

金沢市中央卸売市場は北陸で最も大規模な中央卸売市場であり、1967年に開設されて以来、青果物については毎年の入荷量の詳細が年報として出されている。水産物についても近年のデータは青果物と同様にホームページに掲載されている。

生鮮食品の中間流通において、（中央）卸売市場は、我が国独特のシステムとして古くよりその機能を果たしてきた。しかし、近年は、卸売市場を経由しない魚介類や青果物が増加傾向であるこ

とが指摘されている。平成21年度における農林水産省調べによれば、卸売市場経由率は、青果物64.6%、水産物は58.0%に止まっている⁹⁾。このことから、『市場年報』における入荷量が当地域の現状を正確に示しているとはいえないが、経年的な推移や大凡の傾向を把握することはできるものと考えている。

本報告では、入荷水産物の種類についてその比率の推移と、入荷上位の品目を検討した（表2）。

表2. 水産物入荷量の推移

年	(t)			
	総量	鮮魚	冷凍魚	塩干・加工品
1967年	41,668	27,536	8,275	5,858
1970年	44,680	29,744	9,736	5,200
1975年	71,357	50,776	12,549	8,032
1980年	83,126	54,896	20,712	7,518
1985年	95,383	57,036	29,024	9,324
1990年	104,282	60,586	31,714	11,982
1995年	101,525	58,067	30,715	12,743
2000年	103,993	52,127	39,513	12,353
2005年	73,846	40,776	21,322	11,749
2010年	58,170	35,374	13,267	9,528
2011年	55,608	33,779	12,635	9,194
2012年	56,074	33,180	13,824	9,071
2013年	55,096	32,887	14,259	7,950

表は水産物入荷量の推移を示したものである。1970年頃より増加傾向にあり、1988年～1996年にかけては10万トンを超えていた。その後は減少傾向となり、現在は、半分近くに減少している。このことは、卸売市場外での流通が増えたことが一因であるが、魚介類の摂取量が減少していることも影響を及ぼしているものと推察される。

金沢市中央卸売市場では鮮魚、冷凍魚、塩干・加工品に分類されて、その入荷量が示されていることから、その比率の経年変化を検討した（図5）。

市場の開設当初は2/3が鮮魚で占められていた。その後暫くは鮮魚の比率が増加傾向を示し、1971年～78年迄は70%を超えていた。しかし、その後は減少傾向が続き、2000年～2002年にかけては約半分となった。しかし、この後は僅かであるが上昇傾向に転じ、2013年では鮮魚59.7%、冷凍魚25.9%、塩干・加工品14.4%となっている。

今日、水揚地で産地卸売市場が開設されている。当地においても産地卸売市場が整備されたことか

ら、鮮魚については、そこを経由するものが増えているものと推察される。

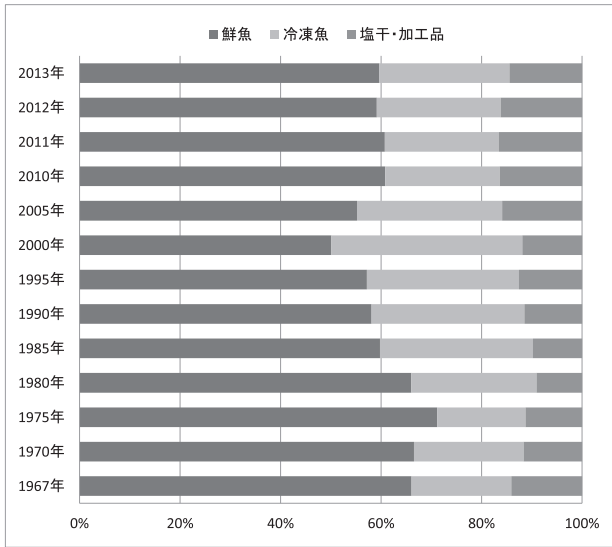


図5. 水産物入荷量の推移
— 市場年報一

尚、他地域の市場の入荷比率と比較した。

東京都中央卸売市場では、2009年において、鮮魚30.6%、冷凍魚23.4%、加工品35.3%、その他(活魚、貝類、淡水魚、海藻類) 10.7%であった¹⁰⁾。

一方、名古屋市中心卸売市場の2013年における比率をみると、生鮮水産物48.4%、冷凍水産物17.9%、加工水産物23.9%、加工食料品9.8%となっている¹¹⁾。

各市場において分類方法には若干の差異はあるものの、東京都中央卸売市場では鮮魚に相当するものとして、その他を合わせて41.3%、名古屋市中心卸売市場では48.3%と比較すると、金沢市中心卸売市場における鮮魚の比率は高くなっていることが伺えた。このことより、当地域では、都市圏に比べて、鮮魚の消費動向が高いものと推察された。

次に、入荷上位の品目を1995年、2003年、2008年、2011年、2012年、2013年の6時点について検討した。

鮮魚では、1995年、2003年、2008年は養殖ぶりが1位であった。その後は順位を下げたものの、4位以内に位置している。養殖ぶりのほか、はまち、わらさなど、ぶり系の魚が上位に位置してい

ることから、これらを合わせると所謂「ぶり」の消費量が当地においては大きいことが伺えた。この他、かれいやあじ、いわしも上位であり、家計調査年報の結果とも合致するものである。

冷凍魚では、1995年にかきが1位であったことを除いて、その後は、えびが1位であり、比率も10%を超えている。えびは和食、洋食、中華料理など、どの種の料理にも使われ、利用の範囲が広いこと、また、家庭、外食ともに使われる場も様々であることから、消費量が高いものと推察される。この他、県内近海の漁場があることから、いかも多量の入荷がみられるところである。

塩干・加工品については、どの調査時点においても塩さけが1位であり、近年、その比率を高めている。他地域との比較では、それ程、塩さけの利用は多いといえないものの、他の塩魚の利用もそれ程多くないことから、他の品目と比べると高くなるものと考えられる。また、近年は、保存技術の進歩により、うすい塩味の塩さけも出回っており、使いやすくなっているものと思われる。この他塩さばも上位にあるが、当地の郷土料理である押しずしやかぶらずしの材料としての利用があるものと考えている。

IV. まとめ

以上、4種の統計資料により、魚食の経年的動向と、当地の地域的特色を検討した。

まず、魚介類の摂取量については、我が国において終戦直後の食料などが乏しい時代にあっても、1人1日45gの摂取量があったことは、身近なところでの調達が可能であることを示しており、今後も動物性食品摂取の基本としていくことが必要ではないかと考えた。生活水準の向上に伴い魚介類の摂取も増加したが、それ以上に、肉類、卵類、乳類の増加は大きく、近年は、動物性食品の中で、魚介類の比率が低下していることは気になるところである。特に若年の世代では、すでに魚介類が肉類の半分の摂取量となっている。また、肉類を食べる頻度についても、2008年に本学短期大学生を対象とした調査において、ほとんど毎日食べるというものが、肉類では15.0%であったが、魚類では僅か6.0%であり、反対にほとんど食べないというものが、肉類では7.5%にすぎな

表 3. 鮮魚の品目別入荷順位

順位	1995年		2003年		2008年		2011年		2012年		2013年	
	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%
1	養殖ぶり	8.6	養殖ぶり	7.6	養殖ぶり	5.9	天然わらさ	6.4	さば	6.4	天然はまち	7.4
2	はまち	5.6	さば	5.4	天然はまち	5.3	天然はまち	5.7	まいわし	6.0	養殖ぶり	5.6
3	まだら	5.1	まだら	4.4	さば	4.8	さば	5.6	養殖ぶり	5.9	まだら	5.6
4	まあじ	5.1	まいわし	4.3	ずわいがに	4.8	養殖ぶり	5.1	まだら	5.2	さば	5.5
5	さば	5.0	まあじ	4.0	かれい	4.5	まだら	5.0	天然はまち	5.1	まいわし	5.4
6	かれい	4.3	たい	4.0	まあじ	4.5	かれい	4.5	かれい	4.1	天然ぶり	5.3
7	たい	4.1	かれい	3.8	するめいか	4.3	まあじ	4.1	天然わらさ	3.9	天然わらさ	4.8
8	するめいか	3.8	ずわいがに	3.8	まだら	4.1	天然ぶり	3.6	まあじ	3.7	かれい	3.8
9	まいわし	3.4	はまち	3.7	さんま	3.2	するめいか	3.4	天然ぶり	3.6	ずわいがに	3.2
10	さけ	3.0	さけ	2.7	天然わらさ	3.1	たい	3.0	ずわいがに	3.5	まあじ	3.0
	その他	52.0	その他	56.3	その他	55.5	その他	53.6	その他	52.6	その他	50.4

表 4. 冷凍魚の品目別入荷順位

順位	1995年		2003年		2008年		2011年		2012年		2013年	
	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%
1	かに	12.1	えび	12.6	冷凍えび	11.9	冷凍えび	15.1	冷凍えび	18.6	冷凍えび	18.0
2	えび	11.4	かに	11.9	冷凍かに	10.1	冷凍かに	8.4	冷凍するめいか	10.3	冷凍さけ	12.5
3	かれい	9.7	かれい	8.7	冷凍さけ	8.8	冷凍さけ	8.3	冷凍かに	8.0	冷凍するめいか	8.1
4	ずりみ	6.9	たら	7.7	冷凍するめいか	8.7	冷凍するめいか	8.1	冷凍かに	7.9	冷凍かに	7.7
5	するめいか	6.4	さけ	7.1	冷凍ずりみ	7.9	冷凍かじき	7.0	冷凍かじき	6.8	冷凍かじき	6.3
6	かじき	6.0	かじき	6.7	冷凍かれい	6.0	冷凍かれい	5.6	冷凍かれい	6.0	冷凍かれい	5.7
7	さけ	5.6	するめいか	5.3	冷凍かじき	5.2	冷凍ずりみ	5.2	冷凍ずりみ	4.5	冷凍かい	5.0
8	やりいか	3.9	ずりみ	4.0	冷凍さば	4.4	冷凍さば	5.1	冷凍さば	4.9	冷凍さば	4.7
9	さば	3.4	かい	3.5	冷凍あかうお	3.2	冷凍かい	3.8	冷凍かい	3.9	冷凍ずりみ	4.4
10	あかうお	3.1	さば	3.2	冷凍かい	2.8	冷凍あかうお	3.5	冷凍あかうお	2.8	冷凍あかうお	2.4
	その他	31.5	その他	29.3	その他	31.0	その他	29.9	その他	27.4	その他	25.2

表 5. 塩干魚・加工品の品目別入荷順位

順位	1995年		2003年		2008年		2011年		2012年		2013年	
	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%	品目	比率%
1	塩さけ	13.4	塩さけ	14.5	塩さけ	18.9	塩さけ	15.7	塩さけ	20.4	塩さけ	17.5
2	塩さば	6.0	塩かれい	6.3	塩さば	5.5	塩さば	8.6	塩さば	7.0	塩さば	7.0
3	すけこ	5.6	塩さば	5.6	すけこ	4.7	すけこ	8.3	すけこ	6.1	すけこ	6.8
4	塩ます	5.1	すけこ	5.1	身欠にしん	4.7	塩かれい	4.9	身欠にしん	4.5	身欠にしん	4.2
5	塩かれい	4.4	身欠にしん	4.7	塩かれい	4.3	身欠にしん	4.5	開きあじ	4.1	塩かれい	4.2
6	身欠にしん	4.4	塩ます	3.9	開きあじ	4.1	丸干しはたはた	3.7	丸干しはたはた	3.8	開きあじ	3.9
7	いくら	3.1	いくら	3.4	塩ます	3.2	たいはくちりめん	3.2	塩かれい	3.7	塩ます	3.8
8	丸干しいわし	3.1	開きあじ	2.9	たいはくちりめん	3.2	開きあじ	3.1	たいはくちりめん	3.7	たいはくちりめん	3.7
9	開きあじ	2.9	ちくわ	2.3	丸干しはたはた	2.4	塩ます	2.5	塩ます	2.2	丸干しはたはた	2.2
10	ちくわ	2.6	丸干しいわし	2.3	丸干しいわし	1.9	いくら	1.7	塩するめ	2.1	丸干しいわし	2.1
	その他	49.7	その他	49.7	その他	47.4	その他	43.8	その他	42.1	その他	44.4

いが、魚類では21.7%もいた(図6)。現在の若い年齢層のものが、今後も、この食嗜好を続けていくか、加齢とともに食嗜好が変化するかは分からない。和食の特徴はごはんを主食とすることである。鈴木はごはんの特色として、和食の煮物のような、脂質の少ない料理から、洋食の肉料理のような脂質の多い料理にも合わせることができていることを上げている¹²⁾。このことにより、食事パターンを大きく変えなくとも、加齢とともに食事内容を変えることができることが今日の日本人の健康に繋がっていると指摘している。一方、家庭における魚介類の調理法をみると、生もの、煮物、汁物など和風調理が大半を占めている¹³⁾。それに

対し、若い年齢層のものが外食や中食で接する料理は、油脂や洋風の調味料を使った料理が多く、それらの味を受け入れるようになっているものと思われる。今後、特に、若い年齢層の嗜好を調べ、それにあつた調理の普及が必要になろう。そのことにより若い時代より、魚介類に慣れ、親しみ、生涯の食生活に繋げていくことで、我々日本人が伝統的に育んできた魚食の食習慣を継承できるものと考えている。

江原絢子氏は、『食文化』とは、集団、民族、時代の中で共有された様式が習慣化し、定着し、伝承されるもの」と説明している。

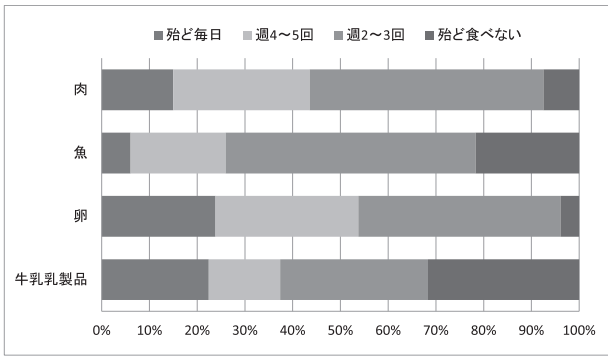


図6. 短期大学生の動物性食品喫食頻度

今回、当地域の魚食の特徴もいくつか把握することができたことから、地域の食生活の特徴を踏まえながら、これからの時代の中で共有できる新たな食文化を構築していくことが我々の課題であると考えている。

<参考文献・引用文献>

- 1) <http://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/ich/>
- 2) 石毛直道他『食文化入門』 講談社サイエンティフィック 2003 159-160 (206 4-06-139772-9)
- 3) 下村道子他 2014 『三訂 調理学』 光生館
- 4) 厚生労働省 2012 『健康日本2 1 (第二次)』
- 5) 厚生省公衆衛生局 2013 『国民健康・栄養の現状 平成24年国民栄養調査成績』
- 6) 農林水産省 2011 『食糧需給表』 (財)農林統計協会
- 7) 総務庁統計局『家計調査年報 平成25年』 大蔵省印刷局
- 8) 金沢市中央卸売市場：『市場年報』
- 9) 日本フードスペシャリスト協会『食品の消費と流通』 建帛社 2013 58 (171 978-4-7679-0364-4)
- 10) <http://www.shijou.metro.tokyo.jp/pdf/gyosei/07/siry-ou65/kentou2.pdf> 2014,10,12,
- 11) <http://www.city.nagoya.jp/shiminkeizai/cmsfiles/contents/0000058/58016/25nensijyousoutoriatsukaidaka.pdf> 2014,10,12,
- 12) 鈴木正成『食生活論』 同文書院 1990 138-155 (179 4-8103-1171-6)
- 13) 新澤祥恵他：石川県における魚介類の調理文化(4) 日本調理科学会研究発表要旨集 85 2004
- 14) 新澤祥恵他 2004 「現代の食生活における郷土食ー能登地区における魚介類の調理文化ー」『北陸学院学短期大学研究紀要』36号 93-106