

# 日本の行事食に関する研究 (第1報)

— 本学の短大生家庭における伝承調査 —

長尾慶子\*

大久保洋子\*\*

A Study of Japanese Ceremonial Foods (I) – Data Collected  
from Bunkyo University Women's College Students' Families –

Keiko Nagao

Hiroko Okubo

## 1. はじめに

古来人間生活にはあらたまつた[ハレ]の日と普段の[ケ]の日とがあり、季節の区切りの年中行事や人生の儀礼に応じた[ハレ]の日の行事食が地域独自の風土や宗教、食材に支配されて受け継がれてきた。それが地域の人々との共同体としてのつながりを強め、伝承文化としての重要な位置付けをなしてきた。現在の日本の食生活は大変豊かになり多様化且つ個性化が進んでいるが、それとともに家庭生活の中で日本の食文化の伝承が近年富に失われつつあるといわれる。すなわち食の営みの基本単位である家庭から、地域に根ざした食べ物の伝承や行事が受け継がれなくなり、食物教育の場としての機能が失われているのではないかと危惧されている<sup>1)-8)</sup>。そこで我々調理教育を実践している者として、その現状を知ることで今後の食生活指導や調理実習献立の作成・指導に役立てたいと考えた。まず本学学生の実家庭での調理担当者を対象にアンケート調査を実施しいくつかの知見を得たのでその一部を報告する。なお今回の結果を踏

まえて、調査対象・調査地域を広げての詳細な調査を現在実施中である。

## 2. 調査方法

平成10年10月に、栄養科・家政科の学生235名の家庭に調査用紙を配布し、家庭での主たる調理担当者206名より回答を得た。回収率は87.6%である。

### 1) 調査対象者の属性

調査対象者の現在の居住地とその内訳を以下に示す。

神奈川156名、東京14名、千葉2名、茨城2名、長野10名、静岡9名、山梨1名、栃木6名、群馬1名、新潟4名、福島1名、秋田1名、青森1名であった。

調査対象者の年齢構成を表1に、家族数内訳を表2に示す。調査対象者の76%が神奈川在住である。40代後半が56.8%と、50代前半の24.3%とあわせて全体の80%を占めているのは、丁度その年代が18歳~19歳の短大生の親の年代にあたるからであり、その平均家族数は4.3人であった。

\* ライフデザイン学科教授

\*\* 健康栄養学科助教授

表1 調査対象者年齢構成

年 齢 (歳)	人 数	割合 (%)
39 歳 以下	0	0
40 ~ 44	31	15.0
45 ~ 49	117	56.8
50 ~ 54	50	24.3
55 ~ 59	1	2.4
60 ~ 64	0	0
65 ~ 69	1	0.5
70 歳 以上	2	1.0

表2 調査対象家庭の家族数内訳

家 族 数	対象家庭数	割合 (%)
7 人	5	2.4
6 人	28	13.6
5 人	42	20.4
4 人	97	47.1
3 人	31	15.0
2 人	1	0.5

不明 2 名

## 2) 調査対象者の就業状況

専業主婦は74名 (35.9%)、常勤・自営・パート、(非常勤)を含む有職者は132名 (64.1%)であった。つまり本調査対象家庭における調理担当者の約64%が何らかの社会的な仕事に就いている。これらの生活環境が以下の調査項目の結果にどう結びついてくるのであろうか興味のあるところである。

## 3) 食生活に影響を受けた地域

今までの対象者の生活履歴から考えて、現在の家庭に於ける食事内容や食事習慣に大きく影響を受けたと考えられる地域をあげてもらった。この設問の目的は、調理担当者の料理の味付けの方法とか家庭の行事および行事食が過去に住んでいた地域の食文化の影響によるところが大であると想定した設問である。結果を表3に示す。

表3 現在の食生活に影響を与えた地域

地域名	対象者数	割合 (%)	地域の詳細 ( )の数字は該当者数
関 東	119	58.3	東京(20)、神奈川(85)、茨城(3)、埼玉(2)、千葉(1)、群馬(2)、栃木(6)
東 北	16	7.8	福島(6)、秋田(3)、岩手(2)、山形(1)、青森(4)
中 部	33	16.2	長野(12)、静岡(10)、山梨(2)、愛知(1)、新潟(7)、石川(1)
関 西	1	0.5	奈良(1)
四 国・ 中 国・ 九 州	8	3.9	山口(1)、島根(1)、沖縄(1)、宮崎(1)、鹿児島(2)、熊本(1)、愛媛(1)
不 明	27	13.3	

過去の生活履歴において、関東・中部地域での食生活文化の影響を受けたと考える対象者が75%を占めている。特にその中でも神奈川地域が40%以上である。

また、過去に影響を受けた土地の住居環境を聞いたところ、住居周りの環境が山村部である者59名 (29.6%)、海辺24名 (11.7%)、町部87名 (42.2%)、混合3名 (1.5%)、不明33名 (16%)であった。

以上のような属性の調査対象者に対して行った調査結果を次に示す。

## 3. 調査結果

### 1) 行事食の摂食状況

それぞれの家庭で毎年用意して食べているものについて、前もって提示しておいた行事食の中から印をつけてもらった。行事食の摂食状況を表4にあげる。

表4 家庭で用意している主な行事食

月	行事食の名前 ( )の数字は該当数	
1月	雑煮 (202)	おやき (10)
	七草がゆ (100)	さぎちょう(どんど)のだんご (42)
3月	雛祭りのすし(110)	雛あられ(99)
	ひしもち (29)	
4月	桜餅 (64)	
5月	端午の節句の柏餅 (113)	
7月	七夕のそうめん (8)	
9月	月見だんご (26)	彼岸の萩のもち・ぼたもち (142)
	年越しそば (191)	

この結果からも明らかのように、正月の雑煮ならびに年越しそばは、現在でも年中行事としてほとんどの家で用意されている。

一方、調査対象者が過去に食べていたものが現在食べなくなった行事食のうち、多く挙げられたものとして、彼岸のおはぎ・ぼたもち(73)、ひなあられ(66)、ひなまつりのすし(59)、月見の団子(58)、七草粥(56)、どんどのだんご(55) 端午の節句の柏もち(47)、ひしもち(42)がある。いずれも括弧内の数字は該当者数である。そこで、食べなくなった時期と食べなくなった理由について自由記述してもらった。結果を表5および表6にまとめた。

表5 行事食を食べなくなった時期

年 代	件数	割合(%)
昭和30年(1955)以前	16	5.3
昭和30年前半(1955-1959)	29	9.7
昭和30年後半(1960-1964)	25	8.3
昭和40年前半(1965-1969)	42	14.0
昭和40年後半(1970-1974)	9	3.0
昭和50年前半(1975-1979)	60	20.0
昭和50年後半(1980-1984)	13	4.3
昭和60年～平成元年(1985-1989)	83	27.7
平成2年～平成6年(1990-1994)	23	7.7

表6 食べなくなった主な理由

理 由	件 数
家で作らなくなった。 (作っていた祖母、母が死亡。) (手間がかかるなど)	54
生活スタイルが合わなくなった。	51
家族の嗜好に合わなくなった。	49
子供の成長・独立	44
行事そのものをしなくなった。	31
時間が無い。	8

表5、6ともに件数は該当家庭数を示す。

時代とともに家族の構成人員の変化や子供の成長に合わせて行事食の摂取状況が影響してくることは当然であるが、生活スタイルが合わなくなったとか、行事そのものをしなくなったとか、ほかにおいしいものがたくさんあり好んで食べなくなったとかの理由があげられた要因には、社会環境の大きな変化が推察される。そこでここ40年間の日本の経済成長率と併せて考察してみた(図1)。データは、[数字でみる日本の100年](国勢社)<sup>9)</sup>や総務庁統計局より毎年発行されている[日本の統計]<sup>10)</sup>から日本経済の成長の度合いをひろったもので、大きな社会経済の変化が家庭における食生活にも影響を与えていることが容易に想像できた。図の折れ線グラフは一人あたり国内総生産(GNP)の推移を示すが、行事食を止めた時期の5年毎の延べ人数を棒グラフで表し、その関係をみたところ、各種の行事食を食べなくなった時期の大きなピークが3箇所ほどみられた。すなわち、1965-1970年と1975-1980年、および1985-1990年頃であり、いわゆる経済の高度成長時代と奇しくも重なっており、生活スタイルの意識の変革が経済の高度成長により促進されたことが推量される。その後の第1次石油危機、第2次石油危機ならびにバブル崩壊後の経済後退時期には行事食の廃止等は停滞し、人々の意識の保守化が推量される。

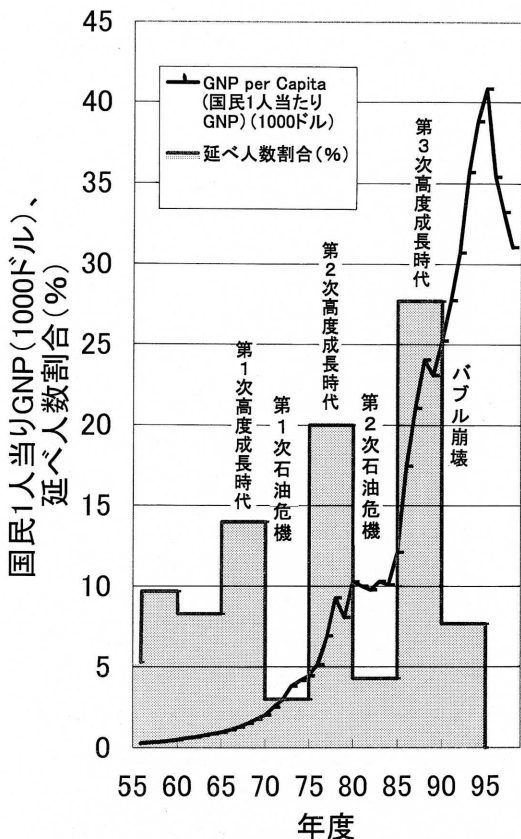


図1. 国民1人あたりのGNPと行事食を食べなくなった時期

2) 現在続けている手作り食品

この5年間手作りしている食品を自由記述してもらい、結果を表7に示した。

手作り食品のうち、赤飯、餅、おはぎのような米を基本とした食品（合計延べ人数383名）の他に、ぬかみそ、白菜漬け、たくわん漬け、粕漬けなどの漬物類（合計延べ人数298名）が次に多く手作りされていた。次に梅酒、梅干（合計延べ人数245名）が多くの家庭で手作りされている理由として、アンケート対象者の多い神奈川地区が小田原を中心とした梅の産地であるのが関係しているのであ

ろうか、興味のあるところである。今後地域性も検討していきたい。

表7 過去5年間での手作り食品

米製品	赤飯(129) 餅(67) おはぎ(92)		
	団子(49)	草もち(36)	柏餅(10)
小麦粉 そば粉製品	うどん(19)	そば(19)	まんじゅう(28)
漬物類	ぬかみそ(109)	白菜漬け(125)	たくわん漬け(36)
	粕漬け(26)	らっきょう漬け(1)	野沢菜漬け(1)
その他	梅酒(162)	梅干し(83)	味噌(24)
	塩辛(46)	こんにゃく(6)	豆腐(5)

3) 食品の手作り度

食事の摂取形態や食事の内容が大きく変化してきた現代において、昔からハレの日の代表的な食事として用いられていた赤飯や餅、うどん、そばは、現在の家庭ではどのような位置を占めているのであろうか。

それらの手作り度を調査した結果（図2）を以下に示す。

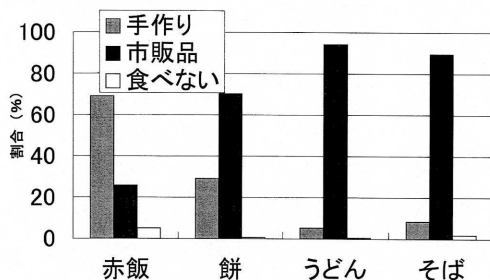


図2. 料理の手作り度

本調査対象家庭においては、赤飯は70%程度の家庭で手作りされていた。その登場場面としてはやはり、子供の出生、入学、卒業、成人、結婚、誕生日、就職、祭り、新築、初

潮、七五三、敬老など、諸々の祝い事の行事食として現在も安定した位置を堅持していた。

それに比べて、もちの70%、うどん、そばの90~95%が市販のものであった。しかし餅の食べ方としては、やはり正月の雑煮として食べる習慣の者が66%であり、餅は正月の行事食として現在も多く取り入れられていることがわかる。一方うどんの90%、そばの80%が日常食として食べられており、人を招いた折に手打ちうどんや手打ちそばで歓待するハレの食事としての位置付けは非常に少なくなっている。

### 3) 作り方を知った手段

主な食品の作り方をどのような方法で知ったのかを質問した。その中から、よく作られているぬかみそづけ、赤飯、梅干をとりあげて図3-1~3に示した。家庭の美味しいぬかみそは、代々の主婦がその味を受け継ぎ丁寧に糠床を守ってきているからと言われるが、本調査結果でも母親や祖母などの家族から教えられた者が約80%と多い。また同様に赤飯も76%が家庭での伝承である。一方梅干では、テレビ、雑誌、隣人等の外部メディアによる者が47%と多いのは、減塩梅干しや無添加自然食品等、現代の健康志向からの新しい梅干づくりの情報を得て手作りしている家庭も多いのではないかと推察される。

### 4) 伝承料理についての意識

古来、米が第一のハレの食品であり、1年を通じて決まった日に行われる地域の年中行事に係した特別な食事<sup>11)12)</sup>には、米で作った餅、だんご、赤飯、かゆが多く作られ、その他に地域特産の食べ物が利用され<sup>13)</sup>特徴あるハレ食として定着してきた。しかし、時代の変遷につれ新しい年中行事としてのクリスマスやバレンタインデー等が加わって、現代はその内容も変化してきている。

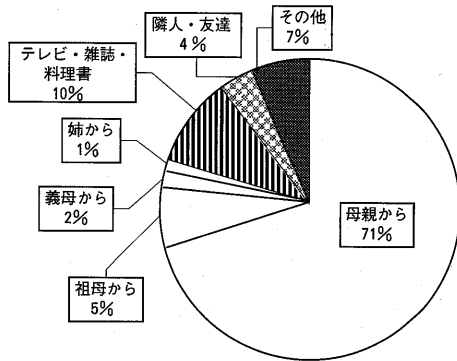


図3-1 調理技術を得た手段（ぬかみその場合）

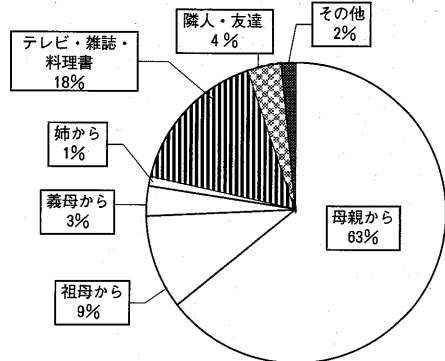


図3-2 調理技術を得た手段（赤飯の場合）

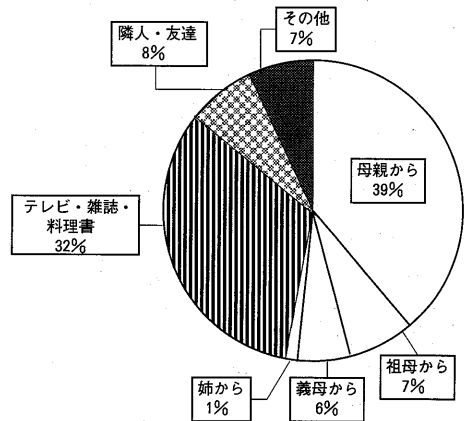


図3-3 調理技術を得た手段（梅干の場合）

そこで日本の伝承料理についての調理担当者の考えを5つの設問(考え方)の中から選択してもらった。その結果を表8に示す。

約80%の人が伝承料理というものを次代に残していきたいと考えていることがわかる。一方、20%は伝承料理にこだわらず時代の流行にあわせたものと考えているが、今後若い世代が主婦になった時にはこの割合がどのように変化していくのか興味のあるところである。

表8 伝承料理についての意識

考 え 方	人数	割合(%)
大切にして次世代に作り方や味を伝えていきたい	69	23.0
手作りは安全で健康的であるから伝承していく	118	39.3
市販の加工食品を上手に選んで伝承料理に取り入れる	41	13.7
時代に合わせて流行の料理も取り入れる	64	21.3
そ の 他	8	2.7

#### 4) 残したい伝承料理

次に、これからの時代に伝承したい料理として自由記述してもらった中から多かった順に8品選んだ(表9)。第1位の煮物は、野菜の煮物、魚の煮付け、お節料理の煮物、肉じゃが等広い意味での和風の煮物をさしてい

表9 伝承したい料理(上位8品)

料 理 名	件数	料 理 名	件数
煮物全般	80	お節料理全般	41
赤 飯	74	寿司(ちらし、いなりずし等合計)	27
漬物類(白菜漬、ぬかみそ漬け等の合計)	64	おはぎ	26
雑 煮	50	味噌汁	20

る。やはり家庭の味・お袋の味的料理としての煮物が好まれ、残しておきたい料理のトップにあげられた。その他の伝統料理として、お祝い料理の赤飯や正月の雑煮やお節料理、日本料理の代表的なすし、日常食としてのみそ汁や漬物を残していきたいと願っているのは当然の結果として納得できる。

#### 5) 次代に伝えていきたい食生活の知識

これからの望ましい食生活として、将来も伝えていきたいと考える知識・情報を任意にあげてもらった。結果を以下の知識群に分類し、その内容の内訳を併記した(表10)。

食事は家族の健康や心の憩いの場でもあるが、その大事な食事づくりの基礎的な知識、すなわち、調理のコツ、味付けの方法、だしのとり方や飯の炊き方などの基礎的な調理技術、調理器具のとり扱い方、包丁の使い方、ふきんやまな板の衛生等についての知識の必要性を多くの人が認識していることがうかがえる。また古来のハレの食事に使われてきた日本の伝統的漆器の取り扱い方も大切に伝え

表10 伝えていきたい食生活の知識

知 識	人数	内訳、( )の数字は件数
調 理 の 基 本 的 知 識	139	料理のコツ(64)、味付けの仕方・調味料の使い方(21)、だしのとりかた(14)、魚のおろしかた(16)、米の炊き方(9)、盛り付け方(9)、あくのとり方(6)
調理器具の知識	120	包丁の手入れ(38)、食器の種類・取り扱い方(38)、漆器の扱い方(20)、鍋の種類と扱い方(12)、その他の調理器具の使い方(12)
食 材 の 知 識	49	材料の保存(16)、食材の見方・選び方(33)
衛 生 面 での知識	39	まな板の手入れ(15)、ふきんの衛生(7)、台所の衛生・整理(17)
そ の 他	15	食事マナー(8)、栄養・献立の知識(7)

ていきたいと考えている人も多い。

### 6) 家庭で常備している和風調味料

日本料理は季節感を大切にした様々な食材の豊富さとともに、特に煮物や和え物には、調味料の種類や食材との組み合わせで実に多くの料理が存在しているのが特徴といえよう。

調味はたべもののおいしさに関わる重要な操作であり、料理の出来映えに大きく関わるものである。前出の表10にも[味付け・調味料の使い方]を伝えたい技術としてあげられたように、調味の重要性が多くの人に認識されている。

そこで、一般の家庭で常備され日常使われている和風の調味料には、どのような種類がどれくらいあるのかを調べることにした。質問の回答方法は、前もってあげた和風調味料名の中から家庭で常備しているものに○をつけてもらう方式にした。また、食塩(精製塩、粗塩)、しょうゆ(濃い口、薄口、減塩)、酢(米酢、ポン酢等)、酒類(日本酒、赤酒、酒粕、みりん)、みそ(田舎味噌、三州みそ、白味噌等)は、料理により使われる種類も細かく分かれるので、個々に数えることとした。

その結果、調査対象者の家庭で常備されている和風調味料の種類(表11)と常備数の分布(図4)を以下に示した。なお表11中のその他には、かぼすやゆずの果実、削り節、さば節、いりこだし、昆布、干し椎茸などの食品だし素材、七味唐からし、菜種油、梅酢、梅干、はちみつ、黒糖、ねりごまなどの食品素材が1~2件ずつ含まれている。

一家庭における常備和風調味料の保持数は下限4種類から上限25種類まで分布しており、平均保持数は約16種類であり、かなり多くの種類を保持している様子が伺えた。

### 3 おわりに

短大生の家庭を中心にその親世代である40代-50代を中心にした調理担当者を対象に家庭での行事食の伝承実態と意識調査を行った。得られた知見は以下のである。

- ① 正月にかかわる行事食としての雑煮、年越しそばは98%~90%以上の実施率であった。
- ② 行事食を食べなくなった時期と経済の高度成長期の3時期とが重なる傾向がみられた。
- ③ 現在も続けられている手作り食品として

表11 常備している和風調味料の種類

調味料名	該当件数	調味料名	該当件数
精製塩	194	日本酒	33
天然塩	103	みりん	199
濃口醤油	181	赤酒	32
薄口醤油	86	酒かす	20
減塩醤油	61	田舎味噌	140
ポン酢醤油	132	三州味噌	38
米酢	148	白味噌	69
サラダ油	195	ごま	186
天ぶら油	91	唐からし	168
ゴマ油	179	しょうが	183
和風だしの素	180	わさび	187
山椒	56	さとう	201
その他	49		

数字は○の数を示す

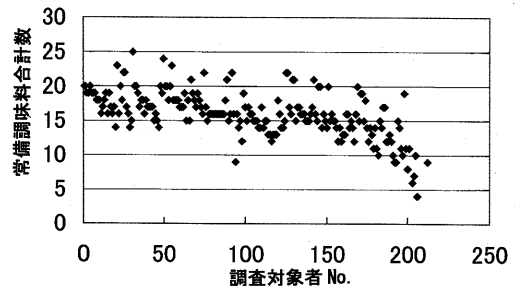


図4 常備している和風の調味料数の散布図

は多い順に、梅酒、赤飯、白菜漬け、ぬかみそ、梅干、おはぎであった。

- ④ 家庭での料理の手作り度をみると、赤飯では70%程度が手作りされていたが、うどん・そばは90%以上が市販品を利用していた。
- ⑤ 伝承手段としては、ぬかみそ、赤飯は、母親・祖母・姉など家庭での伝承手段が80%に近く、一方梅干はメディアからが30%を示した。
- ⑥ 残したい伝承料理としては、煮物、赤飯、漬物類、雑煮が上位を占めた。
- ⑦ 家庭での常備調味料数は平均16種類であった。

以上、日本古来の豊かな食文化の継承に危惧を覚える結果も一部みられたが、約80%の者が、食の伝承について時代の変容を受け入れながらも大切に考えている様子が伺えた。

しかしながら現在の我々の食環境は、飽食、生活習慣病、加工食品と添加物、孤・個食、外食・中食の増加、自給率の低下、環境ホルモン、遺伝子組換え食品等々で表現されるように、健康な食生活を築くために真剣に考えなければならない数多くの問題が存在している。家庭における食事は、人間性を養い、社会性や道徳心、ならびに食文化を習得できる大切な役割を担っている重要な場所であることを将来の母親予備軍である短大生に自覚させ、日本の食文化の伝承と食生活の向上を食物教育を通して実践していきたいと願っている。

#### 〈謝辞〉

アンケートに御協力頂きました皆様に厚くお礼申し上げます。

尚、本研究は平成10年度共同研究費の助成を受けて行ったものであり、関係各位に感謝申し上げます。

#### 参考文献

- 1) 亘ナミ、吉中哲子、岩倉さち子、石綿きみ子：行事食からみた食生活の動向（第1報）年中行事について、家政学雑誌32巻 p 479-487（1981）
- 2) 南幸：日本の行事食に関する調査（その1）、桜井女子短期大学紀要8巻 p 9-19（1986）
- 3) 南幸：日本の行事食に関する調査（その2）、桜井女子短期大学紀要9巻 p 51-57（1987）
- 4) 和田治子：行事食に関する調査（第1報）行事食の実施状況について、美作女子短期大学紀要35巻 p 50-56（1990）
- 5) 三田コト：年末年始の食事における食文化の伝承、短大生とその家族の食事から、長野県短期大学紀要52号 p 1-8（1997）
- 6) 中澤弥子、小貫裕貴子、木寺洋子：女子短大生の食事文化伝承意識および実態、十文字学園女子短期大学部研究紀要第29集、p 99-116（1998）
- 7) 木寺洋子、中澤弥子、小貫裕貴子：女子短大生の母親の食事文化伝承意識および実態、十文字学園女子短期大学部研究紀要第30集、p 87-102（1998）
- 8) 東川魁美、下坂知恵：伝統食の継承と食育に関する研究（第1報）－北海道の郷土料理と若者の食嗜好食生活研究、20、p 36-41（1999）
- 9) 数字でみる日本の100年、国勢社（1991）
- 10) 総務庁統計局編、日本の統計、日本統計協会（1992）～（1999）
- 11) 石川寛子編、食生活と文化、弘学出版 p 164-167（1988）
- 12) 川端晶子他6名共著、改定食生活論、建白社 p 56-69（2000）
- 13) 石毛直道監修、食の文化-調理とたべもの、味の素食の文化センター（1999）