

中国東北部，都市と農村における食事摂取状況

土屋 律子（北海道浅井学園大学生涯学習システム学部・北方圏生活福祉研究所）

抄 録

近年の社会環境の急速な進展に伴い、日本人の生活スタイルや生活意識が変化している。家族団らんの薄らぎつつある食事形態、季節感の乏しい副食中心の食卓と食生活も著しく変容している。今回、北海道と緯度、自然環境の類似している中国東北部、黒龍江省の都市ハルビン、および同省内の3つの農村で児童を中心とした食事摂取状況および摂取食品の調査を行った。その結果、日本で増加している児童の孤食、欠食は都市部、農村部ともに非常に少なかった。また、食事の内容も米や小麦粉でつくられた多種類の主食と旬の野菜中心の副食を摂取していた。ここでは、一日の摂取食品数および食品群について、農村部および都市部を高・低所得層に分けた、3グループの調査結果について報告する。

キーワード：食事摂取状況，摂取食品，主食，副食，都市部，農村部

I. はじめに

わが国は、戦後の食糧事情の好転、近年は食の国際化などにより多様な食品の摂取が可能となった。一方、社会環境の急速な進展に伴う女性の社会進出、核家族化などが食事形態を大きく変えている。その結果、生活習慣病の増加や、今まで親から子へ食事の場を通して育まれた人格形成が、食の外部化や孤食など食事形態の変化によって失われつつある。筆者は1997年に北京市およびハルピン市を訪れ薬膳料理や食品の持つ効能を知る機会を得た。中国の家庭では旬の産物はその季節の体に好ましいものであり、しかも丸ごと、つまり陰も陽も味わうという考えを日常の食事に生かし、かつ親から子へ代々受け継がれているという知見を得た。今回、黒龍江省の都市ハルビンと農村地帯にあるヤプリ、玉泉、延寿を訪れ、都市部と農村部および所得の違いによる食事摂取状況の差違について調査を行ったのでここに報告する。

II. 調査方法

1. 調査対象者

黒龍江省ハルピン市（小学生）、ヤプリ、玉泉（小、中学生）、延寿の4カ所で調査した。

2) 調査時期

ハルピン市は平成13年7月、その他は7月29日から8月1日の間に行った。

3) 調査方法

ハルピンでは7月にハルピン大学に調査用紙を送付、聞き取り調査を依頼した。ヤプリ、玉泉、延寿は7月29日から8月1日に現地を訪れ、調査用紙を対象者に配付し、その場で記入を依頼し回収した。

4) 調査内容

1日分（朝、昼、夕食および間食）の食事について次の項目を設けた。

- ①食事をした場所 ②共に食事をした人
- ③主食、副食献立名、使用食品およびその摂取量

今回の中国研修で、佐々木らがハルピンで調査した各戸の所得収入状況も参考にした。

5) 調査回収状況

ハルピン市の小、中学生（8～13歳）155人のうち有効回答数は153人であった。ヤプリ（18～27歳）は10人、玉泉（12～16歳）は32人、延寿（11～40歳）は15人であった。

III. 結果および考察

調査結果は、次のような方法で処理し、比較検討した。ハルピン市の有効回答者数は153人であった。佐々木らが調査した結果によると、各戸の総収入金額の平均は、2116円でエンゲル係数は39.55%と日本の5.4%に対して顕著な差がみられた。このことを踏まえて収入による食生活状況の違いを見るために、このグループを収入額2000元以上と2000元未満の2グループにわけ、それぞれハルピンA（78人）、ハルピンB（75人）とした。さ

らにヤプリーは10人、玉泉は32人、延寿は15人と少ないため、これらを都市ハルピンと比較するために農村として一つにまとめ。

1. 食事状況

図1から図3までに、朝、昼、夕食の摂取場所を、図4から図6は食事を共にした人を示した。

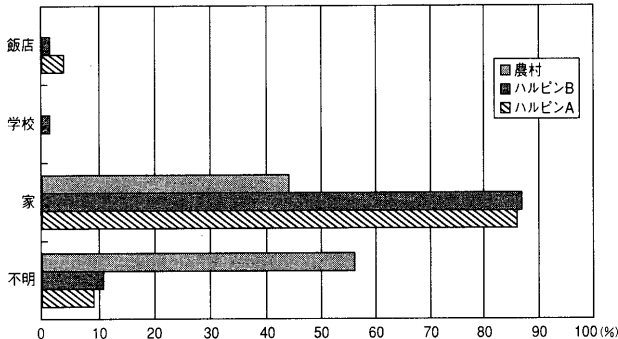


図1 朝食-場所

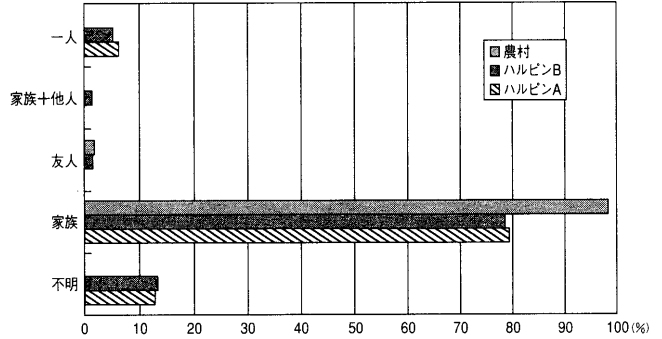


図4 朝食-誰と食べたか

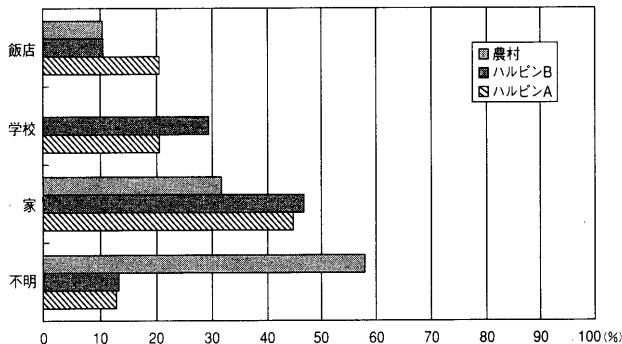


図2 昼食-場所

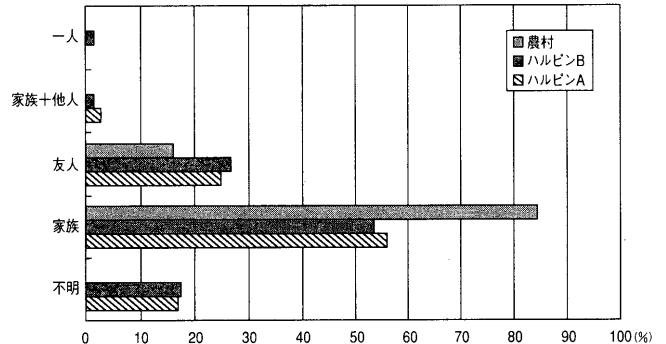


図5 昼食-誰と食べたか

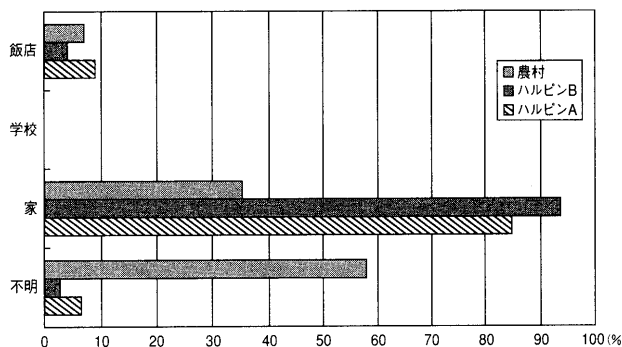


図3 夕食-場所

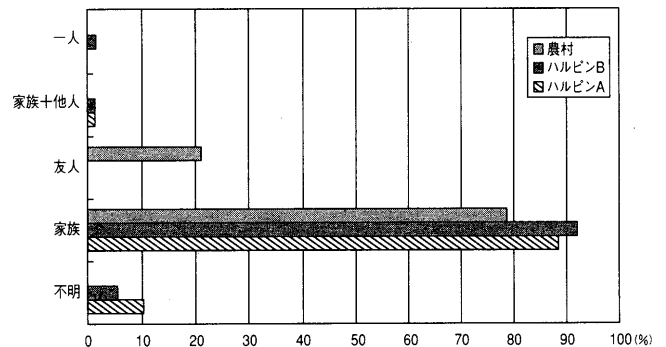


図6 夕食-誰と食べたか

玉泉は摂取場所が無回答のため、「農村」の不明の割合が高くなっているが、全体には家族と家庭で食べている割合が高い。日本では朝食の欠食率が年々高くなっており、平成11年度の調査結果では15~19歳の男12.3%、女7.5%と高率であるが、今回の調査では1人であった。また、子どもだけで朝食を食べる割合も日本では昭和57年には22.7%、平成5年には31.4%と増加している。今回はハルピンAで5人、Bで4人いた。牛乳だけ、インスタントラーメンだけと単品で済ませている者がこ

の中にはみられた。飯店で食している者もいたが日本とは異なり、粥などの主食と副食を摂っており、生活習慣の違いと考えられる。

昼食の場所は学校であったり、友人と外食、複数の家族と家で食事を摂っている。これはハルピンの調査が農村部に比べ夏休み前の早い時期に行ったことによるもので、夏季休業中での調査であれば変動があることが予想される。

夕食は多くの者が家族とともに家で食べている。農村

では友人と食べている者も多いが、どこで食べたかについては無回答であった。

2. 食事の内容

1) 主食について

対象者が主食に摂っていた食品について図7から図9に示した。

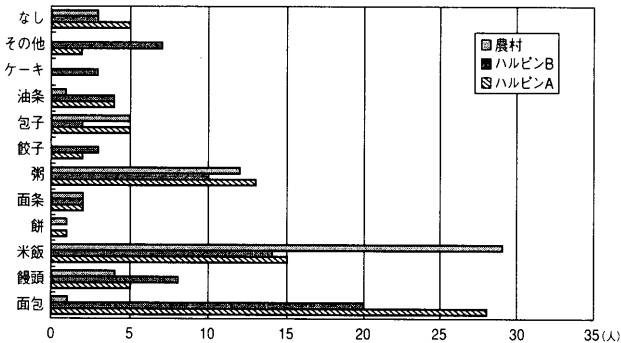


図7 主食-朝食

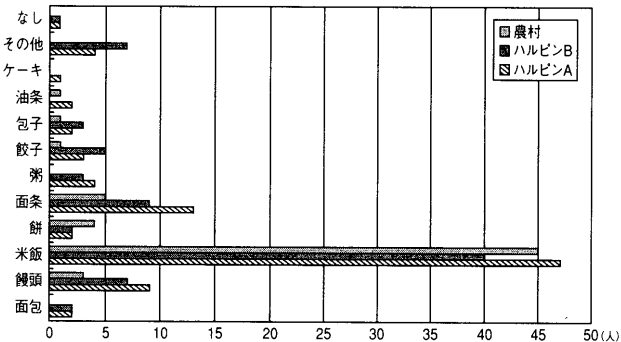


図8 主食-昼食

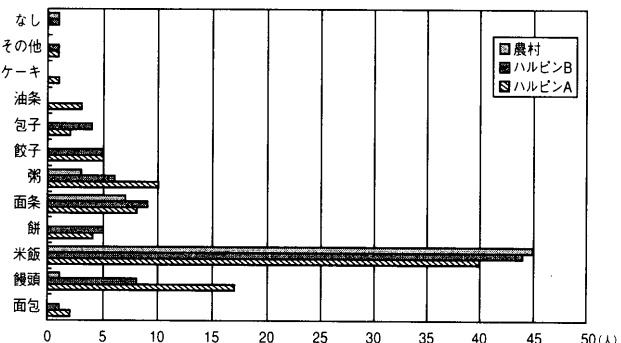


図9 主食-夕食

面包はいわゆる日本のパンである。饅頭は小麦粉を原料とする蒸し饅頭である。餅はピンと読み小麦粉を原料として、円く焼き上げたものが多い。薄いもの、厚いもの、中や表面に加える材料によって種類も名称も異なる。包子は饅頭と同じ方法で生地を作って中に多種多様の餡を包み込んで蒸したものである。面条は日本の麺類のように線状に細く伸ばした食品をいう。油条は小麦粉を醗酵させ棒状に伸ばして油で揚げたものである。糕は米や雑穀を用いた塊状の食品の総称であり種類が非常に多い。ここでの多くは鶏蛋でいわゆるカステラをさしている。

図7は朝食における主食の摂取食品およびのべ数を示したものである。主食摂取者より合計のべ人数の方が多く、2種類以上を摂取している者もいる。

ハルビンA、ハルビンBともに面包を食する者がそれぞれ摂取食品数の約36%、27%と多く、ついで米飯、粥で、これら3つを合わせる77%、60%と同様の傾向が見られた。農村は米飯、粥の摂取がそれぞれ54%、22%と多く、両方で76%とハルピンとは異なる傾向が見られる。

図8は昼食における主食内容を示したものである。朝食と異なり、すべての地域で米飯が多くハルビンA、ハルビンB、農村でそれぞれ53%、55%、75%であった。ついで、面条、饅頭、餃子の順であった。

図9は夕食における主食を示したものである。都市、農村ともに米飯の摂取が多い。ハルピンではその他、饅頭、面条、粥の順であった。

朝、昼、夕食ともに複数の主食を摂っている者がいるが、その割合は朝食では農村に、昼食、夕食では都市に多い傾向である。

主食を摂っていない者でも、前に述べた朝食、昼食を摂っていない者を除き、副食は摂っている。

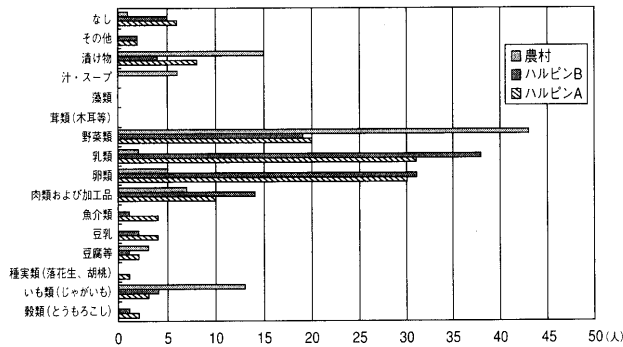


図10 副食-朝食

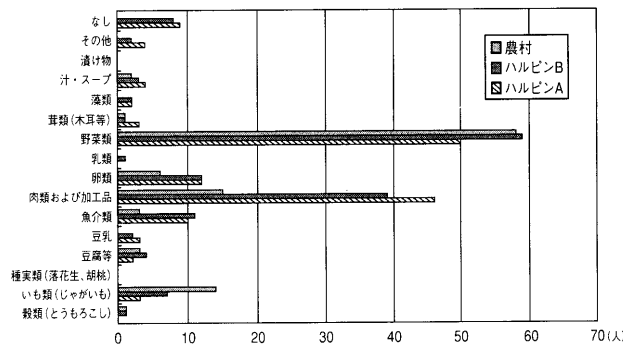


図11 副食-昼食

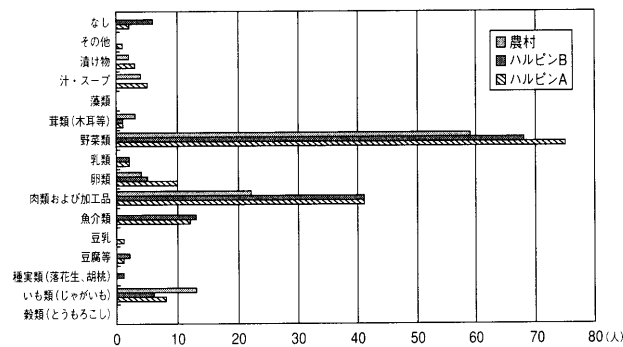


図12 副食-夕食

図10から図12は朝食、昼食、夕食における副食の食品群およびその摂食人数を示している。副食を摂取している者、一人あたりの平均摂取食品数をハルピンA、ハルピンB、農村ごとにみると、朝食では1.6品、1.7品、1.6品、昼食では2.0品、2.1品、1.8品、夕食では2.1品、2.0品、1.9品であった。朝食はやや少なく、全体にハルピンA、ハルピンBの方が農村よりやや多く摂っている。

図10から12に示した食品群の内容を見ると、穀類はとうもろこし、いも類はほとんどがじゃがいもである。種実類には、落花生、胡桃が含まれる。豆腐類には、豆腐の他、干豆腐や豆腐脳という型入れ前のおぼろ豆腐のようなものも含んでいる。魚介類は、太刀魚、マナガツオなどの他、エビ、シジミ、なまこである。肉類では豚肉

が多く、ついで鶏肉であった。その他羊、牛肉、狗肉も含まれていた。

また、加工品にはハム、ソーセージやケンタッキーフライドチキンもみられた。卵類には鶏卵、家鴨の卵や、これらの塩漬け卵も多かった。野菜では圧倒的にインゲン豆が多く、次いで茄子、胡瓜、冬瓜など夏が旬の、体を冷やす野菜が目立っていた。

朝食を見るとハルピンA、Bでは乳類、卵、野菜が圧倒的に多く、摂取数の約70%前後を示している。農村では野菜類の摂取が多くついで漬物、じゃがいもと植物性食品が主となっている。

昼食は、ハルピンでは野菜類、肉類が圧倒的に多く、ハルピンA、ハルピンBでこれらを合計するとそれぞれ68%、69%であったが、肉類の摂取はハルピンAの方が多かった。農村も朝食と変わらず野菜が多く、肉類も2倍程度に増えている。

夕食ではどの地域も野菜類の摂取がハルピンA、B、農村でそれぞれ47%、49%、55%と多く、ついで肉類の摂取が多い。

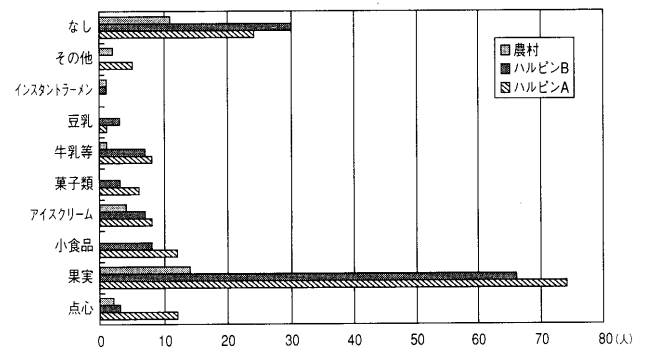


図13 間食

図13は間食としての摂取食品および数を見たものである。玉泉では全員無回答のため有効回答者数は25であった。ハルピンA、ハルピンB、農村で間食を摂っていない者は31%、40%、44%で、間食を摂っている者の摂取平均食品数は2.3品、2.2品、1.7品であった。摂取した食品はハルピンA、B、農村ともに、果実が圧倒的に多くそれぞれ全体の59%、67%、74%を占めていた。特にマクワ瓜、西瓜が収穫時期と重なり過半数を占めている。他には桃、梨、りんごが食べられている。その他に、延寿を除きアイスクリームも食べられている。点心は餅類、カステラなどを含む。小食品には飴、スナック菓子、チョコレート、豆菓子などである。

朝食、昼食、夕食の摂取食品数の合計をハルピンA、ハルピンB、農村の順に見ると8.7品、8.4品、8.3品となり、間食は1.6品、1.3品、1.0品であった。また、肉類、魚介類、卵類、乳類の動物性食品の摂取はハルピン

AおよびBでは朝食に多く、農村では夕食に多かった。副食の全食品数に対する割合は48%, 52%, 21%で、タイやフィリピンの農村部、また日本でも都市に比べ町村では低く、今回の調査でも同様の傾向がみられた。

IV. まとめ

中国、黒龍江省の都市ハルビンとやや南東の農村ヤブリ、玉泉、延寿で一日間の食生活調査を行った。ハルビンの対象者は所得により2グループに分けた。

食事摂取状況は朝食、昼食、夕食ともに家で、家族と食べている者が多かった。夏休み中の者は学校や、飯店で友人と食べており、欠食者は非常に少ない。

食事の内容は、朝食は都市部は主食がパン、米飯、副食が乳、卵、野菜、肉・加工品、農村部は米飯、粥で副食は野菜、漬物、いもであった。昼食は都市部が米飯と野菜、肉・加工品、農村部は米飯、野菜であった。夕食は、都市部、農村ともに主食が米飯、副食には野菜、肉・加工品が多かった。一日の摂取食品数は都市部の高所得者層、低所得者層、農村部の順であった。動物性食品の摂取割合も農村部より、都市部が高かったが、所得による差は見られなかった。

わが国では増加している欠食、孤食者は、中国では非常に少なく、米、小麦調理品等の多様な主食を摂り、副食は野菜が中心であるが、その食品数は少なかった。今回の調査では摂取量の検討には至らなかったが、旬の野菜は経済的なだけでなく、その季節の人体に望ましいことが日常の食事の中で、代々伝えられている点は、日本でも家庭における食教育の一つとして取り入れなくてはならないことを示唆する知見を得た。

参考文献

- 1) 健康・栄養情報研究会編「国民栄養の現状」第一出版 (2001)
- 2) 池本真二ほか「やさしい食事学」建帛社 (2001)
- 3) 小林寛道「メキシコの子どもの体力と生活環境」名古屋大学出版会 (1985)
- 4) 洪光住、田中静一「中国食物事典」柴田書店 (1997)
- 5) 黒田キミ子「系統中国料理」家政教育社 (1988)
- 6) 「中国名菜譜」柴田書店 (1994)
- 7) 佐々木茂喜「フィリピン共和国児童の身体発育と体力発達に関する研究」岩手医誌, Vol.48 No.3 (1996)

付 記

この研究は「平成13年度北海道浅井学園大学北方圏生活福祉研究所研究費」の交付を受けて行ったものである。

[2002年5月31日受理]

A Dietary Survey in the Northeast of China

- A Comparison of the City and the Farm Villages -

Ritsuko Tsuchiya Northern Region Research Center for Human Service Studies

Abstract

A survey was carried out on the circumstances and contents of diet in urban and rural areas in the northeast of China. Most persons in both districts ate three meal per day ; most meals were eaten at home and with the family. Both groups ate rice as thier principal dish, with large quantities of vegetables on the side. City dwellers, however, a greater variety of foods, including animal foods, than people living in the farm villages.

Keywords : dietary circumstances and contents, city, farm village, principal food, side dish