

第 章 夕食の肉料理に関する実態

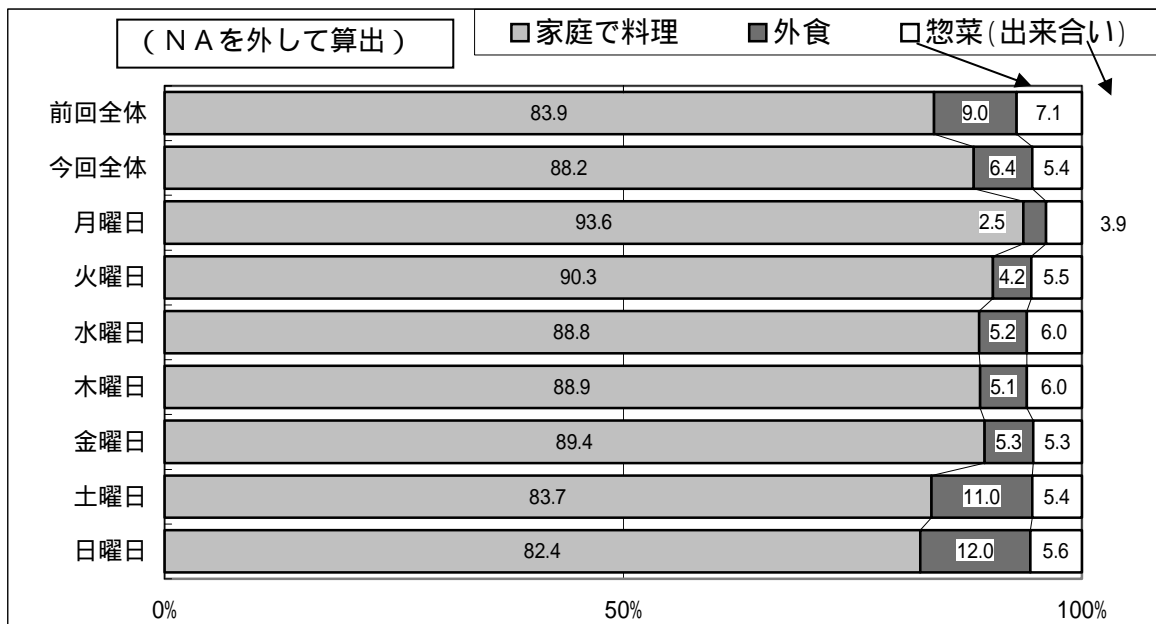
1 夕食の形態

表 - 1 - 夕食の形態 (単位：%)

		延べ 回数	合計	家庭で 料理	外食	惣菜(出 来合い)
前回全体(N=2074)		12,802	100.0	83.9	9.0	7.1
今回全体(N=2186)		13,879	100.0	88.2	6.4	5.4
所得	300万円未満	1,569	100.0	84.1	9.2	6.8
	300～499万円	3,461	100.0	87.7	6.2	6.1
	500～699万円	3,809	100.0	88.6	6.3	5.2
	700～999万円	3,351	100.0	89.9	5.6	4.6
	1000万円以上	1,456	100.0	88.6	6.9	4.5
世帯 構成	子供が小学生以下の世帯	3,239	100.0	89.8	5.4	4.8
	成長期の子供がいる世帯	3,994	100.0	90.5	4.6	4.9
	20歳代の成人がいる世帯	3,444	100.0	85.5	8.7	5.8
	子供がいない世帯	2,567	100.0	85.7	8.1	6.3
	高齢者のみの世帯	635	100.0	89.9	5.0	5.0
家事 担当 者 年 齢	30歳未満	2,137	100.0	83.3	9.5	7.2
	30～39歳	3,888	100.0	88.2	6.4	5.5
	40～49歳	3,665	100.0	89.6	5.2	5.2
	50～59歳	2,551	100.0	89.7	5.8	4.5
	60歳以上	1,325	100.0	88.5	6.8	4.7
地 域	東日本計	7,163	100.0	87.7	6.4	5.9
	西日本計	6,716	100.0	88.8	6.5	4.8

(延べ回答数はNAを除いて計算した構成比)

図 - 1 - 曜日別・夕食の形態と変化(複数回答・N=2,186) (単位：%)



・全体の概要：

「表 - 1 - 夕食の形態」において 調査対象 2,186 世帯の一週間の夕食における肉料理の形態を見る。

総夕食回数 14,518 回のうち「家庭での料理」が 83.9%から 88.2%と大幅に増えているのが特徴である。

「外食」や「惣菜(出来合い)」はそれぞれ 6.4%、5.4%と低下し、極めて低いことがわかる。

「世帯属性」では大きな特徴は見られないが、「所得」では「中高所得世帯層」「世帯構成」では「高齢者のみの世帯」と子供が小中学生と思われるライフステージと「家事担当者年令 30～49 歳」層で「家庭での料理」が多い傾向にある。

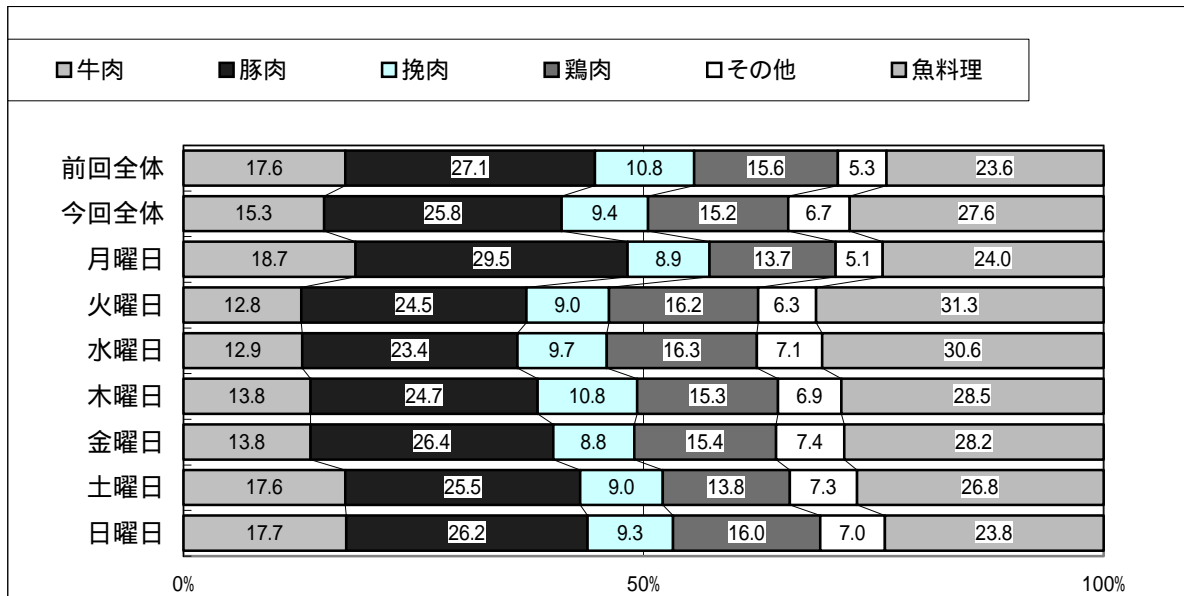
「図 - 1 - 曜日別・夕食の形態と変化」で見ると曜日別に「家庭での料理」の出現率を見ると「月曜日」が 93.6%と最も多く、また、出現率の低い典型は休日の「土曜日」と「日曜日」である。

2 夕食の献立材料

表 -2- 夕食献立使用食材（複数回答）（単位：％）

		延べ回答数	合計	牛肉	豚肉	挽肉	鶏肉	その他	魚料理
前回全体		10,173	100.0	17.6	27.1	10.8	15.6	5.3	23.6
今回全体		11,646	100.0	15.3	25.8	9.4	15.2	6.7	27.6
所得	300万円未満	1,229	100.0	15.0	27.3	9.6	16.5	6.7	24.9
	300～499万円	2,907	100.0	15.2	25.3	9.0	15.0	6.9	28.7
	500～699万円	3,214	100.0	15.3	25.9	9.2	15.3	6.7	27.7
	700～999万円	2,873	100.0	14.8	26.1	9.7	15.6	6.8	27.1
	1000万円以上	1,242	100.0	17.0	24.1	9.7	14.0	5.9	29.4
世帯構成	子供が小学生以下の世帯	2,775	100.0	13.5	25.9	11.2	16.4	6.8	26.1
	成長期の子供がいる世帯	3,453	100.0	16.3	25.8	10.4	16.1	6.7	24.7
	20歳代の成人がいる世帯	2,782	100.0	15.6	26.7	9.1	14.9	5.5	28.1
	子供がいない世帯	2,090	100.0	15.1	25.5	6.5	13.7	8.5	30.8
	高齢者のみの世帯	546	100.0	17.4	22.2	5.7	11.2	4.9	38.6
家事担当者年	30歳未満	1,693	100.0	16.1	25.9	9.8	15.6	6.1	26.4
	30～39歳	3,292	100.0	14.4	26.2	10.3	16.6	7.0	25.6
	40～49歳	3,129	100.0	15.0	25.6	10.3	16.1	7.1	26.0
	50～59歳	2,164	100.0	15.6	25.1	7.6	13.9	7.1	30.6
	60歳以上	1,114	100.0	16.3	26.6	6.5	12.2	4.6	33.8
地域	東日本計	5,988	100.0	12.7	26.9	9.4	14.7	6.9	29.4
	西日本計	5,658	100.0	18.1	24.6	9.3	15.8	6.4	25.7

図 -2- 曜日別・夕食献立使用食材（複数回答）（単位：％）



・全体的傾向：

一週間の「家庭での料理」の総回数 11,646 回を見ると、前回と比較して、全体的に肉料理が低下し、魚料理が多くなっているのが特徴である。

一番多いのが「豚肉料理」の 27.1%から 25.8%と低下し、反対に「魚料理」が 23.6%から 27.6%と増加して出現順位が入れ替わった。

「牛肉料理」の 17.6%から 15.3%と低下し、「鶏肉料理」「挽肉料理」も微減であった。

「夕食献立使用食材」は「世帯属性」の「地域」の食文化を色濃く出している。

「豚肉料理」は圧倒的に「東日本」「北海道」「東北」「関東」で高く、「近畿」「中国」「九州」で低い傾向がある。

また、独特の「豚肉」文化をもつ「沖縄」もその出現率はトップであった。

一方「牛肉料理」は圧倒的に「西高東低」であり、「西日本」の「近畿」「中国」「四国」で出現度が際立った。

「鶏肉料理」は「九州」「近畿」など「西日本」でやや高い傾向がある。

参考までに「魚料理」は圧倒的に「東高西低」であり、「北海道」「北陸」の出現度が高かった。（巻末の「表 -2 夕食献立使用食材」参照）

次に、「世帯属性」の「所得」で見ると、「牛肉料理」は高所得者ほど出現度が高い傾向が覗えるが、牛肉以外の肉料理は世帯属性による差はあまりない。

また、曜日別に見ると「牛肉料理」は「日曜日」「土曜日」「月曜日」に出現度が高く、「豚肉料理」は特に「月曜日」出現度が高い傾向にある。

「魚料理」は「日曜日」「月曜日」の出現度が極端に低いのが特徴である。

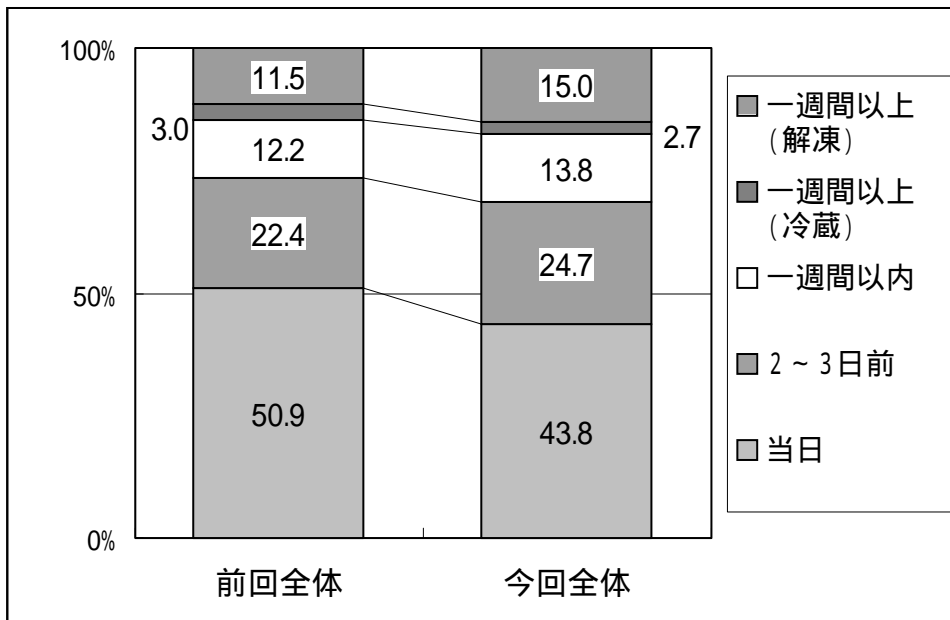
3 夕食調理における食肉保存状態

表 -3 夕食調理における食肉保存状態（複数回答・全体 N=2074）（単位：％）

		延べ 回答数	合計	当日	2 ～ 3 日前	一 週 間 以 内	一 週 間 以 上 （ 冷蔵 ）	一 週 間 以 上 （ 解凍 ）
前回全体		9,968	100.0	50.9	22.4	12.2	3.0	11.5
今回全体		8,255	100.0	43.8	24.7	13.8	2.7	15.0
世帯 構成	子供が小学生以下の世帯	2,018	100.0	36.8	25.3	16.5	2.9	18.6
	成長期の子供がいる世帯	2,551	100.0	43.7	25.2	13.6	2.4	15.0
	20歳代の成人がいる世帯	1,965	100.0	46.2	24.5	12.2	2.6	14.5
	子供がいない世帯	1,394	100.0	46.9	22.5	13.9	3.3	13.4
	高齢者のみの世帯	327	100.0	58.7	28.1	8.6	2.1	2.4
地域	東日本計	4,141	100.0	42.6	25.6	13.7	3.1	14.9
	西日本計	4,114	100.0	44.9	23.8	13.9	2.3	15.1

図 -3 夕食調理における食肉保存状態の変化

（複数回答・全体 N=2074）（単位：％）



・全体の変化：

図 -3 「夕食調理における食肉保存状態の変化」において調理に使用する食肉に関してその購入時期(回答延べ数 8,255 回)を見ると「当日」が 50.9%から 43.8%と大幅に減少し、「2～3日前」22.4%から 24.7%と微増している。

特徴的なのは「一週間以上(解凍)」が 11.5%から 15.0%と急増している。その原因として、食肉先進国・欧米の食肉調理習慣のような「食材の保存化傾向」にシフトする兆しなのか、「単なる買物回数の減少傾向」の影響なのか、因果関係をフォローする必要がある。

食肉保存のための大型冷凍庫の普及は買い物行動(まとめ買い)や新しい食肉料理の頻度向上(大量消費)等、食生活に大きくインパクトを与えるはずである。買物回数の減少傾向とその影響は(本文の「第1章」と「第2章・(1)」などを参照)

4 夕食における食卓人数

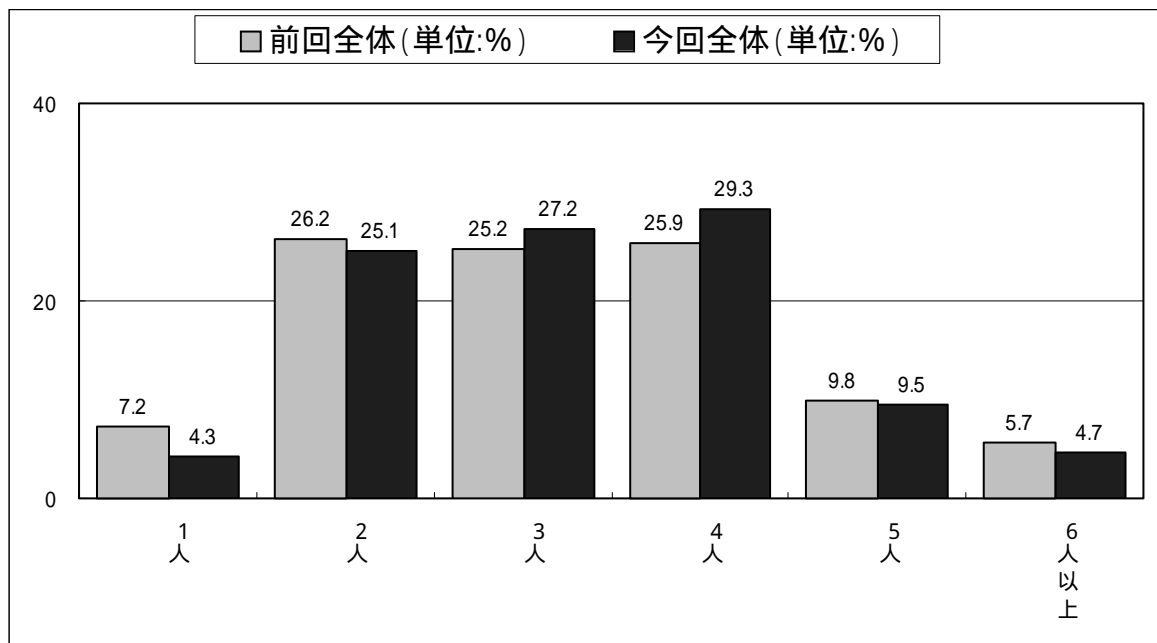
表 - 4 夕食における食卓人数（複数回答）

（単位：％）

		延べ回答数	合計	1人	2人	3人	4人	5人	6人以上	平均人数
前回全体		12,483	100.0	7.2	26.2	25.2	25.9	9.8	5.7	3.26
今回全体		14,107	100.0	4.3	25.1	27.2	29.3	9.5	4.7	3.32
世帯構成	子供が小学生以下の世帯	3,272	100.0	0.2	8.3	31.1	42.4	11.3	6.7	3.81
	成長期の子供がいる世帯	4,070	100.0	1.1	7.2	23.3	42.4	18.8	7.2	3.96
	20歳代の成人がいる世帯	3,470	100.0	7.1	24.4	37.2	23.2	5.1	2.9	3.07
	子供がいない世帯	2,629	100.0	10.5	58.3	21.5	7.5	0.8	1.4	2.38
	高齢者のみの世帯	666	100.0	5.0	88.7	2.1	2.3	0.9	1.1	2.09
家事担当者年齢	30歳未満	2,128	100.0	9.3	25.5	27.8	27.9	6.3	3.3	3.11
	30～39歳	3,910	100.0	4.0	19.9	24.3	34.7	10.2	6.9	3.53
	40～49歳	3,753	100.0	2.5	13.1	26.9	38.0	14.3	5.1	3.67
	50～59歳	2,613	100.0	3.9	33.6	32.3	20.2	7.1	3.0	3.05
	60歳以上	1,362	100.0	3.5	56.3	24.9	9.2	3.1	3.0	2.63
地域	東日本計	7,242	100.0	4.7	26.5	27.1	28.3	8.8	4.6	3.28
	西日本計	6,865	100.0	3.8	23.5	27.4	30.3	10.2	4.8	3.37

図 - 4 夕食における食卓人数の変化

（単位：％）



・全体的傾向：

長期的な観点から、核家族化や少子化、単身世帯の増加などによって「家族人数」は低減傾向にあるといわれている。

そのことは食生活に大きな変化を与える重要な問題である。

また、父親の外出機会が増加などによって当然、夕食においても食卓を囲む人数は減少してきているといわれている。

しかし「図 - 4 夕食における食卓人数の変化」を見てみると、やや食卓人数の増加が見てとれる。

このよう社会・家庭生活の中で急激な変化は考えられないので、何らかの季節変動等による今回の調査サンプルの特性と考えられる。

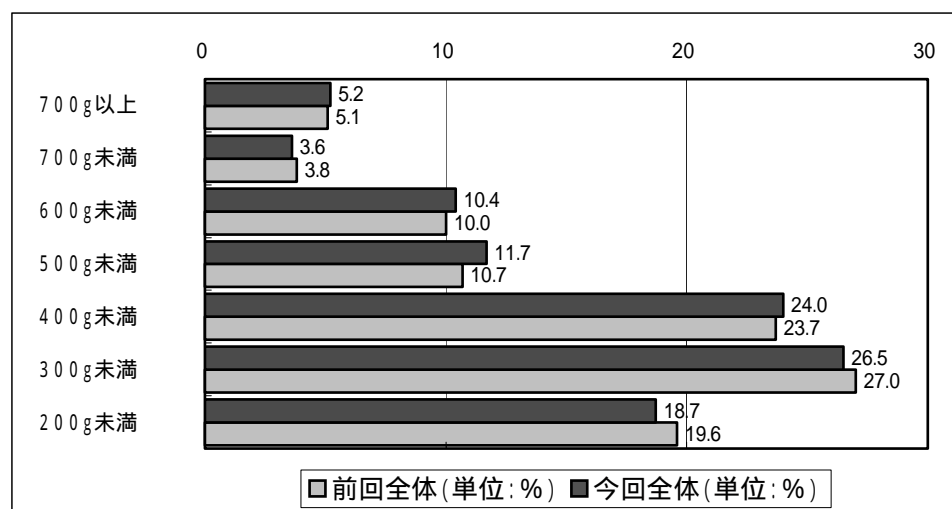
すべての「世帯属性」を問わず 4.0 人以下であったが、限りなく 4 人に近かったのは「子供が小学生以下の世帯」と「世帯主職業」の「農林水産業」であった。（巻末の「表 - 4 夕食における食卓人数」参照）

5 夕食調理における食肉使用量

表 - 5 夕食調理における食肉使用量（複数回答）（単位：％）

		答 延 数 回	合 計	g 2 未 満 0	g 3 未 満 0	g 4 未 満 0	g 5 未 満 0	g 6 未 満 0	g 7 未 満 0	g 7 以 上 0
前回全体		7,416	100.0	19.6	27.0	23.7	10.7	10.0	3.8	5.1
今回全体		7,821	100.0	18.7	26.5	24.0	11.7	10.4	3.6	5.2
所得	300万円未満	855	100.0	27.3	27.5	19.9	9.9	10.8	1.3	3.4
	300～499万円	1,928	100.0	21.0	27.3	25.9	9.8	9.5	2.7	3.7
	500～699万円	2,159	100.0	17.5	26.6	23.5	12.2	10.9	4.0	5.3
	700～999万円	1,936	100.0	15.9	26.4	24.4	12.9	10.1	4.0	6.3
	1000万円以上	823	100.0	13.2	22.7	24.8	13.7	12.2	6.6	6.8
世帯構成	子供が小学生以下の世帯	1,917	100.0	17.3	27.5	24.4	12.4	10.8	3.1	4.5
	成長期の子供がいる世帯	2,425	100.0	11.6	21.4	25.3	13.4	14.4	5.6	8.3
	20歳代の成人がいる世帯	1,864	100.0	20.7	26.6	24.2	11.6	9.8	3.2	4.0
	子供がいない世帯	1,312	100.0	29.2	32.5	20.0	8.9	5.0	1.7	2.7
	高齢者のみの世帯	303	100.0	26.4	33.3	27.1	5.3	4.0	2.0	2.0

図 - 5 夕食調理における食肉使用量の変化（単位：％）



・全体的傾向：

夕食における食肉の使用量は「300g未満」と「400g未満」に集中している。購入世帯においては、やや多めの方向にシフトしている。

「食肉使用量」は子供の有無で左右されることは当然と考えられるが、さらに「所得」が高いほど使用量が増加し、「贅沢に使う」ことが見受けられる。

6 夕食料理メニューの実態

肉料理メニューを食肉別に分けての上位10品目を比較する。

表 - 6 食肉を使った夕食料理メニューの出現頻度構成比 (単位：%)

	順位	牛肉		豚肉		挽肉		鶏肉	
		メニュー名	%	メニュー名	%	メニュー名	%	メニュー名	%
平成十五年六月(前回)	1	焼肉	19.6	炒め物	14.0	ハンバーグ	35.1	から揚げ	24.8
	2	カレー	16.3	カレー	12.1	餃子	9.5	煮物	6.3
	3	ステーキ	11.1	生姜焼き	10.0	麻婆豆腐	6.8	肉どんぶり物	5.7
	4	肉じゃが	9.8	とんかつ等揚げ物	8.3	スパゲティー	5.6	カレー	5.5
	5	炒め物	7.4	しゃぶしゃぶ	6.1	麻婆茄子	3.9	照り焼き	4.3
	6	すき焼き	5.4	肉じゃが	4.6	ピーマンの肉詰め	3.7	ソテー	3.9
	7	肉のどんぶり物	4.3	焼きそば	4.0	オムレツ	3.4	焼き鳥	3.2
	8	しゃぶしゃぶ	2.5	お好み焼き	2.6	カレー	2.9	シチュー	2.8
	8	シチュー	2.4	焼肉	2.5	コロッケ	2.7	炒め物	2.6
	10	ハヤシライス	1.9	酢豚	2.4	ロールキャベツ	2.1	チキンカツ	2.4
平成十五年十二月(今回)	1	すき焼き	17.3	カレー	11.3	ハンバーグ	26.7	から揚げ	19.8
	2	カレー	14.7	生姜焼き	9.3	餃子	12.6	鍋料理	11.8
	3	焼肉	13.2	炒め物	9.0	麻婆豆腐	8.4	シチュー	8.8
	4	肉じゃが	8.0	とんかつ等揚げ物	8.2	スパゲティー	7.1	煮物	6.4
	5	ステーキ	7.9	鍋料理	8.1	ロールキャベツ	5.2	カレー	5.4
	6	シチュー	6.8	豚汁	5.3	コロッケ	4.1	肉のどんぶり物	4.8
	7	肉のどんぶり物	4.7	肉じゃが	4.0	肉だんごミートボール	3.8	とんかつ等揚げ物	3.6
	8	炒め物	4.5	しゃぶしゃぶ	3.7	カレー	3.2	グリル焼・ホイル焼き	3.4
	9	しゃぶしゃぶ	3.2	煮物	3.6	鍋料理	3.0	照り焼き	3.4
	10	おでん	2.9	お好み焼き	3.5	炒め物	2.3	ソテー	3.0

(注1) 料理名がわからない「肉料理その他」は外した。

・全体的な変化：

平成15年6月(春夏メニュー)の調査結果と比較して、定番人気メニューは年次的にもあまり変化がないが、季節変動として、いくつかの冬メニューの順位入れ替えがあった。

「牛肉料理」では「すき焼き」がトップになり、「豚肉料理」「挽肉料理」「鶏料理」で「鍋料理」が揃って、ベストテン入りした程度である。

7 肉料理の出現頻度と肉の使用量

(1) 食肉料理の出現頻度と使用量でのポートフォリオ

いろいろな料理を通じて「食肉そのものの摂取」や「栄養摂取」の面を考えると、重要な要素は「出現頻度」と「肉の使用量」である。

「出現頻度」はそのメニューのポピュラーさを示しているし、その「メニューに使われる肉の使用量」は一人当りに換算して栄養摂取量などの計算に使われる。

調査結果から出た「1回あたりの使用量」を「家族数」で割り、「出現頻度」を掛ければ、ある期間のそのメニューから取れる食肉の「一人当たり摂取する量」が計算される。

調査で出現した「すべての肉料理」の出現頻度上位30%をひとつの区切りとし、一人あたりの使用量を100g(挽肉は80g)をもうひとつの区切りとして、4つの象限に分類した。

例えば、「肉・大好き人間」の家庭で出るメニューや、たくさん食べてもらう食肉普及活動において、もっとも効率がいい食肉メニューのグループは第 象限と考えられる。

一方、第 象限は出現を増やす普及の努力のテーマがあるグループである。

		一人当りの使用量が多い					
出現頻度が多い	第 象限	出現頻度上位30%以上 一人当たり使用量100g以上 (挽肉は80g以上)	第 象限	出現頻度上位30%以下 一人当たり使用量100g以上 (挽肉は80g以下)	出現頻度が少ない		
	第 象限	出現頻度上位30%以上 一人当たり使用量100g以下 (挽肉は80g以上)	第 象限	出現頻度上位30%以下 一人当たり使用量100g以下 (挽肉は80g以下)			
			一人当りの使用量が少ない				

表 -6 食肉料理の出現頻度と使用量でのポートフォリオ

牛肉料理

		一人当りの使用量が多い								
出現頻度が多い	焼肉	ステーキ	しゃぶしゃぶ	すき焼き	ハンバーグ	煮物	シチュー	肉のどんぶり物	ハヤシライス	カレー
	ミンチローフ	生姜焼き	ホイコーロー	グリル焼き、 ホイル焼き	ピカタ	ラーメン	そば	酢豚	筑前煮	
出現頻度が少ない	チンジャオロースー	炒め物	うどん	おでん	肉じゃが	鍋料理	とんかつ等揚げ物	ロールキャベツ	肉豆腐	から揚げ
	餃子	肉だんご(ミートボール)	スープ、汁もの	オムライス	焼きそば	チャーハン	サラダ	雑炊、リゾット	炊き込みご飯	トマト煮
		オムレツ	野菜の肉巻き	スパゲティー	麻婆茄子	コロッケ	麻婆豆腐	焼きうどん		
		一人当りの使用量が少ない								

豚肉料理

		一人当りの使用量が多い								
出現頻度が多い	焼肉	しゃぶしゃぶ	ソテー	とんかつ等揚げ物	生姜焼き	鍋料理	餃子	炒め物	お好み焼き	焼きそば
	ミンチローフ	角煮	焼き鳥	あんかけ料理	シューマイ	筑前煮	肉だんご(ミートボール)	蒸し物、ゆで物	グリル焼き、ホイル焼き	焼き豚
出現頻度が少ない	肉のどんぶり物	酢豚	煮物	カレー	シチュー	肉じゃが	豚汁	から揚げ	ステーキ	肉詰め
	ハンバーグ	トマト煮	スープ、汁もの	コロッケ	麻婆茄子	肉豆腐	野菜の肉巻き	ピカタ	ホイコーロー	ハヤシライス
		オムレツ	春巻き	照り焼き	ロールキャベツ	麻婆豆腐	そば	焼うどん	スパゲティー	中華丼
		炊き込みご飯	オムライス	オムレツ	チャーハン	雑炊、リゾット				
		一人当りの使用量が少ない								

挽肉料理

		一人当りの使用量が多い								
出現頻度が多い	ハンバーグ	ロールキャベツ	肉だんご(ミートボール)	とんかつ等揚げ物	そば(そばご飯)	グラタン	餃子	カレー	鍋料理	炒め物
	ステーキ	つくね	お好み焼き	おでん	トマト煮	ソテー	豚汁	生姜焼き	オムライス	春巻き
出現頻度が少ない	焼肉	焼肉	雑炊、リゾット	グリル焼き、ホイル焼き	シチュー	シューマイ	肉じゃが	あんかけ料理	八宝菜	サラダ
	ミンチローフ	しゃぶしゃぶ	スープ、汁もの	ラーメン	焼きそば	炊き込みご飯	煮物	麻婆茄子	うどん	
		オムレツ	ワンタン	麻婆豆腐						
		一人当りの使用量が少ない								

鶏肉料理

		一人当りの使用量が多い				
出現頻度が多い	照り焼き グリル焼き、ホイル焼き ソテー から揚げ 炒め物 煮物 おでん カレー シチュー	とんかつ等揚げ物 鍋料理	つくね ステーキ 焼肉 すき焼き	焼き鳥 ハンバーグ スープ、汁もの 蒸し物、ゆで物	しゃぶしゃぶ 肉詰め シューマイ	出現頻度が少ない
		肉のどんぶり物 筑前煮 グラタン うどん	トマト煮 生姜焼き 肉だんご(ミートボール) ピカタ コロケ バンバンジー あんかけ料理 八宝菜 肉じゃが	サラダ オムレツ チキンライス 酢豚 炊き込みご飯 雑炊、リゾット 餃子 そばろ(そばろご飯) スパゲティー ラーメン	焼きそば ワンタン オムライス そば 麻婆豆腐 豚汁 チャーハン 茶碗蒸し 春巻き	
		一人当りの使用量が少ない				

「表 -6 食肉料理の出現頻度と使用量でのポートフォリオ」によると、特に、第 象限に出現する「肉・大好き世帯」のメニューは次のようなものである。

「牛肉料理」

	出現頻度	1人当り使用量g
焼肉	233	149.3
ステーキ	139	136.6
しゃぶしゃぶ	57	131.0
すき焼き	306	123.9
ハンバーグ	29	101.1

「豚肉料理」

	出現頻度	1人当り使用量g
焼肉	63	123.8
しゃぶしゃぶ	111	122.4
ソテー	48	114.7
とんかつ等揚げ物	246	112.2
生姜焼き	278	103.9
鍋料理	242	102.8

「挽肉料理」

	出現頻度	1人当り使用量g
ハンバーグ	288	114.2
ロールキャベツ	56	97.7
肉だんご(ミートボール)	41	91.2
とんかつ等揚げ物	16	90.8
そばろ(そばろご飯)	20	86.1

「鶏肉料理」

	出現頻度	1人当り使用量g
照り焼き	59	132.5
グリル焼き、ホイル焼き	60	124.7
ソテー	52	122.0
から揚げ	347	120.2
揚げ物	64	108.4
鍋料理	208	102.7

(巻末 「表 -7 食肉メニューの出現頻度と使用量」参照)