

21世紀に伝えたい味，残したい食品

食生活なんでも110番

湯川和子*

呉大学看護学部

石井香奈子 山下洵子

論文要旨 地域の食文化や味を記録に残し，更に多くの人たちが継承し育てていくことを願望して「21世紀に伝えたい味・残したい食品」「食の思い出」の2項目をアンケートにより調査した。呉市内に在住・在勤者およびその関係者（5歳から98歳までの男女1,010名）にアンケートにより回答を得たところ，ちらし寿司，味噌汁，煮しめなどの伝統的な和食が上位にあげられていた。「食の思い出」では「郷土食」，「家族と一緒に料理をした」，「食卓を囲んだ思い出」など地域や家族と繋がる思い出が多く寄せられた。

キーワード：21世紀，味，食品，食文化

■ はじめに

著者のひとり湯川は，3年にわたる電話相談「食生活なんでも110番」のボランティア活動のなかで，現在の食生活が健全でない，と感じる事例に度々出会ってきた。また，呉市近辺は海，山，野，川と自然環境に恵まれ，四季折々に新鮮な旬の食材が手に入るが，最近では，交通機関の発達，多量の情報，外食産業の多様化，食の国際化，生活リズムの変化などにより，いつでも，どこでも，食べたいものを食べたいときに食べて空腹感を癒すことができるので，この地域でも食への意識が自分の若い頃とはすっかり変わった，と実感することも多い。そうした体験を通して，特に，若い世代が食にしっかり関心をもつこと，食を提供する大人が健全な食の見直しをすることが必要である，と痛感し，当地の利点を生かした食のあり方を探りながら，健康づくりと食文化の継承へ繋ぐ活動へともっていきたい，と考えるに至った。その活動の方向の手がかりを得たいと思い，まず，地域住民の食意識の実態を捉えるためにこのアンケート調査を行った。

■ 対象，方法

調査実施期間

2000年12月～2001年2月の3ヶ月間

対象者

広島県呉市及び呉市周辺在住者またはその親族，知人など，5～98歳の計1,010名

調査方法

質問用紙（表1）を各人に渡し記入してもらい，すぐに回収して集計した。質問は，このアンケートに答えることで少しでも食に関心をもってもらいたいという意図があったので，「21世紀にどんな食べ物を残したいか」とせず，あえて，湯川自身のメッセージを前置きに若干加えた。

■ 結果

「21世紀に残したい味」「伝えたい食品」の回答で，主食，主菜の料理をあげた人が年代別でも性別でも圧倒的に多く，魚類，野菜類を食材とする料理名をあげた人はきわめて少なかった。アンケートの設問を考えたとき，食材名と料理名のいずれがあげられるか興味があったが，こういう問

*連絡・別刷請求先

ゆかわ かずこ

〒737-0024 呉市宮原7-4-24 食生活なんでも110番

表1 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」調査用紙

アンケートにご協力をお願い致します

年齢 才 性別は 男、女

外食産業、食の国際化、バイオ技術など食の考え方、嗜好も変化しておりますが、あなたにとって21世紀に伝えたい味、残したい食品は何ですか？ 皆様の声をまとめて、微力ですが、食文化の継承を提案する資料つくりのためにご協力下さい。

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

美味しかった食べ物の思い出がありましたら書いて下さい。

管理栄養士 湯川和子

質問などございましたら
0823-21-1893 (湯川) へお願いします。

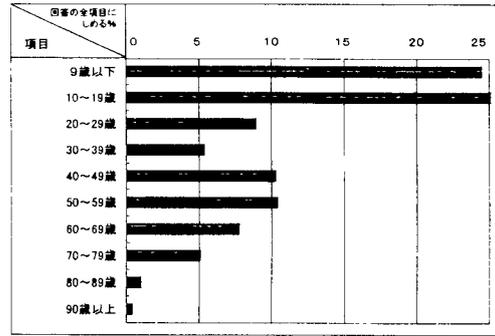


図1 全対象者の年齢構成 (1,010名)

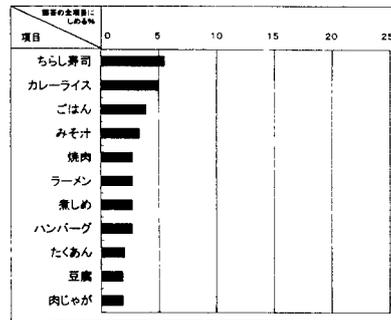


図2 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
全対象者の回答 1,010名

いかげをすると人は料理名を頭に浮かべることが読みとれた。

回答者の年齢分布を図1に示す。男性は282名、女性が728名で圧倒的に女性が多かった。19歳以下が50%を占めたのは、地元の小学校および中学校に依頼して得た回答が多数あったことによる。

「21世紀に残したい味」「伝えたい食品」として記載された品目上位10までにあげられたもの(以下「上位10」と略す)の全対象者の集計を図2に、性別による集計を図3、図4に示す。多くあげられたものは、全対象者においてちらし寿司、カレーライス、ごはんの順であった。また、男性ではカレーライス、ラーメン、焼き肉の順で、女性ではちらし寿司、ごはん、味噌汁の順であった。

年代別の「上位10」の集計を図5～13に示す。各年代の1位は9歳以下と10歳代はカレーライス、20歳代、30歳代はちらし寿司、40歳代、50歳代ではラーメン、60歳代と70歳代は煮しめ、80歳以上はちらし寿司だった。40歳代、50歳代はラーメンが一位だったが20歳代、30歳代では「上位10」に入っていない。

回答で1番目に記入された食品、または料理名

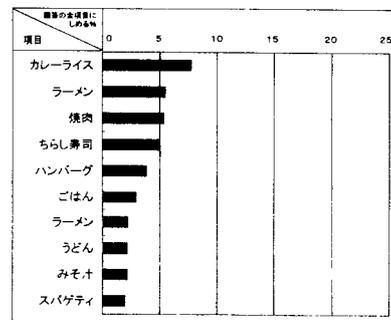


図3 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
男性の回答 331名

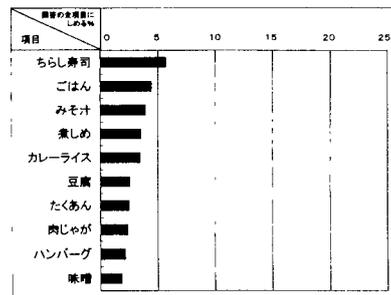


図4 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
女性の回答 679名

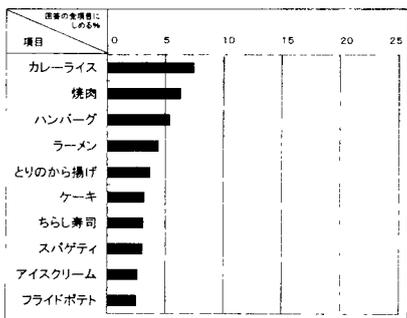


図5 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
9歳以下の回答 247名

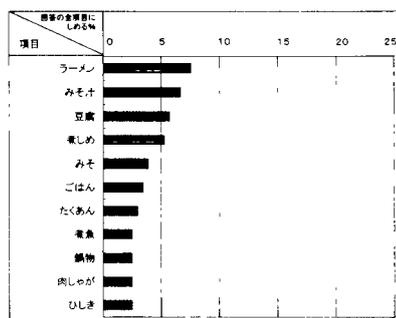


図9 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
40～49歳の回答104名

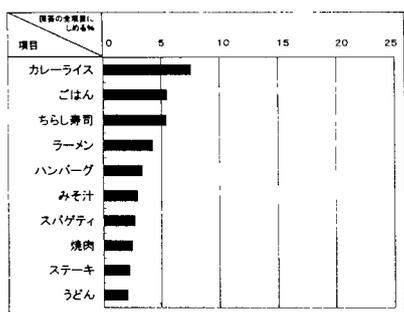


図6 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
10～19歳の回答 267名

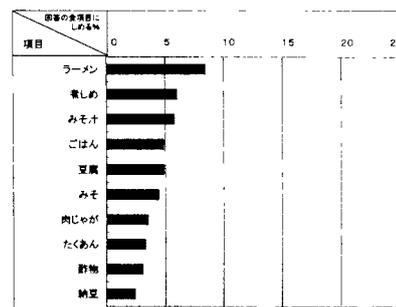


図10 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
50～59歳の回答 105名

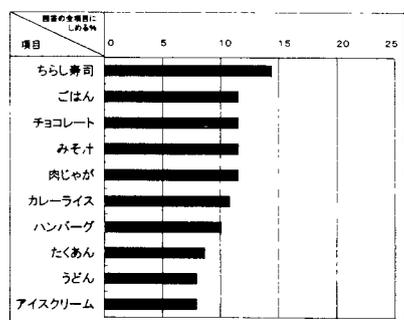


図7 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
20～29歳の回答 90名

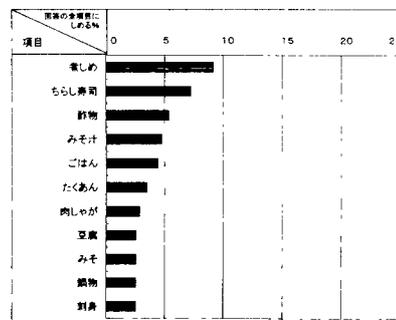


図11 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
60～69歳の回答 78名

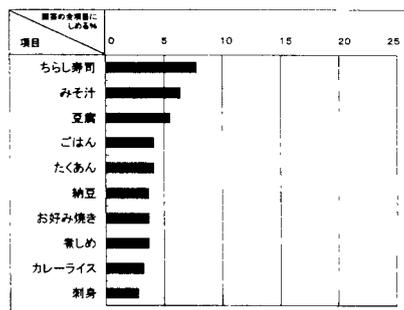


図8 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
30～39歳の回答 54名

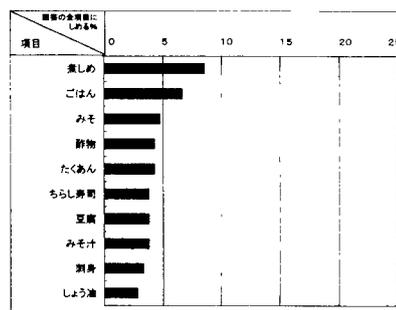


図12 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から1～10位の項目
70～79歳の回答 51名

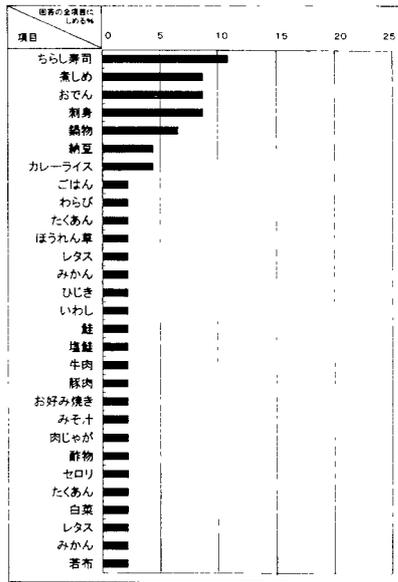


図13 「21世紀に伝えたい味, 残したい食品」の回答から1～10位の項目
80歳以上の回答 14名

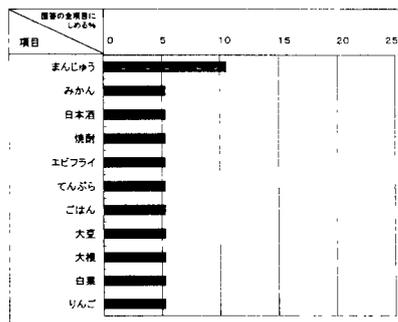


図14 「21世紀に伝えたい味, 残したい食品」の回答から第1位の項目
全対象者の回答 1,010名

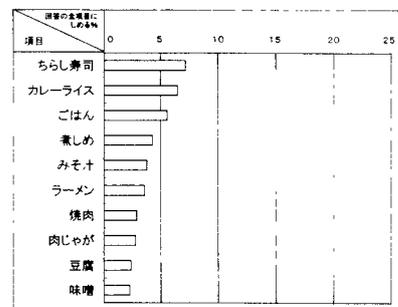


図15 「21世紀に伝えたい味, 残したい食品」の回答から第1位の項目
男性の回答 331名

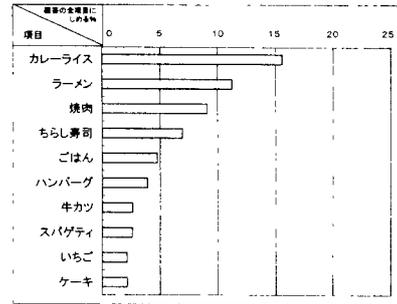


図16 「21世紀に伝えたい味, 残したい食品」の回答から第1位の項目
女性の回答 679名

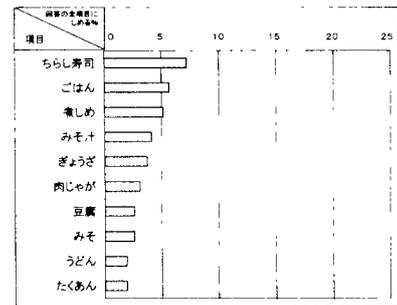


図17 「21世紀に伝えたい味, 残したい食品」の回答から第1位の項目
9歳以下の回答 247名

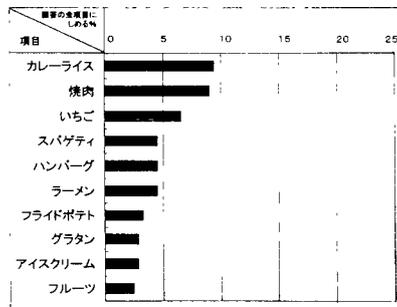


図18 「21世紀に伝えたい味, 残したい食品」の回答から第1位の項目
10～19歳の回答 267名

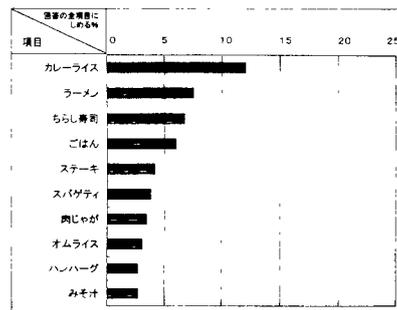


図19 「21世紀に伝えたい味, 残したい食品」の回答から第1位の項目
20～29歳の回答 90名

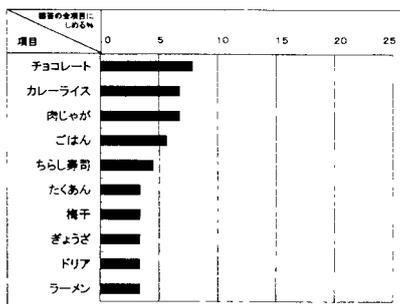


図20 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から第1位の項目
30～39歳の回答 54名

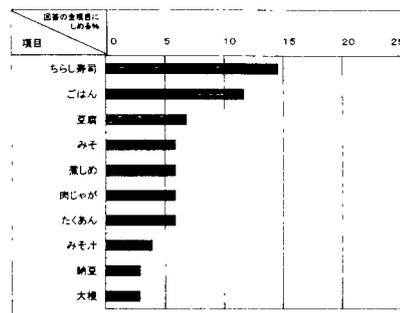


図23 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から第1位の項目
60～69歳の回答 78名

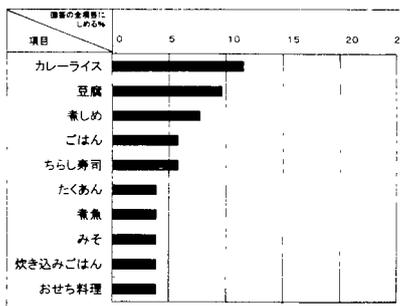


図21 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から第1位の項目
40～49歳の回答 104名

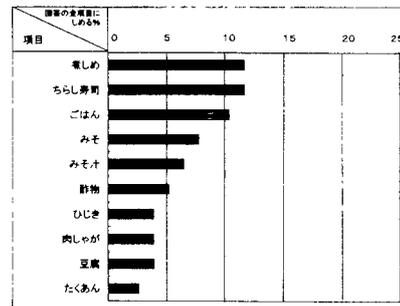


図24 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から第1位の項目
70～79歳の回答 51名

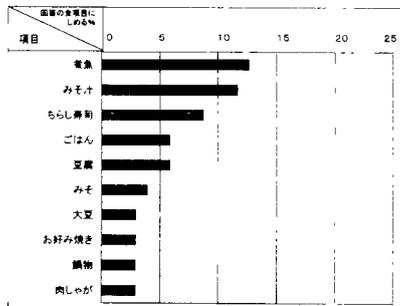


図22 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から第1位の項目
50～59歳の回答 105名

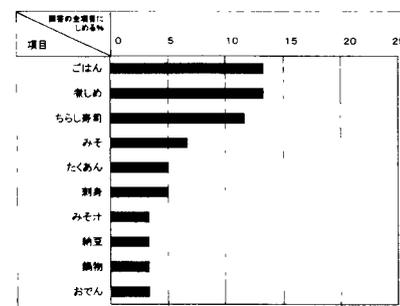


図25 「21世紀に伝えたい味、残したい食品」の回答から第1位の項目
80歳以上の回答 14名

(以下「1番」と略す)の、全対象者の集計を図14に、性別と年代別集計を図15～25にまとめた。全対象者ではちらし寿司、カレーライス、ごはんの順に上位を占めた。男性はカレーライス、ラーメン、焼き肉の順で、女性はちらし寿司、ごはん、煮しめの順であった。年代別では9歳以下、10歳代、30歳代はカレーライス、20歳代はチョコレート、40歳代は煮魚、50歳代と80歳以上はちらし寿司、60歳代は煮しめ、70歳代はごはんであった。

「食に関する思い出」に記載されたものを20歳未満と20歳以上に分けて、表2に列記する。重複

した記述はなかった。また、今回のアンケートへの回答からはずれるが、食品汚染を危惧し安全な食品を望む声や、地産地消の勧めや食品を無駄なく食べて、環境保全への訴えもあった。

■ 考察

「上位10」の回答には年代別の特徴はみられなかった。どの年代も一様に嗜好が多様化しているように見られる。

全対象者の回答では、「上位10位」にちらし寿

司、カレーライス、ごはんなど、米を主とした料理が選ばれていた。米ばなれが話題になる今日であるが、どの年齢層においても、未だ、米が身近で主食として揺ぎない食品であり、米にこだわっている様子がうかがえる。一方、呉名物の「いが餅」は、どの人の食の思い出としてもあがってはいなかった。いが餅は、呉地方では、数十年前までは祭りや花見に必ずと言ってよいほど食べた、と言う。広島地方独特の柴餅（しばもち）と同じように米粉の皮であんを包むが、柴に挟まないで色粉で赤や青に染めた米を数粒表面につけて蒸して作る。麦やあわなどの雑穀で作った団子に貴重な米を数粒つけて、せめてものぜいたくを味わったのが始まりだとされている。今日では、雑穀のかわりに餅粉が使われているが、もはや、多くの人にとって食の思い出とはならないらしい。既に、米を主体とした食生活が定着し、米を十分に食べることが保証されている世相を反映しているようで興味深い。

調査用紙の1番はじめに記入された食品または料理名「1番」は、特に本人が一番強調したい食品あるいは料理と推定し、特に考察してみたい。

「1番」にあげられた回答を見ると、30歳代で嗜好が変わるようで、30歳以上は和食が好まれる傾向があった。「1番」と「上位10位」とを比較したとき、何れも女性は和食が上位になっているが、男性は肉類の料理が好まれる傾向があった。また40歳代、50歳代の「上位10」の1位はラーメンにもかかわらず、「1番」にはラーメンは入っていなかった。逆に、「1番」のちらし寿司は「上位10」に入っていなかった。男性と女性で嗜好に違いがあるようだ。

呉市内には漁港もあり、新鮮な魚貝類や海藻の水揚げが多い。しかし、魚貝類は30歳以下では「上位10位」に入っていなかった。魚や海藻を食材とするもの、例えば小鯛の刺身やめばるの煮つけ、ひじきの煮物など、あるいはまた、地元でも養殖される牡蠣あるいはそれを食材としたもの、例えば広島郷土料理である牡蠣の土手鍋等、いずれも「上位10位」にも「1番」にも入っていなかった。地元には今日でも野菜を生産し市場に出している農家もあるが、煮しめなどの野菜料理は20歳以下では「上位10位」に入っていなかった。葱や里芋、ほうれん草など、地の産物をつかう料理名も全くあがってはいなかった。

呉が発祥地だといわれている肉じゃがは、全対

象者で10位、女性が8位であったが、男性では「上位10位」に入っていなかった。ちなみに、年代別では20歳代は5位、40歳代は10位、50歳代、60歳代は7位、80歳以上は8位であった。広島名物のお好み焼きは30歳代の6位、80歳代の8位のみで、それ以外の年代では「上位10」に入っていなかった。呉地域は日本酒の生産地（呉税務署管内で14件）であるが、「上位10位」にも「1番」にも入っていなかった。

食品のもつ個々の味は、調理によりあるいは食べる時の状況により、美味しい味にもまずい味にもなる。また、幼い頃に馴染んだ味は味覚形成として成長しても残ることが多い。表2の「食に関する思い出」の回答のなかに、食品や料理名の記載の前に「母が作ってくれた」「祖母が作ってくれた」「お父さんが作ってくれた」「手づくり」「家族と一緒に」など、家族あるいは家庭と結びつく語句が付け加えられた記載が約半数あったのは、食べる行為を取り巻くその場の雰囲気や会話などが食べ物と一緒に懐かしく思い出されることが多いことを示しているのだろう。

今回の調査では、特に低年齢層や高齢者の回答のなかに、「伝えたい味」「残したい食品」というよりは、単に現在食べている好みの味、または食品と推定される品目が散逸していたので、現在好んで食べている食品や料理との関係がつかめるような調査も今後実施したいと考えている。

それはさておき、若い年代の人たちが数十年後に高齢に達したときの「伝えたい味」「残したい食品」も現在の高齢者と同じ食品になるのだろうか、大きな疑問である。現在の中老年が「21世紀に伝えたい味」「残したい食品」と考える食材や料理を今後も残すには、現在の自然環境の保全が必要であろう。できるだけその地の特徴を生かし身近なところでとれるものを主体にした食生活をするには、先人の知恵を生かした伝統の味を知り、その土地特有の食文化を次代に繋げる努力なしには成り立たない。

今日ではファーストフードを利用せざるを得ない場合もあるが、均一化した味や形、色よりも、食品個々の味を味わうことも貴重である。郷土食や伝統の味のもつスローフードのよきを見直す時期だと考える。どんなに技術や医療が発達しても、人の健康の基本は食にある。その原点に立ち帰り、地域の特徴を生かしながら、個性的な食文化と健康づくりのために、更に、調査・研究を続けたい。

表2 美味しかった食の思い出、忘れられない味

<p><20歳未満></p> <p>保育園時代に祖母が作ってくれたおにぎりの美味しさ 風邪をひいて食欲がなかったときに食べたフレンチトースト 家族旅行のときに私の好物の茶碗蒸しとメロンを父の分をもらって食べたその味 合宿時に自分達で作ったカレーライス 習字がやっとうまく書けたときにおばあちゃんが作ってくれたぜんざい 母が作る肉じゃがを食べると元気がでる 家族で鍋を囲んで食べる湯豆腐 母が作ってくれたコロシケ オムレノ きょうざ ケーキ類 八宝菜 お父さんが作ってくれた卵焼き おばあちゃんか作ってくれたコロシケ キャンプで食べたバーベキュー 自分達が育てた小松菜を入れた味噌汁 初めて食べたあんぱんの味 いちごはすっぱいと思っていたが最近のいちごは甘くて美味しい かにみそ入リスパケティ ベキンダック テールスープ パナナ 誕生日の寿司 エスカルゴ 手作りのケーキ マンボウの刺身 キャビア パイの実 抹茶アイス チョコボール 雛祭りセーラー 雛祭りケーキ 牡蠣フライのレモン添ホル モン チェリー 甲かつ 焼きそば 唐揚げレモンチキン</p>	<p>七輪で焼く小魚 葱付き牡蠣 自家製の古い漬物 つわりの時に食べたほかほかの海苔巻きおにぎり 昔食べたけんちん汁（自分ではその味がだせない） 初めて食べたテコレーノンケーキ 手作り保存食 松茸の佃煮 山椒の実の佃煮など 釣り船で食べた魚料理 とりたての牡蠣やなまこ つくりたてのぼん菜子 まきまき（かまぼこにきょうざの皮を巻いて揚げる） 東北の小さな店で食べたホタテ貝の刺身 えびそばろ（生海老で作りにきりなどにまぶす） ほっかけ汁（このしるを焼いてほぐしだしのぼして醤油を加えて熱いごはんにかける） うどん豆腐（うどん 豆腐 野菜を煮込み片栗でとじる） べたもち（さつまいもを入れた餅） 手打ち蕎麦 うどん 寒梅の天ぷら 新米のごはん 小いわしの鰯焼き 小いわしの刺身 田子汁 八寸 ほったい粉 すいとん汁 サラダ用ほうれん草 なら味噌 おもちピザ 牡蠣雑炊 豆腐ケーキ ナノピサ ところてん</p>
<p><20歳代以上></p> <p>終戦後の食糧難時代に食べたさつまいも（命のつなぎ） 終戦後の白米のごはん シヤム 木の炭焼き（小麦粉にけいなしの砂糖を入れてホントケーキ風に焼いた物） たき火で焼いたさつまいも 初めて食べたハナナ 子供の頃に食べたフランスパン 焼き飯 食糧の無い時代に母が 生懸命に作ってくれた食事（母の後ろ姿から給食関係の仕事に携わっている） 我が家で作る毎年の雑煮 風邪をひいたときに食べた熱い葛湯 祖母 母と一緒で作った柏餅 野菜たっぷりのもぐりごはん 自家製のとりたて野菜 特にとマト きゅうり</p>	<p><質問とは外れるか 記されていた事項></p> <p>輸入食品の利用増加が恐ろしい 狂牛病が恐ろしい 加工食品は極力食べないようにしている 農薬を使わない食品が欲しい 旬が忘れられている 外食は添加物が多くカロリーも多いのでなるべくしない 畑や田んぼが荒れ放題になっているのにどんどん食品を輸入している 果物が甘すぎる（以前は自然の味だった） 地元でとれる食品を食べたい</p>

参考文献

- 葛西奈津子；21世紀に何を食べるか，恒星出版，2000。
 幕内秀夫；じょうぶな子どもをつくる基本食，主婦の友社，2001。
 神田三亀男；広島の武事，風俗と食事広島地域研究所，1997。
 岡田哲；食の文化を知る事典，東京堂出版，1998。
 「日本の食生活全集，広島」編集委員会；聞き書き 広島の食事，農村漁村文化協会，1987。
 島田彰夫；伝統食の復権，東京経済新聞社，2000。
 加藤秀夫；食生活と健康づくり，化学同人，2000。
 社団法人 日本栄養士会；調理師読本，第一出版，2001。
 志の島忠；料理覚え書き，グラフ社，1999。