

《資 料》

幸福度と料理行動に関する基礎データ

太 宰 潮

【目 次】

1. はじめに
2. 既存文献
3. 幸福度と料理行動
4. まとめ

1. はじめに

本資料は、近年注目がなされている幸福度に焦点を当て、特に幸福度と食に関する基本的なデータを、アンケートの分析結果から示すものである¹⁾。

2011年11月、ブータン王国より国王・王妃が来日し、ブータン王国で指標とされているGNH（Gross National Happiness；国民総幸福量）という言葉がしばしばメディアで報道され²⁾、幸福度という概念は多くの人が知るところとなった。日本においても比較的近年になって注目を集めており、例えば2010年、内閣府には「幸福度に関する研究会」が設置された³⁾が、その趣旨には『新成長戦略』（平成22年6月18日閣議決定）に盛り込まれた新しい成

1) 本論は、次の資料を大幅に加筆修正したものである。(株)マイボイスコム アンケートデータベース「MYEL」ホームページ 活用事例「料理をする人は幸せと感じる人が多い」<http://myel.myvoice.jp/>

2) 例えば朝日新聞の同年11月23日『「幸福度」って測れるの?』など。

3) 内閣府ホームページ、第1回幸福度に関する研究会 資料1「幸福度に関する研究会について」<http://www5.cao.go.jp/keizai2/koufukudo/koufukudo.html>

長及び幸福度に関する調査研究を推進する」とされており、日本としても国家の戦略や政治レベルで幸福度を参考にしようという動きがあることがわかる。

一方、近年は「〇〇育」という言葉が多く語られているが、その代表的なものの一つが「食育」である。わが国では高度経済成長以降、例えば「包丁のない家庭」という言葉が既に1989年の時点で「語られて久しい⁴⁾」と述べられているように、食にまつわる規範や、食の欧米化に代表されるような食文化の変容、食と健康の問題などがしばしば議論されてきた。2005年には食育基本法が施行され、その前文には「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育」という言葉が盛り込まれ、現在の農林水産省も「食育事業」として様々な活動を実施・推進している。

国レベルでも、様々な主体においても推進されている食育活動であるが、既存文献において、食に関してはその効果や関連する事象が健康や医学的な側面に焦点が当たることが多く、食に関する事柄と既述した幸福度に関しては、文献が少ないのが現状である。食育が真に生きる上で重要な事柄であるのであれば、もしくは、「“食事”が人を良くする事」なのであれば、幸福度との関連も現れると考えられるし、食育を進める上で、重要なデータとなるはずである。

そこで本資料では、インターネット調査⁵⁾をもとに、幸福度と食に関する

4) 日経流通新聞 1989/08/26「手作り料理でパフォーマンス」

5) 本論で用いるデータはマイボイスコム(株)の自主企画アンケートである。今回は特別に、自主企画アンケートの中から、2010年1月に行われ、主観的幸福度を尋ねた「くらしと節約に関するアンケート調査(第2回)」と、2010年3月に行われた「料理に関するアンケート調査」についての共通回答者のデータをご提供頂いた。つまり、同じ人が違う時点の2つのアンケートに対して回答をしたものであり、アンケートが同時に行われることによるバイアスはない。サンプル総数は2,382人、男性45.51%、女性54.49%、年代は幸福度のバイアスがかかる10代を除き、20代:11.08%、30代:32.16%、40代:33.0%、50代以上:23.76%となっている。

基本的なデータを示すことを大きな目的とする。料理と幸福度を直接的に説明するデータでないという限界があるが、幸福度研究の一側面を補完するものである。

2. 既存文献

幸福度もしくは幸福の経済学に関する研究は、アメリカにおいては認知革命を経た1980年代から徐々に研究対象として認められるようになり、以降実証研究が一挙に拡大した（大石2009）。大竹・白石・筒井（2010）によると、我が国では2000年の少し前から細々と行われるようになったにすぎず、研究者に知られるようになったのは2002年や2005年に代表的な文献が発表・発行されたことがきっかけとされている。中でも、ノーベル経済学賞を受賞したKahnemanによる、幸福度・Well-Beingに関する研究⁶⁾が紹介される機会が多い。研究界以外でも、既述した通り現在では国家戦略としても注目されている幸福度であるが、地方自治体の行政としても注目されており、例えば東京都荒川区では「GAH：グロス・アラカワ・ハピネス」と名付け、区民の幸福度合の指標化を進めている⁷⁾。

幸福度が研究として取り上げられる際の主要な焦点は「何によって幸福度が決まるか」である。大竹・白石・筒井（2010）は所得、労働、結婚、子供を持つこと、所得格差、都市と地方という要因に着目をしているし、大石（2009）では幸せとは何か、もしくは幸せをどう測るのかという議論を経て、幸福感と経済的状況、運、結婚、友人関係、性格などとの関連を詳しいデータによって示している。尚、幸福や幸福度とは何か、という議論も大きなテーマのひとつであるが、この点については本論の対象外とする。

6) 例えば次の論文である。Kahneman, D., A. B. Krueger (2006), "Developments in the Measurement of Subjective Well-Being", *The Journal of Economic Perspectives*, 20(1), pp3-24.

7) 日経ビジネス 2009年8月10日・17日号「幸福度を数値にできるか」pp.68-71

様々な要因がある中で、広く知られているのは「幸福のパラドックス」と呼ばれる、所得や一人当たり GDP の上昇といった経済的変数で幸福度が上昇しない現象であり、経済的変数と幸福度の上昇との間には飽和点があるとされている。国民生活白書（平成20年版）⁸⁾には幸福度に関する詳細な分析結果が示されているが、幸福度に影響を及ぼす要因のうち、プラスの要因は、女性であること、子供がいること、結婚していること、世帯全体の年収が多くなっていくこと、大学または大学院卒であること、学生であること、困ったことがあるときに相談できる人がいることを挙げている。マイナスの影響要因としては、年齢が高いこと、失業中であること、ストレスがあること、の3つの要因を挙げ、影響がない要因としては自営業であること、何らかのトラブルを経験したこと、の2つを挙げている。プラス要因として世帯の年収が挙げられているが、収入と幸福度は単純な線形の関係ではなく、例えば大石（2009）は、「年収500万円から899万円のグループと900万円以上のグループで、幸福感にほとんど差はない」と述べている。

このように注目がなされており、諸変数との分析も進む幸福度であるが、幸福度をベースとして記された文献では、食との関連について詳細を述べた文献は非常に少ない。小野・リー（2010）では、家事に費やす時間・家庭内分業については触れているが、具体的な家事の内容や食にまでは踏み込んでいない。袖川・田邊（2007）では幸福の構成要素として32項目、豊かさの構成要素として32項目、生活満足度として32項目、幸福感の源泉として29項目、不幸の源泉として27項目を記しているが、そのどこにも「食」という言葉は出てこない。マズローが述べるころの欲求がより高次のものとなっていることは、しばしば文献で指摘されるが、人間の基本的な生理的欲求である食

8) 平成20年版・国民生活白書、第1章第3節「社会の主体としての消費者・生活者～幸福度の探求」（57-72頁）、内閣府ホームページ http://www5.cao.go.jp/seikatsu/whitepaper/h20/10_pdf/01_honpen/index.html

欲は、先進国の多くの人では既に満たされているとされ、注目されていない可能性もある。このように現状では、直接的に食と幸福度の概念は着目されていないのである。

一方で、古く1826年に記された『味覚の生理学』という本に「どんな人と付き合っているか言ってみたまえ。君がどんな人であるかを言い当ててみせよう」という古来の格言をもじって、「どんなものを食べているか言ってみたまえ。君がどんな人であるかを言い当ててみせよう」と記されている（戸部1997）ように、食とその人の生きる様は大きく関連するものと考えられる。食と健康や医学的なデータに関する文献以外に、我が国における食の現状を記述した文献としては、岩村（2003, 2005, 2010）が挙げられよう。岩村氏の文献では首都圏の主婦を対象とした食卓調査「食 DRIVE」を対象とし、食卓に関して非常に詳細なデータを示しているが、彼女の主張として一貫しているのは「規範」もしくは「望ましい（望まれているであろう）状態」と、現状がどれだけ乖離しているか、という点である。休日に家族全員揃って加工食品のみの食事やカップ麺を並べている様子、家族がバラバラに「個食」もしくは「孤食」をする様子などであるが、そこには日常的に規範として求められる、望ましい食の状態があるという主張が込められている。

他にも食と生活について言及する事例は非常に多い。例えば大塚（2008）は、非行少年が非常に多い地域において子供の生活を調査した結果、朝食は3割以上の子供が食べておらず、食べた場合もパンやジュース、ハムやワインナーだけであることを紹介し、親は食費を渡すだけの“財布”であり、食を介した親子のきずなが切れていたことを指摘しているが、その真意や背景も、先の「食 DRIVE」の調査結果と共通していると考えられる。こうした既存文献の記述を踏まえると、食にまつわる環境を改善することが「より望ましい状態」、突き詰めれば幸福に繋がると仮定することは妥当であろう。

本論はあくまでデータの提示であり、食育そのものの是非や、どのような

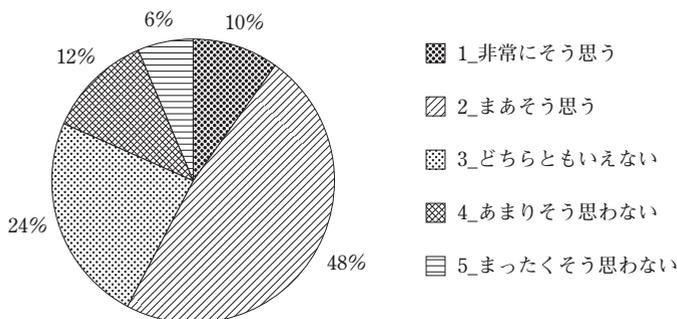
食の状態が望ましいのか、とした議論には踏み込まないが、食が生活者の満足度や幸福に影響をしていると想定して議論を進める。

3. 幸福度と料理行動

それではインターネットアンケートによる結果を示す。データの加工・分析には、IBM 社が提供する IBM SPSS Modeler 14 を主に用いた。まず幸福度であるが、当アンケートでは「あなたは今、自分が幸せだと思いますか」という問い方で幸福度を計測している。その結果は図表 1 の通りである。

図表 1 幸福度

あなたは今、自分が幸せだと思いますか



この分布は、11段階で幸福度を取得している国民生活選好度調査とも、また大竹・白石・筒井（2010）が示す、大阪大学 COE が2004年に全国を対象に行ったアンケート調査「くらしの好みと満足度についてのアンケート」（幸福度は国民生活選好度調査と同じく11段階）とも、水準数をまとめる⁹⁾と

9) 幸福度の得点が高い上位2段階を「非常にそう思う」、次の3段階を「まあそう思う」、中央の5点を「どちらともいえない」、続く3段階を「あまりそうおもわない」、最後の2段階を「まったくそう思わない」と置き換えて算出。

非常に酷似した割合となり、調査によるバイアスは軽微であると考えられる。

まず料理についてその頻度と、上記幸福度との考察を行うが、既述の通り、幸福度は様々な要因と強く関係をしているため、まずは基本的な性別、婚姻、年齢の3つの要因別に、幸福度の平均値を求めた。5段階で取得している幸福度は、幸福度が一番低いものを「1」、一番高いものを「5」として、順序尺度を数値化している。図表2がその結果である。

図表2 性別・年代・婚姻状況ごとの幸福度平均

性別	結婚有無	年齢階層	幸福度平均	人数	料理「ほぼ毎日」
女性	既婚	20代	3.96	45	36
女性	既婚	30代	3.87	346	300
女性	既婚	40代	3.48	331	281
女性	既婚	50代以上	3.55	196	178
女性	独身	20代	3.42	121	13
女性	独身	30代	3.37	130	30
女性	独身	40代	3.19	96	41
女性	独身	50代以上	3.12	33	21
男性	既婚	20代	4.20	15	1
男性	既婚	30代	3.62	141	9
男性	既婚	40代	3.47	251	15
男性	既婚	50代以上	3.42	291	21
男性	独身	20代	3.08	83	6
男性	独身	30代	2.79	149	22
男性	独身	40代	2.71	108	20
男性	独身	50代以上	2.98	46	19

図表2をみると、幸福度の平均値は既存文献の指摘の通り、既婚者のほうが独身者よりも高いこと、女性のほうが男性よりも高いこと、若い層のほうが年齢層が高い層よりも高いことがわかる。

取得した料理の頻度とその度数は、「ほぼ毎日」が1,013人、「週4-5日

程度」が182人、「週2-3日程度」が231人、「週1程度」が198人、「月に数回程度」が147人、「年に数回程度」が184人、「料理はほとんどしない」が427人となっており、「ほぼ毎日」が全体の42.5%を占め、ほとんどしないという人は17.9%と2割弱となっている。図表2には料理の頻度が「ほぼ毎日」とした人数を示したが、既婚女性はどの年代でもほぼ毎日料理をするという人が80%を超えており、幸福度と料理との関連を見る上では考慮を要する。

料理の頻度と幸福度との関連を見る前に、既存文献で示されている項目と料理への影響力の違いを回帰分析によって簡単に探索する。幸福度は5段階リッカート尺度を逆順にして数値化した。料理頻度も順序尺度を逆順として数値化し、且つ「年に数回」と「ほとんどしない」をゼロとし、0から6までの数値変数とした。その上で、目的変数に加工した幸福度を、説明変数に加工した料理頻度、女性フラグ、既婚フラグ、年齢を設けて重回帰分析を行うと、料理頻度以外の3つの変数はすべて有意に幸福度に影響する結果となるが、料理頻度については係数の影響力が他の3要因に比べて非常に低く、説明変数から棄却される結果となった¹⁰⁾。従って性別・年代・婚姻などを含めて考慮すると、料理の頻度は幸福度にはほとんど影響をしないということである。

10) 参考までに重回帰分析の係数表を以下に示す。

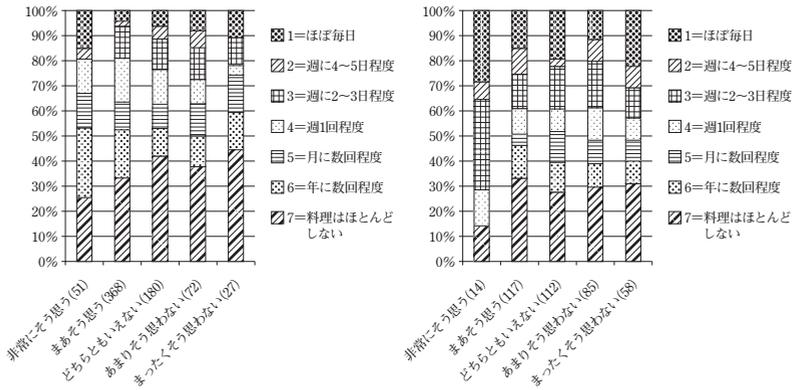
係数^a

モデル	標準化されていない係数		標準化係数		t 値	有意確率
	B	標準誤差	ベータ			
1 (定数)	3.324	.088			37.791	.000
年齢	-.010	.002	-.103		-4.766	.000
女性フラグ	.221	.056	.107		3.975	.000
既婚フラグ	.568	.048	.259		11.893	.000
料理頻度	.001	.010	.004		.134	.894

a 従属変数 幸福度

そこで以下では料理頻度と幸福度との関連を、性別、年代、婚姻状況を加味して概観してゆく。まず男性であるが、男性では幸福度と料理の頻度との関連が薄いため、少々強引ではあるが、年代をまとめ、婚姻状況だけで分類する。既婚男性698名と独身男性386名による、料理頻度と幸福度との集計結果を図表3に示す。図表3の左図では、 χ^2 乗検定では有意に差があり($\chi^2=43.7$, $df=24$, $p=0.008$)、右のクロス集計に有意差は見られない($\chi^2=25.1$, $df=24$, $p=0.4$)。右図の独身男性の結果では、「非常にそう思う」つまり、非常に幸せだと回答した14人では、料理の頻度が他の層に比べて多くはなっているが、男性において、料理頻度と幸福度の関連は非常に限定的だと言えよう。

図表3 主観的幸福度と料理頻度（左：既婚男性698名，右：独身男性386名）



次に女性における料理頻度と幸福度の関連を、同様に χ^2 乗検定によって探ってゆく。年代と婚姻状況を考慮するが、料理の頻度については水準ごとのサンプル数が少ないことから、「週4－5日」と「週2－3日」をまとめて「週に数回」とし、同様に「週1程度」と「月に数回程度」を「月に数回」に、また「年に数回程度」と「料理はほとんどしない」を「料理はほとんど

しない」と4水準にまとめることとした。料理頻度と幸福度との χ^2 乗値を算出した結果が図表4である。

図表4 女性における幸福度と料理頻度¹¹⁾

婚姻状況	年代	χ^2	df	p
既 婚	20代	1.984	6	0.921
	30代	9.704	12	0.642
	40代	17.543	12	0.13
	50代以上	12.874	8	0.116
独 身	20代	9.613	12	0.65
	30代	14.766	12	0.254
	40代	23.623	12	0.023
	50代以上	6.238	8	0.621

図表4に示す通り、女性においては、年代・婚姻状況別に料理頻度と幸福度を見ても、40代独身者以外にはその関係が認められない結果となった。料理頻度の水準を「ほぼ毎日」と「ほとんどしない」に限って細かく見てゆくと、図表5に示す通り、独身女性においてわずかに、料理頻度が多い方と幸福度が高いことが確認できるが、強い有意差がみられるほどではない。

図表5 料理頻度の差と幸福度

サンプル	年代	料理の頻度	n	幸福度平均	t	p (両側)
独身女性	20代・30代	ほぼ毎日	43	3.47	1.469	0.145
		ほとんどしない	74	3.18		
	40代以上	ほぼ毎日	62	3.40	1.102	0.274
		ほとんどしない	12	3.00		

11) セグメントによって自由度が落ちているのは、該当するサンプルが不在であるため。

以上の結果より、食育についての文献における指摘とは裏腹に、性別・婚姻・年代などの要因を考慮すると、料理の頻度と幸福度は一部を除いて、ほとんど関係がないことがわかる。食育についての文献は教育上の議論が多く、基本的に子供の世代に焦点が当たっていること、ここで取得しているのはあくまで被験者の料理の頻度と幸福度であることなどの制約はあるが、幸福度にまつわる議論を補完するひとつの結果と言えるだろう。

単純に料理の頻度では関係がないという可能性も考えられるため、料理頻度以外の項目について紹介を行う。本アンケートで他に料理に関して取得している項目としては、できると思う料理数¹²⁾、できると思う調理技法・方法の数¹³⁾、同居する人との夕食頻度、お弁当をひとりで作ることができるか、夕食にコンビニで買った食品が入る頻度、得意料理（1つだけ自由記述）、料理を学んだ・身につけた環境（自由記述）である。

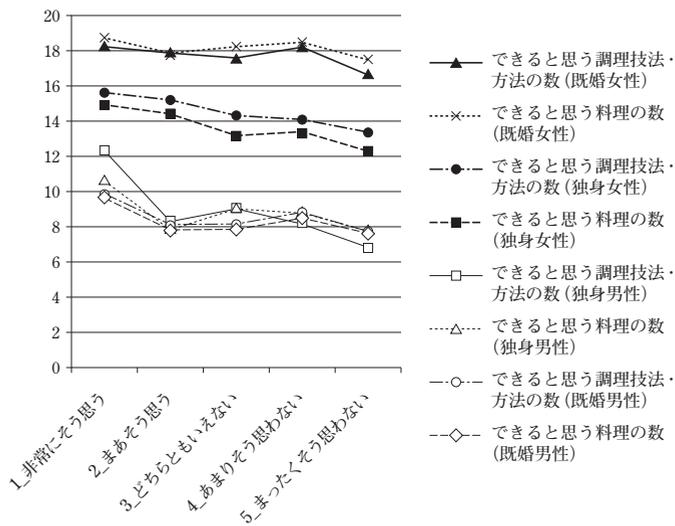
できると思う料理数（mean=12.84, SD=7.12）と、できると思う調理技法・方法数（mean=12.97, SD=6.94）について、性別・婚姻状況別に平均値を計算したものが図表6である。

図表6をみると、まず目立つのは男性で、「非常に幸福」（1_非常にそう思う）と回答した人は、できると思う料理数や調理技法・方法の数が多いことである。独身男性であるとその傾向がわずかに強まることもわかるが、幸福度の他の水準において大きな差は見られず、幸福度5水準ごとの調理技法・方法においてのみ、統計的にその差が確認できる（ $F(4, 381) = 2.573$, $p < .05$ ）程度である。独身男性で「非常に幸福」であるとする人は14人（既婚男性では51人）であり、外れ値が集中した可能性も否めず、ここで幸福度

12) 「あなたが『何も参考にせずに作れる』と思うものを選んでください（インスタント食品やレトルトは除きます）」として、コロッケやハンバーグ、きんぴらごぼうなど、日常的な料理名22種類を示している。

13) 「以下の調理技法・方法のうち、あなたが『できる』と思うものを選んでください（調理方法の意味がわからない場合は選択しないでください）」として、面取り、隠し包丁、だしを取るなど21項目を示している。

図表6 幸福度別にみた「できると思う料理数」の平均と
「できると思う調理技法・方法数」の平均



とできる料理や調理技法の数などに結論を見出すことは危険である。

独身女性においては、幸福度とできると思う料理数、できると思う調理技法・方法にごくわずかに関係が見て取れ、幸福度が高いほど料理数や調理技法・方法の数が増える傾向がわかるが、その差は統計的に確認できるほどのものではない。幸福度とは関係がないが、男性では婚姻による料理数や調理技法の数がほぼ変化しないのに比べ、女性では既婚だと独身者に比べて2つほどレシピや技法の数が増えている。男性は既婚者であっても料理への参加が低くであろう事実が窺える。

着目すべき点として、できる料理の数や調理技法の数と年代との関係が挙げられる。料理のスキルを示すこの2つの数は、基本的には年代が上がるに連れて増えてゆくが、もしこうした料理のスキルと幸福度が関係なければ、既存文献の指摘に従うと、料理のスキルを示す2つの数に併せて、幸福度も

下がると思われる。しかし、上記の結果では少なくとも、ごくわずかではあるが幸福度と料理スキルが正の相関を有すように見えている。この項目だけを考慮すれば、料理ができることは幸福度を下げない、という作用をもたらしている可能性もある。

残りの項目のうち、同居する人との夕食頻度、お弁当をひとりで作ることができるか、夕食にコンビニで買った食品が入る頻度についてであるが、セグメント毎に決定木分析（CHAID：目的変数に幸福度を、説明変数にこの3つの項目を設定）を行い、差が見られるかどうかを確認したが、性別の婚姻状況と組み合わせた4つのどのセグメントでも、モデルは生成されず、強い影響は確認できなかった。

最後に、得意料理と料理を学んだ環境についてである。得意料理の項目では「あなたが得意な料理のメニューを1つ教えてください」、料理を学んだ環境については「料理を学んだ・身につけた環境について、できるだけ詳しく教えてください」としているが、この2項目に関する回答に対してテキスト分析を実施した。使用ソフトはIBM社が提供する、PASW Text Analytics for Surveys3.0である。

類義語処理を施し、得意料理からは64の料理名を、料理を学んだ環境については68のテキストを分析対象として抽出した。抽出したテキストを述べた人数については、図表7に示す通りである。該当するテキストを述べた人数であり、そのテキストの出現数ではないことに注意されたい。

次に、各サンプルのテキスト発言を示すフラグ変数群を説明変数に、幸福度のうち「1_非常にそう思う」（＝非常に幸福）を示すフラグ変数を目的変数とし、決定木分析（CHAID）を実行した。サンプルを既婚女性に限定した際の結果を図表8に示す。

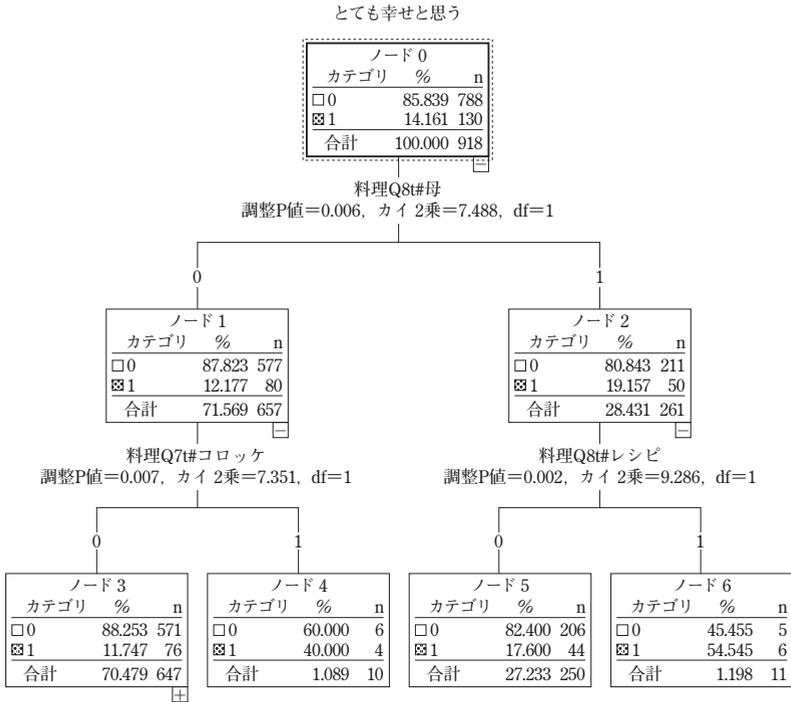
図表8には、まず「料理を学んだ環境」の欄に「母」と記述している既婚女性では、「非常に幸福」と回答した割合が高まることを示している。既婚

図表7 テキスト発言者数

順位	得意料理	人数	料理を学んだ環境	人数
1	カレー	546	母	877
2	なし	474	なし	558
3	ハンバーグ	212	見る	482
4	チャーハン	198	一人暮らし	404
5	餃子	192	本	378
6	肉じゃが	168	結婚	316
7	煮物	119	覚える	310
8	パスタ_スパゲティ	102	なる	298
9	野菜炒め	86	学ぶ	246
10	唐揚げ	76	自分	230
11	卵焼き	66	テレビ	212
12	煮込む	60	親	208
13	オムライス	56	独学	208
14	グラタン	54	料理本	204
15	みそ汁	50	ネット	198
16	お好み焼き	48	自然	192
17	ロールキャベツ	44	教わる	162
18	シチュー	42	必要	154
19	焼きそば	40	手伝う	152
20	おでん	40	参考	138

女性全体では「非常に幸福」であるのは918人中180人（14.161％）であるが、「母」と記述した261人では、そのうち50名（19.157％）が「非常に幸福」と述べている。キーワードとしては他にも、「レシピ」（本文例：「小学校中学年でお料理クラブに入り料理に興味をもち、母の代わりにご飯を作ったり兄弟の誕生日には自分でケーキを焼いたりしていた。結婚後にインターネットなどでレシピを見てレパートリーを増やした」など）、得意料理欄に「コロッケ」と書いている人たちの幸福度が高いことがわかる。図中に表示はないが、

図表 8 既婚女性におけるテキスト分析

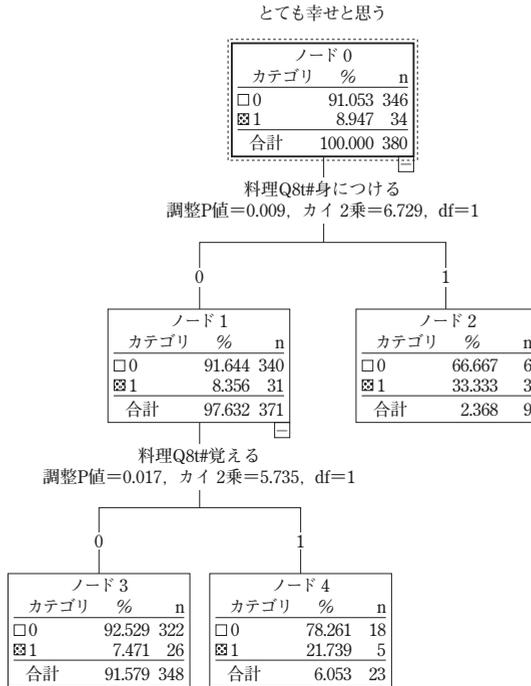


ツリーの下の階層には「教わる」という単語も出現している。

既婚女性に限定はしているが、こうした自由記述の結果からは、幸福度と料理を身につけた環境もしくは得意料理に関係があることが見てとれる。「母」という単語の発言者を年代別に見ると、20代12.18%、30代39.54%、40代28.05%、50代以上が20.23%となっており、30代が多い傾向にはあるものの、幸福度に与える年代の効果は弱いと考えられる。

独身女性に関する同様の分析結果を、図表 9 に示す。度数が若干少ないが、「身につける」や「覚える」といった単語が幸福度に影響している様子がわかる。「身につける」の実際の既述例は「小さい時、切るなどの技術は身に

図表9 独身女性におけるテキスト分析



つけた。味などは大学で一人暮らしをしてから。」などであり、「覚える」は「小さい頃は母が料理をするのを脇で見ていて、大人になってからは本を見ているいろいろ覚えました。」などである。

ここで既婚女性の回答として「母」や、独身女性の「覚える」などの単語が抽出されたことは、既存の食育に関する文献を補完するものとなる。岩村(2005)では、母親40人の詳細なインタビュー調査を紹介しているが、「母親たちは口を揃えたように『私は娘に料理を教えなかった』と言うのである。娘が結婚するまでに料理を教えたという母親は、40人中たった1人しかいない。『教える』どころか、料理をさせた(手伝わせた)と言う母親でさえ稀

である。」と記しているが、これも、親から料理を教えてもらうことが望ましいものとする裏返しの記述である。このテキスト分析による定性的なデータではあるが、発言者数によって差が見えたことには、本論のテーマとした「料理と食」を関連付けるひとつの結果が得られたと言えるだろう。

4. ま と め

本論は既存文献で取り上げられることはないが、現実社会としてはよく叫ばれる食に焦点を当て、幸福度と料理に着目し、アンケートから基本的な集計結果を示した。

まず幸福度と料理の頻度については、性別や婚姻、年代といった要因に比べて、非常に影響力が低いことが示され、一部セグメントを除いて、ほとんど幸福度とは関連をしないことがわかった。できると思う料理や調理技法などでも、幸福度に対しては非常に限定した差しか確認ができず、同居人数との食事の回数、コンビニ食の食べる回数などは、ほぼ幸福度に影響していないことが分かった。一方で、料理を学んだ環境などについて取得した自由既述からは、幸福である状態によって発言の差が確認できた。

これらの結果は、既存の食育に関する文献の主張に沿うものではなく、アンケートに直接的に回答する幸福度と食とがあまり関係していないことを示している。既述のとおり、本論は料理の頻度が低いことを一概に悪い、などとする主張をするものではなく、食と幸福度についての集計結果を示すこと自体が目的である。しかし、規範として主張される食と幸福度には直接的な関連がごく一部に限定されたことは、直感的には違和感を覚えるものである。

既存の食に関する議論が正しいものとする、幸福度そのものの概念や、調査設計を疑う必要もある。幸福度研究では例えば、子供ができることが幸福度に負の影響をもたらすといった、一般的な感覚とは逆の結果が述べられている。白石・白石（2010）は子供を持つことについて、「精神的には幸せ

を感じるものの、生活面での満足度が低くなってしまふ」と述べているが、このように幸福度を精神面・生活面による違いなどに分解するなど、幸福度の構成要素との関連を見ていくことも考えられる。また調査設計という観点では、今回は分析対象者を20歳以上の成人に限っており、食習慣という観点では確立をしている層であることも、限界のひとつである。食育は教育的観点が当然高く、主に若年層に集中して議論がなされることから、それに準じた層への調査や、親子世代間の調査なども考えられる。

幸福度研究は冒頭で述べたとおり、まだ歴史の浅い分野であるが、本資料はその細かい側面を補完するものである。食に焦点を当てた研究枠組み自体を組み立てることも求められるだろう。これから発展してゆくであろう本分野における基礎データとして、本論が参照されることを期待したい。

【謝辞】

本論で紹介したアンケートデータは、マイボイスコム(株)の自主企画アンケートのデータベースから特別に抽出頂いたものである。また料理のアンケートについては、その実施と使用に関して特別なご配慮を頂いた。ここに記して、アンケートの実施を快諾頂いた高井和久社長、それからデータの取得・提供に関して大変お世話になった服部理絵様、長谷川冴子様、深く感謝の意を表します。

参考文献

- ・岩村暢子 (2003) 『変わる家族 変わる食卓 真実に破壊されるマーケティング常識』, 勁草書房.
- ・岩村暢子 (2005) 『〈現代家族〉の誕生 幻想的家族論の死』, 勁草書房.
- ・岩村暢子 (2010) 『家族の勝手にしょ! ― 写真 274 枚で見る食卓の喜劇一』, 新潮社.
- ・小野浩, クリスティン・S・リー [林浩一郎訳] (2010) 「家庭内分業と結婚の幸福度」, 『日本の幸福度 ― 格差・労働・家族』, 第8章, 205-235頁, 日本評論社 (大竹文雄・白石小百合・筒井義郎 [編著]).

- ・大石繁宏（2009）『幸せを科学する 心理学からわかったこと』, 新曜社.
- ・大竹文雄・白石小百合・筒井義郎〔編著〕（2010）『日本の幸福度—格差・労働・家族』, 日本評論社.
- ・大塚貢（2008）, 2008年11月3日・日本総合医学会講演会〔引用：幕内秀雄（2009）『変な給食』, ブックマン社（pp.104-108 『完全米飯給食で非行ゼロに』—土台作りで学力も向上』, 取材・執筆：渡邊美穂）〕.
- ・白石小百合・白石賢（2010）「ワーク・ライフ・バランスと女性の幸福度」, 『日本の幸福度—格差・労働・家族』, 第9章, 237-261頁, 日本評論社（大竹文雄・白石小百合・筒井義郎〔編著〕）.
- ・袖川芳之・田邊健（2007）「幸福度に関する研究～経済的豊かさは幸福と関係があるのか～」, 内閣府経済社会総合研究所ディスカッションペーパー, 第182号.
- ・戸部松実〔訳〕（1997）『幸福の味わい 食べることと愛すること』（一八世紀叢書 第三巻）, 国書刊行会〔巻末「解説」, pp.431-449〕.
- ・山田昌弘・電通チームハピネス（袖川芳之）（2009）『幸福の方程式 新しい消費のカタチを探る』, ディスカヴァー・トゥエンティワン.