

# フード ケミカル

月刊

食品のおいしさと安心を科学する技術情報誌  
A Technical Journal on Food Chemistry & Chemicals.

2015

5

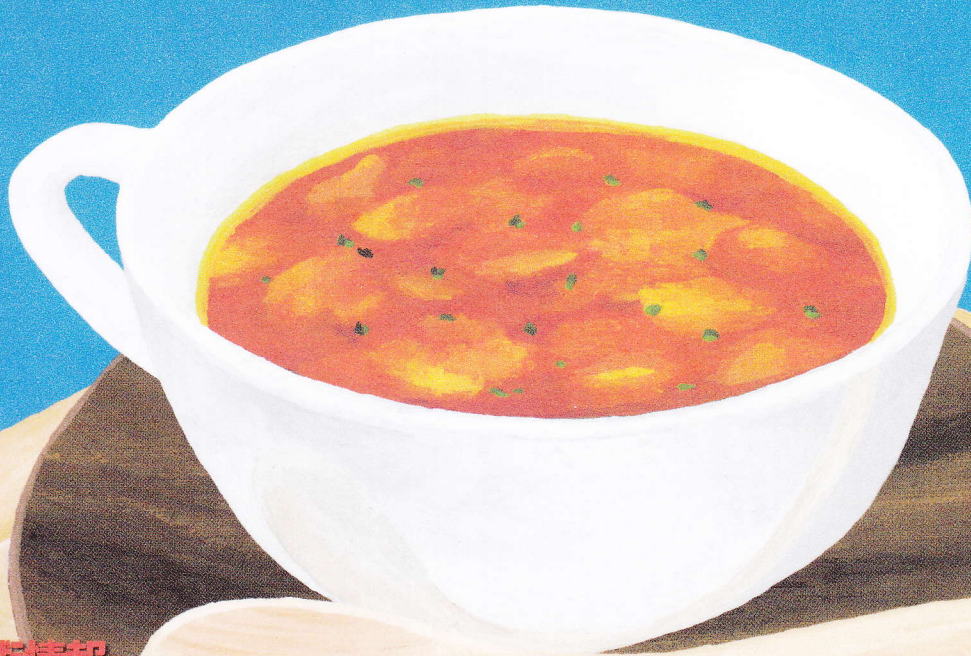
vol.361

特集2 色から見た食品の開発

特集3 ifia JAPAN 2015 直前特集

特集1

フリーズドライ技術の発展



## 最新技術情報

ヒドロキシプロピルセルロース(HPC)直接打錠法への適用  
日本曹達

マルチトールのチョコレートへの利用  
三菱商事フードテック



**ifia**  
JAPAN  
International  
Food Ingredients  
& Additives  
Exhibition  
and Conference

行事食および儀礼食に関する  
実態と意識について



宇和川小百合 Sayuri Uwagawa

東京家政大学 栄養指導研究室 准教授

うわがわ・さゆり

●略歴 東京家政大学家政学部栄養学科管理栄養士専攻卒業。現在、東京家政大学にて准教授として勤務。専門分野は栄養指導。



色川木綿子 Yuko Irokawa

東京家政大学 栄養指導研究室 助教

いろかわ・ゆうこ

●略歴 東京家政大学家政学部栄養学科管理栄養士専攻卒業。現在、東京家政大学にて助教として勤務。専門分野は栄養指導。

1. 行事と儀礼の温故知新

「和食；日本人の伝統的な食文化」と題して、ユネスコ無形文化遺産に登録されたのは、2013年12月のことである。和食のキーワードは「自然の尊重」、そして、その特徴が四つ示されている。

- ①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- ②栄養バランスに優れた健康的な食生活
- ③自然の美しさや季節の移ろいの表現
- ④年中行事との密接な関わり

年中行事との密接な関わりは、正月をはじめとして、年中行事と密接に関わった食事の時間を共にすることで、家族や地域の絆を強化、と記されている。

日本では、行事などを行う日を「ハレ」、日常の日を「ケ」と呼び、生活に変化を付けて暮らしてきた。

正月など年中行事の時には、特別なお馳走や食べ物を神様に供物として捧げ、家族などで食して、お祝いしてきた。

年中行事には、江戸時代に幕府が定めた五節供がある。五節供は、3月3日などの奇数(陽)の日は縁起がよいとされ、中国から伝わったと言われる。明治6年にこの制度は廃止になっているが、ご馳走を作って神に供える年中行事である。

《五節供》

- 1月7日：人日(じんじつ)……………七草
- 3月3日：上巳(じょうし)……………桃
- 5月5日：端午(たんご)……………菖蒲

7月7日：七夕(たなばた)……………笹

9月9日：重陽(ちょうよう)……………菊

\* 1月1日(元日)は新年を迎える特別な日

また、季節の旬を生かして、地域で採取される食材を使って培われてきた地方独特の食文化があり、行事が行われる時などに、家族を始め、地域の人々と共食し、つながりを深めてきた。

そして、人生の節目の祝いや冠婚葬祭などの通過儀礼についても家族や親戚、地域の人々などが集まって行われてきた。

しかし、高度経済成長期以降、社会を取り巻く環境の変化が、年中行事や人生の通過儀礼のあり方、そして、食文化に影響を及ぼしている。世帯構造が変化して、夫婦と子どもだけの核家族が増え、さらに高齢者だけの世帯や晩婚化などによって単独世帯も増加している。

また、人口の都市化が進み、地方の過疎化が問題となっている。共働きの世帯も増加して、ライフスタイルのあり方が多様化し、食の外部化、グルメ志向、健康志向、食の安全など食生活にも変化を与えている。

そして、家で家族揃って食事をする機会が少なくなり、それは、年中行事や人生の通過儀礼などにも影響を及ぼし、家庭や地域で伝承されにくくなっている状況がある。

反面、時代の流れとともに、新しいイベントとなるものも出現している。聖バレンタインデー、ホワイトデー、イースター、ハロウィンなど、これまでの行事とは異なった楽

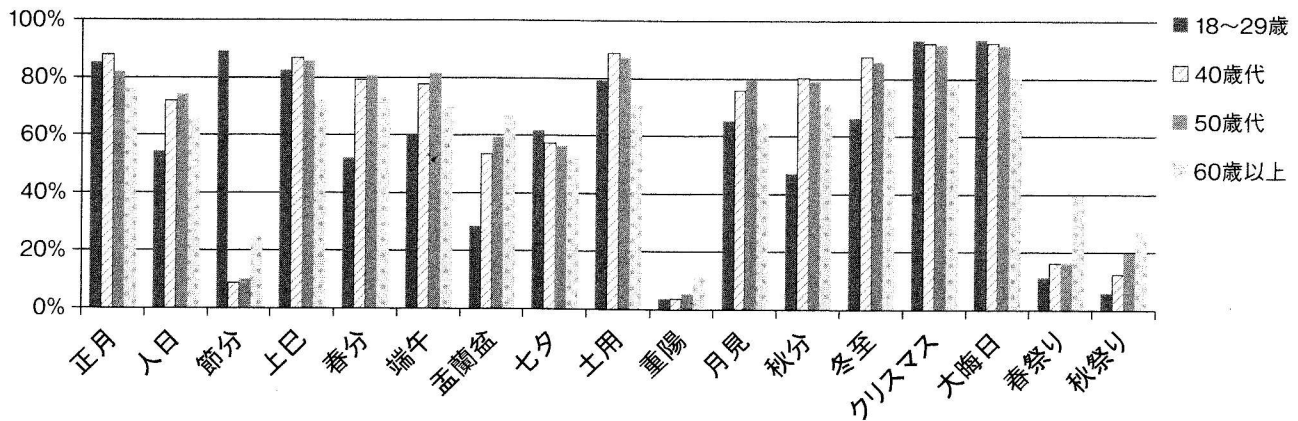


図1 年代別にみた行事の経験

しみ方や人との関わり方で行われている。

そこで、年中行事や通過儀礼、特にそれらの食について、どのようにして、伝承しているのかを探るために、調査を行った。

## 2. 調査対象

対象は、2009～2011年、調理科学会特別研究委員会による「調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」の全国調査より、関東地区(1都6県)調査の女性回答者3570名、18～20歳代、40歳代、50歳代、60歳以上と年代別に集計して検討した。30歳代は、41名と比較検討するには、数が少ないために除外した。

年中行事や通過儀礼の食について知るために、2013～2014年に本学の学生および卒業生にアンケート方式により調査を行った。在学生218名は、その場で回答、回収したので、回収率100%である。卒業生271名は、郵送法にて回答を得たので、回収率21%である。合わせて489名を20歳未満、20歳代と年代別にして集計して検討した。

## 3. 年中行事の認知度と経験

行事では、「重陽の節句」の認知度が低い。重陽の節句は、菊の節句ともいわれ、菊酒を

飲み、菊の花を楽しむ。邪気を払い、長寿を願う行事である。9月9日の9は、一番大きな数字で、節句の一つとされている。今では、認知しにくい節句となっている。

次いで「盂蘭盆」、いわゆる盆の行事の認知度も低い。各家庭で、野菜や精進料理、団子などを盆棚に供え、提灯などを飾って、火を焚いて霊を迎える。そして、先祖の墓や寺に参り、期間が過ぎたら、また火を焚いて霊を送る行事である。地域によって、7月あるいは8月に行う。

春分と秋分の前に行う「彼岸」の行事も低い認知度である。墓参りや仏事を行い、団子やぼた餅(おはぎ)を食する行事である。

ほかに認知度の低い行事は、春祭りや秋祭りなどの「祭り」である。それ以外の行事の認知度は、80%以上と高い。

これらの行事の経験は、図1の通り、認知度の割合よりも全体に低くなっている。

「人日」は、1月7日で、年明けの最初の節句である。七草の節句ともいわれ、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ(カブ)、スズシロ(ダイコン)を刻んで、粥に入れ、その年の豊作と無病息災を願った節句である。人日というのは、中国から伝わり、1月1日は鶏、2日は狗、3日は羊、4

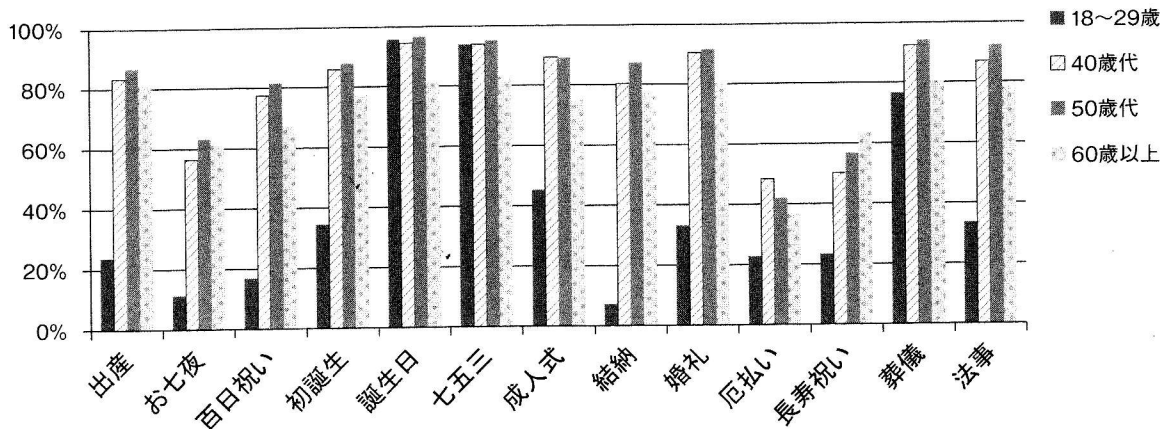


図2 年代別にみた儀礼の経験

日は猪，5日は牛，6日は馬，7日は人，8日は穀をそれぞれ占っていた，と伝わったものである。人日は，聞きなれない言葉かも知れない。

「節分」の経験が，若い世代に多いのは，学校などで経験があるからだと思われる。

#### 4. 通過儀礼の認知度と経験

儀礼の認知度は，40歳代以上で80%以上と高い。若い年代では，自分自身が経験をしていない，ということがあるので低いともいえるが，兄弟，姉妹数の減少，核家族の増加，親類や地域の付き合いのあり方の変化にも要因があると思われる。しかし，行事の認知度よりも儀礼の認知度の方が高い傾向にある。

若い年代で低い認知度の儀礼に「お七夜」がある。お七夜は，出産後7日目の儀礼で，乳児の無事を祝い，命名して家族が増えたことを喜ぶ祝いである。

「百日祝い」は，お食い初め，または，御百日祝い，ともいわれ，生後100日目から120日目の間に行われる。乳児に初めて食べ物を与える真似をする儀式で，歯固めの儀として，小石を用意するなど，子の成長を願う。

「初誕生」は，年齢をお正月ごとに年をとる「数え年」で数えていた時に，最初の誕生日で

ある満1歳を祝ったものである。一般に誕生日の祝いは，行われていなかった。一升餅を背負わせるなど，地域によって祝い方は異なるようである。

儀礼の経験は，図2の通りであるが，全体に認知度よりは，経験の方が低い割合である。

特に「厄払い」の経験は，どの年代でも低い。日本には，厄年というのが，人生の中で3回あるといわれている。男性なら，25歳，42歳(大厄)，61歳で，女性なら，19歳，33歳(大厄)，37歳である。これらの年の前後を前厄，後厄と呼んでいる。厄年にあたる年の元旦から神社や寺院で，厄除けのお祓いや祈願を行う儀式である。

#### 5. 赤飯と行事および儀礼

年中行事や通過儀礼の時に食される代表的な食べ物である赤飯について調査した。

年代別にみる赤飯の摂取は，図3の通りである。全体に行事よりも儀礼において，赤飯は摂取されている。しかも年代が高いと摂取する割合が高い。

若い人たちの赤飯の摂取は，図4の通りである。「七五三」と「成人式」を過ぎた20歳代の赤飯の摂取が，30~40%となっているが，他の儀礼時の赤飯の摂取は低い。

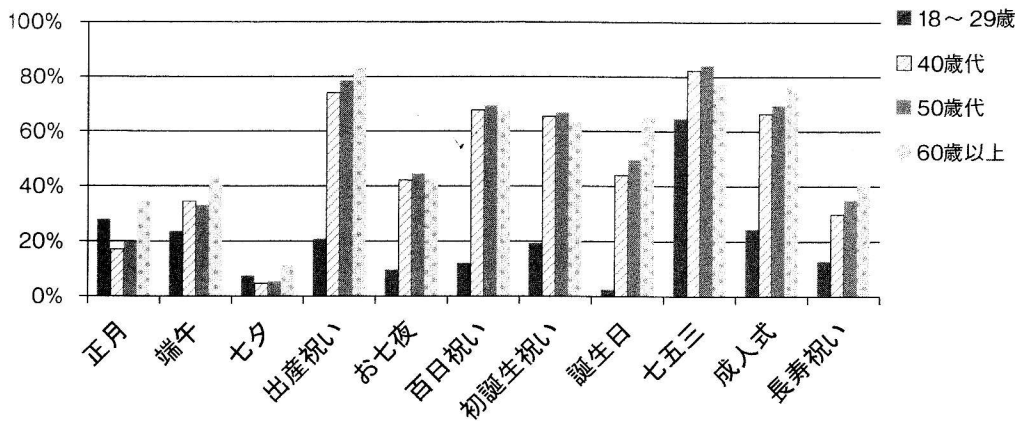


図3 年代別にみた赤飯の摂取

若い年代に赤飯の摂取について、調査した結果から次のようなことが分かった。

赤飯を摂取する時は、祝いの時と回答した人は、20%程度で、普段に食べたい時、祖母が作った時などであった。なかには、自分の祝いのために、こっそり購入して食べた、学校の授業で作って食べたことがあるなどの理由もあった。

赤飯を作らない理由は、面倒だから、なくてもよいから、作り方を知らない、嫌いだから、家族が食べないから、などであった。しかし、次世代に伝承させたいと思っている人は、非常にそう思う22%、そう思う60%以上と多かった。

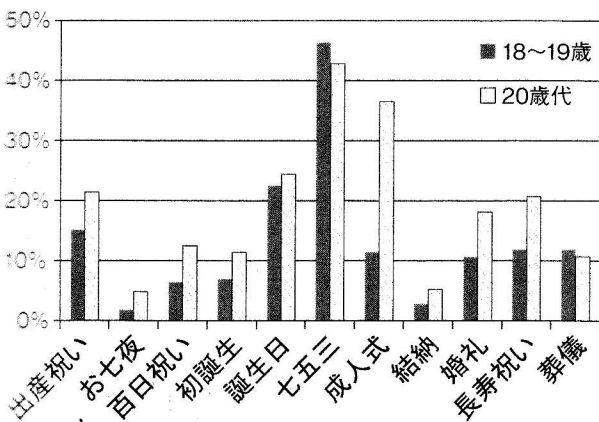


図4 若い年代の赤飯の摂取

赤飯を葬儀で食べた経験は、10%程度であるが、食べる理由は、分からないようであった。葬儀の時の赤飯は、普通の赤飯の方が、白い赤飯よりも多かった。

赤飯の材料は、

小豆29%、ささげ23.7%、甘納豆0.6%、もち米のみ29.9%、もち米と白米のブレンド21.7%、栗5.3%、しょうゆ1.2%、塩22.9%、酒5.7%であった。使用材料については、分からない人も多かった。赤飯にかけるものは、黒ゴマ塩48.1%、白ゴマ塩4.1%、塩のみ1.0%、何もかけない1.2%であった。

核家族化や生活様式の多様化、そして、食の外部化など食生活の変化により、年中行事や通過儀礼の食は、次世代へ伝承されにくくなっているが、伝承していきたいと若い世代も思っている。保育、教育の場などを通して、日本文化を伝えていく機会が増えることが大切であると考えます。

調理科学会特別研究委員会および調査にご協力いただきました方々に厚く御礼申し上げます。また、この研究は、東京家政大学生生活科学研究所の「総合研究(温故知新)プロジェクト、東和食品研究振興会」の助成により行ったもので、ここに深く感謝いたします。

### 参 考 文 献

- 1) 日本調理科学会特別研究委員会報告書(2011)
- 2) 宮田登：正月とハレの日の民俗学(大和書房、1997)
- 3) 吉川誠次編著：生活科学双書 食文化論(建帛社、2008)