

# 正月の食生活の動向に関する一考察

新 沢 祥 恵  
中 村 喜代美  
脇 山 万寿美

## 目 次

- 1. は じ め に
- 2. 研 究 方 法
  - 2-1. 調 査 方 法
  - 2-2. 調 査 内 容
- 3. 結 果 と 考 察
  - 3-1. 1日の喫食数
  - 3-2. 主食の内容
  - 3-3. おせち調理について
    - 3-3-1. おせち料理の喫食状況
    - 3-3-2. 日別の摂食率
    - 3-3-3. 家族形態による喫食状況の比較
    - 3-3-4. 地域による喫食状況の比較
  - 3-4. 雑煮について
  - 3-5. 正月の食形態の変化
    - 3-5-1. 正月の喫食料理の分析
    - 3-5-2. 喫食料理数の変化
- 4. ま と め
- 参 考 文 献
- お わ り に

## 1. は じ め に

日常の生活の中で食事の果す役割は大きい。食事の目的は生命を維持するために、必要な栄養素を補給することであるが、このような生理的意義のみではなく、精神的意義として、食べる人の心を豊かにし、家族の団らんや友人とのコミュニケーションを果す役割も無視できず<sup>①</sup>、人間としての食生活にこの文化的・社会的要因は不可欠である。我々は、日々、様々な場において、それぞれの目的により、種々の様式による食事を営んでいるが、この文化的・社会的要因に資するものの1つに行事食が上げられる。

今日、我々の生活は豊かになり、多くの食品を得ることが出来るようになったが、かつて貧しかった時代は、日常における食事は質素なものであったと推測される。しかし、何か行事の折には、特別に日常はなかなか食べることの出来ない料理が準備され、行事の中で食事の果す

役割は大きかった。すなわち、日常の食事（ケの食事）と特別の日の食事（ハレの食事）には厳然とした区別があり、行事において、食事の与える喜びは今日に比べはるかに大きかったにちがいない。

我々の生活の中で営まれる行事は様々である。それらの中には近年になり普及してきたものもあるが、古くから伝えられて来たものも少なくない。しかし、今日、生活様式の変化、特に洋風化により、いわゆる伝統的年中行事が次第に減って来ていることは否めず、これらの中で培われて来た行事食も姿を変えつつあり、若年層では消えていくものも少なくない。

そこで、今後の行事食の方向を考えるため、一般に広くどの家庭でも祝われていると思われ正月に着目し、女子短大生を対象に、正月3が日の食生活について調査を行ない、検討したので報告する。

## 2. 研 究 方 法

### 2-1. 調 査 方 法

1978年、1984年、1991年における本学食物栄養科在学生を対象とし、自計式留置法により、1月1日～3日に摂取した料理名及び、食品名を記入させた。回収された調査用紙は1978年－95、1984年－71、1991年－100、であった。対象者の概況は表1のとおりである。

表1 対象者の概況

(人)

	1978年			1984年			1991年		
	核家族	拡大家族	計	核家族	拡大家族	計	核家族	拡大家族	計
金 沢	41	22	63	26	9	35	30	15	45
加 賀	11	5	16	4	5	9	12	12	24
能 登	6	4	10	3	9	12	13	7	20
県 外	4	2	6	10	5	15	7	4	11
計	62	33		43	28		62	38	
総 計	95			71			100		

### 2-2. 調 査 内 容

回収された調査用紙より、本報では次の事項について、年代的な動向を中心に検討を行った。

- (1) 1日の喫食数。
- (2) 主食のパターン。
- (3) 伝統のおせち料理の摂取状況。
- (4) 雑煮について。
- (5) 正月中に喫食された料理や食品からの食形態の分析。

### 3. 結果と考察

#### 3-1. 1日の喫食数

図1は1日の喫食数を比較したものである。図のように2食のものの占める比率が多く、1989年における国民栄養調査成績<sup>2)</sup>の欠食率が、1日3食として、全体で約3.4%、20~24歳女子でも約7.2%位であるのに比べ、本調査では18%前後と大変多く、休日であること、あるいは

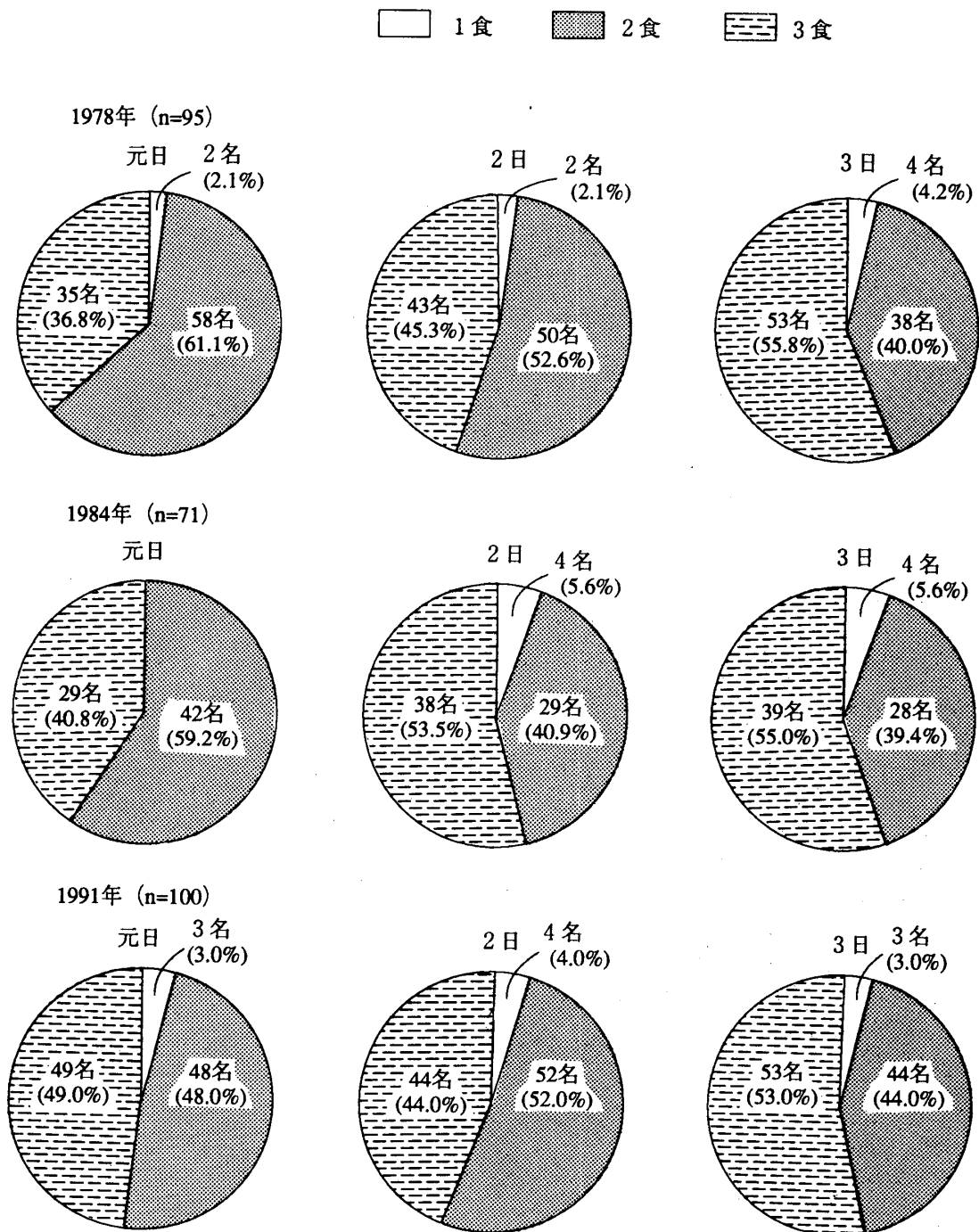


図1 1日の喫食数

特別の日として、食事の摂取が不規則になっていることが伺える。

年毎にみると、1978年では元日は2食のものが多く、2日も引き続き約半数が2食であるが、3日になると3食のものが増えている。 $(X^2=8.890)$  1984年になると元日では2食のものが多くなっているが、2日からは3食のものが多くなっている。 $(X^2=9.414)$  ところが1991年になると元日でも2食のものと3食のものはほぼ同じになっており、元日・2日・3日の食数の変化が少なくなっている。 $(X^2=1.702)$

また、元日・2日・3日のそれぞれについて、1978年・1984年・1991年の食数を比較すると、元日の変化が最も大きく、 $(X^2=5.491)$ 、2日 $(X^2=3.658)$ 、3日 $(X^2=1.046)$ と次第に変化が少なくなっている。

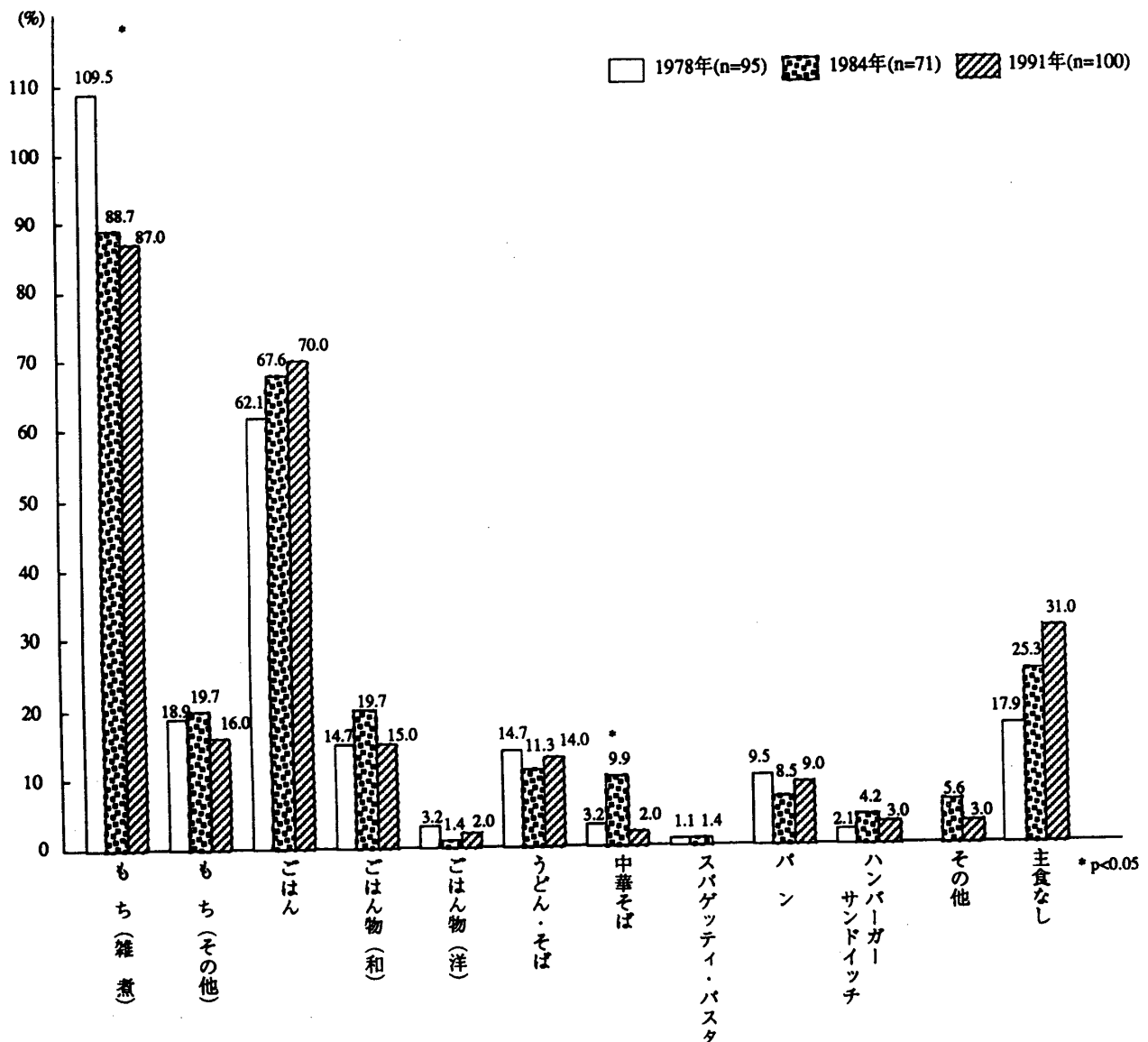


図2 主食の種類—元日

以上、それぞれの  $X^2$  値には 5 % 以下の危険率での有意差はみられなかったが、その値より、従来は元日は特別の日として他の日とは異なる食生活が営まれていたが、近年はそのような変化が少なくなる傾向にあると言えるのではないだろうか。

### 3-2. 主食の内容

日本人の食事は主食-副食というパターンが中心となっており、我々の食生活を考える時、主食の内容を無視することは出来ない。もちろん、正月の食生活は日常のものと異なることが予想され、単純に主食-副食のパターンで考えることは出来ないが、一般に主食と考えられる範疇に入る料理を取り上げて、元日～3日の変化と近年の動向について検討を行った。

図 2～4 は主食の種類により、その摂食頻度率 (摂食度数のその対象者数に対する比率) を示

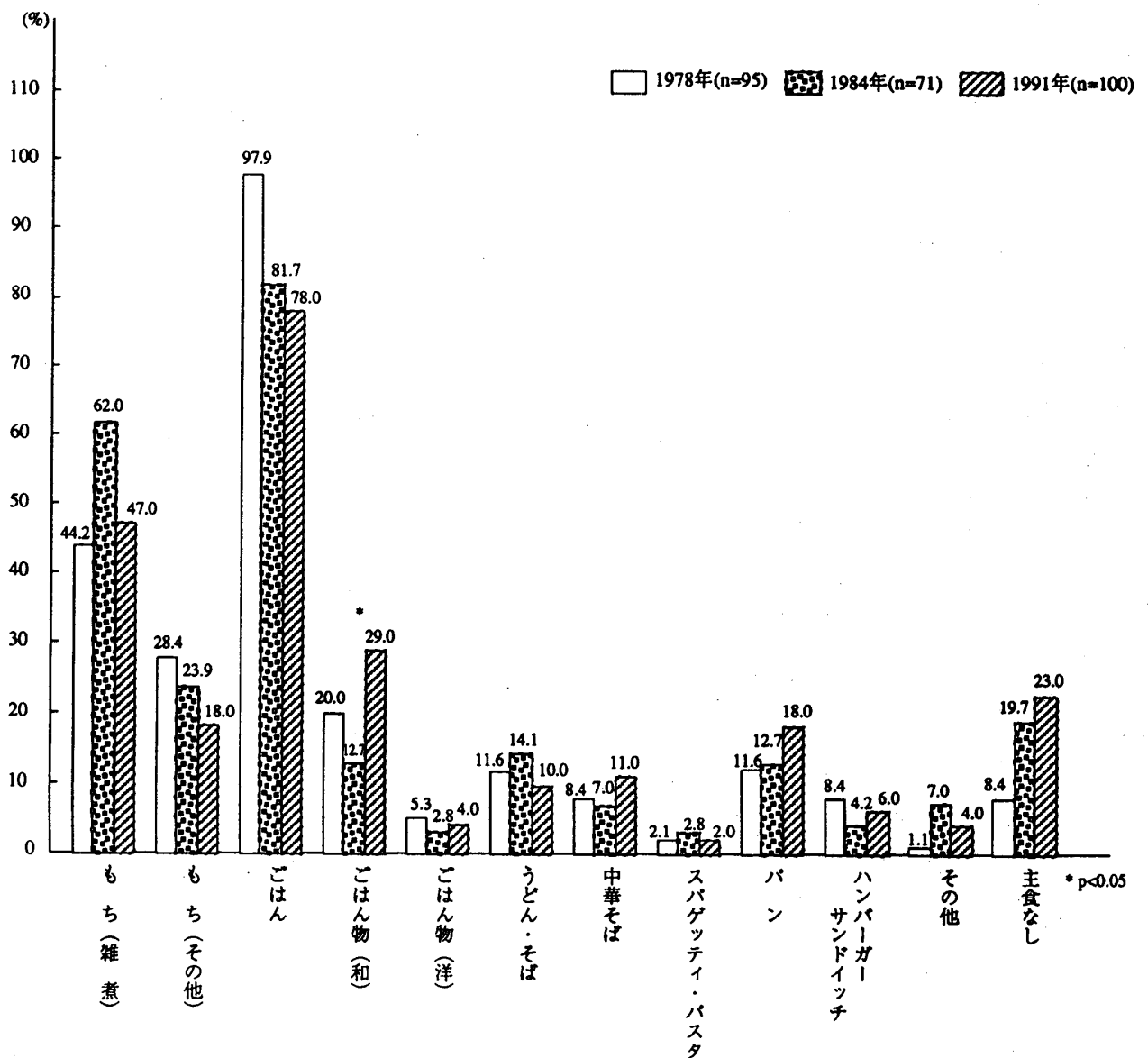


図 3 主食の種類-2日

してある。

元日をみると「もち(雑煮)」が圧倒的に多く、次いで「ごはん」となっている。特に「雑煮」について、1978年は摂食頻度率106.3%で、この日に食べているものは95.8%と殆んどのものが食べているが、1984年、1991年になると減少している。これに対し、「ごはん」の喫食は次第に増加の傾向がみられた。尚、主食に該当するものがない食事が、1978年、1984年、1991年と増加していた。また、元日・2日・3日の間では元日に主食のない食事が最も多く、この日は他の料理への比重の多い食事形態であることが伺える。

2日になると「雑煮」は元日に比べて大きく減少するが、特に1978年の減少率が大きいのに

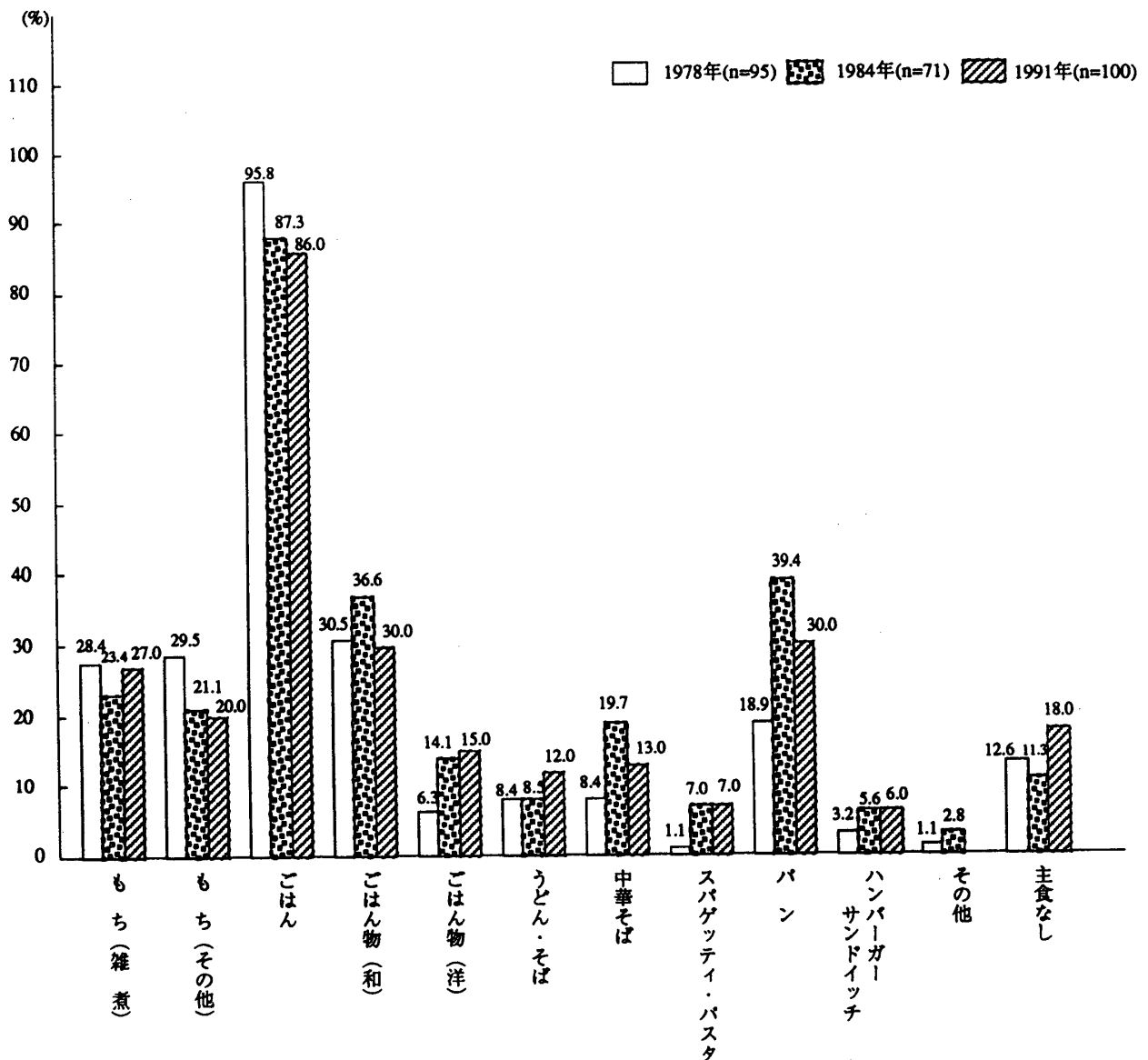


図4 主食の種類－3日

対し、1984年、1991年の減少率は比較的少なく、摂食頻度率では元日と逆転し、1978年が少なくなっている。一方、「ごはん」は元日に比べて大きく増えており、特に1978年の増加が大きく、逆に1984年、1991年の増加は少なく、元日とは全く反対の傾向を示している。尚、ここでも主食に該当するもののない食事が元日と同様の傾向を示していた。

3日になると「雑煮」はさらに減少しており、一方でごはん物・パン類・めん類の喫食が大きく増加している。

また、この3日間の年代的動向を見ると、ごはん類では「ごはん(白飯)」の喫食がやや減少する一方で、味付飯である「ごはん物」が増加しており、国民生活センターの報告<sup>(9)</sup>による、米料理の軽食化傾向とも合致し、対象者が若年層であるためか、中華・洋風麺類の喫食も増加傾向がみられた。

以上、主食の内容について検討の結果、13年前の調査時では、元日には必ず雑煮を食べ、2日、3日になればごはんを中心としたパターンになるものが、近年はそのパターンが崩れ、雑煮は食べるものの、元日に必ずということは少なくなり、一方、2日・3日は必ずしもごはんへの依存が少なく、他のものの喫食が多くなっており、主食の内容が次第に多様化していることが伺える。

### 3-3. おせち料理について

正月料理のことを一般に「おせち(節)料理」と称する。これは「お節会料理」あるいは「お節句料理」の略称で、季節の折り目である節句(年間には五節句ある)の際の料理を指し、本来は神に供えた神饌を分けて食べることに由来すると言われる。しかし、次第に五節句のうち、最も大切な正月料理だけを特に「おせち」と呼ぶようになり、料理の内容も縁起に基づいたものが多く、正月3が日は女性の家事労働からの解放の意味も含め、保存性のあるもので、それぞれの地域の特色を活かしながら伝承されてきたものが多く作られている<sup>(4)(5)(6)(7)</sup>。したがって「おせち料理」と言えば正月のために準備されたものすべてが対象となり、今日、食生活の洋風化や家庭における食品の保存設備の進歩に伴い、その内容も変化しつつある。今回の調査でも、対象が若年層ということもあり、洋風の料理・中華風の料理が少なからず登場していた。しかし、ここでは、特に従来より伝承されて来たと考えられるもので、本調査で比較的良好に喫食されていること、当地の正月によく準備されていること<sup>(8)</sup>などを考慮した18品目を伝統的おせち料理として取り上げ検討を行った。(雑煮を省く)尚、「かぶらずし・大根ずし」は当地において正月に向けて準備される漬物であり<sup>(9)</sup>、本調査でも摂食率が高かったため、おせち料理の1つに加えた。

#### 3-3-1. おせち料理の喫食状況

図5はおせち調理の摂食率(調査期間中にそれぞれの料理を食べた人の割合)を比較したものである。最も多いものは「煮しめ」で次いで「黒豆」「かまぼこ」「かずのこ」「きんとん」「田作り」などの摂食率が高くなっている。因みにK社の消費者調査<sup>(10)</sup>によれば「おせち料理の用意率ベストテン」としては、「かまぼこ」「雑煮」「黒豆」「煮しめ」「かずのこ」「栗きんと

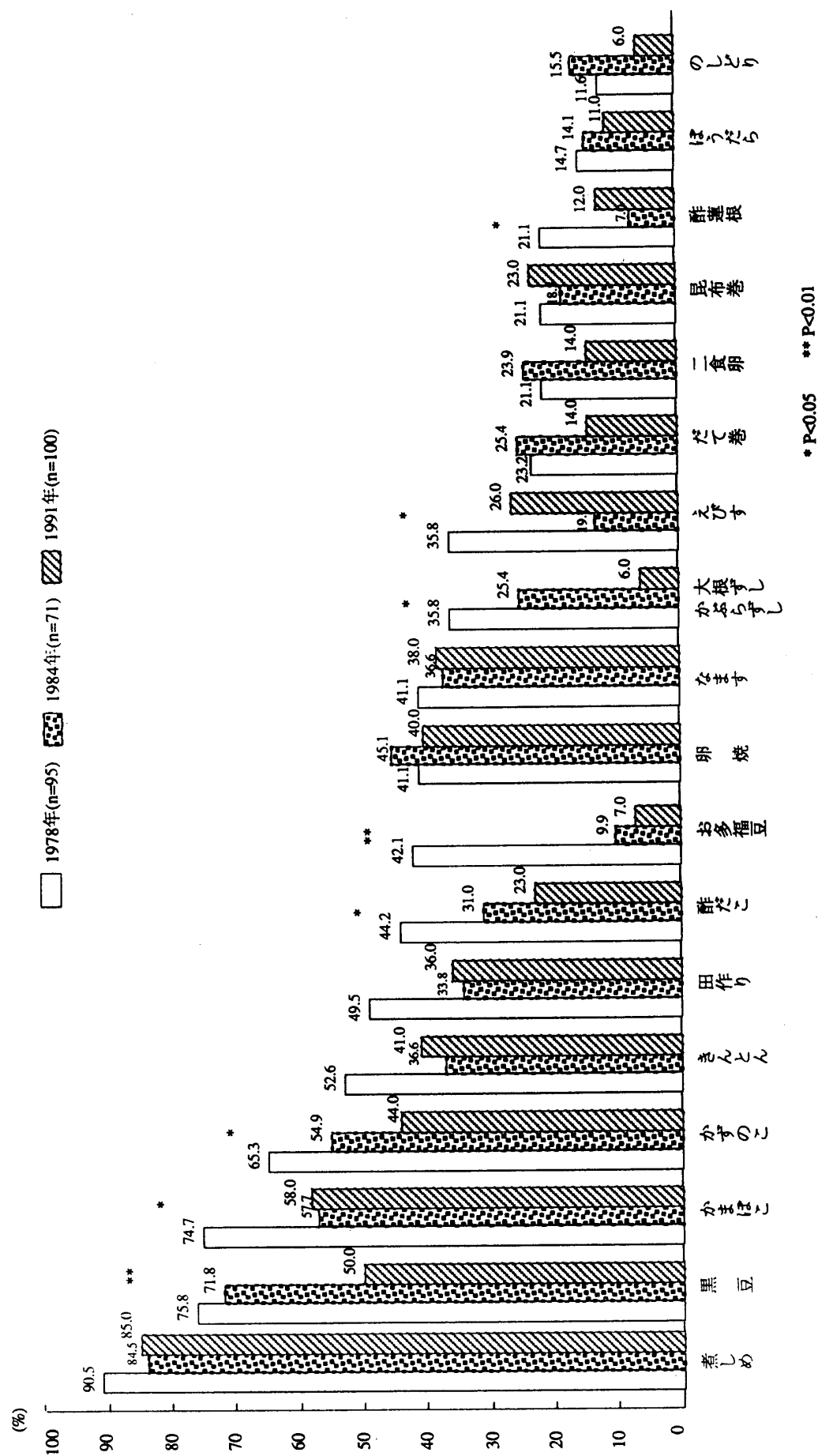


図5 おせち料理の摂食率



正月の食生活の動向に関する一考察

表2 おせち料理の喫食者数 (摂食率)

煮しめ					黒豆					かまぼこ				
	1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年	
元日	79 (83.2)	52 (73.2)	71 (71.0)		元日	59 (62.1)	43 (60.6)	41 (41.0)	*	元日	58 (61.1)	37 (52.1)	47 (47.0)	
2日	61 (64.2)	30 (42.2)	58 (58.0)	**	2日	41 (43.2)	27 (38.0)	23 (23.0)	*	2日	37 (39.0)	15 (21.1)	21 (21.0)	*
3日	33 (34.7)	18 (25.4)	27 (27.0)		3日	28 (29.5)	17 (23.9)	12 (12.0)	*	3日	36 (37.9)	10 (14.1)	16 (16.0)	**
	**	**	**			**	**	**			**	**	**	
かずのこ					きんとん					田作り				
	1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年	
元日	52 (54.7)	33 (46.5)	39 (39.0)		元日	42 (44.2)	34 (47.9)	31 (31.0)		元日	39 (41.1)	21 (29.6)	31 (31.0)	
2日	18 (19.0)	15 (21.1)	16 (16.0)		2日	16 (16.8)	16 (22.5)	20 (20.0)		2日	20 (21.1)	11 (15.5)	9 (9.0)	
3日	16 (16.8)	9 (12.7)	10 (10.0)		3日	17 (17.9)	9 (12.7)	6 (6.0)	*	3日	13 (13.7)	5 (7.0)	4 (4.0)	*
	**	**	**			**	**	**			**	**	**	
酢だこ					お多福豆					卵焼				
	1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年	
元日	30 (31.6)	12 (16.9)	18 (18.0)	*	元日	30 (31.6)	4 (5.6)	3 (3.0)	**	元日	27 (28.4)	20 (28.2)	27 (27.0)	
2日	25 (26.3)	9 (12.7)	9 (9.0)	**	2日	19 (20.0)	1 (1.4)	1 (1.0)	**	2日	23 (21.1)	12 (16.9)	18 (18.0)	
3日	17 (17.9)	6 (8.5)	6 (6.0)	*	3日	11 (11.6)	2 (2.8)	3 (3.0)	*	3日	10 (10.5)	9 (12.7)	9 (9.0)	
			*			**					*		*	
なます					かぶらずし・大根ずし					えびす				
	1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年	
元日	27 (28.4)	17 (23.9)	25 (25.0)		元日	19 (20.0)	12 (16.9)	6 (6.0)	*	元日	30 (31.6)	11 (15.5)	19 (19.0)	*
2日	16 (16.8)	9 (12.7)	19 (19.0)		2日	15 (15.8)	7 (9.9)	11 (11.0)		2日	13 (13.7)	4 (5.6)	14 (14.0)	
3日	22 (23.2)	8 (11.3)	6 (6.0)	**	3日	11 (11.6)	6 (8.5)	8 (8.0)		3日	10 (10.5)	3 (4.2)	8 (8.0)	
			**								**	*		
だて巻					二色卵					昆布巻				
	1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年	
元日	13 (13.7)	13 (18.3)	12 (12.0)		元日	17 (17.9)	14 (19.7)	9 (9.0)		元日	14 (14.7)	10 (14.1)	15 (15.0)	
2日	11 (11.6)	6 (8.5)	5 (5.0)		2日	7 (7.4)	6 (8.5)	7 (7.0)		2日	11 (11.6)	5 (7.0)	10 (10.0)	
3日	7 (7.4)	7 (9.9)	4 (4.0)		3日	7 (7.4)	6 (8.5)	1 (1.0)		3日	5 (5.3)	8 (11.3)	7 (7.0)	
						*		*						
酢蓮根					ぼうだら					のしどり				
	1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年			1978年	1984年	1991年	
元日	13 (13.7)	3 (4.2)	7 (7.0)		元日	10 (10.5)	7 (9.9)	9 (9.0)		元日	7 (7.4)	6 (8.5)	3 (3.0)	
2日	9 (9.5)	1 (1.4)	1 (1.0)	*	2日	4 (4.2)	4 (5.6)	3 (3.0)		2日	6 (6.3)	5 (7.0)	2 (2.0)	
3日	6 (6.3)	1 (1.4)	5 (5.0)		3日	5 (5.3)	2 (2.8)	1 (1.0)		3日	2 (2.1)	2 (2.8)	1 (1.0)	
								*						

\* P<0.05 \*\* P<0.01

新沢・中村・脇山

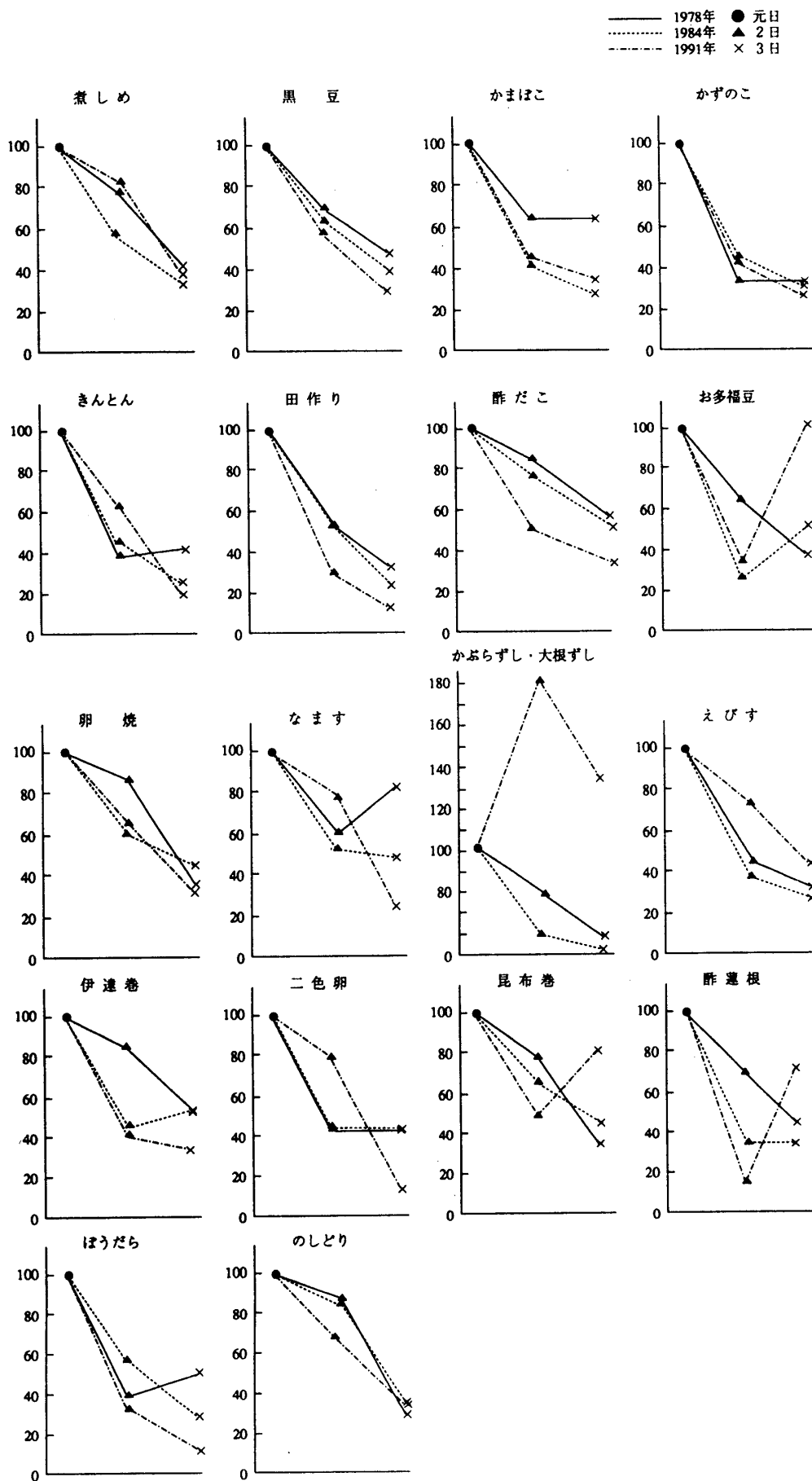


図6 おせち料理の摂食率の変化(年別)

ん」「昆布巻」「だて巻」「なます」「田作り」があげられており、これとほぼ似た傾向を示している。また、生川らの調査<sup>(12)(13)</sup>でも‘おせち料理の準備状況の高いもの’として「黒豆」「かまぼこ」「田作り」「かずのこ」「卵焼」「きんとん」「昆布巻」「だて巻」などがあげられ、これとほぼ同じ傾向を示していた。今回の調査の中で「えびす」「かぶらずし・大根ずし」のように当地方に特有の料理もあるが、地域性のあるものは少なく、生川らの調査<sup>(14)</sup>でおせち料理の情報源として「母」や「姑」より「テレビ」「雑誌」「料理書」があげられているという報告にもあるように、情報化が進む中で、おせち料理も地域的特色がうすれ画一化されていると考えられる。

次に1978年より1991年の推移をみると、「煮しめ」「卵焼」「なます」「昆布巻」のようにあまり変化のないものもあるが、殆んどのは減少傾向がみられた。このうち「黒豆」「かぶらずし・大根ずし」「だて巻」「二色卵」「のしどり」のように近年の減少傾向の著しいものもあるが、「かまぼこ」「きんとん」「田作り」「酢だこ」「お多福豆」「えびす」「酢蓮根」は1984年より著しい減少傾向を示していた。

### 3-3-2. 日別の摂食率

次に各年の元日・2日・3日におけるおせち料理の喫食者および摂食率を調べ、表2に示した。また、図6は元日の喫食者数を100として、2日・3日の喫食者の比率を示してある。ここでは、おせち料理を取り上げてあるため、殆んど、元日に比べ2日・3日と摂食率は減少している。特に「煮しめ」「黒豆」「かまぼこ」「かずのこ」「きんとん」「田作り」のように摂食率の高いもの程、元日・2日・3日の喫食者数の差は大きく、有意差がみられた。また、2日、3日の減少率を1978年、1984年、1991年で比較すると「黒豆」「かまぼこ」「かずのこ」「きんとん」「田作り」「酢だこ」「卵焼」「なます」「二色卵」「ぼうだら」のように次第に減少率の大きくなっているものが目立っている。

一方、図7は元日・2日・3日について、1978年を100として1984年と1991年における摂食率の変化を示してある。図のように「酢だこ」「かぶらずし・大根ずし」「えびす」を除き、多くのものは元日に比べ2日・3日の減少率が大きく、特に「黒豆」「かまぼこ」「かずのこ」「きんとん」「田作り」「なます」「二色卵」「ぼうだら」のように3日の減少率の大きいものが目立っている。

以上、伝統的おせち料理の摂食率の動向をみたところ、本調査では次第に減少傾向を示し、特に元日に比べ、2日・3日の減少の著しいことが伺えた。従来、おせち料理は暮に準備をし、正月の間はそれを食べることににより、主婦を正月中の家事労働から解放するということで、保存性が高く、かつ冷めても比較的美味しく食べることの出来る料理が工夫されてきた。しかし、今回の調査では、正月中同じものを食べるということとはなくなり、元日はこれらの伝統的おせち料理を儀礼的に食べても、2日、3日と食べることは少なくなるようである。

### 3-3-3. 家族形態による喫食状況の比較

表3は対象者の家庭を核家族と拡大家族に分類し、おせち料理の喫食者数および摂食率を示

新沢・中村・脇山

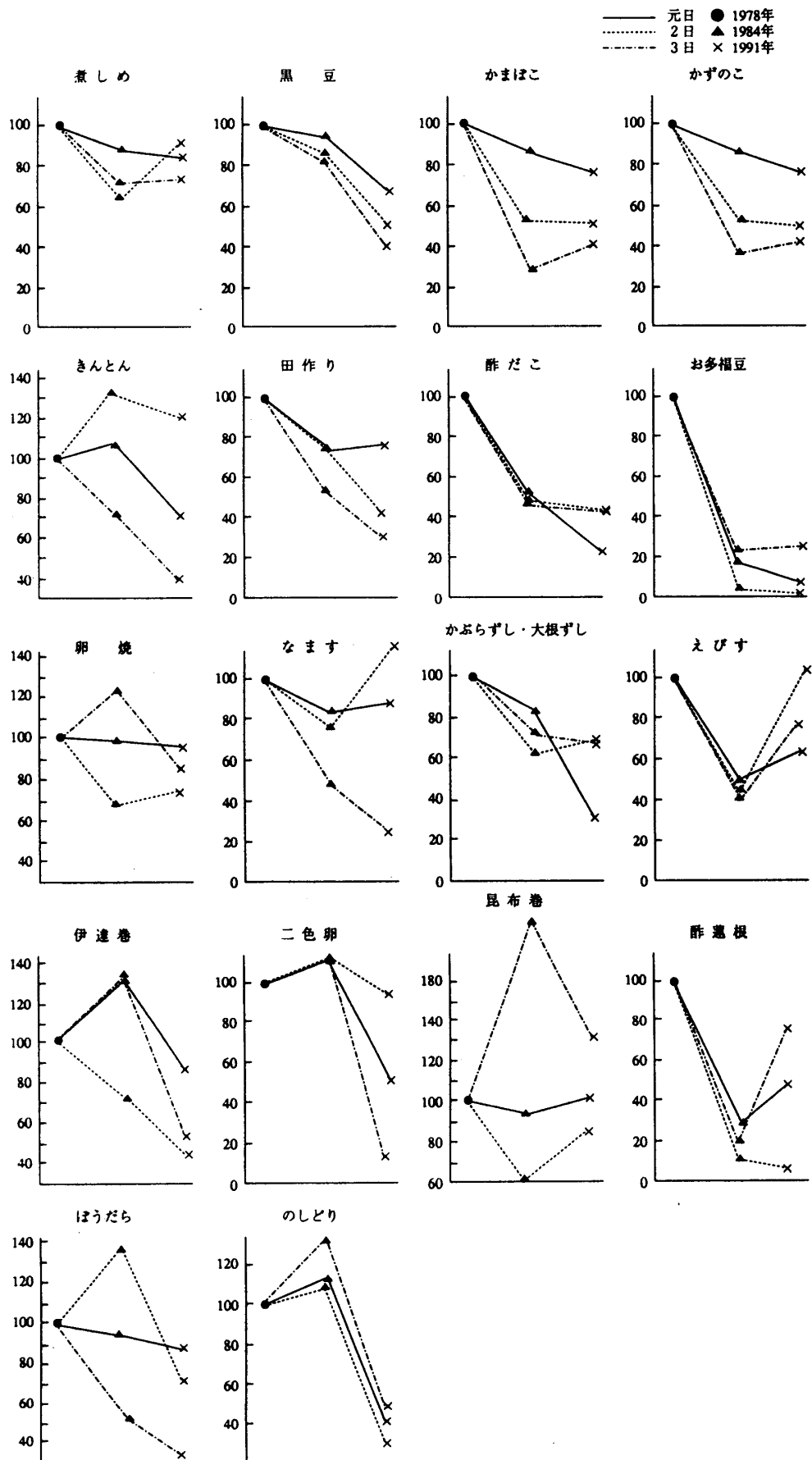


図7 おせち料理の摂食率の変化(日別)

正月の食生活の動向に関する一考察

表3 家族形態による喫食者数の比較

人 (摂食率%)

	1978年			1984年			1991年		
	核家族 (n=62)	拡大家族 (n=33)		核家族 (n=43)	拡大家族 (n=28)		核家族 (n=62)	拡大家族 (n=38)	
煮しめ	58 (93.5)	28 (84.8)		38 (88.4)	22 (78.6)		52 (83.9)	33 (86.8)	
黒豆	48 (77.4)	23 (69.7)		30 (69.8)	21 (75.0)		32 (51.6)	18 (47.4)	
かまぼこ	38 (77.4)	23 (69.7)		30 (69.8)	11 (39.3)	*	39 (62.9)	19 (50.0)	
かずのこ	37 (59.7)	25 (75.8)		25 (58.1)	14 (50.0)		27 (43.5)	17 (44.7)	
きんとん	27 (43.5)	23 (69.7)	*	23 (53.5)	13 (46.2)		26 (41.9)	15 (39.5)	
田作り	29 (46.8)	18 (54.5)		14 (32.6)	10 (35.7)		24 (38.7)	12 (31.6)	
酢だこ	30 (48.4)	12 (36.4)		11 (25.6)	11 (39.3)		12 (19.4)	11 (28.9)	
お多福豆	27 (43.5)	13 (39.4)		6 (14.0)	1 (3.6)		3 (4.8)	4 (10.5)	
卵焼	30 (48.4)	9 (27.3)	*	19 (44.2)	13 (46.4)		25 (40.3)	15 (39.5)	
なます	27 (43.5)	12 (36.4)		12 (27.9)	14 (50.0)		25 (40.3)	13 (34.2)	
かぶらずし 大根ずし	22 (36.5)	12 (36.4)		12 (27.9)	6 (21.4)		10 (16.1)	6 (15.8)	
えびす	21 (33.9)	13 (39.4)		7 (16.3)	7 (25.0)		13 (21.0)	13 (34.2)	
だて巻	17 (27.4)	5 (15.2)		9 (20.9)	9 (32.1)		10 (16.1)	4 (10.5)	
二色卵	9 (14.5)	10 (30.3)		12 (27.9)	5 (17.9)		7 (11.3)	7 (18.4)	
昆布巻	13 (21.0)	6 (18.2)		13 (18.6)	5 (17.9)		15 (24.2)	8 (21.1)	
酢蓮根	12 (19.4)	7 (21.2)		3 (7.0)	2 (7.1)		8 (12.9)	4 (10.5)	
ほうだら	10 (16.1)	4 (12.1)		7 (16.3)	3 (10.7)		6 (9.7)	5 (13.2)	
のしどり	7 (11.3)	4 (12.1)		6 (14.0)	4 (14.3)		4 (6.5)	2 (5.3)	

\* P<0.05

表4 居住地域による喫食者数の比較

	1978年					1984年					1991年					人 (摂食率%)
	金 沢 (n=63)	加 賀 (n=16)	能 登 (n=10)	県 外 (n=6)		金 沢 (n=35)	加 賀 (n=9)	能 登 (n=12)	県 外 (n=15)		金 沢 (n=45)	加 賀 (n=24)	能 登 (n=20)	県 外 (n=11)		
煮 し め	57 (90.5)	16 (100.0)	8 (80.0)	5 (83.3)		29 (82.9)	9 (100.0)	10 (83.3)	12 (80.0)		37 (82.2)	21 (87.5)	16 (80.0)	11 (100.0)		
黒 豆	46 (73.0)	14 (87.5)	6 (60.0)	5 (83.3)		27 (77.1)	4 (44.4)	8 (66.7)	12 (80.0)		21 (46.7)	13 (54.2)	8 (40.0)	3 (27.3)		
かまぼこ	48 (76.2)	12 (75.0)	6 (60.0)	5 (83.3)		24 (68.6)	7 (77.8)	4 (33.3)	6 (40.0)	*	23 (56.1)	15 (62.5)	12 (60.0)	8 (72.7)		
か ず の こ	42 (66.7)	9 (56.3)	6 (60.0)	5 (83.3)		20 (57.1)	6 (66.6)	8 (66.7)	5 (33.3)		19 (42.2)	12 (50.0)	8 (40.0)	5 (45.5)		
きんとん	34 (54.0)	10 (62.5)	5 (50.0)	1 (16.7)		18 (51.4)	5 (55.6)	6 (50.0)	7 (46.7)		20 (44.4)	9 (37.5)	6 (30.0)	6 (54.5)		
田 作 り	32 (50.8)	8 (50.0)	6 (60.0)	1 (16.7)		14 (40.0)	3 (33.3)	5 (41.7)	2 (13.3)		20 (44.4)	7 (29.2)	5 (25.0)	4 (36.4)		
酢 だ こ	31 (49.2)	10 (62.5)	1 (10.0)	0 (0)	**	14 (40.0)	7 (77.8)	1 (8.3)	0 (0)	**	14 (31.1)	6 (25.0)	1 (5.0)	2 (18.2)		
お多福豆	31 (49.2)	7 (43.8)	2 (20.0)	0 (0)		5 (14.3)	0 (0)	1 (8.3)	1 (6.7)		4 (8.9)	2 (8.5)	1 (5.0)	0 (0)		
卵 焼	34 (54.0)	3 (18.8)	2 (20.0)	0 (0)	**	24 (68.6)	2 (22.2)	3 (25.0)	3 (20.0)		17 (37.8)	10 (41.7)	9 (45.0)	4 (36.4)		
な ま す	30 (47.6)	5 (31.3)	4 (40.0)	0 (0)		11 (31.4)	1 (11.1)	9 (75.0)	5 (33.3)	*	17 (37.8)	8 (33.3)	6 (30.0)	7 (63.6)		
かぶらずし 大根ずし	23 (36.5)	6 (37.5)	5 (50.0)	0 (0)		13 (37.1)	1 (11.1)	2 (16.7)	2 (13.3)		8 (17.8)	2 (8.3)	4 (20.0)	2 (18.2)		
え び す	26 (41.3)	5 (31.3)	2 (20.0)	1 (16.7)		9 (25.7)	2 (22.2)	2 (16.7)	1 (6.7)		14 (31.1)	4 (16.7)	5 (25.0)	3 (27.3)		
だ て 巻	18 (28.6)	1 (6.3)	3 (30.0)	0 (0)		7 (20.0)	2 (22.2)	5 (41.7)	4 (26.7)		7 (15.6)	2 (8.3)	1 (5.0)	4 (36.4)		
二 色 卵	13 (20.6)	4 (25.0)	2 (20.0)	0 (0)		10 (28.6)	1 (11.1)	4 (33.3)	2 (13.3)		6 (13.3)	4 (16.7)	2 (10.0)	2 (18.2)		
昆 布 巻	9 (14.3)	3 (18.8)	5 (50.0)	2 (33.3)		5 (14.3)	1 (11.1)	4 (33.3)	3 (20.0)		11 (24.4)	5 (20.8)	4 (20.0)	3 (27.3)		
酢 蓮 根	16 (25.4)	0 (0)	1 (10.0)	2 (33.3)		2 (5.7)	2 (22.2)	1 (8.3)	0 (0)		6 (13.3)	4 (16.7)	1 (5.0)	1 (9.1)		
ほうだら	9 (14.3)	3 (18.8)	1 (10.0)	1 (16.7)		8 (22.9)	1 (11.1)	1 (8.3)	0 (0)		5 (11.1)	2 (8.3)	3 (15.0)	1 (9.1)		
の し ど り	10 (15.9)	1 (6.3)	0 (0)	0 (0)		4 (11.4)	1 (11.1)	2 (16.7)	3 (20.0)		1 (2.2)	2 (8.3)	2 (10.0)	1 (9.1)		

\*\*P<0.01      \*P<0.05

したものである。高齢者との同居が考えられる拡大家族に属するものでは、ここで取り上げた伝統のおせち料理の摂食率の高いことを予想したが、集計の結果、大きな差異はみられなかった。今回の調査では、実際にそれぞれの家庭で準備された料理については調査を行っていないのでその差については明らかでないが、少なくとも実際の喫食においては差はみられぬようである。

尚、有意差のみられたものは、1978年における「きんとん」( $X^2=5.907$ ,  $P<0.05$ )、「卵焼」( $X^2=3.968$ ,  $P<0.05$ )、1984年における「かまぼこ」( $X^2=6.457$ ,  $P<0.05$ )のみであった。

### 3-3-4. 地域による喫食状況の比較

表4は対象者の居住地を金沢地区、加賀地区、能登地区、石川県外に分類し、おせち料理の喫食者数と摂食率を示したものである。

表のように「酢だこ」は能登地区における摂食率が低くなっており、「お多福豆」では金沢地区の摂食率が高くなっている。また、「卵焼」は1978年、1984年の金沢地区における摂食率が圧倒的に高くなっているが、1991年には殆んど差はなくなっている。「えびす」は金沢の祭礼の料理としても紹介されるものであるが、おせち料理としてもよく作られるもので、金沢地区の摂食率が高くなっている。

尚、有意差のあったものは、1978年の「酢だこ」( $X^2=12.307$ ,  $P<0.01$ )、「卵焼」( $X^2=13.642$ ,  $P<0.01$ )、1984年では「かまぼこ」( $X^2=8.028$ ,  $P<0.05$ )、「酢だこ」( $X^2=12.307$ ,  $P<0.01$ )、「卵焼」( $X^2=15.467$ ,  $P<0.01$ )、「なます」( $X^2=10.615$ ,  $P<0.05$ )であった。

おせち料理の居住地域による喫食状況の差について、以上のようないくつかの特徴はみられるものの全体的に大きな差異はみられず、特に1991年には有意差のあるものはみられないなど近年は地域的特色が比較的少なくなっているようである。これは、先にも述べたようにテレビや雑誌等の情報により画一化が進んでいることや、流通システムの進歩により、食品の入手に地域差が少なくなっていることなどが考えられる。

### 3-4. 雑煮について

正月料理の祝い膳に欠かせぬものに雑煮がある。雑煮は元来、煮物であったと考えられるが、

表5 雑煮の汁の仕立方  
(件)(%)

	清汁仕立	味噌仕立
1978年	88 (95.7)	4 (4.2)
1984年	66 (98.5)	1 (1.5)
1991年	85 (98.8)	1 (1.2)

現在は餅吸物、すなわち具の多いつゆ物となっており、神に供えた餅を食べることに由来する。材料や調理法は地方によって異なり、大別すると関東は清汁仕立て、関西は味噌仕立てに分けられる<sup>(4)(5)(6)</sup>。石川県は一般に清汁仕立てが多く、餅以外の具の種類や量も少ないが、それでも地域により1部味噌雑煮や小豆雑煮もみられる<sup>(10)</sup>。

今回の調査では、まず、汁については殆んど清汁仕立てであった。(表5)

図8は雑煮に使用される餅以外の副材料数を対象者の居住地域別に示したものである。図の

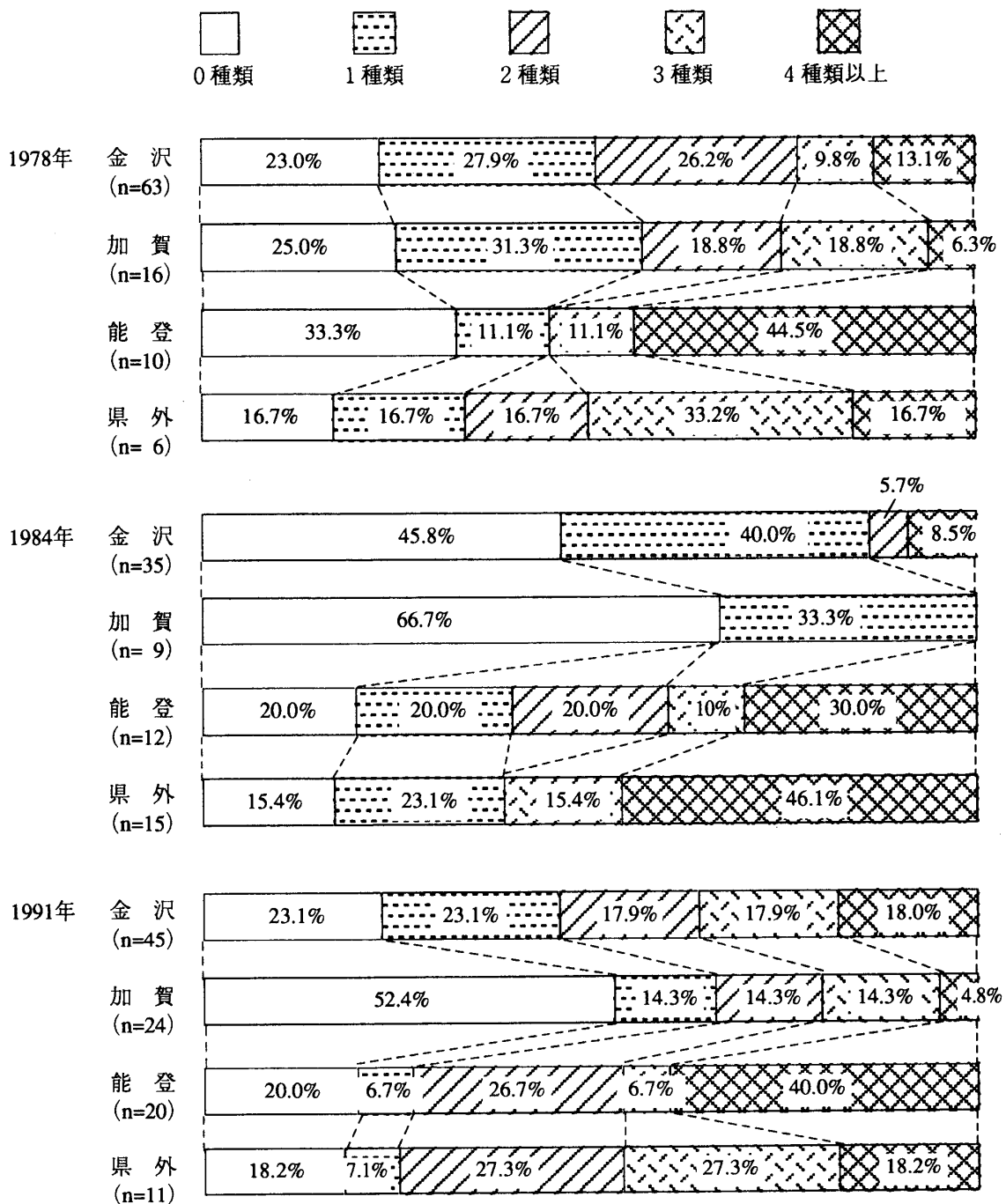


図8 雑煮に使用される副材料数



正月の食生活の動向に関する一考察

ように金沢地区と加賀地区では餅のみか、副材料が入っても1種類のものが多く、特に1984年は2種類以上の副材料を使用しているものは、極めて少なくなっている。これに対し、能登地区では使用される副材料の種類が多く、3種類、あるいは4種類以上のものがかなりみられた。尚、金沢地区でも1991年では副材料を多く使用しているものが増えていた。

次に雑煮に使用された副材料について、植物性食品のみのもの、動物性食品のみのもの、植物性食品と動物性食品が使われているものに分けて示したものが図9である。図のように動物

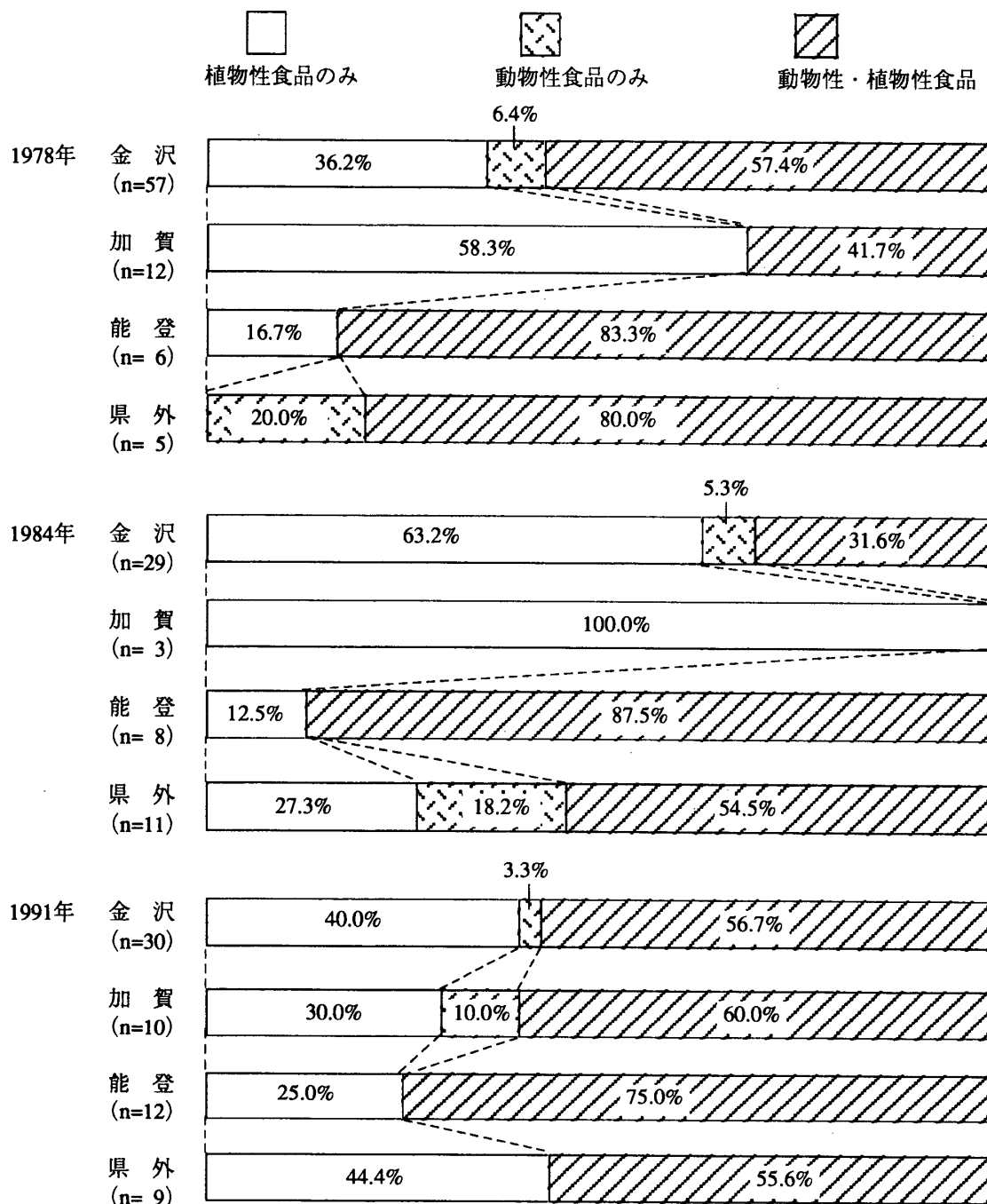


図9 雑煮に使用される副材料の種類

性食品のみのものは極めて少なく、殆んどに植物性食品が使われている。地域別にみると、植物性食品と動物性食品を合わせて使われているものが、能登地区で多くなっている。

表6は今回の調査の中で比較的出现頻度の多い副材料を集計したものである。中で圧倒的に多く使用されているのは、せり、みつば、ねぎであるが、これらの材料は使用されても極めて少量であろうと思われる。野菜ではこの他、色どりのためか人参がよく使用されていた。また、動物性食品では、鶏肉や練製品が多く使用されていた。地域別にみると、金沢地区では、せり、みつばの使用が多く、ねぎは加賀地区でよく使用されている。一方、能登地区では金沢・加賀地区に比べて鶏肉・練製品・豆腐が多く使用され、人参の使用も多く、バラエティーに富んでいる。

以上、雑煮については、殆んど清汁で仕立てられており、中に入る副材料は、金沢・加賀地区では種類も少なく、せり・みつば・ねぎなどが少量添えられるものが多いと推測されるのに対し、能登地区では、鶏肉・練製品・豆腐・人参など多種の材料が入り、材料の種類から、副材料の量も多いと推測される。

尚、家族形態別の集計では、核家族と拡大家族に殆んど差はみられなかった。

また、調査期間中に雑煮を1度も食べなかったものもみられ、1978年は4名(4.2%)、1984年も4名(5.6%)であるが、1991年になると14名(14.0%)になり、大きく増えていた。

### 3-5. 正月の食形態の変化

#### 3-5-1. 正月中の喫食料理の分析

正月3日が日に摂取されている料理や食品全体について把握するため、調査期間中に喫食されている料理や食品をこれまでにあげた伝統的おせち料理や主食にあたるものの他、汁物・揚げ物・鍋物・菓子など88品目に分類し、1978年、1984年、1991年のそれぞれ元日、2日、3日における摂取頻度率を変数として主成分分析(標準化変量の相関行列による)を行った。

第1主成分は摂食頻度の大きさを表わす因子と考えられ、固有値7.272、寄与率80.8%となり、第2主成分は日常的料理と正月料理的要素を表わす因子と考えられ、固有値1.079、寄与率12.0%となった。第3主成分は固有値0.252とやや低いですが、摂食頻度の時代的变化を表わす因子と考えられ寄与率は2.8%となり、第3主成分までの累積寄与率は95.6%となった。

図10は第1主成分と第2主成分の因子負荷量の布置図である。X軸は第1主成分、Y軸は第2主成分で、第2主成分では(+)の方向は日常的、(-)の方向は正月料理的要素を示していると考えられる。図のように、それぞれ、元日、2日、3日のグループが出来ている。このうち、2日のグループでは3つの年が比較的等しく散らばっているが、元日と3日のグループでは、1984年と1991年が近く1978年は離れる傾向がみられることから、正月における食物摂取の形態は1984年から1991年の間より1978年から1984年の間に大きく変化していると言えるのではないだろうか。特に3日をみると1978年では2日のグループにかなり近づいており、現在に比べ、1978年頃は3日でも正月的食形態の特色が強かったと推測される。

次にそれぞれの料理の摂取の特徴を知るため、第2主成分、第3主成分を取り上げ、各料理

正月の食生活の動向に関する一考察

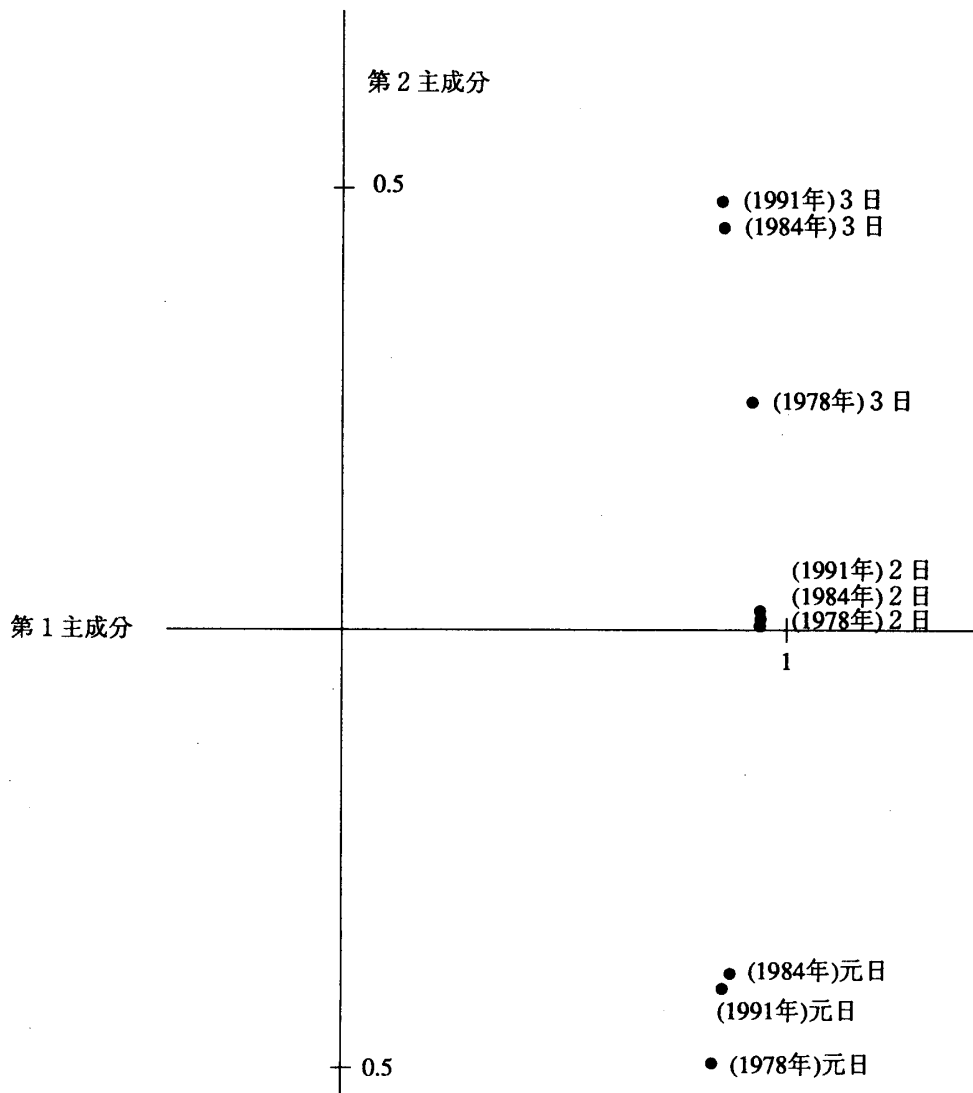


図10 因子負荷量の布置図 (第1主成分、第2主成分)

の主成分得点の散布図を図11に示した。X軸は第2主成分で前述のように(+)は日常的、(-)は正月的要素を示し、Y軸は第3主成分で(+)は近年における減少傾向が著しく、食事全体の中で占める比重が小さくなっていること、(-)は近年摂食が増えているか変化がなく、食事の中で占める比重が大きくなっていることを示している。

雑煮や前述のおせち料理をみると、第3主成分得点は(-)を示し、第2象限、第3象限に散布している。このうち「お多福豆」「酢だこ」「黒豆」「かまぼこ」は摂食頻度の減少が著しいが、「雑煮」「煮しめ」は現在も変わらず食べられており、正月料理としての比重が高まっているようである。また、「焼豚」「きんぴら」「昆布メ」などもこの時期には正月料理としての要素が強く表われているようである。

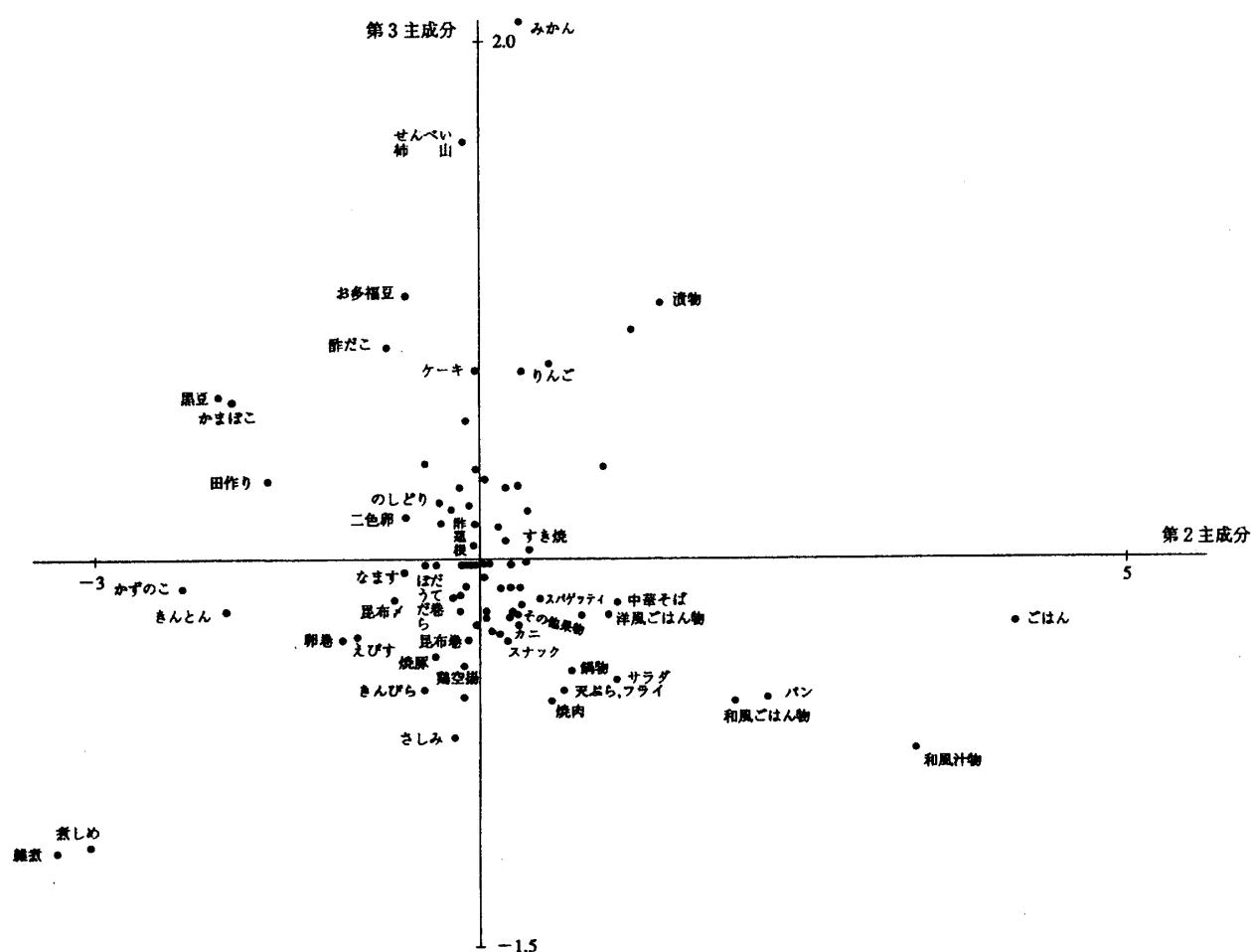


図11 第2－第3主成分得点の散布図

一方、最も日常的な料理として位置づけられるものは「ごはん」であり、次いで「和風汁物」「パン」「和風ごはん物」があげられる。このうち「和風汁物」や「和風ごはん物」は第3主成分得点が比較的(－)の方向に位置づけられているが、これは和風への嗜好が高まったというより、近年は早くから食形態が日常化することにより、「和風汁物」が使われること、「和風ごはん物」は食事の軽食化傾向により、副菜が少なくとも済まされることから増えているものと考えられる。これらと同様に日常的なものとして「漬物」があるが、これは減少傾向にあり、これに対し、「サラダ」は第3象限に位置づけられ、野菜料理としては「漬物」より「サラダ」の比重が大きくなっていることが伺える。また、「すき焼」や「鍋物類」は団らんの場合によく用いられる料理であるが、近年は「すき焼」ばかりでなく他の「鍋物類」も取り入れられているようである。果物では従来正月と言えば「みかん」が多く食べられ、果物類の中での比重が大きかったが、近年は「みかん」の喫食は大幅に減り「りんご」やこれら以外の果物も正月中によく食べられるようである。さらに、洋菓子の「ケーキ」が減少傾向にあるが、従来はご馳走的なものであったのが、現在は日常的な菓子となっているからであろう。

正月の食生活の動向に関する一考察

表6 雑煮に使用される副材料

	1978年					1984年					1991年					(件) (%)
	計 (n=80)	金沢 (n=57)	加賀 (n=12)	能登 (n=6)	県外 (n=5)	計 (n=51)	金沢 (n=29)	加賀 (n=3)	能登 (n=8)	県外 (n=11)	計 (n=61)	金沢 (n=30)	加賀 (n=10)	能登 (n=12)	県外 (n=9)	
せり・みつば	28 (35.0)	22 (38.6)	2 (16.7)	3 (50.0)	1 (20.0)	14 (27.5)	11 (37.9)		1 (12.5)	2 (18.2)	31 (50.8)	17 (56.7)	5 (50.0)	6 (50.0)	3 (33.3)	
ね	27 (33.8)	17 (29.8)	8 (66.7)		2 (40.0)	12 (23.5)	3 (10.3)	3 (100.0)	1 (12.5)	5 (45.5)	16 (26.2)	6 (20.0)	4 (40.0)	3 (25.0)	3 (33.3)	
青菜類	7 (8.8)	4 (7.0)	2 (16.7)	1 (16.7)		5 (9.8)	1 (3.4)		3 (37.5)	1 (9.1)	8 (13.1)	4 (13.3)	1 (10.0)	1 (8.3)	2 (22.2)	
人参	13 (16.3)	8 (14.0)	1 (8.3)	2 (33.3)	2 (40.0)	8 (15.7)	1 (3.4)		3 (37.5)	4 (36.4)	17 (27.9)	5 (16.7)	2 (20.0)	6 (50.0)	4 (44.4)	
大根・かぶ	6 (7.5)	4 (7.0)		1 (16.7)	1 (20.0)	2 (3.9)			1 (12.5)	1 (9.1)	5 (8.2)	2 (6.7)		1 (8.3)	2 (22.2)	
椎茸	10 (12.5)	5 (8.8)	2 (16.7)	2 (33.3)	1 (20.0)	5 (9.8)	1 (3.4)		3 (37.5)	1 (9.1)	4 (6.6)	2 (6.7)		1 (8.3)	1 (11.1)	
のり	4 (5.0)	1 (1.8)		3 (50.0)		5 (9.8)	2 (6.9)		1 (12.5)	2 (18.2)	6 (9.8)	5 (16.7)		1 (8.3)		
かつお	13 (16.3)	10 (17.5)		1 (16.7)	2 (40.0)	3 (5.9)	2 (6.9)			1 (9.1)	6 (9.8)	4 (13.3)	2 (20.0)			
豆腐						3 (5.9)			1 (12.5)	2 (18.2)	9 (14.8)	3 (10.0)	1 (10.0)	4 (33.3)	1 (11.1)	
鶏肉	16 (20.0)	8 (14.0)	2 (16.7)	5 (83.3)	1 (20.0)	12 (23.5)	5 (17.2)		5 (62.5)	2 (18.2)	8 (13.1)	4 (13.3)	1 (10.0)	2 (16.7)	1 (11.1)	
練製品	19 (23.8)	12 (21.1)	2 (16.7)	3 (50.0)	2 (40.0)	14 (27.5)	4 (13.8)		5 (62.5)	5 (45.5)	22 (36.1)	10 (33.3)	2 (20.0)	7 (58.3)	3 (33.3)	

以上、主成分分析による第2－第3主成分得点の散布状況より、1978年より1991年にかけての正月の食形態の特徴をいくつか述べたが、第1象限と第4象限に散布する、一応日常的と考えられる料理及び食品のうち、第1象限に散布するのは13品目であるのに対し、第4象限には30品目があり、正月の食事の中でも、次第に日常的なものの比重が高まっていると言えるのではないだろうか。

### 3-5-2. 喫食料理数の変化

図12は1日に喫食された料理の種類数の平均値を示したものである。どの年も元日が最も多く、2日・3日と減少している。このことは元日はやはり、1年の最初の日として多くの料理が準備されており、2日・3日と次第に日常的な食形態に移行して行くことを伺わせる。一方、年毎にみると、次第に喫食している料理の種類が減少している。このことは、対象者自身の嗜好による選択の結果か、家庭における料理の簡略化によるものかは、今回の調査では断定出来ない。また、単に行事食が簡略化される傾向にあるのか、あるいは、日常的にも、摂取パターンの単純化傾向があるかについても、さらに今後の検討が必要になろう。

## 4. ま と め

生活様式が変化する中で、今後の行事食の方向を考えるため、1978年、1984年、1991年に本学食物栄養科在学生を対象として実施した正月3が日の料理および食品の喫食状況調査より、正月の食生活の内容について検討を行った。

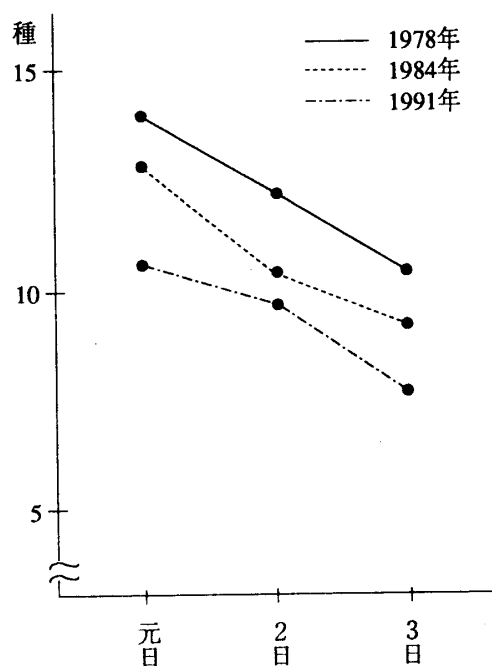


図12 1日の喫食料理の種類数

(1) 1日の食数では、休日あるいは特別の日であるためか、2食のものが多くなっている。また、従来は元日は他の日と異なり、特に、2食のものが、2日・3日に比べて多くなっているが、近年は元日、2日、3日の食数の変化が少なくなっていた。

(2) 主食の内容について検討したところ、1978年の調査では元日には殆んどのものが「雑煮」を食べ、2日・3日になれば「ごはん」を中心としたパターンとなるが、近年は元日に「雑煮」を必ず食べるということではなく、2日・3日では「ごはん」への依存が少なく、ごはん物、パン、麺類なども増え、主食の内容も次第に多様化していることが伺える。

(3) 伝統のおせち料理について検討するため、摂食率の高いものを取り上げたところ、地域的な特色は少なく、「黒豆」「かずのこ」「きんとん」等、全国的にどの地域でも取り上げられるものが多く、食品の流通システムの進歩や食の情報化が進む中でおせち料理の内容も画一化されていることが伺えた。

また、これらの料理の摂食状況をみると、次第に減少傾向がみられるが、特に元日に比べ、2日・3日の減少率が大きく、従来、おせち料理は暮に準備をし、正月中はそれを食べるということであったものが、元日は儀礼的に食べても、2日、3日と食べることは少なくなるようである。

(4) おせち料理の喫食について、家族形態(核家族・拡大家族)と居住地域(金沢地区・加賀地区・能登地区・石川県外)による比較を行ったが、大きな差はみられなかった。

(5) 雑煮については、当地の特色である、清汁仕立てで副材料の種類や量の少ないものが多かったが、能登地区では使われる副材料の種類も多く、内容もバラエティーに富んでいるものが多くみられた。

(6) 調査期間中に喫食されている料理や食品を対象とし、主成分分析を行ったところ、正月における食物摂取の形態は1984年から1991年より1978年から1984年の間の変化が大きく特に3日については、1978年では現在に比べ正月的食形態の特色の強いことが推察された。また、主成分得点の散布状況より、正月中の食の中でも次第に日常的と考えられる料理や食品の比重が高くなっていることが伺えた。

(7) 1日に喫食された料理の種類は次第に減少する傾向にあり、これについては、さらに検討の必要がある。

## お わ り に

伝統的年中行事に伴う行事食が少なくなる中で、正月については殆んどの家庭で祝われ、おせち料理も様々に準備されているが、その内容は次第に変わりつつある。正月料理の内容については地域的特色が少なく画一化されているが、雑煮には比較的地方色が残されており、これは生川らの報告<sup>(12)</sup>とも合致するものである。さらに、和風の伝統のおせち料理は一般に喫食が減少傾向にあるが、それでも、雑煮や煮しめのようなスタンダードのものはそれほど減っておらず、また、従来、正月の間は食べることを念頭に作られた料理であるが、今日、元日は食べ

新沢・中村・脇山

でも2日・3日と続けて食べることは少なくなるなど、次第に形式化していることが伺え、同時に生活のテンポが早くなる中で、正月の食生活についても近年は早くに日常化されつつあった。

今回は若年層を対象とした調査であったが、今後はその範囲をさらに広げ、各家庭でどのように取り組まれているか、また、他の行事食にも焦点をあて、食生活の中での行事食の位置を考えて行きたい。

本研究の一部は、1991年9月に開催された日本調理科学会平成3年度大会において発表した。

### 参 考 文 献

- (1) 川端晶子他：調理学、6、建帛社、1990
- (2) 厚生省保健医療局健康増進栄養課：平成3年版国民栄養の現状（平成元年国民栄養調査成績）、95、第一出版、1991
- (3) 国民健康センター：食と生活、115-116、光生館、1984
- (4) 手づくり料理の会：行事料理100選、153-155、三交社、1984
- (5) 松元文子他：食事計画論、156-158、建帛社、1990
- (6) 足立己幸他：食生活論、69、医歯薬出版、1987
- (7) 吉積智司：食の古事再発見記、食の科学131号、84-90、光琳、1989、1
- (8) 青木悦子：金沢・加賀・能登 四季の郷土料理、40、主婦の友社、1982
- (9) 同上書、17
- (10) 同上書、10-11
- (11) 食の科学154号、102-103：調理済みおせち料理の高級化、1990、12
- (12) 生川浩子他：正月の食生活、金城学院大学論集第19号、23-34、1979
- (13) 生川浩子他：正月料理の動向、金城学院大学論集第28号、1-13、1988
- (14) 生川浩子他：正月の食生活に関する二、三の考察、金城学院大学論集第20号、73-86、1980