

# 我国农村居民食用油消费现状与引导思考

王秀丽<sup>1</sup>, 李淞淋<sup>2</sup>, 马云倩<sup>1</sup>, 孙君茂<sup>1</sup>

(1. 农业农村部食物与营养发展研究所, 北京 100087; 2. 农业农村部信息中心, 北京 100125)

**摘要:**随着经济的发展、人们生活水平的提高,食用油消费也发生着深刻的变化。以实证数据为基础,分析出当前我国农村居民食用油消费量远远超出膳食指南推荐摄入量,食用油的消费品种相对单一,且消费品种与当地的油料作物生产结构相一致。在消费偏好方面,主要受口味、安全与习惯影响。不合理的食用油消费不仅深刻影响着消费者的健康状况,也具有外部性,给社会造成沉重的负担。根据我国农村居民食用油消费中存在的问题,针对性地提出引导农村居民合理选择和消费食用油的策略。

**关键词:**食用油;消费;多元化;消费引导

中图分类号:F713.55;TS225 文献标识码:A 文章编号:1003-7969(2020)01-0001-04

## Consumption of edible oil in rural China and the guiding strategy

WANG Xiuli<sup>1</sup>, LI Songlin<sup>2</sup>, MA Yunqian<sup>1</sup>, SUN Junmao<sup>1</sup>

(1. Institute of Food and Nutrition Development, Ministry of Agriculture and Rural Affairs, Beijing 100087, China;

2. Information Center of Ministry of Agriculture and Rural Affairs, Beijing 100125, China)

**Abstract:** With the development of economy and the improvement of people's living standard, the consumption of edible oil is also undergoing profound changes. Based on the empirical data, it was found that the consumption of edible oil in rural China now was more than the recommended intake by the Dietary Guidelines, and the varieties of edible oils consumed were relatively single. In terms of consumer preference, it was mainly affected by taste, safety and habits. Unreasonable consumption of edible oil had a profound impact on consumers' health and made a heavy burden on society too. According to the problems existing in the consumption of edible oil for rural residents, some strategies for guiding rural residents to choose and consume edible oil rationally were put forward.

**Key words:** edible oil; consumption; diversification; guiding strategy

居民食用油消费量的变化能够在一定程度上反映社会发展与人们生活水平的改变。我国居民营养与健康状况调查结果显示,2002年我国居民平均每标准人日食用油的摄入量为41.6g,2010—2012年,我国城乡居民平均每标准人日食用油的摄入量为41.8g,城市居民为43.0g、农村居民为40.8g,

均超出膳食指南人均日摄入推荐量25~30g。农村食用油人均消费量虽然低于城市,但结构上动物油占比较高<sup>[1]</sup>。农村居民食用油的消费上,不仅存在消费量超标的问题,而且结构不科学,品种单一。因而有必要引导消费者合理用油、科学消费,营造健康生活。本研究以实证调研数据为基础,分析当前我国农村居民食用油消费现状与存在问题,进一步针对性地提出引导农村居民合理选择和消费食用油的策略。

### 1 数据来源及说明

2018年5—8月,采用分层抽样结合方便抽样的方法,选择东部地区的江苏、中部地区的河南与西南地区的四川作为抽样总体,对3个地区农村居民的食用油消费情况进行了3d饮食记录与消费频率

收稿日期:2019-02-13;修回日期:2019-08-26

基金项目:基本科研业务项目(1610422019001);公益性行业(农业)科研专项(201503001)

作者简介:王秀丽(1979),女,副研究员,博士,研究方向为食物营养消费社会学、食物与营养消费引导(E-mail) wangxiuli01@caas.cn。

通信作者:孙君茂,研究员,博士(E-mail) xiulee@sina.com。

访问,经数据采集、整理、清洗,共得到有效样本为395户家庭共计1247位居民的食用油消费情况。在395户有效样本中,家庭规模最小为1人,最大为8人,2人家庭占多数。样本的人口统计学特征与健康状况变量详见表1。由表1可知,1247位居民中,女性占53.5%、男性占46.5%。平均年龄为38岁,最高年龄94岁,最低的为2个月,年龄分布呈现较严重的两极化分布,9岁以下儿童占比18.85%,

60岁以上老年人占比24.46%,50岁以上年龄段人数占比约40%。结合性别和年龄来看,与学者们提出的农村人口“六一、三八、九九”现象<sup>[2]</sup>相符合,因而认为本样本具有较好的代表性。从样本居民的身体状况来看,83.56%的居民自认为健康,有疾病的16.44%居民中,三高占55.12%,心脑血管疾病占12.20%,其他疾病(包括残疾、骨骼病、哮喘等)占32.68%。

表1 有效样本的人口统计学特征及健康状况变量统计

项目	男	女	0~9岁	10~19岁	20~29岁	30~39岁	40~49岁	50~59岁	60岁以上	健康	三高	心脑血管	其他疾病
人数	580	667	235	154	116	131	118	188	305	1042	113	25	67
占比/%	46.5	53.5	18.85	12.35	9.30	10.51	9.46	15.08	24.46	83.56	9.06	2.00	5.37

## 2 我国农村居民食用油消费现状与偏好

### 2.1 我国农村居民食用油消费量

《中国居民膳食指南(2016)》建议成人每日烹调油为25~30g<sup>[3]</sup>,按此推算,成人年均食用油消费量的范围在9~11kg。调研数据显示,江苏地区农村居民人均年食用油消费量高达17.8kg,四川地区农村居民人均年食用油消费量次之,为16.8kg,河南地区农村居民人均年食用油消费量最低,为15.6kg,3个地区平均为16.7kg,高于推荐量。由此可见,调研的3个地区农村食用油消费严重过量。

### 2.2 我国农村居民消费食用油种类

平衡膳食是保障人体营养和健康的基础,食物多样是平衡膳食的基本原则<sup>[4]</sup>。没有任何一种食物可满足人体所需的能量和全部营养素,食用油也是如此。表2为本次调研的我国3个地区农村居民消费食用油种类情况。

表2 我国3个地区农村居民消费食用油种类情况

地区	项目	1种	2种	3种	4种	合计
河南	户数	47	44	9	0	100
	占比/%	47.0	44.0	9.0	0	-
四川	户数	57	95	3	0	155
	占比/%	36.8	61.3	1.9	0	-
江苏	户数	93	38	7	1	139
	占比/%	66.9	27.3	5.0	0.7	-
合计	总户数	197	177	19	1	394
	总占比/%	50.0	44.9	4.8	0.3	-

注:表中数据为394户统计对象的信息,另1户统计信息缺失。

由表2可知,本次调研的农村居民,过去12个月平均购买过1.55种食用油,食用油的年消费种类户均不足2种,消费1种食用油的户数最多,占50%,消费2种的占44.9%,消费3种的仅占4.8%,只有1户消费了4种食用油,没有消费食用

油种类超过4种的农户。江苏地区消费1种食用油的农户最多,占66.9%,四川地区消费2种食用油的农户较多,占61.3%。以上数据显示,农村食用油消费多样性较低,多种烹调方式用同一种油,既不科学,也不利于摄取均衡营养。

### 2.3 我国农村居民消费食用油的品种(见表3)

由表3可知,调研的我国3个地区农村消费较多的食用油是菜籽油、动物油、花生油和大豆油,占农村居民食用油消费的83.34%。但在地区间存在明显的差别,河南地区农村居民主要消费花生油(37.65%)、大豆油(20.99%)和芝麻油(17.90%),三者合计占比76.54%;四川地区主要消费菜籽油(56.81%)和动物油(40.08%),两者合计占比96.89%;江苏地区食用油消费品种较丰富,但仅菜籽油就占68.91%,其次是调和油和大豆油,占比分别为11.40%与9.84%。结合地区油料种植结构来看,地区适宜种植的油料作物种类深刻影响着当地居民的食用油消费品种,遵从了一方水土养育一方人的饮食生活传统。

### 2.4 我国农村居民消费食用油的来源(见表4)

农村居民消费食用油的来源在一定程度上反映该地区的农产品加工水平,以及一个地区的商业化程度。由表4可知:购买是农村居民食用油来源的主流,占比为68.46%;其次是自产,占29.70%;包括子女、邻里、亲戚赠送,集体分发等在内的其他来源占1.85%。江苏地区农村居民消费食用油来自购买的比例最高,四川地区自产比例高于其他两个地区。

结合食用油的品种与来源来看,本地区消费量较小的食用油品种多来自购买,如调和油、芝麻油、大豆油等;而对于消费量较大的品种,自产占了极大的比例,且这部分食用油的原料多为产自本地区的

油料,如四川与江苏的菜籽油,河南地区的花生油等;一些消费量极少的小品种高端食用油,在农村地区多作为礼品赠送。这些现象一方面说明农村地区

食用油的市场化程度已经很高,但同时自产自销的情况也普遍存在,且交织在一起,购买、交换、委托加工等多种获取食用油的方式并存。

表3 我国3个地区农村居民消费食用油品种及占比

项目	河南		四川		江苏		总计	总占比/%
	数量	占比/%	数量	占比/%	数量	占比/%		
大豆油	34	20.99	5	1.95	19	9.84	58	9.48
花生油	61	37.65	2	0.78	1	0.52	64	10.46
调和油	22	13.58	1	0.39	22	11.40	45	7.35
葵花籽油	13	8.02			5	2.59	18	2.94
动物油	0		103	40.08	3	1.55	106	17.32
芝麻油	29	17.90			7	3.63	36	5.88
菜籽油	3	1.85	146	56.81	133	68.91	282	46.08
橄榄油	0				2	1.04	2	0.33
其他	0				1	0.52	1	0.16
合计	162		257		193		612	

表4 我国3个地区农村居民消费食用油来源及占比

项目	河南		四川		江苏		总计	总占比/%
	数量	占比/%	数量	占比/%	数量	占比/%		
购买	110	67.07	152	61.54	146	78.92	408	68.46
自产	47	28.66	93	37.65	37	20	177	29.70
其他	7	4.27	2	0.81	2	1.08	11	1.85
合计	164		247		185		596	

## 2.5 我国农村居民食用油消费偏好(见图1)

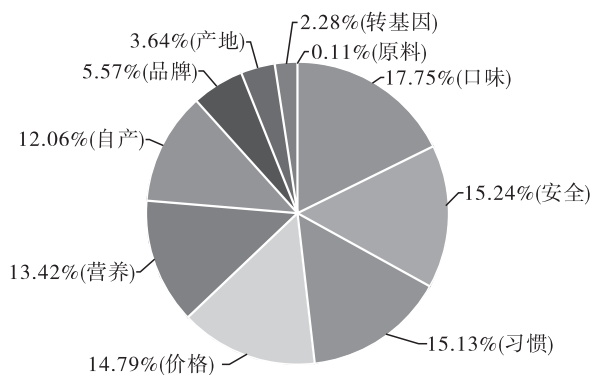


图1 我国农村居民食用油消费偏好

随着我国经济发展和人民生活水平大幅度提高,人们对食用油的消费偏好向营养、天然与健康等属性转移<sup>[5]</sup>。周金星等<sup>[6]</sup>研究认为,品牌、原料(转基因、非转基因)是消费者选择食用油考虑的首要因素,其次是价格和营养价值。

本次调研数据显示的农村居民食用油消费偏好与文献稍有出入。由图1可知:排在前三的分别是口味、安全与习惯,三者合计占比为48.12%;排在第四的是价格,占比14.79%,对营养的考虑次于价

格,占比13.42%;品牌、产地、原料三大传统研究中认为最重要的因素,合计占比不足10%。

调研数据说明,农村居民食用油消费偏好较为复杂,价格因素的减弱说明随着人均收入的大幅提高,吃什么吃多少不再是一个经济问题了;营养的考虑次于价格,说明农村居民对健康的关注日益增强,但由于饮食文化的传承性与习惯的作用,习惯和口味仍然是其选择食用油的行为“本能”,对安全的关注,也表明食品安全的理念深入百姓家,正成为一项全民行动。农村居民食用油消费偏好的复杂而矛盾的特征,为引导农村居民科学合理地消费食用油提出了挑战,也留下了空间。

## 3 我国农村食用油消费引导启示

食用油是日常饮食生活中不可缺少的食材,在烹调中的作用包括传热、改善菜肴口感和色泽,还能促进食欲,增加饱腹感,同时提供人体健康必不可少的营养素,发挥脂溶性维生素溶解吸收的重要功能。然而食用油消费过量或者使用方式不当引起的肥胖、心脑血管疾病等慢性病的发病率逐渐上升和低龄化,限制其使用量已成为我国居民防治慢性病的

主要手段之一,引导农村居民科学合理消费食用油势在必行。

第一,加强食用油营养知识科普宣传,提高居民认知水平。由于我国食育的长期缺位,消费者对食用油的营养成分、不同种类食用油对人体健康的功能功效等均缺乏了解,因而很难根据自己的健康需求和食用油的营养成分等知识合理指导消费行为。应加大食用油营养知识的科普宣传力度,引导消费者正确认识食用油营养成分和功能功效,从而改变消费行为,科学合理使用食用油。

第二,规范食用油营养标签,引导消费者日常食用油消费多元化。食用油消费的多元化,一方面因为不同食用油的脂肪酸等营养组成成分不同,消费食用油多元化有利于摄取多种营养素,从而实现营养均衡;另一方面,不同食用油由于烟点等不同,适宜于不同的食物烹饪形式。鉴于我国农村居民在食用油消费上“从一而终”的特点,不仅要宣传不同食用油的营养和功效特点,而且有必要根据不同种类食用油的烟点、各种脂肪酸结构等,标注其适宜烹、炒、煎、炸的食品加工方式,引导消费者根据食品烹饪方式而选择合适的食用油,从而实现多元化、合理用油。

第三,加快食用油检测体系的建立,推广食用油品质优劣鉴别方式。近年来,地沟油、泔水油等食品安全事件的频发,使得消费者对市场缺乏信任,转而信赖自产的、原生态小作坊的产品。但是原生态小作坊和自产油品由于技术的局限,存在较高的安全风险。应加快食用油检测技术研发,建立快捷、方便、低成本、高效率的食用油检测系统,同时向民众推广易学易用的食用油鉴别方法,减少食用油安全事件的发生,建构百姓对商品食用油的信赖。

第四,开展少油烹饪方式的技术规程研究,并在食品生产企业、餐厅以及居民社区开展示范引导。开展蒸、煮、炖、焖、拌、急火快炒等烹饪方式的食物制备技术研究,对煎炸、炖煮、焖蒸等方式制备的食物的营养成分和口感进行试验研究检测,提出各种烹饪方式的用油技术规程,并在食品生产企业、餐饮企业、超市、社区开展宣传示范,引导消费者。

第五,开发实操器械,控制食用量。我国农村居民食用油消费量过高,除了生活水平的提高,家庭规模缩小化与食物多样化也起到一定的推高作用。家庭规模减小,烹饪工具和习惯仍没有改变,且食物多样化的发展,食用油消费就很难得到控制。因而应在技术方面,开发炒菜专用平底小锅,用5 g油即可

铺满锅底,还增加了油与菜的接触面积,做菜省油味道好;开发使用便捷简单、食用量直观的家用油壶、量杯等容器,以人均每日推荐的摄入量为单位刻度,引导消费者把食用油的消费量控制在合理的范围内。另外,应大力宣传不同食物营养保持的最佳烹饪方式,提倡蒸、煮等无油化传统烹饪方式,用科技的手段,引导居民科学消费食用油。

#### 4 结 论

(1)我国农村居民食用油消费存在较为严重的品种单一问题,多数家庭烹、煎、炸、炒使用同一种油,且长期食用一种油,如果不计作为凉拌调料食用的芝麻油,大部分家庭用油“从一而终”。

(2)调研数据显示,我国农村居民食用油消费量偏高,而且存在人均GDP越高的地区,食用油消费量越高的表现。江苏地区农村居民人均年消费食用油量为17.8 kg,河南与四川相差不大,分别为15.6 kg与16.8 kg,超出推荐量(9~11 kg)。

(3)我国农村居民的食用油获取方式主要是市场购买,但从本地作坊交换、委托加工仍然占较高的比例。结合农村食品市场的发育程度来看,农村居民选择“自给自足”与从小作坊获取食用油,有价格的考虑,但更主要的是出于对原料、安全的考虑,认为自己生产的食品是放心安全的。

(4)从偏好上看,主要是口味、安全、习惯等。深入调研得知,习惯与口味是与当地的农业结构存在很大的依存性,特别是对自产油的消费方面,如四川和江苏地区生产油菜籽,当地居民食用油消费中,菜籽油占据重要比重。其次农村居民更青睐自产的或本地作坊生产的食用油,这从一个方面显示出,农村居民在追求食物安全的路上,正走向一个极端,认为原生态等于安全,对工业生产、对市场存在严重的不信任。

#### 参考文献:

- [1] 房红芸,何宇纳,于冬梅,等.中国居民食用油摄入状况及变化[J].中国食物与营养,2017,23(2):56-58.
- [2] 姜长云.我国农业和农村发展再度进入新阶段[J].经济研究参考,2008(65):3-12.
- [3] 中国营养学会.中国居民膳食指南2016[M].北京:人民卫生出版社,2016:3.
- [4] 申思,吕晓华.膳食多样化与健康关系的研究进展[J].川北医学院学报,2017(6):475-478.
- [5] 卢素兰,刘伟平.消费者特征与小品种食用油购买行为的实证分析[J].林业经济问题,2016,36(4):361-368.
- [6] 周金星,徐方旭,匡立学,等.沈阳市食用油消费意识现状与分析[J].中国油脂,2012,37(9):1-5.