

# ライフスタイルにおける社会的格差 食生活の外部化を事例として

## Social Differences in Lifestyles: A Case Study of Externalization of Food

小林 盾\*  
Jun Kobayashi

### Abstract

This paper reports on social differences in lifestyles by examining the relationship between social stratification and externalization of food. I use data of the 2009 Nishitokyo city survey on social stratification and lifestyles. The survey asks whether respondents keep fresh food and cooked food in their houses. Regression analyses show that higher education increases fresh food and decreases cooked food. This results in less externalization of food. Occupations have no effects. Household income increases both fresh and cooked food, which leads to no effects on externalization. Therefore, externalization of food varies based on social stratification. These findings imply that social differences in lifestyles might be reproduced via education.

### 1. はじめに\*\*

#### 1. 社会階層とライフスタイル

趣味や消費といったライフスタイルは、教育や職業や収入といった社会階層とどのように関わっているのだろうか。ライフスタイルがその人の社会階層によって左右されることを、我われは経験的に感じている。たとえば、初対面の人でも余暇の過ごし方や好きな音楽分野を聞けば、我われはその人がどんな人かについて漠然としたイメージをもつことができる。そうした第一印象は、のちに修正されることもあれば、意外と的確なこともあるだろう。

この論文では、さまざまなライフスタイルのうち、とくに食生活に着目して検討する。食べ

---

\* 成蹊大学文学部准教授、Associate Professor, Faculty of Literature, Seikei University  
E-mail: jun.kobayashi@fh.seikei.ac.jp

\*\*〔謝辞〕この研究は、成蹊大学アジア太平洋研究センターから研究助成を得ています。まず、2007年度の成蹊大学アジア太平洋研究センターパイロットプロジェクト「アジア・太平洋地域におけるネットワーク構造」にて、予備調査を実施しました。これを土台にして、2008～10年度の共同プロジェクト「アジア太平洋地域における社会的不平等の調査研究」によって、2009年に本調査を実施してデータ収集しました（結果の速報は相澤 2010）。どちらのプロジェクトでも代表は小林盾でした。共同プロジェクトではポストドクターとして、2008～09年度に相澤真一氏が、2010年度に渡邊大輔氏がプロジェクト運営をサポートしました。相澤氏、渡邊氏、そして愛甲雄一氏はじめ成蹊大学アジア太平洋研究センター所員・研究員各位に記して感謝します。

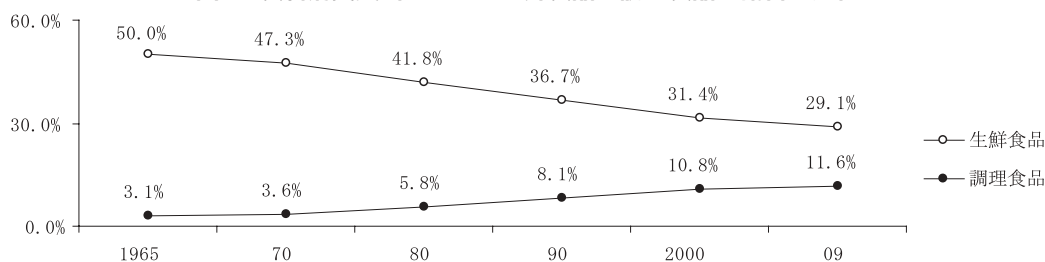
ることはすべての人に関わるからである。とくに、人びとの食生活が多様化した現代社会では、さまざまなグループによって偏りがあるかもしれない。その偏り方が社会階層と関連しているなら、そこに社会的格差があるといえるだろう。

食生活における社会的格差について、これまでフランス社会にかんするブルデューの研究がある（Bourdieu 1979）。日本社会については、文化活動における格差を宮島・藤田編（1991）、片岡（2000）、中井（2011）が分析した。食生活については佐藤・山根（2008）があるが、高校生を対象としたため社会階層に散らばりがなかった。そもそも、食生活についての社会科学的な研究はまだ少ない（たとえばMennell et al. 1993; NHK放送文化研究所世論調査部編 2008; 橋本 2008; 小林 2010, 2011, 2012 など）。

## 2. 食生活の外部化

さて、『平成21年度食料・農業・農村白書』によれば、食料への消費支出の内訳はここ数十年で大きく変わってきた（農林水産省 2009: 59）。生鮮食品、加工食品、調理食品、外食、飲料・酒類とわけたとき、過去40年で米、肉、魚、野菜といった生鮮食品は半分ほどに減った。その一方で、惣菜・弁当・レトルト食品などの調理食品が3倍以上に、外食が倍近くになった（図1）。パン、乾物、大豆加工品などの加工食品は31～32%で、飲料・酒類は8～10%で安定している。この傾向を、白書は食生活が家庭の外部に依存したり、簡便になっていることから「食の外部化、簡便化」とよんだ。以下では食生活の外部化とよぶ。

図1. 食料消費支出に占める生鮮食品と調理食品の割合の変化



出典：『平成21年度食料・農業・農村白書』59ページ

注記：総務省家計調査をもとに農林水産省が作成。2人以上世帯について。

では、食生活の外部化は、すべての人びとに等しく訪れたのだろうか。それとも、ある人びとの食生活が変化する一方で、別の人びとはそうではないのだろうか。『平成21年度食料・農業・農村白書』は、単身世帯ほど、また世帯主の年齢が低いほど、調理食品と外食の割合が高いという（農林水産省 2009: 61）。

しかし、教育や職業や収入といった社会階層が、食生活の外部化にどう関わっているのかわかっていない。そのため、社会的不平等が食生活における格差をとおして、健康や生活満足度を損なうことを、ともすれば我われは見のがしてしまうかもしれない。

そこで、ランダムサンプリング調査を実施することで、食生活が社会階層とどう関連しているかを検討する。そのために、「社会階層が高い人ほど、食生活への意識が高いため、食生活が外部化されていないだろう」という仮説を検証していく。

## II. 社会階層とライフスタイル調査

### 1. 調査の概要

データとして2009年社会階層とライフスタイルについての西東京市民調査をもちいる。これはランダムサンプリングにもとづく郵送調査であり、成蹊大学アジア太平洋研究センター共同プロジェクト「アジア太平洋地域における社会的不平等の調査研究」の一環として実施された。母集団は東京都西東京市在住の35～59歳女性1200人である。そのうち、821人から有効な回答があり、回収率は68.6%である（引っ越しなどで調査不能な人が3人いたため、 $821 \div 1197 = 0.686$ が回収率となる）。都市部における郵送調査としては、十分な回収率といえるだろう（盛山 2004 によれば一般に郵送調査の回収率は20～50%）。謝礼として、あらかじめ500円の図書カードを調査票とともに先渡しした。調査対象者を壮年女性へと限定することで、その中の多様性を検討する。

調査では、趣味、文化活動、余暇活動、健康、資産、食生活、子どもの教育、法律知識、トラブル経験、インターネット利用などについて質問した。他に年齢、家族構成、教育、職業、収入などの属性を質問している。

### 2. 回答者

平均年齢は46.7歳であった。30代（34～39歳）20.4%、40代43.2%、50代（50～60歳）36.4%となっており、年齢に大きな偏りはないといえる（2009年末年齢としたため60歳がいる）。

現在結婚している人は76.4%、離別死者9.7%、未婚者13.9%であった。子どもと同居している人は68.6%、親と同居している人は21.8%いた。35歳以上としたため、すでに親からは自立して、子どもと住んでいる人が中心のようである。全国調査である2005年社会階層と社会移動日本調査（SSM調査）では、同じ年齢層の女性のうち結婚している人は82.6%であった。したがって、西東京市ではやや未婚者が多いようである。

教育では、中学卒業2.1%、高校42.9%、短大26.6%、大学26.7%、大学院1.7%となっていた。SSM調査では、中学3.2%、高校63.0%、短大19.3%、大学13.6%、大学院0.8%であった。全国とくらべると、今回の調査対象者は高学歴であるといえる。

仕事をみると、正社員・公務員19.0%、派遣・契約・嘱託社員9.1%、パート・アルバイト・臨時雇用30.0%、自営業主・自由業主・家族従業員・内職8.1%、現在仕事をしていない33.8%となっていた。SSM調査では、順に30.7%、4.1%、27.5%、9.3%、28.4%だった。したがって、この調査の対象者には正社員がやや少なく、仕事をしていない人（おそらくは専業主婦）がやや多いようである。

世帯収入は、平均828万円で、中央値（ちょうど50%番目の人の値）が600～799万円であった。SSM調査だと550～649万円だったので、全国よりやや高いようである。

### 3. 食料消費についての質問

調査では、食料消費について「あなたのお宅では普段、以下の食料品を（家族分もふくめて）常備していますか（はいいくつでも）」と質問した。選択肢は8個の食品として、それぞれ常備していれば1、いなければ0のダミー変数としてもちいる。

食生活が外部化しているかを調べたいので、そのままでは食べにくい調理が必要な「生鮮系食品」と、そのまま食べやすい調理済みの「調理系食品」にわけた。ここでは、生鮮系食

品として「生鮮野菜」「生鮮果物」「乾燥ワカメ・のり・ひじき」の3個を、調理系食品として「カップ麺」「缶詰の果物」「スナック菓子・ガム」の3個を選択肢とした。さらにダシの材料について、生鮮系食品として「にぼし・カツオがし・昆布」を、調理系食品として「味の素」を選択肢にくわえた。

### III. 調査結果

#### 1. 記述統計

生鮮系食品4個と調理系食品4個を常備している人は、どれくらいいたのか。無回答9人を除く標本812人のうち、生鮮系食品では生鮮野菜92.6%、生鮮果物68.3%、乾燥ワカメ他88.1%、にぼし他82.6%だった。調理系食品ではカップ麺49.3%、缶詰果物26.7%、スナック菓子他45.4%、味の素43.2%であった。生鮮系食品は8～9割と多くの方が常備しており、調理系食品は2～5割とそれより少なかった。

8種のうち、どれだけの個数を常備しているかをもとめたら、0個1.1%（9人）、1個2.0%、2個4.4%、3個10.8%、4個20.7%、5個22.0%、6個18.2%、7個14.9%、8個5.8%であった。平均5.0個、標準偏差1.7個だった。

#### 2. 常備者の割合の比較

では、常備者の割合は、グループごとに偏りがあるのだろうか。年代別（30代、40代、50代の3グループ）、婚姻状態別（未婚、既婚、離死別の3グループ）、教育別（中高卒、短大卒、大学と大学院卒の3グループ）、有職無職別（2グループ）、世帯年収別（599万円まで、1199万円まで、それ以上の3グループ）にわけて割合をもとめた（表1）。

表1. 食品ごとの常備者の比率

	度数	生鮮系食品				調理系食品			
		生鮮野菜	生鮮果物	乾燥ワカメ他	にぼし他	カップ麺	缶詰果物	スナック菓子他	味の素
全体	812	92.6%†	68.3%**	88.1%*	82.6%***	49.3%	26.7%	45.4%*	43.2%
30代	161	90.7%†	63.4%**	82%*	77%***	46.0%	19.9%	52.2%*	44.7%
40代	338	91.7%	63.6%	89.3%	78.7%	50.6%	28.4%	46.7%	44.1%
50代	285	95.4%	76.8%	90.2%	90.5%	49.1%	27.7%	39.6%	39.3%
未婚	112	84.8%***	67.9%**	80.4%**	78.6%†	46.40%	17.0%***	36.6%**	47.3%
既婚	616	94.8%	70.8%	90.3%	84.3%	50.2%	30.2%	48.9%	42.2%
離死別	79	86.1%	49.4%	81.0%	74.7%	45.6%	11.4%	29.1%	44.3%
中高卒	364	91.5%	62.1%***	84.9%*	80.5%	54.1%*	23.1%†	48.1%*	51.1%***
短卒	216	93.1%	68.1%	90.7%	83.3%	49.1%	31.0%	49.5%	40.7%
大・院卒	231	93.9%	78.4%	90.5%	85.3%	41.6%	28.1%	37.2%	32.9%
無職	275	93.8%	72.7%†	90.5%	84.4%	50.5%	28.7%	48.4%	41.1%
有職	531	92.3%	66.5%	86.8%	81.7%	48.4%	25.4%	43.9%	44.1%
世帯収入 ～599万円	239	87.9%**	56.9%***	82.8%**	77.0%**	48.5%	18.4%**	36.0%**	43.9%
～1199万円	404	94.6%	70.3%	90.8%	85.1%	48.3%	29.0%	51.2%	43.6%
1200万円～	125	96.8%	85.6%	91.2%	88.0%	54.4%	34.4%	44.8%	40.0%

注記：N=812。\*\*\*分散分析の有意確率.001未満、\*\*.01、\*.05、†.10。

一元配置分散分析の結果、生鮮野菜は婚姻状態別と世帯年収別で違いがあった（表1）。生鮮果物と乾燥ワカメ他とスナック菓子他は、有職無職以外すべてのグループで異なっていた。に

ぼし他は年代別と世帯年収別で、カップ麺は教育別で、缶詰果物は婚姻状態別と世帯収入別で、味の素は教育別で常備する人の割合に違いがあった。とくに差があったのは、生鮮果物を常備する人が世帯収入599万円以下のうち56.9%だったのにたいして、1200万円以上では85.6%と30%近く増えた。スナック菓子他は、未婚者のうち48.9%にたいして、離死別者のうち29.1%と20%ほど異なった。

### 3. 因子分析

8個の食品がどのように分類されるかを調べるため、因子分析をおこなった。その結果、想定したとおり2因子にわかれた(表2)。第1因子は生鮮系食品、第2因子は調理系食品と解釈するのが自然だろう。

表2. 因子分析結果

	第一因子 (生鮮系食品)	第二因子 (調理系食品)	共通性
乾燥ワカメ他	<b>0.63</b>	0.06	0.40
生鮮野菜	<b>0.62</b>	0.04	0.39
にぼし他	<b>0.56</b>	0.06	0.32
生鮮果物	<b>0.40</b>	0.19	0.20
カップ麺	0.03	<b>0.58</b>	0.34
スナック菓子他	0.08	<b>0.56</b>	0.33
缶詰果物	0.20	<b>0.31</b>	0.14
味の素	0.03	<b>0.28</b>	0.08
因子寄与	1.30	0.88	2.18
寄与率 (%)	16.2	11.0	27.2

注記：主因子法、バリマックス回転による。因子負荷0.25以上太字。

生鮮系食品4個の相関係数をもとめたら、0.198～0.404で、すべて0.1%水準で有意な関連だった。一方、調理系食品4個では、相関係数0.063(缶詰果物と味の素)～0.328で、缶詰果物と味の素は10%水準で、他は0.1%水準で有意であった。したがって、生鮮系食品と調理系食品はそれぞれ、それなりのまとまりをもっているといえよう。

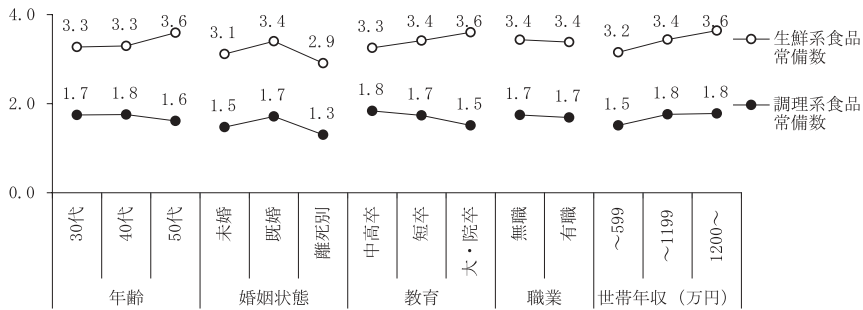
### 4. 生鮮系食品常備数、調理系食品常備数、非外部化スコア

生鮮系食品を多く常備しているほど、食生活が外部化していないといえるだろう。逆に、調理系食品をたくさん常備しているほど、外部化しているといえる。そこで、まず常備している生鮮系食品の個数の合計をもとめた(範囲0～4個、平均3.3、標準偏差1.0)。「生鮮系食品常備数」とよぶ。同様に、常備している調理系食品の個数の合計をもとめて、「調理系食品常備数」とよぼう(範囲0～4個、平均1.6、標準偏差1.2)。

つぎに、生鮮系食品常備数から調理系食品常備数を引いた個数(範囲-4～4個)をもとめた。食生活が外部化されていないことの指標とみなせるので、「非外部化スコア」とよぼう。標本812人のうち-3点の人は0.2%、-2点1.6%、-1点4.1%、0点13.8%、1点24.9%、2点25.5%、3点20.6%、4点9.4%だった。-4点の人はいなかった。平均1.7点、標準偏差1.4点となった。

グループ別に生鮮系食品常備数と調理系食品常備数を比較したら、図2となった。分散分析の結果、生鮮系食品常備数は有職無職以外で異なり、調理系食品常備数は教育別と世帯収入別グループで違いがあった。では、これらの違いは、同時に分析したときどうなるだろうか。

図2．生鮮系食品常備数と調理系食品常備数のグループ比較



注記：生鮮系食品は生鮮野菜、生鮮果物、乾燥ワカメ他、にぼし他。調理系食品はカップ麺、缶詰果物、スナック菓子他、味の素。

## 5. 分析

そこで、生鮮系食品常備数、調理系食品常備数、さらに非外部化スコアをそれぞれ従属変数とした回帰分析をおこなった。独立変数には、教育年数、有職ダミー（有職かどうか）、世帯年収（百万円単位）という社会階層変数をもちいる。統制変数には年齢、既婚ダミー（現在結婚しているかないか）、親と同居ダミー、子と同居ダミーという属性をもちいる。

分析の結果、教育が一貫してつよい影響をもっていた（表3）。教育が高いほど、生鮮系食品の常備が増え、調理系食品の常備が減った。その結果、教育が高い人ほど非外部化スコアも上がったので、食事を外部に頼っていなかった。標準化係数をみると、非外部化スコアには、教育がもっとも大きな効果をもったことがわかる。有職が無職かは、どれにもとくに効果がなかった。世帯収入は、生鮮系食品を増やすが、調理系食品を減らした。その結果、非外部化スコアにしたときに効果が相殺された。

表3．回帰分析結果

属性	従属変数		
	生鮮系食品数	調理系食品数	非外部化スコア
年齢	0.161***	-0.068†	0.172***
結婚ダミー	0.155***	0.063	0.055
親と同居ダミー	0.117**	0.002	0.081*
子と同居ダミー	-0.036	0.049	-0.067†
社会階層			
教育年数	0.091*	-0.151***	0.194***
有職ダミー	-0.053	-0.004	-0.034
世帯年収（百万）	0.115**	0.087*	0.006
決定係数	0.095	0.038	0.075

注記：N=755。\*\*\*有意確率.001未満、\*\*.01、\*.05、†.10。値は標準化係数。

統制変数の効果をみると、年齢があがるほど、生鮮系食品数が増え、調理系食品数が減り、その結果食生活が外部化していなかった。同様に、親と同居する人ほど外部化していなかった。子どもと同居する人ほど、外部化する傾向があった。結婚は、生鮮系食品を常備することだけ促した。

なお、これらの結果は、教育年数を短大卒以上ダミーに代えても、有職ダミーをホワイトカ

ラー職ダミーや職業威信スコアにしても、世帯収入を600万円以上ダミーや1200万円以上ダミーにしても成立した。また、生鮮系食品と調理系食品のどれも常備していない9人を除いて分析しても、同じ結果となった。

したがって、「社会階層が高い人ほど、食生活が外部化されていないだろう」という仮説は、支持されたといえるだろう。ただし、教育、職業、収入の作用の仕方は、作用しない場合もふくめ多様であった。教育は生鮮系食品数を増やし調理系食品数を減らすことで、外部化を妨げた。有職であることは、生鮮系食品数、調理系食品数、非外部化スコアのどれにも影響しなかった。世帯収入は生鮮系食品数と調理系食品数のどちらも増やすため、非外部化スコアでは相殺されて効果がなかった。

## IV. おわりに

### 1. 要約

この論文では、食生活の外部化に社会階層がどう関わっているのかをとおして、ライフスタイルにおける社会的格差を検討した。データとして2009年社会階層とライフスタイルについての西東京市民調査をもちいて、生鮮系食品4個と調理系食品4個をどれくらい家庭に常備しているかを調べた。

回帰分析の結果、教育が高い人ほど、生鮮系食品をたくさん常備し、調理系食品をもたず、そのため食生活が外部化していなかった。有職かどうかは、外部化にとくに影響しなかった。世帯収入は生鮮系食品と調理系食品のどちらの常備も促したため、外部化を促進も抑制もしなかった。

先行研究と比較すると、年齢と結婚によって食生活が外部化さないことは、『平成21年度食料・農業・農村白書』の指摘と一致した。高階層の人ほど野菜や海藻に親しんでいることは、小林(2010)と一致する。

### 2. 考察

以上から、食生活の外部化はけっして一様ではなく、社会階層による濃淡があることがわかった。野菜、果物、乾燥ワカメなどの生鮮系食品は、惣菜などの調理済み食品とくらべて、かならずしも高価なわけではない。そのため、食生活の外部化に経済階層は影響しにくいかもしれない。実際、分析結果からも世帯収入の効果はなかった。

ただ、生鮮系食品はそのままでは食べにくいいため、手間が余計にかかる。おそらくその結果、かりに手間というコストがかかったとしても「食生活はこうあるべき」という規範的な意識をもつ人が、あえて生の野菜や果物を常備するのだろう。人びとは、損得勘定だけではなく、理想や理念や価値観によって突き動かされることがある(小林 2002)。あるいは、健康や美容増進をめざす人が、そのための手段として低カロリーや低脂肪食を心がけ、その結果生鮮系食品をよく使用しているのかもしれない。

教育がつよく影響したのは、教育が高い人ほどそうした意識が高いために推測できる。その結果、教育をとおして、いわば「味覚の再生産」「舌の再生産」がおこっているかもしれない。そうだとすれば、ライフスタイルにおける社会的格差が、教育を媒介として再生産される可能性を示唆しているだろう。

なお、今回の調査では対象者を女性に限定していた。そこで、2010年度に、同じ年齢の男性

を対象とした調査を実施した（2010年社会階層とライフスタイルについての西東京市民調査、科学研究費補助金プロジェクト「非正規雇用労働をめぐる社会的格差の調査研究：若年世代のキャリア形成に着目して」、研究代表小林盾）。多くの調査内容が共通しているので、今後は男女比較をおこなうことでより立体的に人びとのライフスタイルを解明することをめざす。

## 参考文献

### <日本語文献>

- 相澤真一 2010年 「報告 社会的不平等プロジェクト 2009暮らしについての西東京市市民アンケート結果速報」、『CAPS Newsletter』第106号、8-9頁。
- NHK放送文化研究所世論調査部編 2008年 『日本人の好きなもの データで読む嗜好と価値観』、東京：日本放送出版協会。
- 片岡栄美 2000年 「文化的寛容性と象徴的境界 現代の文化資本と階層再生産」、今田高俊編『社会階層のポストモダン』、東京：東京大学出版会。
- 小林盾 2002年 「社会規範の数理社会学に向けて」、『理論と方法』第17巻第2号、183-194頁。
- \_\_\_\_\_ . 2010年 「社会階層と食生活 健康への影響の分析」、『理論と方法』第25巻第1号、81-93頁。
- \_\_\_\_\_ . 2011年 「食生活の評価の構造 食料威信スコアと飲料威信スコアの測定をとおして」、『成蹊大学文学部紀要』第46巻、125-136頁。
- \_\_\_\_\_ . 2012年 「食べ物に貴賤はあるか 社会規範と社会調査」、数土直紀・米村千代編『社会学を問う』、東京：勁草書房（印刷中）。
- 佐藤裕子・山根真理 2008年 「『食』と社会階層に関する研究 高校生に対する『食生活と家族関係』についての調査から」、『愛知教育大学家政教育講座研究紀要』第38巻、83-98頁。
- 盛山和夫 2004年 『社会調査法入門』、東京：有斐閣。
- 中井美樹 2011年 「消費からみるライフスタイル格差の諸相」、佐藤嘉倫・尾嶋史章編『現代の階層社会1 格差と多様性』、東京：東京大学出版会。
- 農林水産省 2009年 『平成21年度食料・農業・農村白書』。
- 橋本健二 2008年 『居酒屋ほろ酔い考現学』、東京：毎日新聞社。
- 宮島喬・藤田英典編 1991年 『文化と社会 差異化・構造化・再生産』、東京：有信堂高文社。

### <外国語文献>

- Bourdieu, P. 1979 *La Distinction: Critique Social du Jugement*. Minuit. = 1990 『ディスタクシオン 社会的判断力批判』I・II（石井洋二郎訳）東京：藤原書店。
- Mennell, S., A. Murcott, and A. H. Van Otterloo. 1993 *The Sociology of Food: Eating, Diet and Culture*. Sage.