

# ブルガリアのヨーグルト食文化をめぐる人工物発達学的調査

マリア・ヨトヴァ<sup>\*1</sup>

## 1. 目的

調査の目的は、人工物発達学の観点から食文化の変遷という問題を取り上げ、ブルガリアのヨーグルトについて、(1) 自家製ヨーグルトと市販のヨーグルトの摂取・利用目的や利便性などについてアンケート調査をおこない、さらに、(2) 伝統的に食べられるプレーンヨーグルトと、よく宣伝されているプロバイオティクスヨーグルトと、最近多様な味を楽しむようになったデザートタイプのヨーグルトという3つのうち、消費者がどのようなとき、どのようなヨーグルトを選び、どのようなヨーグルトを選ばないかについて調査をおこなうことである。それによって、現代ブルガリアにおいて消費者の摂取・利用状況が変化しているなかで、ヨーグルトの食文化がどのように変遷しているのかを明らかにする。

## 2. 人工物としてのヨーグルトの位置づけ

ブルガリアで、ヨーグルトは昔から食生活に根付いている食品であり、民族的象徴の一つとして、ブルガリアにおいて特別な社会的・経済的・政治的意味合いを持つ人工物である。一般的に美味しいと思われるヨーグルトとはブルガリア菌の働きによる香りと酸味があり、質感が濃いものである。一方、1989年以降、社会主義崩壊後の外来食文化の影響やダノンなどのグローバルな製造業者の進出によって好みが変わりつつあり、経済構造改革やグローバル化の影響によって人々のライフスタイルは激変したのである。その結果、時代の変化とともにヨーグルトを摂取する目的も多様化してきており、人々とヨーグルトとの関係は従来の意味に加えて、「健康食品」、「観光資源」、「グルメ」など新しい次元が現れてきている。

一方、グローバル化は消費者側だけではなく、ヨーグルトの製造業者側にも影響を及ぼしている。その影響の現れの一つとしては、西欧製造技術の導入によって、ヨーグルトの賞味期限が長期化されたということがある。メーカー側からすれば、それは近代の消費社会においてヨーグルトを大量生産するうえでは、必要不可欠な技術ではあるが、消費者の解釈では、賞味期限が保存剤・安定剤などの添加物の使用によって延長され、また牛乳に粉ミルクやデンプンなどの添加によって本来の自然なヨーグルトの味ができなくなった、と懐疑的な視点をもつ

ようになったのである。

このようなメーカーと消費者との間のコミュニケーション・ギャップは市販のヨーグルト価格の高騰と相まって、ポスト社会主義時代においてヨーグルトの家庭内生産が増加し、近代化以前のように、消費者とヨーグルトという人工物が密接な関係を取り戻しつつある。このように、ヨーグルトと、製造業者と、消費者との関係は、ユーザ特性や利用状況の多様性に大きく左右され、時代の変化とともに、“ヨーグルト—製造業者—消費者”という間接的な関係と“ヨーグルト—消費者”という直接的な関係が入れ替わっているのである。したがって、ヨーグルトを人工物として位置づける際に、以下のような種類があると考えられる。

① 伝統的技術に即して家庭内で生産されるヨーグルト（プレーンタイプ）

② 工業技術で大量生産されるヨーグルト（プレーンタイプ）

③ グローバルな製造業者の影響で現れたプロバイオティクスヨーグルト（機能的細菌食品として、生理的効果が高いとされるもの）

④ 外来食文化の影響で出荷され始めたデザートタイプのヨーグルト

そこで、消費者の摂取・利用状況が多様化しているなかで、人々がどのような目的で、どのようなヨーグルトを取捨選別するのか、使い分けているのかに焦点を当てることによって、現代ブルガリアにおいてヨーグルトの食文化の変遷について、人工物発達学の観点から考察をおこなう。

## 3. 方法

### 3.1 概要

本調査は、アンケート調査以外に、インフォーマントの一部に対して、個別に聞き取り調査もおこない、データ全体は膨大なものである。また、調査用紙は、質問上記(1)(2)以外の目的に関する設問も含んでいるが、本稿では(1)(2)に関する設問の単純集計結果について報告する。

今回の調査では、ブルガリアで若干層（33名）、中年層（62名）、年配層（30名）のデータを取得した。さらに日本で198名のデータを追加し、文化差の比較もおこなえることとした。ただし、データ量が多すぎるため、

\*1: 総合研究大学院大学比較文化学専攻

ここではブルガリアの中年層調査の結果だけを報告する。

### 3.2 本稿に報告する調査概要

#### 3.2.1 インフォーマント

本稿では、ライフスタイルが異なるブルガリアの首都ソフィアと、地方都市のカザンラク町の会社や公共機関などで働く中年層の従業員を報告対象とした。質問紙調査は、ソフィアのインフォーマント（男女合計 28 名、そのうち男性 9 名、女性 19 名）に関して、主に個人的人脈を通じておこなった。カザンラクのインフォーマントに関して、市役所の協力を得て、住民（男女合計 34 名、そのうち男性 7 名、女性 27 名）に対しておこなった。なお、ソフィアのインフォーマントは、個人的人脈を通じて確保したため、協力者のほとんどは大学卒業生である。したがって、本調査の結果は、かならずしもソフィアの中年層全体に一般化できるとは限らない点に注意が必要である。

#### 3.2.2 日時と場所

ソフィアデータについては、2008 年 8 月 7 日～10 日協力者 4 人に直接に会って調査用紙を渡した。回答用紙はおよそ 2 週間後、8 月 22 日～25 日のあいだに協力者から回収した。各インフォーマントへは協力者に調査用紙を渡してもらい、空いている時間に自宅にて記入した後、協力者に返却してもらった。

カザンラクデータについては、2008 年 8 月 5 日市役所訪問の際、協力を依頼し、調査用紙とアンケート返却用箱を準備し、客窓口に置くことにした。そこで、8 月 5 日～25 日まで市役所で用事のある住民の協力者に記入し、返却用の箱に入れてもらった。また、8 月 25 日に市役所から回収した。

#### 3.2.3 質問紙の調査項目

ここで用いた質問紙は以下のような内容を含んでいる。

##### (a) インフォーマント自身について

氏名、性別、年齢、住所、職業、最終学歴、結婚歴などの個人情報に基づいて、インフォーマントの属性を規定した。ただし、各インフォーマントが必ずしも全部の項目を記入したわけではない。特に名前と結婚歴を記入していない人が多い。

##### (b) ヨーグルトについて

ここではヨーグルトを市販・自家製というカテゴリーに分けずに、一般的にヨーグルトについて質問をすることにした。その内容は以下のとおり。

##### 問 1-1 摂取頻度

##### 問 1-2 一食あたりの摂取量

##### 問 1-3 摂取目的

##### 問 1-4 趣向（プレーン、プロバイオティックス、デザートタイプ、ドリンクタイプなど）

##### 問 1-5 料理使用有無

摂取目的と趣向の質問に関して複数回答可にした。また、料理使用有無に関して、使用有りの場合、具体的な料理名を取り上げてもらうように依頼した。

##### (c) 市販のヨーグルトについて

問 2-1 ここでは市販のヨーグルトをプレーン、プロバイオティックス、デザートタイプというカテゴリーに分けずに、一般的に市販のヨーグルトについて購入しているかどうか質問をした。

問 2-2 ここでは、どのような目的で市販のヨーグルトを購入するか、どのような基準でヨーグルトを選ぶか、またどのような製品名を一番よく購入するか、について質問を設定した。これらの質問は自家製ヨーグルトと比較するうえで、重要な位置づけである。

問 2-3 どのような理由で市販のヨーグルトを購入しないかを質問した。

問 2-4 市販のヨーグルトで不満を感じることもあるか、もしあれば、具体的にはそれはどういうことかを質問した。

問 2-5 家庭内でヨーグルトを作ったことがあるかを質問した。

問 2-6 「はい、作ったけど続かなかった」と「作ったことがない」と答えたインフォーマントに対して、自分でヨーグルトを作らないのはどのような理由であるかについて質問をおこなった。

問 2-7 市販のヨーグルトと自家製のヨーグルトを両方も使う場合は、どのように使い分けしているかを、質問した。

問 2-8 各種の市販のヨーグルト（問 2-8-1 プレーン、問 2-8-2 プロバイオティックス、問 2-8-3 デザートタイプ）について、どの程度の頻度で摂取するか、どのようなときに食べるか（または使うか）、不便な点は何か、完売時にどのような手段をとるか、について質問をした。これは現代、多様なヨーグルトが存在する中で、伝統的に食べられているプレーンヨーグルトがどのような位置づけになっているかを調べるための設問である。

##### (d) 自家製のヨーグルトについて

問 3 自家製ヨーグルトの質問に対して、自分で今なおヨーグルトを作っているインフォーマントに限定し答えてもらうつもりであったが、かつて作った経験のあるインフォーマントもほとんど全員回答した。質問は以下の通り。

##### 3-1 自家製作成目的

##### 3-2 自家製作成要件

##### 3-3 ヨーグルトの種類

##### 3-4 菌の入手先

##### 3-5 作り方の情報入手先

##### 3-6 具体的な作り方

3-7 発酵時間

3-8 温度管理方法

3-9 容器（瓶、土器、牛乳パックなど）

3-10 作る際の不便な点

市販のヨーグルトとの関係性を明らかにする目的のため、本稿では3-1、3-2、3-10の結果のみについて報告することにした。

4. 結果と分析

調査用紙の間2市販のヨーグルトと間3自家製ヨーグルトについて、ソフィアとカザンラクの中年層の結果を並べて要約し、分析をおこなう。問2-2～2-7、3-1、3-2、3-10は、自家製ヨーグルトと市販のヨーグルトの摂取・利用目的や利便性などについて比較調査するという第一の目的に対応したものである。一方、問2-8は各々の市販ヨーグルト（プレーン、プロバイオティクス、デザートタイプ）の摂取・利用状況について比較調査するという第二の目的に対応するものである。

4.1 市販と自家製のヨーグルト

問2-2～2-7、3-1、3-2、3-10は市販のヨーグルトと自家製ヨーグルトについて、それぞれの購入や作成目的、摂取状況、不満や不便な点、使い分けについて質問している。

4.1.1 市販と自家製のヨーグルトの比較

a) ソフィア

図1に示すように、ソフィアで市販のヨーグルトを購入する人が96%を占めており、予想通りの結果となった。また、自家製を食べる機会は18%程度と予想よりも若干高い結果となった。しかし、首都圏内においては圧倒的に市販への依存度合いが高いことがうかがえる。

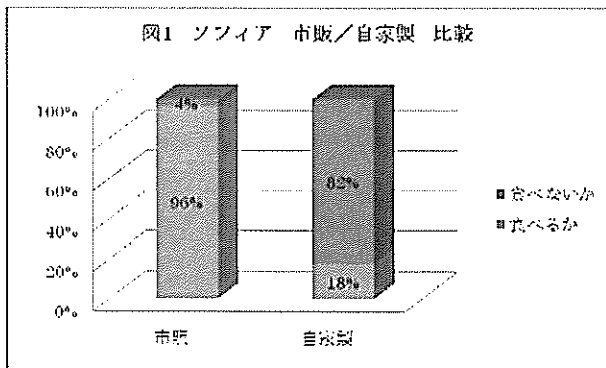


図1 ソフィア 市販/自家製 比較

b) カザンラク

一方、図2に示すようにカザンラクにおいては市販を購入する割合が76%であった。また、自家製を食べる割合は50%と高く、予想をはるかに上回る結果となった。

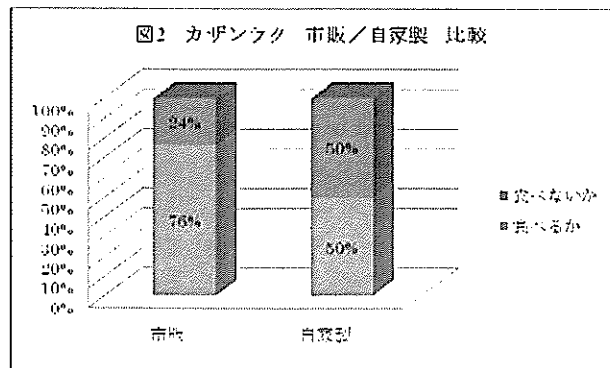


図2 カザンラク 市販/自家製 比較

c) 比較

そこでソフィアとカザンラクの比率の差を図1、図2を通して調べた結果、ソフィアは自家製がカザンラクと比較して少ない傾向にあった。ブルガリア内の首都圏と田舎の違いを見ることによって、田舎の方が自家製ヨーグルトの伝承を今もなお継続していると考えられる。

4.1.2 市販を購入する目的

a) ソフィア

図3で示すように、ソフィアは市販を購入する目的として「料理に使う」が37%と一番高い結果となったが、次に「時間の節約」は28%もあった。これは都会生活に合うような購入形態をとっているということが予想される。また、健康維持は22%となり、予想ほど健康を意識して購入する人の割合は少ない結果となった。

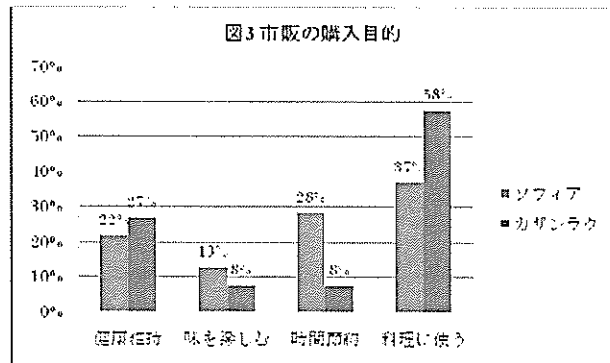


図3 市販の購入目的

b) カザンラク

カザンラクでは「料理に使う」を目的とする人が一番多く58%であった。2番目に多かったのは「健康維持」であり、意外にもヨーグルトの健康面を意識した人が多かった。「時間節約」、「味を楽しむ」という回答は共に8%と低い数値となった（図3参照）。

c) 比較

ソフィアはカザンラクと比べて時間に対する意識の差は、20%も高い結果となり、それはヨーグルトの購入目的に反映している結果となった。また、両地域ともに料理に使用される割合が一番多いが、カザンラクは半数

以上が料理に使うという結果であったことから、食生活に深く根づいているものと考えられる。

4.1.3 市販ヨーグルトへの不満な点

ソフィア、カザンラクともに、添加剤が含まれていることが市販ヨーグルトに対する最も大きな不満要素となり、市販品の菌への疑問を抱えていることも、2番目に多い不満要素となった。これは潜在的なメーカー不信がアンケートの結果として表れたと考えられる。予想と反していたことは、値段への不満が意外にも少なかったことである。このことからヨーグルトは手頃な価格の範囲で購入されていると考えられる。パッケージに関しては、環境への配慮という視点や意匠（デザイン）による購入形態は本アンケートにおいて、見受けられない結果となった（図4参照）。

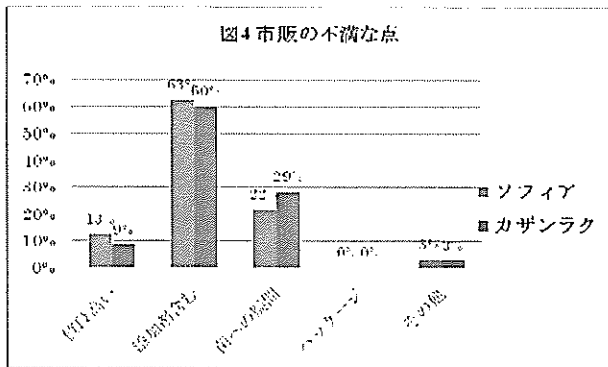


図4 市販の不满な点

4.1.4 自家製作成目的

ソフィア、カザンラクと場所を問わず、「本来の味を楽しむ」ことを目的として自家製ヨーグルトを作成しているという結果が圧倒的多数を占めた。一方、顕著に差が表れたのは「お金の節約」でカザンラクは21%に対してソフィアはわずか8%であった。

また、先ほど 4.1.3 で回答した内容と重複するが、メーカー不信が自家製ヨーグルトを作る動機付けとしてつながるケースもカザンラクでは21%、ソフィアでは15%と比較的多い結果となっている（図5参照）。

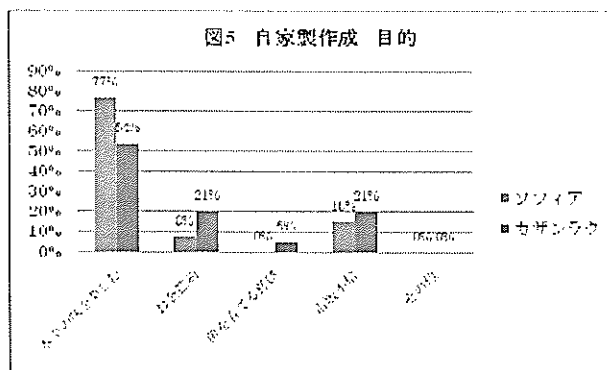


図5 自家製作成目的

4.1.5 自家製の作成要件

a) ソフィア

時間の余裕があるということは、21%と作成要件としては最も重要な要素であるとうかがえる。また、自家製ヨーグルトを作るということは、良質な原料が入手するときにできると答えた人は18%であった。そして、子供が小さい時、自分で作ったほうが安心であると回答した人は14%という結果となった。一方、一切作らない人が46%と多く、それは都会で自家製を作成することに慣れ親しんでいないことが原因だと予想される（図6参照）。

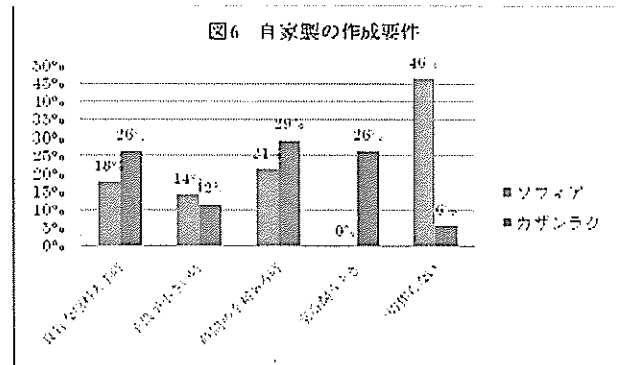


図6 自家製の作成要件

b) カザンラク

時間の余裕があるときにヨーグルトを作ると回答した人は29%であり、最も多い数値となった。その次は、良質な原料の入手と家畜を飼うときがともに26%という結果となった。一方、一切作らない人は6%と非常に少なく、田舎の生活においては時間があり、材料さえそろえば自家製ヨーグルトをいつでも作るということが予想される結果となった（図6参照）。

c) 比較

ソフィアとカザンラクの回答に大きな開きがあった回答は家畜を飼うときに自家製を作ると回答した人数で、ソフィアは0%に対してカザンラクは26%にも及んだ。これは土地柄の違いが大きく反映された回答結果であるといえる。また、一切作らないと回答した人はソフィアで46%、カザンラクで6%とここでも大きな差が開いた結果となった。

4.1.6 自家製の不便な点

図7が示すように、ソフィア、カザンラクともに「良質な原材料の入手が難しい」と回答した人が一番多かった。カザンラクにおいては52%と半数以上が回答している。「その他」の項目ではソフィアについては、「作らないから分からない」と皆同一の回答であった。一方、カザンラクの場合は「何も不便な点はない」と皆同一の回答をしており、アンケート結果では「その他」の項目に1つにまとめられているものの、回答の内容が全く異なるという異例の結果であった。元々、温度管理の手間が

不便な点で最も多いと予想していたが、皆自家製を作ることに慣れているせい、温度管理の手間については一切触れられていない結果となった。

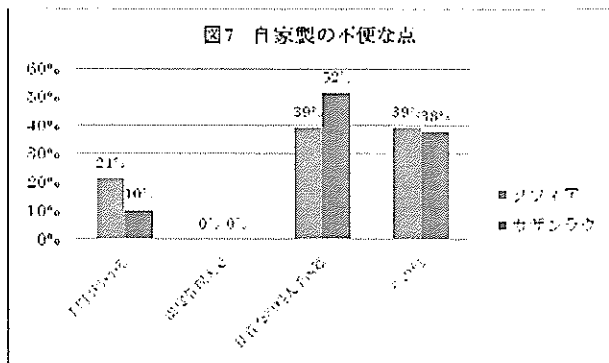


図7 自家製の不便な点

#### 4.2 各市販のヨーグルト

各種の市販のヨーグルト（問 2-8-1 プレーン、問 2-8-2 プロバイオティクス、問 2-8-3 デザートタイプ）について、摂取頻度、摂取要件（どういつに食べるか）、不便な点、及び代替手段についての視点で質問を展開し集計した。

##### 4.2.1 各市販ヨーグルトの比較

###### a) ソフィア

プレーンは毎日もしくは週2-3回の割合が90%近くを占めた。これは伝統的な文化がそのまま反映された結果であるといえる。一方、プロバイオティクス（以下略プロビオ）とデザートタイプは90年代にグローバル化の影響により取り入れられたため、まだ浸透していないことがうかがえる。プロビオは健康意識の高まりによって徐々に浸透してきてはいはいるものの、まだプレーンタイプを追い越すまでには至っていない。デザートタイプは78%の割合で食べない、またはほとんど食べない結果であり、最も食生活に根づいていないことがうかがえる。

###### b) カザンラク

プレーンを毎日、もしくは週2-3回食べている割合は79%を占め、ソフィアと同様に最もブルガリアの食生活に根ざしたタイプであることがうかがえる。一方、プロビオ、デザートタイプは、食べない、もしくは、ほとんど食べない、と回答した割合は88-89%と、ソフィアと比較して浸透度合は非常に低く、グローバル化の影響が少ないものと考えられる。

##### 4.2.2 プレーンヨーグルト

###### Q1 プレーンヨーグルトの摂取目的

両地域ともに料理に必要な時に使用するケースがソフィア36%、カザンラク44%と最も多く、ブルガリアにおいて食文化に深くプレーンヨーグルトが確固たる地位を築きあげていることがわかる。他を見てみると、ソフィアでは胃腸を整えると回答した割合が29%であった

が、カザンラクの場合は38%と高い割合に思われる。しかし、ソフィアの場合ではプロビオを週2-3回食べると回答した割合は21%であり（図8参照）、カザンラクでは6%である（図9参照）。このことから、カザンラクでは機能性の高いプロビオの浸透度合いが低いと考えられ、プレーンタイプによって生理的効果を求めていることがうかがえる。味を楽しむことを目的とする人の割合はソフィア29%、カザンラクでは12%であったが、予想よりも低い結果であった（図10参照）。

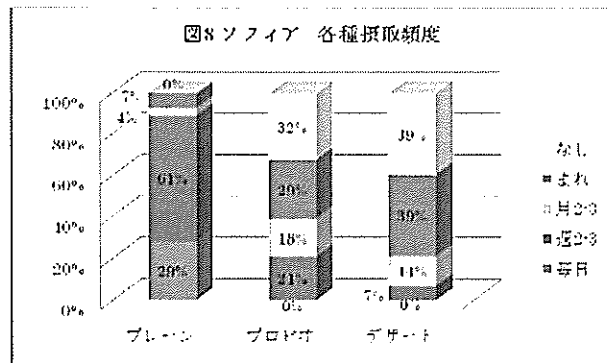


図8 ソフィア 各種摂取頻度

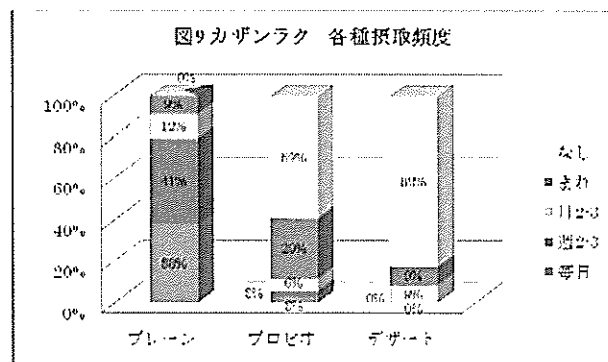


図9 カザンラク 各種摂取頻度

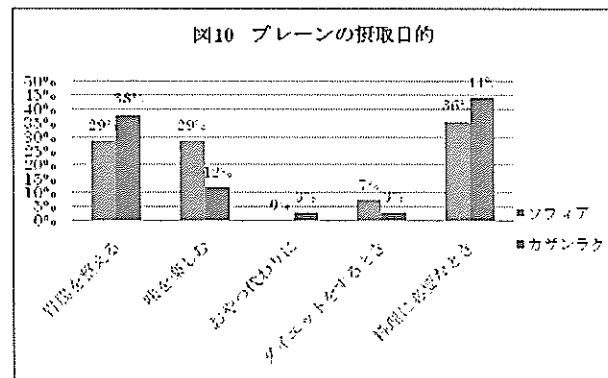


図10 プレーンの摂取目的

###### Q2 プレーンヨーグルトの不便な点

両地域ともに共通している点は菌の説明が少ないと回答した割合が最も高いことである。

これは社会主義崩壊以降、メーカー不信が著しく、市販のヨーグルトの菌が生きているかどうか、不安視して

いることが顕著に表れた結果であるといえる。また、ソフィアにおいては価格が高いと回答した割合も13%とそこまで高くはないにせよ、カザンラクよりも若干高い結果となり、都会生活のコスト高影響が反映しているものと考えられる。

一方、カザンラクでは、「本来の味と異なる」と回答した割合は32%であり、ソフィアより14%も高い数値となった。これは、手作りヨーグルトがソフィアよりも広く作られていることが要因として考えられる。また、先ほどの菌の説明がないという回答と同様に、メーカー不信につながるものと考えられる(図11参照)。

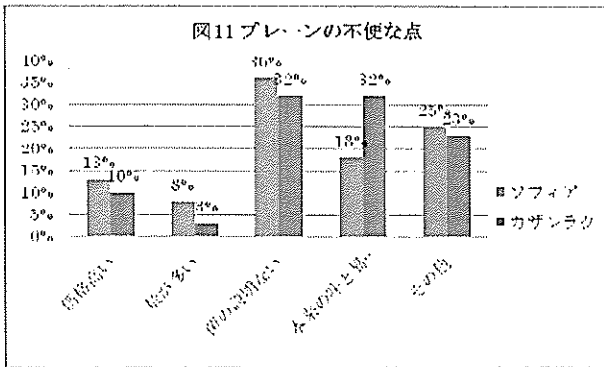


図11 プレブの不便な点

Q3 プレブヨーグルトの完売時にとる手段

ソフィアでは圧倒的に諦める割合が57%と半数以上の回答結果であったのに対して、カザンラクでは、自家製を作ると回答した割合が38%と高い結果となった。これは、両地域において、大きく生活習慣が異なることが反映された内容となっている。他の回答では、ソフィアにおいては、代替品はプロビオとデザートタイプと回答した割合は21%、7%であった。これは、両タイプがカザンラクと比較して浸透していることがうかがえる(図12参照)。

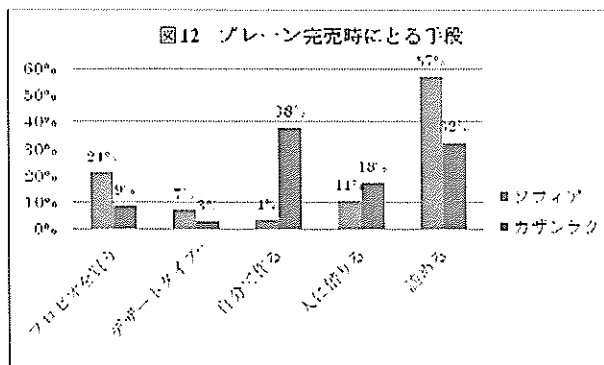


図12 プレブ完売時にとる手段

4.2.3 プロビオヨーグルト

Q1 プロビオヨーグルトの摂取目的

両地域ともにプロビオは胃腸を整えるための健康食品として食べられていることがうかがえる。また、一部

にダイエット効果も期待して食べられているが、健康意識の一貫として捉えることができる(図13参照)。

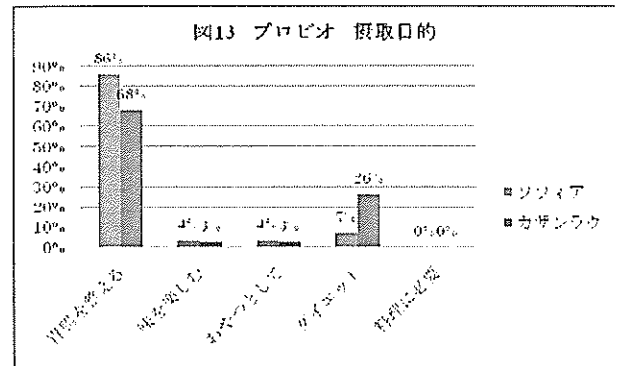


図13 プロビオ 摂取目的

Q2 プロビオヨーグルトの不便な点

両地域ともに本来の味と異なること、及び値段の割に量が少ないと回答した割合が圧倒多数を占めた。カザンラクにおいて、18%がその他と回答しているが、内訳は食べていないのでわからないと回答した人が大半であった(図14参照)。

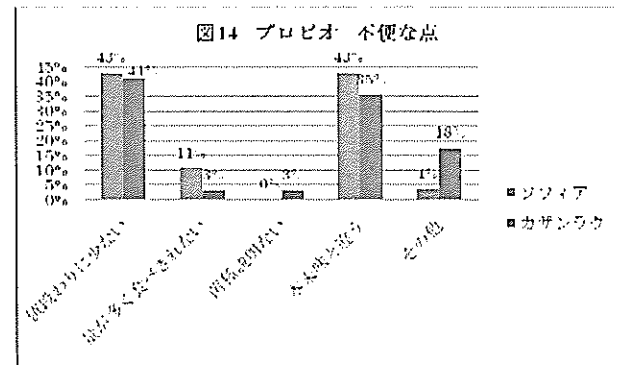


図14 プロビオ 不便な点

Q3 プロビオヨーグルトの完売時にとる手段

図15で示すように、両地域ともにプレブを買うと回答した割合が過半数以上を占める結果となった。

一方、カザンラクにおいては35%があきらめると回答しており、プレブとプロビオの健康効果の違いをさほど感じていないものと考えられる。

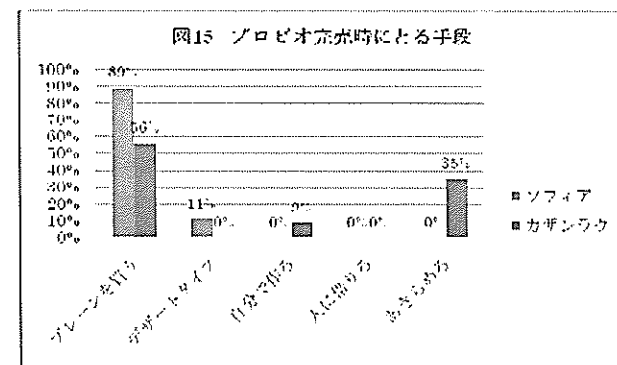


図15 プロビオ完売時にとる手段

4.2.4 デザートヨーグルト

Q1 デザートヨーグルトの摂取目的

図 16 で示すように、両地域ともにおやつとして回答した割合は過半数を占めた。同時に 2 番目の回答では味を楽しむためと答えた人が約 3 割を占めた。当たり前のことであるが、それはフルーツの味の組み合わせによる多様性を享受していると考えられる。

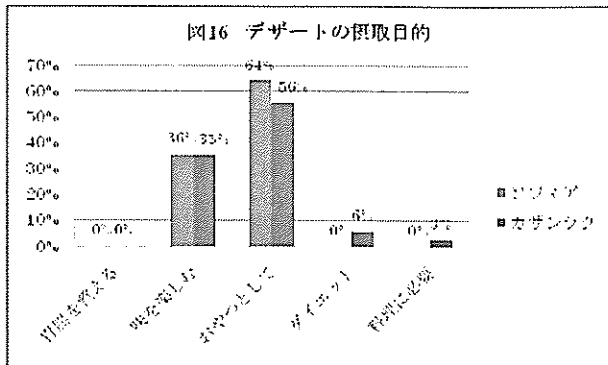


図 16 デザートの摂取目的

Q2 デザートヨーグルトの不便な点

ソフィアにおいては、菌の説明が少ない、本来の味と異なる、値段の割に量が少ない、と回答した割合がそれぞれ約 3 割を占めた。これは味が通常のプレーンなどと異なり、甘い味であり、質感がソフトなタイプであることから、メーカーに対する不信へとつながっているものと考えられる。また、量についても、値段の割に量が少ないというのは、プレーンとの比較において回答していることが予想される。また、カザンラクにおいては、その他の割合が 3 割を占めるが、その内訳は興味がない、もしくは分からないと回答している人が圧倒多数であった (図 17 参照)。

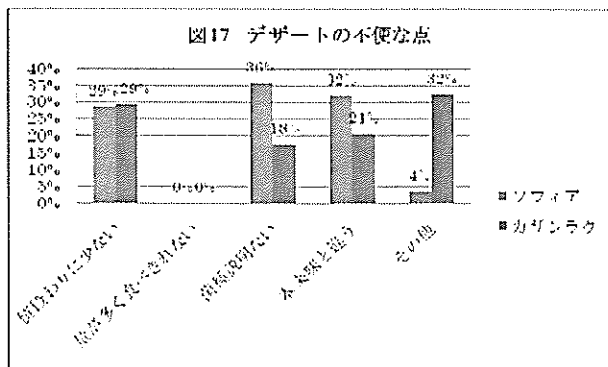


図 17 デザートの不便な点

Q3 デザートヨーグルトの完売時にとる手段

図 18 で示すように、プレーンを買う、もしくは自分で作る、と回答した割合が最も高い結果となり、それはプレーンさえあれば自分でデザートタイプを作れるという考えに基づいた回答結果であると考えられる。意外な回答としては、ソフィアにおいて、プロビオを代替とし

て買うと回答した人が 25% もおり、予想をはるかに上回る結果となった。この結果を受けて予想するに、プロビオにおいても甘いタイプが存在しており、そのタイプの甘味がデザートの代用として受け入れられた可能性があると考えられる。

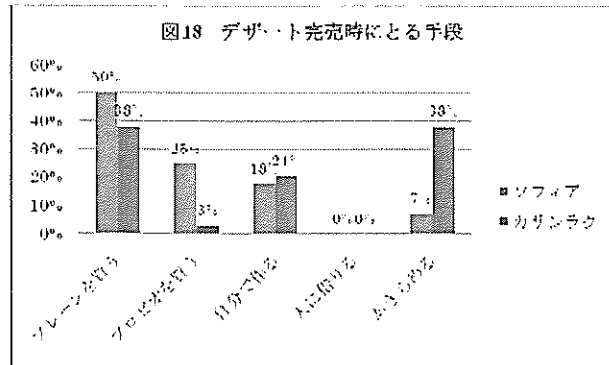


図 18 デザート完売時にとる手段

付録

ヨーグルトに関するアンケート

お名前

該当するものに○印もしくは下線をつけてください。

性別 女性 男性

年齢 10 代 20 歳代 30 歳代 40 歳代

50 歳代 60 歳代 70 歳代以上

ご住所 (都道府県)

ご職業

最終学歴 中学校 高等学校 専門学校 大学

既婚 (子供有 人 / 無) ・未婚

同居家族 有 ( ) 人 ・無

(1) ヨーグルトについてお尋ねします。

(1-1) あなたはどれぐらい頻繁にヨーグルトを食べますか。

- ア) 毎日
- イ) 週に 2-3 回ぐらい
- ウ) 月に 2-3 回ぐらい
- エ) めったに食べない
- オ) 全く食べない

(1-2) 一回にどれぐらい食べますか。

- ア) 100-200g
- イ) 200-300g
- ウ) 300-400g

(1-3) ヨーグルトを食べる目的は何ですか。(複数回答可)

- ア) 健康な生活の維持
- イ) 胃腸の働きの改善

- ウ) 美容効果
- エ) カルシウム摂取
- オ) 特にない
- カ) その他\_\_\_\_\_

(1-4) どんなタイプのヨーグルトを一番よく食べていますか。

- ア) プレーン
- イ) プロビオヨーグルト (ダノンアクティビアなど)
- ウ) デザートタイプ (果物入り)
- エ) ドリンクタイプ

(1-5) ヨーグルトを料理に使いますか。

- ア) はい (具体的に\_\_\_\_\_)
- イ) いいえ

(2) 市販のヨーグルトについてお尋ねします。

(2-1) 市販のヨーグルトを購入しますか。

- ア) はい
- イ) いいえ

(2-2) (2-1)では、とお答えの方にお尋ねします。

(2-2-1) どのような目的で市販のヨーグルトを購入しますか。

ア) 健康を維持するため (自家製の場合は衛生的な面で不安だから)

- イ) 味を楽しむため
- ウ) 時間を節約するため
- エ) 料理に使用するため
- オ) その他\_\_\_\_\_

(2-2-2) どのような基準でヨーグルトを選びますか。(複数回答可)

- ア) 味
- イ) ブランド名
- ウ) 機能性 (健康への効果)
- エ) 値段
- オ) その他\_\_\_\_\_

(2-2-3) よく食べているヨーグルトの製品名をあげてください。また、どのような理由でこの製品を選びますか。

(2-3) (2-1)でいいえ、とお答えの方にお尋ねします。どのような理由で市販のヨーグルトを買わないのですか。(複数回答可)

- ア) 水っぽいから
- イ) メーカーが粉ミルクや添加物などを加えているから
- ウ) 菌が生きているかどうかわからないから
- エ) 味が薄いから
- オ) 自分で作った方が安いから
- カ) その他\_\_\_\_\_

(2-4) 市販ヨーグルトで不満を感じることはありますか。もしあれば、それは何ですか。

- ア) 値段が高いこと
- イ) メーカーが粉ミルクや添加物などを加えること
- ウ) 菌が生きているかどうかわからないこと
- エ) パッケージが環境によくないこと
- オ) その他\_\_\_\_\_

(2-5) 家庭内でヨーグルトを作ったことがありますか。

ア) はい、作ったけど、続かなかった (どれぐらい続きましたか、なぜやめましたか\_\_\_\_\_)

- イ) 現在も作っている
- ウ) 作ったことがない

(2-6) (2-5)でア) または ウ) をお選びの方にお尋ねします。ご自身でヨーグルトを作らないのはどのような理由ですか。(複数回答可)

- ア) 面倒だから
- イ) 作り方をよく知らないから
- ウ) 続けるのが大変だから
- エ) 時間がないから
- オ) その他\_\_\_\_\_

(2-7) 市販のヨーグルトと自家製のヨーグルトを両方とも使う場合は、どのように使い分けていますか。

- ア) 料理に市販のヨーグルトを使う
- イ) 味を楽しみたいときは自家製ヨーグルトにする
- ウ) その他\_\_\_\_\_

(2-8) 各種の市販のヨーグルトについてお尋ねします。

(2-8-1) プレーンヨーグルトについて

(Q1) プレーンヨーグルトをどれぐらい頻繁に購入しますか (食べますか)。

- ア) 毎日
- イ) 週に2-3回ぐらい
- ウ) 月に2-3回ぐらい
- エ) めったに食べない
- オ) 全く食べない

(Q2) プレーンヨーグルトをどのようなときに食べますか。(複数回答可)

- ア) 胃腸の調子を整えたいとき
- イ) 味を楽しみたいとき
- ウ) ご飯を食べる時間がないとき
- エ) ダイエットをしたいとき
- オ) 料理に必要なとき
- カ) その他\_\_\_\_\_

(Q3) 市販のプレーンヨーグルトのどのようなところが不便だと思いますか。(複数回答可)

- ア) 値段にしては量が少ないこと
- イ) パッケージが大きいこと



- ウ) 菌の種類や生理的効果の説明がないこと
- エ) 味が自然ではないこと
- オ) その他\_\_\_\_\_

(Q4) プレーンヨーグルトが売り切れの場合は、どうしますか。

- ア) プロビオを買う
- イ) デザートタイプを買う
- ウ) 自分で作る
- エ) 人に借りる
- オ) あきらめる
- カ) その他\_\_\_\_\_

(2-8-2) プロビオヨーグルト (例えばダノンアクティビア) について

(Q1) このタイプのヨーグルトをどれぐらい頻繁に購入しますか (食べますか)。

- ア) 毎日
- イ) 週に2-3回ぐらい
- ウ) 月に2-3回ぐらい
- エ) めったに食べない
- オ) 全く食べない

(Q2) このタイプのヨーグルトをどのようなときに食べますか。(複数回答可)

- ア) 胃腸の調子を整えたいとき
- イ) 味を楽しみたいとき
- ウ) ご飯を食べる時間がないとき
- エ) ダイエットをしたいとき
- オ) 料理に必要なとき
- カ) その他\_\_\_\_\_

(Q3) このタイプのヨーグルトのどのようなところが不便だと思いますか。(複数回答可)

- ア) 値段にしては量が少ないこと
- イ) パッケージが大きいこと
- ウ) 菌の種類や生理的効果の説明がないこと
- エ) 味が自然ではないこと
- オ) その他\_\_\_\_\_

(Q4) このタイプのヨーグルトが売り切れの場合は、どうしますか。

- ア) プレーンヨーグルトを買う
- イ) デザートタイプのものを買う
- ウ) 人に借りる
- エ) あきらめる
- オ) その他\_\_\_\_\_

(2-8-3) デザートタイプのヨーグルト (果物入りなど) について

(Q1) このタイプのヨーグルトをどれぐらい頻繁に購入しますか (食べますか)。

- ア) 毎日

- イ) 週に2-3回ぐらい
- ウ) 月に2-3回ぐらい
- エ) めったに食べない
- オ) 全く食べない

(Q2) このタイプのヨーグルトをどのようなときに食べますか。(複数回答可)

- ア) 胃腸の調子を整えたいとき
- イ) 味を楽しみたいとき
- ウ) ご飯を食べる時間がないとき
- エ) ダイエットをしたいとき
- オ) 料理に必要なとき
- カ) その他\_\_\_\_\_

(Q3) このタイプのヨーグルトのどのようなところが不便だと思いますか。(複数回答可)

- ア) 値段にしては量が少ないこと
- イ) パッケージが大きいこと
- ウ) 菌の種類や生理的効果の説明がないこと
- エ) 味が自然ではないこと
- オ) その他\_\_\_\_\_

(Q4) このタイプのヨーグルトが売り切れの場合は、どうしますか。

- ア) プレーンヨーグルトを買う
- イ) プロビオを買う
- ウ) 人に借りる
- エ) あきらめる
- オ) その他\_\_\_\_\_

(3) (2-5)でイ)をお選びの方に、自家製のヨーグルトについてお尋ねします。

(3-1) どのような日的で自家製のヨーグルトを作りますか。(複数回答可)

- ア) 本来の味を楽しむため
- イ) お金を節約するため
- ウ) 自分で作って楽しむため
- エ) 健康を維持するため (メーカーを信頼していないから)
- オ) その他\_\_\_\_\_

(3-2) どのような場合、ご自身でヨーグルトを作りますか。(複数回答可)

- ア) いい原料があるとき
- イ) 子供が小さいとき
- ウ) 時間の余裕ができたとき
- エ) 家畜を飼うとき
- オ) 一切作らない
- カ) その他\_\_\_\_\_

(3-3) ご自身で作っているヨーグルトの種類は何ですか。

- ア) ブルガリアヨーグルト

- イ) カスピ海ヨーグルト  
ウ) ケフィア  
エ) その他\_\_\_\_\_
- (3-4) ヨーグルトの菌はどこから入手しましたか。  
ア) 友人から  
イ) 近所の人から  
ウ) 市販のヨーグルトから  
エ) その他\_\_\_\_\_
- (3-5) 作り方は誰に教わったのですか。  
ア) 友人から  
イ) 家族から  
ウ) パンフレットを見て  
エ) テレビから  
オ) その他\_\_\_\_\_
- (3-6) ヨーグルトをどのように作っていますか。  
ア) 牛乳を殺菌してから菌を入れる  
イ) 牛乳を温めてから菌を入れる  
ウ) すぐ菌を牛乳に入れる  
エ) 前回から余った菌に牛乳を足す  
オ) その他\_\_\_\_\_
- (3-7) 発酵までどれぐらい時間がかかりますか。  
ア) 2-3 時間  
イ) 4-6 時間  
ウ) 7-12 時間  
エ) その他\_\_\_\_\_
- (3-8) 温度管理はどうしていますか。  
ア) 温度計を使う  
イ) ヨーグルトメーカー（ヨーグルトを作る機械）を使う  
ウ) 布で保温する  
エ) その他\_\_\_\_\_
- (3-9) ヨーグルトを作るとき、どのような器を使っていますか

- ア) 牛乳パックそのまま  
イ) びん  
ウ) 市販のヨーグルトのパック  
エ) その他\_\_\_\_\_
- (3-10) ヨーグルトを作るときは何か不便なことがありますか。（複数回答可）  
ア) 手間がかかる  
イ) 温度管理が大変  
ウ) 良質な原料が入手しにくい  
エ) その他\_\_\_\_\_
- (4) ご自身の健康についてお尋ねします。  
(4-1) 健康だと思いますか。  
ア) そう思う  
イ) まあまあ  
ウ) そう思わない
- (4-2) 健康に気をつけていますか。  
ア) はい、努力している  
イ) まあまあ  
ウ) あまり努力していない
- (4-3) 健康のためにどのようなことを具体的にしていますか。（複数回答可）  
ア) 運動  
イ) ダイエット  
ウ) 菜食主義  
エ) 栄養補助剤の摂取  
オ) バランスのいい食事をとること  
カ) 乳酸菌の摂取  
キ) 健康診断を定期的に受けること  
ク) その他\_\_\_\_\_

質問は以上です。長時間のご協力ありがとうございました。

