

年齢高いほど… 女性は「食の技能」↑ 男性は↓

女性は年齢が高いほど、高い食の技能を有するのに対し、男性は技能が低くなる――。日本人の食に関する価値観や知識、技術を調査した東京大学などのグループの研究で、男女で正反対の結果が出た。

全国の成人約2200人に質問票で調査した。女性は便利さ、健康など食品選択におけるすべての価値基準を男性より重視。栄養に関する知識、料理技術、食全般に関わる技能すべてで女性の方が高かった。

男性では年齢が高くなるほど、

東大などが初調査

料理技術に加え、献立作りや食品表示の読み取りなど食全般に関わる技能が低かった。女性では年齢が高いほど、こうした技術・技能が高かった。

研究を行った東大大学院医学系研究科社会予防疫学分野の村上健太郎助教は「家庭科が男女共修になる以前は男性が料理を学ぶ機会に限られていたことや、高齢世代は比較的性別役割分業の考え方が残っていることが背景にあるのだろう」と話す。

質の悪い食事は、世界で年間1100万人の死亡原因となってい

ると推定されており、食事の質の向上が課題となっている。世界各国は食事のガイドラインを定めている。しかし近年は、画一的なガイドラインだけでなく、個人の食品選択と食に関わる行動要因を調査し、明らかにすることが重要になっている。

この種の本格的な学術研究は日本ですべて初めて。村上助教は「今回の結果は社会的には当たり前と思われるかもしれないが、科学的に裏付けたデータの積み重ねが重要だ」と話している。

(編集委員・大村美香)