

〈研究ノート〉

## 若い世代における食品ロスに関する知識・意識と行動

Knowledge Awareness, and Behavior on Food Loss among Younger Generations

中村 清美<sup>1</sup>, 有田 晴菜<sup>2</sup>, 合田 あかり<sup>3</sup>, 前平 衣織<sup>4</sup>

### 要旨

【目的】食品ロス削減の対策を推進するための基礎資料を得るため、若い世代の食品ロスに関する知識・意識や行動について調べ、結果を検討することとした。【方法】千里金蘭大学生活科学部食物栄養学科・児童教育学科、看護学部看護学科の2・3年生394名を対象に質問紙調査を行い、回答の得られた358名（回収率90.9%）のうち回答が有効で欠損値のない333名を解析対象とした。各項目の所属学科間の違いの分析は $\chi^2$ 検定、所属学科による廃棄食品の差の解析には母比率の差の検定を用いて有意水準は両側5%とした。【結果】食品ロスについて言葉も内容も知っている者は82.0%で、食物栄養学科90.9%、食物栄養学科以外73.2%で食物栄養学科が多かった（ $P<0.001$ ）。家庭で食べ残した料理を捨てることが「よくある」2.4%、「時々ある」33.9%、外食で食べ残しをすることが「よくある」1.5%、「時々ある」15.3%で、いずれも学科間に差はなかった。【考察】食物栄養学科の学生はそれ以外の学生よりも食品ロスについての知識を有する者が多く、SDGsの認知度や食品ロス問題の解決について情報を知りたいという意識が高かった。家庭や外食での食べ残しについては所属学科による違いはみられず、食べる段階と調理段階で廃棄行動が異なることが示唆された。

キーワード：食品ロス，管理栄養士課程学生，意識と行動

food loss, Registered Dietitian Course Student, consciousness and action

### 1. 緒言

現在、世界では食糧生産量の約1/3にあたる13億トンが毎年廃棄されている。生産に使われた土地や水、労力、資材が無駄になるだけでなく、処理に伴って発生する温室効果ガスは干ばつなど自然災害の一因となり、農業に打撃を与えるという悪循環を招く。食品廃棄に伴う経済的損失（魚介類を除く）は、7500億米ドル（約84兆円）に達すると試算されており、日本の国家予算（100兆円弱）の8割を超える。世界人口は増加しており、このまま食品廃棄が続けば栄養不足で苦しむ人々はますます増加し、飢餓は途上国から先進国へと広がりがねない（1 国際連合食料農業機関2011）。

一方、日本では令和2年度に約522万トン食料廃棄しており、国民1人当たり換算すると1日約113g、茶碗1杯分の食料を捨てていることにな

る。日本での食品ロスの原因は大きく分けて2つあり、スーパーマーケットやコンビニエンスストアなど小売店での売れ残りや返品、飲食店での食べ残し、売り物にならない規格外品といった事業系食品ロスが約328万トン、もう1つは家庭における料理の作り過ぎによる食べ残しや、買ったのに使わずに捨ててしまうもの、調理の際の過剰除去などの家庭系食品ロス（284万トン）である。生産、製造、販売の各段階および家庭での消費場面において食品ロスは発生し、食品関連事業者や消費者の負担、環境負荷、廃棄物の処理費用の増大等様々な問題の要因になる。食品ロス削減に取り組むことによりSDGsのターゲットの一つ「2030年までに小売・消費レベルにおける世界全体の1人当たりの食料の廃棄を半減させ、収穫後損失などの生産・サプライチェーンにおける食料の損失を減少させる」という目標（ターゲット12.3）の達成に寄与す

1 Kiyomi NAKAMURA 千里金蘭大学 生活科学部 食物栄養学科

受理日：2022年9月2日

2 Haruna ARITA 2022年度卒業生

3 Akari GOUDA 2022年度卒業生

4 Iori MAEHIRA 2022年度卒業生

ると考えられ、国は事業系食品ロス・家庭系食品ロスどちらも2030年度までに2000年度比で半減すると目標を立てている。目標達成には一人ひとりが身近なところから食品ロスを削減するという意識を持ち、行動することが不可欠である(2 農林水産省2022)。

食品ロスに対する取り組みとして、国では未利用食品の販売を促進するビジネスの活用推進やフードバンクへの情報提供を行っている(3 農林水産省2020)。また自治体の取り組み例としては、大阪府において、飲食店の取組を協力・支援し、広く食品ロス削減の啓発を進めることを目的とする「おおさか食品ロス削減パートナーシップ制度」の推進や、安全で透明性・信頼性の高いフードバンク活動を支援・促進するための「フードバンクガイドライン」の作成、ガイドラインを活用した未利用食品を提供する事業者の参入促進や有効活用の取組の推進などを行っている(4 大阪府食品ロス削減推進計画2021)。企業での取り組み例としては、消費者庁とクックパッドが連携し、独自のアカウントで野菜の皮や残ったおかずを食べるためのレシピ公開や、『賞味期限』の愛称・通称コンテスト』『私の食品ロス削減スローガン&フォトコンテスト』を行うなど、食品ロス削減を啓発している(5 クックパッド消費者庁の公式キッチン)。高校・大学の取り組み例としては、京都大学では「捨てていた部分の価値」や活用方法に気づいてほしいを発信するため食材を各部位に「バラバラ」に分解し、野菜の皮や種など普段捨てられてしまいがちな部分の価値や、それらを捨てずに活用する方法をとことん追求する「食のバラバラボ」という取組を実施している(6 消費者庁)。また、仙台白百合学園高等学校では食品ロスの半分は家庭から出ることを学び、家庭での食品ロスを減らす根本解決として、食品ロスを取り巻く現状を含む食品ロス削減レシピ集を作成している(7 消費者庁)。このように食品ロスという問題をより身近に感じ、一人ひとりが食品ロス削減を行っていく必要がある。

大阪府食品ロス削減推進計画では、大学(大阪府内栄養士養成課程の大学等)との連携により、食品ロス削減をテーマに研究を進め、給食施設や家庭向け等、幅広い取組を推進することを明記している。具体的には、管理栄養士養成課程を持つ大学と大阪府で連携・協働し食品ロス対策学生プロジェクト(以下、学生プロジェクトと略

す。)を進めており、本学も参加している。まずは推進活動を担う管理栄養士養成課程の学生の食品ロスに関する意識や行動を調査した(8 西村節子2022)が、一般の学生や成人への拡大を課題としていた。

そこで本研究では、食品ロス削減の対策を推進するための基礎資料を得ることを目的に、若い世代の食品ロスに関する知識・意識や行動を調べ、学生プロジェクトにおいて実施した先行研究の課題であった管理栄養士養成課程以外の学生も含めた結果を検討した。

## 2. 方法

### (1) 調査対象

千里金蘭大学の学生394名(食物栄養学科188名、児童教育学科111名、看護学科95名)を対象とした。調査は2020年10月、2021年6月に実施した。本調査の目的、内容、結果の取り扱い、倫理上の配慮などの説明文書を配布した上で、アンケート提出をもって同意を得たものとした。回答の得られた358名(回収率90.9%)のうち回答が有効で欠損値のない333名を解析対象とした。

### (2) 質問項目

学生プロジェクトで使用した質問紙を用いた。回答は自記式で質問項目の概要は以下のとおりである。

#### ① 属性

性別、所属学科等、学年、居住形態、料理をする頻度を把握した。所属学科等については、「栄養士・管理栄養士養成課程」「それ以外」の2項目、学年は「1年」「2年」「3年」「4年」「その他」の5項目、居住形態は「一人暮らし」「家族・親族と同居」「友人と同居」「その他」の5項目とし、「その他」については記述式とした。料理をする頻度は、「ほとんど毎日」「週4~5回」「週2~3回」「週2回未満」の4項目とした。

#### ② SDGsについて

SDGsのマーク認知やSDGs(エスディーゼーズ)という言葉についての知識

- ・見たことがあるか:「ある」「ない」
- ・言葉を知っているか:「言葉も内容も知っている」「言葉は聞いたことはあるが、内容は知らない」「言葉も内容も知らない・初めて聞いた」。

③ 食品ロスについて

・「食品ロス」という言葉についての知識：「言葉も内容も知っている」「言葉は聞いたことはあるが、内容は知らない」「言葉も内容も知らない・初めて聞いた」

・世界の約8億2100万人（9人に1人）が十分な食料を得ることができなかった（2018年国連報告）  
事実の認知：「知っていた」「知らなかった」

・この事実に対する意識：「問題だと思う」「問題ないと思う」「わからない」

④ 消費期限、賞味期限について

期限表示の説明を記載し、それを読んで回答とした。

・「消費期限」と「賞味消費」の違いに関する知識：「違いを知っている」「違うのは知っていたが、どう違うのかは知らなかった」「どう違うかは知らなかった」

・食品を購入する際の期限表示を考慮する程度：「少しでも期限までの期間が長いものを買う」「食べる日時を考えて買う」「食品の種類によっては期限までの長いものを買う」「期限は気にしない」「その他（自由記載欄）」

⑤ 家庭における食品ロスについて

・家庭において、全く、又は一部にしか手をつけずに食品をそのまま捨てる頻度：「よくある」「時々ある」「ほとんどない」「全くない」

・「よくある」「時々ある」と答えた者に対して、次の食品リストから選択（複数回答）：「ご飯類」「パン類」「麺類」「肉類」「魚介類」「卵」「大豆・大豆製品」「野菜類」「果実類」「牛乳・乳製品」「惣菜・弁当類」「菓子類」「レトルト食品」「即席めん類」「冷凍食品」「缶詰」「調味料」

・「よくある」「時々ある」と答えた者に対して食品をそのまま捨ててしまう理由（複数回答）：「買いすぎ」「購入したことを忘れてしまっていたため」「鮮度が落ちて食品が傷んだ」「味が好みでない」「消費期限・賞味期限切れ」「食品の安全性に不安を感じたため」「その他（自由記載欄）」

・食べ残した料理を捨てる頻度：「よくある」「時々ある」「ほとんどない」「全くない」

・「よくある」「時々ある」と答えた者に対して食べ残した料理を捨ててしまう理由（複数回答）：「作りすぎ」「保存したのを忘れていた」「味が好みでなかった」「鮮度が落ちて料理が傷んだ」「その他（自由記載欄）」

⑥ 外食における食品ロスについて

・外食の際に食べ残しをする頻度：「よくある」「時々ある」「ほとんどない」「全くない」

・「よくある」「時々ある」と答えた者に対しては、外食の際に食べ残しをする理由（複数回答）：「量が多かった」「食べる時間がなかった」「味が好みでなかった」「ダイエットのため」「その他（自由記載欄）」

⑦ 食べ残しをすることについての意識：「良くない」「仕方がない」「問題がない」

⑧ 食品ロス削減のための今後の取組みの意思（複数回答）：「買い過ぎ・作り過ぎない」「日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する」「残さず食べる」「冷凍保存を活用する」「少量パック商品等食べきれぬ量を購入する」「『賞味期限』をすぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」「飲食店等で注文しすぎない」「残った料理を別の料理に作り替える」「フードシェアを利用する」「その他（自由記載欄）」

⑨ 外食の際の食べ残しを減らすために店側に望むこと：「小盛りメニューの設定」「量の調節を可能にする」「持ち帰りを可能にする」「店員から食べきりの声掛けをする」「食べきった客にポイントなどの特典を与える」「その他（自由記載欄）」

⑩ 食品ロスの問題や解決のための情報を知りたいと思うか：「知りたい」「知りたいとは思わない」

⑪ 食品ロスの問題や解決のための情報の入手方法：「インターネット」「リーフレット」「ポスターやチラシ」「啓発イベント」「セミナーや講演会」「家族や友人からのクチコミ」「特に入手したくない」「その他（自由記載欄）」

⑫ 食品ロス削減対策のフードシェアリングのアプリ等への興味：「使ったことがある」「興味はあるが使ったことがない」「知っているが興味がない」「知らない・聞いたことがない」「その他（自由記載欄）」

(3) 統計解析

各項目の所属学科間の差、料理をする頻度と所属学科との関連については $\chi^2$ 検定を用いた。所属学科による廃棄食品の差の解析には母比率の差の検定を用いた。分析ソフトはSPSS Statistics26 for Windows (IBM社) を用い、有意水準は両側5%とした。

(4) 倫理的配慮

対象者に対し、アンケートへの回答は任意であり、協力しなくても不利益とならないことを書面と口頭にて説明し、同意を得た者を対象とした。調査内容や個人情報の取り扱いについては、千里金蘭大学研究倫理審査委員会の審査を受け、承認を得た(承認番号K21-003)。

3. 結果

(1) 対象者の属性

解析対象者の属性を表1に示す。性別は全員女性で、所属学科は「食物栄養学科」49.5%、「児童教育学科」25.2%、「看護学科」25.2%、学年は「2年」50.5%、「3年」49.5%、居住形態は「一人暮らし」7.8%、「家族親族と同居」92.2%、料理頻度は「ほとんど毎日」7.8%、「週4~5回」2.7%、「週2~3回」15.3%、「週2回未満」74.2%であった。

(2) 食品ロスに関する知識・意識と行動(所属学科別)

食品ロスに関する知識・意識と行動について所属学科別の結果を表2に示す。食品ロスについて言葉も内容も知っている者は82.0%で、食物栄養学科90.9%、食物栄養学科以外(以後、それ以外とす

る。)73.2%で食物栄養学科が多かった(P<0.001)。SDGsについて言葉も内容も知っている者は64.3%で所属学科間に差はなかった。

期限表示については、「消費期限」「賞味期限」の違いを知っている者は92.2%で所属学科間に差はなかった。食品を購入する際に期限表示をどの程度考慮するかについて少しでも期限までの期間が長いものを買う者は52.3%で、食物栄養学科48.5%、それ以外56.0%と有意ではないがそれ以外がやや多い傾向であった。

食品廃棄や食べ残しの頻度については、家庭において全く又は一部しか手をつけずにそのまま捨てることが「よくある」1.5%、「時々ある」34.5%、家庭で食べ残した料理を捨てることが「よくある」2.4%、「時々ある」33.9%、外食で食べ残しをすることが「よくある」1.5%、「時々ある」15.3%で、いずれも学科間に差はなかった。

外食での食べ残しについてどう思うかは「良くない」86.2%、「仕方がない」13.8%で「問題がない」と思う者はおらず、学科間に差はなかった。

食品ロスの問題や解決のための情報を知りたいと思う者は76.3%で、食物栄養学科84.2%、それ以外68.5%で食物栄養学科が多かった(P<0.001)。

家庭において全く、又は、一部にしか手をつけ

表1 対象者の属性

性別	合計	男性	女性		
合計	333 (100.0)	0	333 (100.0)		
食物栄養学科	165 (100.0)	0	165 (100.0)		
児童教育学科	84 (100.0)	0	84 (100.0)		
看護学科	84 (100.0)	0	84 (100.0)		
所属学科	合計	食物栄養学科	児童教育学科	看護学科	
合計	333 (100.0)	165 (49.5)	84 (25.2)	84 (25.2)	
学年	合計	1年	2年	3年	4年
合計	333 (100.0)	0	168 (50.5)	165 (49.5)	0
食物栄養学科	165 (100.0)	0	41 (24.8)	124 (75.2)	0
児童教育学科	84 (100.0)	0	43 (51.2)	41 (48.8)	0
看護学科	84 (100.0)	0	84 (100.0)	0	0
住居形態	合計	一人暮らし	家族・親族と同居	友人と同居	その他
合計	333 (100.0)	26 (7.8)	307 (92.2)	0	0
食物栄養学科	165 (100.0)	11 (6.7)	154 (93.3)	0	0
児童教育学科	84 (100.0)	8 (9.5)	76 (90.5)	0	0
看護学科	84 (100.0)	7 (8.3)	77 (91.7)	0	0
料理頻度	合計	ほとんど毎日	週4~5回	週2~3回	週2回未満
合計	333 (100.0)	26 (7.8)	9 (2.7)	51 (15.3)	247 (74.2)
食物栄養学科	165 (100.0)	12 (7.3)	6 (3.6)	35 (21.2)	112 (67.9)
児童教育学科	84 (100.0)	6 (7.1)	2 (2.4)	8 (9.5)	68 (81.0)
看護学科	84 (100.0)	8 (9.5)	1 (1.2)	8 (9.5)	67 (79.8)

人数 (%)

## 若い世代における食品ロスに関する知識・意識と行動

表2 食品ロスに関する知識・意識と行動

	合計 (n=333)	所属学科		p値
		食物栄養学科 (n=165)	食物栄養学科 以外 (n=168)	
SDGsのマーク認知				
ある	299 (89.8)	155 (93.9)	144 (85.7)	P<0.05
ない	34 (10.2)	10 (16.8)	24 (14.3)	
SDGs (エスディージーズ) という言葉についての知識				
言葉も内容も知っている	214 (64.3)	107 (64.8)	107 (63.7)	n.s.
言葉は聞いたことはあるが、内容は知らない	102 (30.6)	54 (32.7)	48 (28.6)	
言葉も内容も知らない・初めて聞いた	17 (5.1)	4 (8.4)	13 (7.7)	
食品ロスという言葉についての知識				
言葉も内容も知っている	273 (82.0)	150 (90.9)	123 (73.2)	P<0.001
言葉は聞いたことはあるが、内容は知らない	54 (16.2)	15 (9.1)	39 (23.2)	
言葉も内容も知らない・初めて聞いた	6 (1.8)	0 (0.0)	6 (3.6)	
世界の約8億2100万人が飢えに苦しんでいるという事実の認知				
知っていた	53 (15.9)	30 (18.2)	23 (13.7)	n.s.
知らなかった	280 (84.1)	135 (81.8)	145 (86.3)	
この事実に対する意識				
問題だと思う	285 (85.6)	140 (84.8)	145 (86.3)	n.s.
問題ないと思う	34 (10.2)	18 (10.9)	16 (9.5)	
わからない	14 (4.2)	7 (4.2)	7 (4.2)	
「消費期限」と「賞味期限」の違いに関する知識				
違いを知っていた	307 (92.2)	155 (93.9)	152 (90.5)	n.s.
違うのは知っていたが、どう違うかは知らなかった	26 (7.8)	10 (6.1)	16 (9.5)	
違いがあるのを知らなかった	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
食品を購入する際の期限表示を考慮する程度				
少しでも期限までの期間が長いものを買う	174 (52.3)	80 (48.5)	94 (56.0)	n.s.
食べる日時を考えて買う	85 (25.5)	45 (27.3)	40 (23.8)	
食品の種類によっては期限までの期間が長いものを買う	58 (17.4)	32 (19.4)	26 (15.5)	
期限は気にしない	15 (4.5)	7 (4.2)	8 (4.8)	
その他	1 (0.3)	1 (0.6)	0 (0.0)	
家庭において、全く、又は一部にしか手をつけずに食品をそのまま捨てる頻度				
よくある	5 (1.5)	4 (2.4)	1 (0.6)	n.s.
時々ある	115 (34.5)	65 (39.4)	50 (29.8)	
ほとんどない	166 (49.8)	72 (43.6)	94 (56.0)	
全くない	47 (14.1)	24 (14.5)	23 (13.7)	
家庭において食べ残した料理を捨てる頻度				
よくある	8 (2.4)	6 (3.6)	2 (1.2)	n.s.
時々ある	113 (33.9)	57 (34.5)	56 (33.3)	
ほとんどない	160 (48.0)	76 (46.1)	84 (50.0)	
全くない	52 (15.6)	26 (15.8)	26 (15.5)	
外食の際に食べ残しをする頻度				
よくある	5 (1.5)	4 (2.4)	1 (0.6)	n.s.
時々ある	51 (15.3)	27 (16.4)	24 (14.3)	
ほとんどない	171 (51.4)	84 (50.9)	87 (51.8)	
全くない	106 (31.8)	50 (30.3)	56 (33.3)	
食べ残しをすることについての意識				
良くない	287 (86.2)	141 (85.5)	146 (86.9)	n.s.
仕方がない	46 (13.8)	24 (14.5)	22 (13.1)	
問題がない	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	
食品ロスの問題や解決のための情報について知りたいと思うか				
知りたい	254 (76.3)	139 (84.2)	115 (68.5)	P<0.001
特に知りたいとは思わない	79 (23.7)	26 (15.8)	53 (31.5)	
食品ロス削減対策のためのフードシェアリングのアプリ等に興味があるか				
使ったことがある	3 (0.9)	2 (1.2)	1 (0.6)	n.s.
興味はあるが使ったことがない	49 (14.7)	25 (15.2)	24 (14.3)	
知っているが興味がない	16 (4.8)	7(4.2)	9 (5.4)	
知らない・聞いたことがない	265 (79.6)	131 (79.4)	134 (79.8)	

数値はn (%)

p値は $\chi^2$ 検定による

ずに食品をそのまま捨てる行動について、所属学科ごとに料理頻度を「週2回以上」「週2回未満」の2群に分けて見た結果を表3に示す。食物栄養学科では捨てることが「よくある・時々ある」が料理頻度週2回以上の者49.1%、週2回未満の者38.4%で有意差はなく、それ以外では同順51.5%、25.2%で料理頻度が多い者で食品を捨てる者が多かった (P<0.01)。

(3) 家庭においてそのまま捨ててしまった食品と捨てる理由 (所属学科別)

家庭においてそのまま捨ててしまった食品を表4に示す。よく捨てている食品は「野菜類」40.8%、「パン類」「牛乳乳製品」30.8%で、野菜類は食物栄養学科52.2%、それ以外25.5%と食物栄養学科が多かった (P<0.05)。よく捨てる食品の上位3種を料理頻度別で見ると、週2回以上料理をする者で野

菜類を捨てる者が多かった (P<0.05) (表5)。

捨てる理由を表6に示す。「消費期限・賞味期限切れ」が65.8%で、食物栄養学科65.2%、それ以外66.7%で、いずれも最も多い理由であった。「鮮度が落ちて食品が傷んだ」が食物栄養学科56.5%、それ以外29.4%と開きがあった。

(3) 食べ残しの理由 (所属学科別)

食べ残した料理を捨てる主な理由を表7に示す。「鮮度が落ちて料理が傷んだ」が48.8%で最も多く、「作りすぎ」が43.0%と続く。所属学科別に最も多い理由は食物栄養学科が「作りすぎ」49.2%、それ以外は「鮮度が落ちて料理が傷んだ」51.7%であった。外食を食べ残す主な理由を表8に示す。「量が多かった」が96.4%で最も多く、所属学科別に見ても同じ傾向であった。家庭や外食での食べ残しの理由で所属学科間の差はなかった。

表3 家庭において、全く、又は一部にしか手を付けずに食品をそのまま捨てる頻度 (料理頻度別)

	合計 (n=333)	料理頻度		p値
		週2回以上 (n=86)	週2回未満 (n=247)	
食物栄養学科				
よくある・時々ある	69 (41.8)	26 (49.1)	43 (38.4)	n.s.
ほとんどない・全くない	96 (58.2)	27 (50.9)	69 (61.6)	
食物栄養学科以外				
よくある・時々ある	51 (30.4)	17 (51.5)	34 (25.2)	P<0.01
ほとんどない・全くない	117 (69.6)	16 (48.5)	101 (74.8)	

数値は n (%) p 値は  $\chi^2$  検定による

表4 家庭においてそのまま捨ててしまった食品 (複数回答)

	合計 (n=120)	料理頻度		p値
		食物栄養学科 (n=69)	食物栄養学科以外 (n=51)	
ご飯類	15 (12.5)	8 (11.6)	7 (13.7)	n.s.
パン類	37 (30.8)	19 (27.5)	18 (35.3)	n.s.
麺類	5 (4.2)	3 (4.3)	2 (3.9)	n.s.
肉類	11 (9.2)	10 (14.5)	1 (2.0)	p<0.05
魚介類	9 (7.5)	8 (11.6)	1 (2.0)	n.s.
卵	2 (1.7)	1 (1.4)	1 (2.0)	n.s.
大豆・大豆製品	12 (10.0)	5 (7.2)	7 (5.1)	n.s.
野菜類	49 (40.8)	36 (52.2)	13 (25.5)	p<0.01
果物類	25 (20.8)	16 (23.2)	9 (17.6)	n.s.
牛乳・乳製品	37 (30.8)	20 (29.0)	17 (33.3)	n.s.
惣菜・弁当類	13 (10.8)	8 (11.6)	5 (9.8)	n.s.
菓子類	21 (17.5)	9 (13.0)	12 (23.5)	n.s.
レトルト食品	4 (3.3)	1 (1.4)	3 (5.9)	n.s.
即席めん類	2 (1.7)	0 (0.0)	2 (3.9)	n.s.
冷凍食品	7 (5.8)	3 (4.3)	4 (7.8)	n.s.
缶詰	10 (8.3)	7 (10.1)	3 (5.9)	n.s.
調味料	25 (20.8)	16 (23.2)	9 (17.6)	n.s.

数値は n (%) p 値は母比率の差の検定による

表5 家庭においてそのまま捨ててしまった食品 上位3種 (複数回答) (料理頻度別)

	合計 (n=120)	料理頻度		p値
		週2回以上 (n=43)	週2回未満 (n=77)	
パン類	37 (30.8)	9 (20.9)	28 (36.4)	n.s.
野菜類	49 (40.8)	25 (58.1)	24 (31.2)	P<0.05
牛乳・乳製品	37 (30.8)	16 (37.2)	21 (27.3)	n.s.

数値はn (%) p値は母比率の差の検定による

表6 食品をそのまま捨ててしまう主な理由 (複数回答)

	合計 (n=120)	料理頻度		p値
		食物栄養学科 (n=69)	食物栄養学科以外 (n=51)	
買いすぎ	11 (9.2)	9 (13.0)	2 (3.9)	P<0.01
購入したことを忘れてしまっていたため	36 (30.0)	21 (30.4)	15 (29.4)	
鮮度が落ちて食品が傷んだ	54 (45.0)	39 (56.5)	15 (29.4)	
味が好みでない	10 (8.3)	7 (10.1)	3 (5.9)	
消費期限・賞味期限切れ	79 (65.8)	45 (65.2)	34 (66.7)	
食品の安全性に不安を感じたため	19 (15.8)	11 (15.9)	8 (15.7)	

数値はn (%) p値は母比率の差の検定による

表7 食べ残した料理を捨ててしまう主な理由 (複数回答)

	合計 (n=121)	料理頻度		p値
		食物栄養学科 (n=63)	食物栄養学科以外 (n=58)	
作りすぎ	52 (43.0)	31 (49.2)	21 (36.2)	n.s.
保存したのを忘れていた	32 (26.4)	18 (28.6)	14 (24.1)	n.s.
味が好みでなかった	24 (19.8)	9 (14.3)	15 (25.9)	n.s.
鮮度が落ちて料理が傷んだ	59 (48.8)	29 (46.0)	30 (51.7)	n.s.

数値はn (%) p値は母比率の差の検定による

表8 外食の際に食べ残しをする主な理由 (複数回答)

	合計 (n=56)	料理頻度		p値
		食物栄養学科 (n=63)	食物栄養学科以外 (n=58)	
量が多かった	54 (96.4)	30 (96.8)	24 (96.0)	n.s.
食べる時間がなかった	3 (5.4)	0 (0.0)	3 (12.0)	n.s.
味が好みでなかった	12 (21.4)	5 (16.1)	7 (28.0)	n.s.
ダイエットのため	1 (1.8)	0 (0.0)	1 (4.0)	n.s.

数値はn (%) p値は母比率の差の検定による

## (4) 今後の取組みで望むこと

食品を無駄にしないために今後取組もうと思うことを表9に示す。「買い過ぎ・作りすぎない」78.1%が最も多く、「残さず食べる」68.1%、「日ごろから冷蔵庫等の食材の種類・寮・期限表示を確認する」56.8%と続く。

外食の食べ残しを減らすために店側に望むことを表10に示す。「持ち帰りを可能にする」70.9%が最も多く、「量の調節を可能にする」53.2%、「小盛りメニューの設定」44.7%と続く。

食品ロスに関する情報の入手先の希望を表11に示す。「インターネット」75.4%が最も多く、「ポスターやチラシ」20.7%と続くがインターネット以外の方法を望む者は少なかった。

## 4. 考察

本研究では食品ロス削減の対策を推進するための基礎資料を得ることを目的に、若い世代の食品ロスに関する知識・意識や行動を調べ、先行研究

表9 食品を無駄にしない(食品ロス削減)のために、今後取り組もうと思うこと(複数回答)

買い過ぎ・作り過ぎない	260 (78.1)
日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する	189 (56.8)
残さず食べる	220 (68.1)
冷凍保存を活用する	127 (38.1)
少量パック商品等食べきれぬ量を購入する	70 (21.0)
「賞味期限」をすぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する	85 (25.5)
飲食店等で注文しすぎない	114 (34.2)
残った料理を別の料理に作り替える	69 (20.7)
フードシェアを利用する	18 (5.4)

数値はn (%)

表10 外食の際の食べ残しを減らすために店側に望むこと(複数回答)

小盛りメニューの設定	149 (44.7)
量の調節を可能にする	177 (53.2)
持ち帰りを可能にする	236 (70.9)
店員から食べきりの声掛けをする	20 (6.0)
食べきった客にポイントなどの特典を与える	41 (12.3)

数値はn (%)

表11 食品ロスに関する情報の入手先の希望(複数回答)

インターネット	251 (75.4)
リーフレット	49 (14.7)
ポスターやチラシ	90 (20.7)
啓発イベント	12 (3.6)
セミナーや講演会	28 (8.4)
家族や友人からのクチコミ	21 (6.3)
特に入手したくない	23 (6.9)

数値はn (%)

で課題としていた管理栄養士課程以外の学生も含めた結果を検討した。

(1) 属性および食品ロスに関する知識・意識と行動  
食物栄養学科の学生はそれ以外の学生よりも食品ロスについての知識を有する者が多く、SDGsの認知度や食品ロス問題の解決について情報を知りたいという意識が高かった。しかしその一方で、家庭において全くあるいは一部しか手をつけずに食品をそのまま捨てる、あるいは食べ残した料理を捨てる行動は食物栄養学科の学生が高い傾向だった。これは授業で調理実習の機会が多いからではないかと考える。嚙下困難など食べる側の状態に合わせた調理や、安全な提供が求められる集団給食実習などでは食品の過剰除去は避けられず(9 北村暁子 2020)、実習中に食品廃棄する場面は一般家庭での調理とは異なる。食品をそのまま捨てる理由で「鮮度が落ちて食品が傷んだ」も食物栄養学科が多かったことも総合すると、調理実習での経験が影響していることが考えられる。

また、それが「もったいない」という意識を高めることに影響していることも考えられるが、本研究では調理実習での廃棄行動に対する意識を調査していないため不明である。

期限表示の知識はどちらの学科も大半の学生が消費期限と賞味期限の違いを知っていたが、食品購入の際に少しでも期限までの期間が長いものを買う行動は、それ以外の学生でやや高い傾向だった。野々村は表示期限の知識に関する有無は安全性とおいしさの本質的な違いを理解できておらず、どちらも食べられる限界の日時の目安にするものと捉えていると指摘しており(10 野々村真希 2013)、食品学を学ぶ食物栄養学科の学生のほうが期限表示に頼らなくても安全の判断ができると考えられる。

(2) 家庭における食品廃棄行動

家庭においてそのまま捨ててしまった食品はパン類、野菜類、牛乳・乳製品が多く、先行研究と一致した(8 西村節子2022)。野菜類は鮮度が

落ちたことが見た目に現れやすく、食品をそのまま捨てる理由で半数近くが「鮮度が落ちて食品が傷んだ」としていることを併せ考えると、見た目では食べられないと判断して捨てていると考えられる。料理頻度が少ない学生よりも多い学生のほうが野菜を捨てている結果からも、野菜に触れる機会の違いが判断に影響していると考えられる。一方、パン類と牛乳・乳製品は賞味期限・消費期限が記載されており、捨てる理由として最も多かったことから期限表示の判断で捨てていると考えられる(11 野々村真希2014)。

野菜類の廃棄行動は食物栄養学科で多かったが先行研究と大きな開きはなかった(8 西村節子2022)。しかし廃棄する食品の中で群を抜いて多いことや、それ以外の学生が野菜を捨てる割合から考えると、前述した調理実習での経験が影響し、それ以外の学生よりも見た目の判断基準が厳しい傾向にあるのではと考えられる。

### (3) 食べ残した料理の廃棄行動

家庭で食べ残した料理の廃棄行動や外食での食べ残し、それらの行動理由、食べ残しについての意識は学科による違いはなく、食物栄養学科の結果が先行研究と大きな開きはなかった(8 西村節子2022)ことから、食べる段階での廃棄行動や意識は所属学科による影響はないと考えられる。

食品を無駄にせず食品ロスを発生させないために思うこととして「残さず食べる」「買い過ぎない・作り過ぎない」は7～8割だが「冷凍保存活用」「残った料理のリメイク」は2～3割と低く、調理段階での工夫までは意識が高まっていない。前述のクックパッド消費者庁公式キッチンをはじめとするSNSでの情報発信は多数あり、食品ロスに関する情報をインターネットから入手したいと4人に3人が思っていることから、意識の向上に向けた対策としてインターネットのさらなる活用が望まれる。また外食の食べ残しについては、理由としてほとんどの学生が「量が多かった」を挙げており、食べ残しを減らすために店側に望むこととして「持ち帰り可能(70.9%)」「量の調節可能(53.2%)」が多い。外食料理の持ち帰りは消費者庁が関係省庁と連携した新たな啓発資材として、外食時のおいしく「食べきり」ガイドを作成・公表している。その中で食べきれずに残した料理を「持ち帰り」できることを示した店舗ステッカーの掲示に取組む事例も紹介されている。(12 消費者庁)また大阪ヘルシー外食推進協議会では「うちのお店も健

康づくり応援団の店」を推進しており、量を調整するヘルシーオーダーなど健康増進の観点からも推進している(13 大阪ヘルシー外食推進協議会)。

## 5. 結語

本研究では食品ロス削減の対策を推進するための基礎資料を得ることを目的に、若い世代の食品ロスに関する知識・意識や行動を調べ、先行研究で課題としていた管理栄養士課程以外の学生も含めた結果を検討した。

調査の結果から、食物栄養学科の学生はそれ以外の学生よりも食品ロスについての知識を有する者が多く、SDGsの認知度や食品ロス問題の解決について情報を知りたいという意識が高かった。しかし家庭において、全く、あるいは一部しか手をつけずに食品をそのまま捨てる、あるいは食べ残した料理を捨てる行動は食物栄養学科の学生が高い傾向であり、授業で調理実習機会の多いことが影響している可能性が示唆された。

期限表示については、知識で所属学科による違いはないが活用の場面で食物栄養学科の学生が知識に頼らない五感を働かせて判断している可能性が示唆された。

家庭での食品廃棄行動では、所属学科によってよく捨てる食品の傾向が異なり、野菜で顕著だった。

家庭や外食での食べ残しについては、所属学科による違いはみられず、食べる段階と調理段階で廃棄行動が所属学科により異なることが示唆された。

今後の取組みで望むこととして多かったのが外食店での持ち帰りやインターネットでの情報入手で、若い世代への食品ロス対策を検討する上で重視すべき点であろう。

本研究の限界として、対象の偏りを挙げる。女性だけであること、それ以外の学科として児童教育学科と看護学科を研究対象としたが、他の文系学部より食を扱う教育科目が多く結果を全ての若い世代への対策として検討するには不向きである。児童教育や看護を学ぶ学生への対策を検討する際の基礎資料としていきたい。今後は、学生プロジェクトの活動として文系学部の学生や男子学生へ調査対象を拡げ、若い世代への食品ロス対策の検討を継続する。

## 6. 謝辞

本調査にご協力いただきました学生の皆様に感謝申し上げます。

## 7. 利益相反

利益相反に相当する事項はない。

## 8. 参考文献

- 1 国際連合食料農業機関 (FAO) 「食品ロスに関する11の事実」  
<https://ja.wfp.org/stories/shipinrosuniguansuru11noshishi-chixukenengnafutoshisutemutonoguanlianxingnitsuite> (2022年8月25日アクセス)
- 2 農林水産省. (2022). 食品ロス及びリサイクルを巡る情勢  
[https://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku\\_loss/attach/pdf/161227\\_4-18.pdf](https://www.maff.go.jp/j/shokusan/recycle/syoku_loss/attach/pdf/161227_4-18.pdf)  
(2022年8月25日アクセス)
- 3 農林水産省「新型コロナウイルス感染症の影響で発生する未利用食品の活用促進について」  
<https://www.maff.go.jp/j/press/shokusan/kankyoi/200430.html> (2022年8月25日アクセス)
- 4 大阪府食品ロス削減推進計画  
<https://www.pref.osaka.lg.jp/attach/34035/00387003/keikakuhonbun.pdf> (2022年8月25日アクセス)
- 5 クックパッド「消費者庁の公式キッチン」  
<https://cookpad.com/kitchen/10421939> (2022年8月25日アクセス)
- 6 消費者庁「京都大学エコーど京大の取組」  
[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/information/food\\_loss/case/assets/consumer\\_education\\_cms201\\_20210114\\_001.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/case/assets/consumer_education_cms201_20210114_001.pdf)  
(2022年8月25日アクセス)
- 7 消費者庁「家庭の意識の改善で食品ロスは減らせるか」  
[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/information/food\\_loss/case/pdf/case\\_200331\\_0001.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/case/pdf/case_200331_0001.pdf)  
(2022年8月25日アクセス)
- 8 西村節子. (2022). 管理栄養士をめざす学生の「食品ロス」に関する意識と行動. 日本食育学会誌 第16巻第2号 95-108
- 9 北村暁子. (2020). 食品ロス削減の観点より栄養士養成課程女子短期大学生の食品廃棄の現状～集団給食実習下処理時の野菜廃棄量とそれに伴う行動の考察～  
戸板女子短期大学研究年報 第63号13-18
- 10 野々村真希. (2013). 家庭で食品を廃棄する際の消費者認識に関する分析. フードシステム研究 第20巻1号, 1-13,2013
- 11 野々村真希. (2018). 家庭の食品ロス発生に大きな影響を与える消費者行動の特定—先行研究のサーベイを通して—. 廃棄物資源循環学会論文誌, Vol29,pp152-163,2018
- 12 食べ切りガイド 消費者庁  
[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/information/food\\_loss/efforts/pdf/efforts\\_190520\\_0002.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/efforts/pdf/efforts_190520_0002.pdf)
- 13 大阪ヘルシー外食推進協議会. うちのお店も健康づくり応援団の店  
<http://osaka-gaishoku.jp/>