

日本における食事様式の伝承と明治の断層

—食生活の混乱のルーツと伝統的食事様式の再評価—

児玉定子

1. 問題の整理

食糧栄養調査会および政策科学研究所への総合研究開発機構の委託研究報告にふれて、食糧政策、公衆栄養学、栄養教育の基本としての食事様式の研究の重要性を措定。

2. 日本における食事様式の伝承と明治の断層

3. 総括と考察

以上は本号掲載

4. 外国人のみた幕末日本の食事様式

(次号掲載予定)

問題の整理

— 総合研究開発機構の食糧栄養調査会および政策科学研究所
への委託研究報告にふれて —

従来、食生活の近代化、高度化、多様化、洋風化を謳歌してきた食糧問題研究者の間にも、世界的な異常気象(昭和47年)、翌48年の石油危機を契機として、大きな反省が始まった。「昭和48年以降を食生活近代化の反省期」(後掲研究報告 p.106)とする意見が多くなってきた。

他方、わが国の穀類自給率41%、総合食糧自給率71%と、世界史の上でも例をみない最低の状況が、一方においては工業先進国、特に貿易立国の日本としては当然の国際分業的状況であるとする権威的な考え方を成立させている。一方、食糧問題研究者の間の深刻な

反省は見のがすことのできない傾向である。

この時期に、官民合同のシンク・タンク、総合研究開発機構（NIRA）は、昭和51年、52年と連続して、食糧、栄養問題に関する研究をそれぞれ食糧栄養調査会（会長・大磯敏夫氏）、財団法人政策科学研究所（理事長・東畑精一氏）に委託し、それらの研究報告書がそれぞれ52年11月、12月に相ついで公表された。前者は「栄養確保の面から見た食糧の将来計画に関する研究」であり、後者は「食糧問題の体系化に関する研究」である。

これらふたつの研究報告はいずれも学際的研究を志向し、各方面の専門家をもうらし、委員会方式の研究がまぬがれがたい制約があるとはいえ、多角的な研究視角が盛られているという利点もあり、得るところが多い。

そこで、このふたつの研究の流れに棹さしながら、わたくしの研究焦点を絞って行くことにする。

政科研レポート（前掲の後者）は厚生省の国民栄養調査成績に対する栄養学者、医学者のコメントに同意しながらも、総じて日本の栄養学者に対して批判的である。この批判の是非については後段でふれる。このレポートの代表的な見解は以下に再引用する、社団法人農山漁村文化協会の主張に鮮明に出ているようである。長文をいとわず下に引用する。

「『食生活の近代化、それは高度成長の食生活版であった。近代栄養学は日本人の食生活はタンパク質（とくに動物性）が足りない、カロリーが足りないといった具合に、日本の伝統的食生活を劣悪なものときめつけ、肉や牛乳、畜産加工品などを木に竹をついだようにもちこんで、その大量摂取を指導してきた。肉を食べることがあたかもすぐれたことであるかのような神話のもとに、欧米に追いつけ追いこせと一途に消費の拡大をはかってきたのである。そのかいあって畜産物の消費はこの10数年来急速に伸びてきたが、その結果は飼料用穀物の輸入増大と、穀物自給率41%という世界最低の記録であった。……日本は、風土も従来の伝統的食生活の体系も一切おかまいなしに、肉食こそ『文化』である、欧米に追いつけ追いこせと突っ走ってきた。食生活の近代化は日本での農業生産と食生活の分断の過程であった。金さえ出せば外国から安く大量に手に入る飼料用穀物や大豆、大麦。日本は食生活『近代化』とともに食糧自給率を極度に低下させ、みずからの胃の腑を、みずからの生命をアメリカにあずけてしまったのである。……ここまで自給率を低下させた原因は、安易な国際分業論にもとづくもうけ主義一辺倒の高度成長と欧米崇拜の近代栄養学が推し進めた栄養改善、食生活の近代化（＝欧米化）にある。……一体、食生活の近代化とは私たちにとって何であったか。それが今や検討されなければならない」とし、その検討の結果は『日本は農業を卑しめ、アメリカの余剰農産物に依存して、食糧は工業でもうけてその金で買えばよいという国際分業論を方針にすえ、上から政策的に、日本の伝統的農業を破壊してきたのである。そしてその伝統的農業の破壊に先行したのが食生活の近代化だったのである。』『肉を食い

牛乳を飲み、欧米に追いつき追いこせという時代に、私たちはもう終止符を打たなければならない。そこには何ら得るものはなかった。』

何ら得るものはなかったというのは言い過ぎと考えられるが、失なったものがあったというのは事実に違いない。得たものと失なったものを同じ次元で計量し比較することは技術的に困難なのであるが、将来はこの問題を避けてはならないと思われる。」(同上報告書 p.109～110, 「」内は農山漁村文化協会編『日本民族の自立と食生活』1976年からの引用)

ここには政科研が評価し支持している考え方がみられる。政科研はこの見解を「従来の視点とは全く別の視点」(同上 p.109)からの食生活の評価だとしている。

このような見解に従えば、食糧自給率の極度の低下、ひいては日本農業の破壊をもたらした責任は、食生活の近代化を唱道してきた日本の栄養学者ならびにそれを受け容れてきた消費者にある、ということになってしまう。

この見解には、一面の真実をふくんでいるが、明らかに論理の飛躍がある。また歴史の事実にも反している。特にこの論理では決して問題の解決策を見出すことができない。

なぜならば、「西洋崇拜の食生活」が奨励されてきたのは、明治の統一国家成立以来一貫してとられてきたところであり、第2次大戦後はアメリカの過剰農産物の導入によってこの奨励が増幅され、質的にも急転換をとげてきたのである。この問題の原点は明治にさかのぼる。明治の指導層は、当時すでに確立されていた、日本の風土に合致し、日本の味を生かした食生活(従って消費構造)を前代から合理的に承継することができなかった。ここにその後の混乱が溯由していること、そして前代の食事様式の合理的伝承という課題が今に残されていること、従って伝統的な食生活を発掘し、それがなぜ継承されなかったかという歴史的事情を明らかにし、この伝統をいかに批判的に伝承すべきかを研究すること、これが実は本稿の目的である。

前に進む前に、政科研＝農文協の見解について若干のことを述べておかねばならない。

一般に、栄養学や医学の専門家が目前の食生活について批評することはかれらの職責であって何ら非難さるべきことではないが、時により一面的な強調という非科学の混入も避けがたいところであり、また批判の対象が問題である。

たしかに明治期においては、後述のごとく欧米崇拜的な強調が多かったし、戦後においても、米飯を食うとアタマがわるくなるというタグイの一面的な強調が行われたことも事実である。明治期の非科学的発言には後述のごとき理由が内在していたし、戦後のそれにはアメリカの過剰農産物への一義的な依存、学校給食を軸としたパン食の大規模な普及という、深層の大きなうねりがあったことは周知の通りである。こういう基本政策を権威的に推進した人たちがこそが、論者の指摘する今日の危機的農業、食生活の混乱を招来した責任者であることはすでに自明である。

また政科研＝農文協論者は「敗戦後、牛乳、肉、卵と突如として変ってきた」ことを指摘しているが、「突如として」が気になる。この戦後現象は当時人口の半分以上を占める農業人口が、農地改革によって前近代的な生産関係から解放されたためにはじまった生活水準の向上の結果でもあって、全く必然的な現象でもあった。「解放」前には白米はもとより自家生産の鶏や卵などは生産者自身が口にすべからざる現金収入を得るための販売用生産物であったし、生活水準が向上するにつれて「本間さま」(大地主)や土地の名門地主がしていたような生活をマネてみたいし、それができるようになったという、ごく普通の現象であった。この現象は日本のみならず、戦後の各国に現われた現象として食糧の需給バランスを緊張させる原因となったことは常識であろう。そしてその後ひきつづき国民の消費水準が向上していることをよるこばなければならないことも当然である。問題があるとすればその科学的誘導が必要なだけで、その他の国民の食生活の多様化要請もむげにしりぞけることはできないのである。

つぎに、政科研＝農文協論者は「伝統的な食生活の体系」を重視しておられるのはよいが(この場合でも何が伝統的なそれであるかは大いに議論のあるところで、これを見つことが本稿の目的でもあり、かつ戦前日本社会の特殊性から、しかく簡単には発見することができないことを一言しておく)、かれらは論理的根拠もなしに「食生活は農業生産と離れてはならず、栄養的にはすぐれた食生活であっても農業生産と離れてしまった現在日本の食生活は良好なものではあり得ない」とまで宣言的に強調している。その本旨は、「安易な国際分業論にもとづく」畜産物や輸入食品を日本農業の敵対物としてだけ捉え、そういう食品を奨励する一切のものに「終止符をうつべきである」とするにある。

筆者も、アメリカの過剰農産物が学校給食に入ってきた当時、いかに食糧不足の時代とは言え、思いつきの料理が横行し、また世界各国の食物が体系的なコースとしてではなく単品の形で流行的に取り入れられた時代に、無国籍的なコスモポリタ的な食生活が児童や生徒の正しい栄養摂取をゆがめ、よき習慣の形成を妨げるものとして問題にしたことがある^(注1)が、しかし食品の国際交流を全く否定することは決して問題解決への正しいアプローチではない。維持し発展させるべき食事様式の伝統をしっかりと把握し、その上に立って合理的な外国食品の流入が図られさえすれば足りる。競争的な食品の生産性や価格差に対しては、必要とあればいろいろのインセンティブを附与することによってコントロールすることができるし、それこそがプロパーな農業政策であろう。問題にされている畜産物の輸入が日本の食物を豊富にしていることは事実であって、基本を忘れないかぎり懸念すべき事柄ではない。何が日本の伝統的な食事であり、それをどう合理的に継承したら

(注1) 児玉定子著「栄養指導講義」昭和31年(1956年)丸善、そのご労働科学研究所出版部、ついで学術出版社より重版。

よいか、したがって日本の味を生かした消費構造をどうして確保するか、またそれに対応した農業政策の展開はいかにすべきかが基本であろう。

ともあれ、この政科研の報告の中で、「伝統的食生活の体系」が将来の食糧問題を考える上で重要である、とされていることは、わが国の食糧、栄養問題のためにひじょうによいことだと思う。早くから、このようなアプローチをつづけてきた筆者^(注2)にとっては、ようやく問題解決の入り口に立った感がするが、何が「伝統的食生活の体系」であるかが、今は問題である。本稿はそのために役立つだろう。

政策科学研究所の調査報告が発表された1カ月後に食糧栄養調査会の報告が公表された（「栄養確保の面から見た食糧の将来計画に関する研究」）が、そこでは国民栄養調査結果と厚生省の昭和55年推計日本人平均1人1日当たり栄養所要量とを比較し、「昭和48年（1973年）前後の栄養摂取状況が、各方面から検討した結果はば適切なレベルと判断した。」（同上報告 p.283）としている。

そして、その内容は「国民栄養の立場からすれば、……調査結果の平均値は現実には、少しく〔1人当り栄養所要量を〕上廻った数字となる方が望ましい。したがって、熱量、蛋白質ともに、この昭和48年前後の数字が最も適した現実の摂取量であろうと考えられた。ただ、ビタミン、ミネラルの如き微量栄養素類は少しく不足していると考えられる。」（同上 p.283）としている。

「なお、この摂取量の内容として、炭水化物が減じ、動物性蛋白質と脂肪が増している。この形は、高蛋白、高動物性蛋白質、高脂肪の欧米型とも異なり、また、高炭水化物、低蛋白質、低脂肪の開発途上国の形とも異なり、丁度中間型と見られ日本独特の均衡のとれた形と言えよう。摂取全蛋白質の半量は動物性であり、動物性蛋白質摂取の中、その半量は獣鳥肉、卵乳類などの畜産食品からきており、あとの半量が魚介類から摂っている。」（同上 p.238）

（注2） 念のためこれに関係のある筆者の研究経過をあげておく。

戦時の、労働科学研究所における日本農民の食事摂取状況の調査、大政翼賛会食糧巡察使のための外食店の調査、各産業部門の熟練工世帯の食生活調査を経て、中国（華北）における民食の調査、報告（労働科学）。

戦後は「栄養指導講義」（1956年昭和31年）丸善、労働科学研究所で戦後の食事様式のコスモポリタン性に注目を促し、先進諸国の食事様式については次のような報文を書いた。

「初期アメリカの食事と食物について」（昭和女子大学「学苑」1959年（昭・34）5月号、6月号、「イギリス市民社会（19世紀前半）の食事様式」（同上「学苑」1959年10月号、12月号、1960年2月号

公衆栄養（建帛社）林淳三その他と共著（50年3月）中の第3章公衆栄養の構成

「外国人の見た幕末日本の食事様式」（未発表旧稿、本稿の続編として掲載予定）

「中国たべもの考」（大修館「中国語」1979年5月号以下4回連載）

そして食糧問題としては、熱量の点は何とかできるものだが、「蛋白源となるとなかなか困難である。穀類、豆類から来る蛋白では不足であるため、何とか動物性蛋白の確保をはかる方法を考えねばならぬし、その最少限度を何処に定めるかについていろいろと検討を試みた。わが国の国民栄養調査実績を詳細に検討してみると、国民の栄養所要量をほぼ充足した昭和38年(1963年)の摂取実績が、ほぼこの目的に副うものであると判断するに至った。したがって、この38年前後の実績を踏まえ昭和55年推計の蛋白質所要量70gを、動物性蛋白質40%とし、その中の配分について、魚介類蛋白質と畜産物蛋白質との比を、およそ2:1とする試みを行った。その結果、かりに38年当時の蛋白質自給率をもとに算定すると、推定自給率は80%を超すことになる。この際なお蛋白質の自給率を更に向上させてその安全確保をはかるならば、……飼料作物の国内生産を高めるための対策をたてるのが大切である。

そこで、われわれは昭和38年前後の食糧自給を以て是が非でも確保したい限界線としてどんなに食糧生産が低下してもこの実績以下にはならない。これがわが国食糧の潜在自給の目標と考えている……」(同上p.284)と食糧自給率の最低限を提言している。これは栄養学者の側からみたマクロ的結論で、同じく国民の栄養確保を前提としている政科研を拘束する提言である。この食糧栄養調査会の提言を乗り越えるためにはミクロ的なアプローチが必要になる。それなしには食糧需給の現状を改めることができない(後述)。

食糧栄養調査会も、わが国の食糧自給率の低下を憂慮し、「高い自給率の確保を」「国民的命題としてやり遂げる」ための「たゆまざる工夫と努力」について提言しているが、「国内での農業生産物は何れも高価につく」から国際競争力をつけるためには「多大な投資」が必要であるとして、暗黙のうちに自給率の向上が困難なことを認めている。(同上p.286, 287, 288) 匙を投げている感じである。

しかし、食糧栄養調査会の本旨は、栄養学者の集団らしく「わが国の如く食品の種類を多く使用する習慣は、栄養的にはむしろ好ましいもので欧米や途上国とは全く異色ある独特なものを形作っている。」(同上p.285)という考え方を導入してパン、畜産物の消費を高く評価し、「畜産振興への布石」として「日本に適する牧草の研究」をはかり「耕作地外の未耕地を拓き」「雑穀生産を可能」にし、「飼料輸入にひとつの歯止め」をかけ「有事の際」の「ライブストック的な役割」(同上p.291)を果たさせるべきであるとし「何れにしても国民の食糧は多様化が大切なことを為政者は十分に認識して、無暗な復古観念は厳に避けつつ、世界の状況に遅れず前進することが肝要である。」(同上p.288)と、いわば伏線をはっている。

そしてこれを実現するためには、国際価格の重圧が他の農産物以上に強いから、「多大の投資」が必要であり、他方「日本国民の畜肉に対する需要は年毎に増すことが必然である現状」(同上p.291)であるという認識に立てば、結局はこの「必然」を前提として、国

際分業による輸入も止むを得ないという考え方に到達することになる。

このような食糧栄養調査会の考え方に対する筆者の見解は後段に残し、この段階では、この調査会の考え方と政策科学研究所のそれとの間には大きなちがいがあること、すなわち調査会が最近の食事の近代化、欧米化をよろこばしい必然とみているのに対し、政科研はこのような傾向を反省し見直そうとしていること、そして正に、このようなふたつの考え方を背景として、わが国の食糧、農業政策がゆれ動いていることを指摘しておく。

両者がからくも一致している点は、国際分業という一筋なわの対策では対処不可能な現実を背景として、安い農産物が流入して日本農業に打撃を与えている現状を、ある限度内にとどめ、農産物の自給率がとめどもなく低下するのを防止しなければならないということである。

しかし、この自給率の低下対策については再び両者の見解は大きく対立する。すなわち政科研は、まず米の比重を高めることを考えているが、調査会はそれに反対する。これは、消費構造、食生活についての両者のビジョンがちがっているためである。

だが、両者の想定する消費構造がちがっているが、自給率の向上のために、日本農業への国の投資をふやすこと、またそれを支える価格政策その他の保護政策の必要については両者は同じ立場をとっている。しかし調査会の立場は、前段指摘した通り、食生活の多様化と西欧化を是認する立場であるから、国際競争力の実現ができない場合には輸入の自由化も止むを得ないとする理論構成になっている。

また両者が表向き一致しているもうひとつの点は日本人の食生活についてのミクロ的指導の必要性である。しかし両者の想定している食生活、消費構造の内容がちがっているので、指導の方向は全くちがってくる。

調査会は食生活の現状を進歩の方向であると考えているので、指導の範囲は大変せまい余地しか残されていない。すなわち「各人」の「過剰摂取」とか「若い世代」に対する「食物の尊さ、ぜいたくのは正、無駄のない食物の利用につき絶えず教育する必要性」(同上p.286)を「痛感」しておられるにとどまっている。

これにひきかえ、政科研は現在の近代化については批判的で、その再検討を要請し、「伝統的な食生活の体系」を考えている。しかし「伝統的」などと言われるが、それが何を意味するかは片言隻語も示されていない。政科研報告の言われるものと一致するかどうかは不明だが、伝統的なものの批判的継承、発展という答えを出すために、この原稿が用意されていることを一言して先に進むことにする。

調査会報告も一般論としては「栄養的には均衡のとれた内容であり、資源的には日本での生産を中心として、自由貿易による必要物を入れることから成り立つ」「正しい食生活の指導が必要」(同上p.286)だとしているが、どんな食生活かについてはそれ以上にふみこんで説明していない。調査会がすべての議論の大前提としている厚生省の「国民栄養調

査」から統計解析によって導き出している食生活パターンの唯一のデータは、パン、めん類を中心とする食形態に、肉類、油脂類、緑黄野菜、牛乳および乳製品類が「親和性」をもっている、ということだけで、これを推奨している。ところが、この「国民栄養調査」では「料理名」まであげさせて調査することになっているのであるから、せめてその料理名の集計が望ましいところで、それがあれば、いわゆる「正しい食生活の指導」にも役立つところが多いはずである。したがってこれをこそ統計解析すべきである。（因みに例えば昭和49年の国民栄養調査成績がのっている厚生省公衆衛生局栄養課編「国民栄養の現状」p.38には副食についての若干の集計結果が出ているが、もう一步の努力である。）

特に要望したいことは、調査会報告が重点をおいた「動物性蛋白」がどんな料理によって摂られているかという点で、そのクロス集計は極めて大切な観点であるから、ぜひ報告してほしかった。こういう現状把握資料がなくては食べ方の「指導」や「教育」に役に立たないのではないだろうか。

* どんな料理が行なわれているか、という事実の把握がいかに必要かを例証する事例は次の通りである。東京の学校給食関係者の間では周知の笑い話がある。それは「オカアサンヤスメ」という調査結果である。児童の家庭での食物の調査で圧倒的に多かったのは、オムレツ、カレーライス、サンドウィッチ、ヤキソバ（ヤキメシ）、スパゲティ、メダマ焼きで、この頭文字がお母さん休めになるという話である。児童自身もこれらの食べものが好きだが、若いお母さんたちも、このほかの調理はよく知らないというのである。使われる野菜もトマト、キュウリ、キャベツ、レタスで日本特産野菜の切れっばしもない、という結果であった、とのことである。いろいろの問題をふくむ象徴的な事実であろう。

国民の食生活のモデル・パターンを具体的に示すこと、これが調査会報告の言う指導や教育の上からはもちろん、政科研のように「食生活を政策的に変化させる」（前掲p.111）ことを企画する場合にはいよいよ必要になる。

調査会のように、食生活の現状を全体としては肯定する立場に立っても、例えば畜産物を取り入れる目標や限界を設定するためにも必要な手続である。まして政科研などのように現状の食生活に批判的な立場をとる場合には、何らかの現実的・歴史的モデル（食生活の総括としての食糧需給統計や国民栄養調査結果に対置するものであるから、それは机上のモデルであってはならず、あくまで実在的でなければならない。どんなモデルが妥当であるか、という選択の問題は、後段で検討される。）を指定し、その科学的、批判的発展を期さなければならないだろう。

調査会の諮問委員である慈恵会医科大学教授阿部正和氏も、調査会の前掲の「研究」の概要ができた時点で意見を求められた際に「適切な食パターンの確立を要望していることは結構ですが、どのような内容のものを適切とするか、一応の案を示すこと」（同上p.295）を求めている。

食生活研究会（座長上村光男氏）も「これからの食生活」において「我が国の望ましい

食生活は、国民の満足感を充足させながら、栄養・保健面とのバランスも保たれ、できる限り資源的にも不安がないものである必要がある。しかしこれらは相互に両立しがたい面もあり、総合的視野に立って調和のとれたものにすることは必ずしも容易ではないが、今後はそういう食生活のパターンを積極的に形成する方向を目指すべきであろう。」としている。

こうして、食生活のパターンに対する関心が高まってきていることそれ自体は歓迎すべきことであり、このことを研究生活の最初から追い求めてきた筆者にとってはよろこびと感慨がわいてくる次第である。

西欧の市民社会では食生活のパターンはすくなくとも200年もかかって、封建社会の胎内でいわば歴史的醗酵を経て成立してきたのであるが(後述)、後進諸国においては、ことに封建社会から新しい社会への移り変りが急激だったところでは、新しいパターンは自然には成立しておらず、いろいろの条件の中でなお混とんとしている。この点では、わが国も例外ではなかったようである。すなわち、わが国をはじめ、これから発展する国々では前代からの継承とその新しい批判的展開をいかにすべきか、歴史の醗酵をいかにして意識的に早めるべきかが問題となっているようである。

先に進む前に、食糧栄養調査会の、国民栄養の現状に対する肯定的評価(したがって国民の食生活の現状についても肯定的評価が出てくる)について、一言しておかねばならない。

国民栄養の現状について、筆者は、全体として栄養の摂り過ぎ、他方におけるミネラル類やビタミン類の摂取不足、特にミネラル類の不足が、微量成分であるが故に、一層のきめ細かな検討が必要と考える。

また動物性蛋白質特にアミノ酸構成とその配分の適正についてもっと精密な観察(したがってその前提としての調査)が必要であると考え。同じことは脂肪酸についても言える。

さらにさきの問題としては労働の質量や環境の変化とミネラル、ビタミン、アミノ酸、脂肪酸の所要量が再検討される必要があるのではないだろうかと考える。

日本における食事様式の伝承と明治の断層

食事様式、食生活の体系、食生活のパターン、食物パターン、食習慣などの用語は、包摂する内容に広狭はあるが、類語である。筆者は従来（1956年）から、広い意味をもつ食事様式（Dining Mode）という用語を使ってきた。

食事様式はその上位の概念である生活様式（Mode (or Way) of Life）に包摂され、それを構成する要素である。

食事様式は、人類が自然環境（特に食生態系）を労働の対象として働きかけ、自然をコントロールしつつ、与えられた環境（特に食品環境）に生物学的に適応乃至順応し、幾世紀にわたる“生体実験”を経て、歴史的に成立した、栄養学的にも合理性のある食事の体系である。

それは歴史的なものであるから、各時代の人々の生活信条（creed）や好尚（taste）、（わが国の最近の用語例では「国民選好度調査」などの選好）そしてまた志向（intention, aspiration）によっても影響をうける、文化という面をもっているけれども、本質的には食事のもつ生物学的要因のゆえに跳躍がなく、伝統的、保守的な性質をもっている。この点で社会経済的な諸制度とちがっている。

この食事様式についての生理学者の考え方にはつぎのような古典的な定説がある。消化の研究で1904年にノーベル賞をうけた生理学者パプロフは、イギリスの食事様式について次のような評価を与えている。少し長いけれども引用する。

「……人間の本能というものは、つみ重ねられ、ついには最良の生存条件への無意識的順応に移行した経験の成果である……どこでも食事の行為は、通常の仕事の進行をふりきるかのように一定の様式でしくまれている。特別な時間が定められ、仲間（親類、知人、偶然の友）が集まり、きまった準備（英国人の着替え、年長者による食事の祝福など）がなされ、裕福な人は特に食事専用の部屋をもっており、音楽が演奏され、会食者を楽しませる人びとがよびよせられる。これらはすべて現実の生活に対する気づかいや心労をそらし、目前の食事に関心を集中させるように考慮されている。まじめな会話や読書が食事時に不似合なことも、この観点から理解する必要がある。食事の際に用いられるいろいろなアルコール飲料の意義もおそらく一部はここにあるのであろう。なぜならばアルコールは作用の第一段階においてすでに軽い麻酔をおこさせ、それによって経験してきた生活上の印象の重荷から人間を解放する働きをもっているからである。

この複雑な食事への関心に関係した衛生が主として、知識のある、富裕な階級の社会で用いられていることは理解できる。それは第一に、この社会では知能労働やおちつかない生活上の問題がはげしく、第二に、食物は要求よりも通常多量に与えられるからである。下層社会では知能的な生活はより単純であり、筋力の大きな緊張と栄養の一般的な不足のもとに、食物に対する関心は特別な手段や世話は全然なくとも強くかつ活発である。上流階級では食事の種類がこのように吟味されており、下層階級では特別な害もなく質素な理由はこの事情による。

食物に対するすべての薬味、正式な食事の前のあらゆる前菜は、あきらかに食事への嗜好、関心、強い期待を刺戟するように考えられている。……飢えを感じている人にとっては、このような特別

の手段は不必要であり、空腹をみたすことがそれ自体十分満足のゆくことである。^(注3)」

「食欲の興奮を期待させるいろいろな形、さまざまな分量の前菜……がすむと正餐はほとんどの場合に、いわゆる熱いもの、すなわちたいはいは肉汁(すまし肉汁、キャベツ汁、スープ、ボルシチなど)からはじまる。そのあとに本来の栄養となる食物、各種各様の肉や貧しい階級の人びとでは粥のような澱粉、蛋白質の食事がつく。このような食事の配列は……生理学的な事実からみれば完全に理解できる。……肉汁は胃液の著明な化学的刺戟である。したがって日常の食事は食物の主要な部分に対して胃液の豊富な流出を二重に保証している。第一はザクスカ〔前菜〕による食欲性胃液の刺戟であり、第二は肉汁の胃液分泌刺戟作用である。このようにして本能は主食を消化するために、いわば予備手続をつくったのである。^(注4)」

このほか脂肪と蛋白質の消化の問題とか、酸アルカリの平衡とか、膵液の問題とかいろいろのことがあるけれども、ここはその場所ではないから、ここでは、経験的にいわば本能的に合理的な解決が行われていることを指摘すれば足りる。それは長い間かかって人類が築きあげた合理性である。わが国の本膳料理でもほぼ同様の合理的な配列ができあがっていた。

それで、例えば市民的な食事様式(生活様式)を身につけていなかった「ロシアのいわゆる知識階級は……食事にはまるで非生理学的な、ときには侮べつな態度さえ【とっていたのであるが】より落着いた国民である英国人などは食事をすること^{こんきよう}を一種の勤行のようなもの^{ごんきよう}にしている。〔しかし18世紀末から19世紀はじめの英国市民は、まだそこまで合理的になりきらず、食事を社交の手段としていたのであるが、〕食事に極たんに夢中^{なりすぎる}になりすぎることが動物的であるとすれば、食事に対して過度に不注意であることも無分別である。^(注5)」

消化の生理学はその後も発展している。そしてまた伝統的な食品の取り合わせ、組み合わせの生理的な意味、その薬理的な効果についても研究は発展している。ここにも食事様式の研究の重要な意味がある。

- * 気候風土によって食品の分布に大きな相異があるばかりでなく、同じ種類の食品でも、土壌や栽培条件、飼料などの相異によって栄養成分が異なる。例えば日本食品成分表とアメリカのそれ(U. S. D. A: Composition of Foods)によって比較すると、同じ食品でもカルシウム、リン、ナトリウム、カリウム、ビタミンの含有量が顕著に相異している。また黄土地帯やヨーロッパのそれとも顕著に相異なる。
- * 「日本人の食事と、大陸の雑穀を中心とした、特に畜産物を取り入れた食生活とのちがいによって、それぞれの国民の体格、体形および生理的機能に大きな影響があり、日本人特有の消化液の分泌の仕方、消化器の働き、構造、歯型、長い腸管などの遺伝的形質が形成された。これらは日本人の食品環境に対する適応である。^(注6)」

こうして例えばアメリカの生活様式、市民的生活様式等々のもとでの食事様式が成立する。同時に各国民の自然環境に対する適応と順応の過程、他方における社会の発展の段階の両面からみた比較生活様式(食事様式もまた)史が成立する。その中の共通のものと特殊のものが明らかにされることによって生活様式—食事様式についての理解が深化する。

(注3) パプロフ「主要消化腺の働きについての講義」1897年邦訳「選集」上巻 p.92~3

(注4) 同上書 p.100

(注5) 同上書 p.97

(注6) 財団法人農政調査委員会資料No59「日本人の食糧構成」p.24 食糧栄養研究委員会答申

こういう考え方の下に本稿がすすめられる。

本稿はこれから歴史的に成立している、わが国の食事様式のモデルを探究して行くのであるが、それは次の時代に向って批判的・発展的に継承して行くべきモデルであるから、この食事様式は現代の栄養学にてらしてもバランスのとれた、ひとつの体系として成立しているかどうかということにかかってくる。したがってこの体系外のあれこれの食物や料理をとり入れる場合には生理的・生化学的・栄養学的バランスの上からの慎重な配慮が必要になることを念頭におかねばならない。

外国から導入される食物が口あたりのよい (palatability) 食物の場合、またその導入が栄養以外の何らかの強制による場合、過度の経済的な考慮が主たる場合などには格別の注意深さが要請される。

外国に定住する場合のように、他の食事体系を全体として受容する場合には、大きな問題は起こらないが、東西交流の結果としての食物の部分的な受け入れの場合には食事の全体をみまわし前もって検討してから実行に移さねばならない問題がある。

本論に入る前に若干の例題をとりあげてみる。

鮮魚やカリブの肉の生食を中心としたエスキモーの食事様式を他の食物で置き換えることは栄養的にも社会経済的にもむずかしい問題を生む。フランスを中心とするワインを常用するアルカリバランスの体系、オランダ等のポテトと酪農食品の体系など主体性 (identity) のはっきりした様式がある。

日本には精白度の少ない米に雑穀を混用し、それに大豆蛋白と生鮮ならびに乾した魚介類をとり、多種類の野菜と海草を添えた食事様式をとっていた時期と階層があったのであるが、この中の米の精白度が大きくなり、また雑穀も混入しなくなった場合には栄養のバランスがちまちまにくずれるだろうし、また野菜の種類が少なくなったとき、また海草の摂取がなくなったときにも栄養の総合的バランスのくずれや動揺がやってきたことも経験ずみの事実である。

* 明治期の栄養改善は国民病としての脚気予防対策に集中し、ついに鈴木梅太郎、島村虎猪両氏による糖からのアベリン酸の抽出・ビタミンの発見 (1913年大正2年) に結実したことは今では周知の歴史的事実となった。^(注7)

ことに軍隊における脚気は重大で「寺内陸相が自分に語った『現在までのところ、日本軍の損害は合計約10万で、うち6万は死傷、4万は戦病だが、その大部分は脚気で、次は赤痢、腸チブスの順である』と。」^(注8) (ベルツ)

以上が日露戦争開戦10カ月間の報告であった (1904年明治37年12月8日の日記)。同年8月21日の日記にも「箱根は傷病兵であふれている。ここに転地させられているのは主として脚気患者であるが、……いずれも栄養佳良で、立派な体格をし、強壯に見受けられる。ただ歩行によって、慣れ

(注7) 児玉定子 前掲「栄養指導講義」第10章わが国における栄養指導の歴史、特に p.199～202

(注8) エルヴィン・ベルツ「ベルツの日記」下巻 1979年3月岩波文庫 p.269

た眼には、ただちに脚気患者であることがわかる。^(注9)』との記述も見受けられた。

しかしこの脚気対策の点でもビタミンBの欠乏をもたらしたものは単に米の精白度だけの問題と理解するのは正しくない。従ってビタミンの添加だけで問題が解決すると考えることは正しくないだろう。バランスのとれた食事、複合的な食物の重要性を考えることが近代栄養学の立場である。

一般にひとつの食事体系の中の食品の加除は想像以上にむずかしい面をもっている。このことは戦時中の「代用食」という考え方の失敗を思い起こせば十分であろう。

また食品の調理効果をたかめ、また生理上の欠点を相殺補正する効果をもつ食品の取り合わせ (assortment 又は combination) の意義を考えただけでも体系をなす食事の中の食品の加除のもつ重要性を知るべきである。

* 焼き魚と大根おろし、豆腐にわかめの入ったみそしる、蒲焼とサンショウ、ビーフステーキといも、クレソンそれにサラダ等々の取り合わせについての研究はまだ緒についたばかりで、多分こういうイミがあらうという予測の域を出ない現状であるが、予防医学と調理学の今後の課題であろう。

食品の加除代替の点で比較的に成功している例としてはアメリカにおけるV.F, V.Eを含有する植物性油脂の奨励、ソ連邦における米の導入による動物性脂肪の摂取低下などがある。

食品の過剰摂取を、外的環境を変えることによって達成することも重要である。例えば氷点下40～50℃という酷寒の極東、シベリヤ地方で成人1日当たり7,000カロリーの高熱量摂取の習慣を、^(注10)ソ連邦主要都市における熱伝導方式の地域暖房によって解消した例がある。

わが国における食塩の過剰摂取が、重筋労働の減少と軽労働化、米をはじめとする穀類ならびに植物性食品の過剰摂取の解消によって、医学、栄養学関係者の啓蒙活動とも相まち、しだいに解決しつつあることも外的環境の整備による解決の例である。

ついでながら、商業主義の極限の結果としての口あたりよい食品 (palatability) の導入は、未開人に対するサトウや酒などのように、食物の体系を攪乱する。最近における嗜好飲料の普及や一部の動物性蛋白の過剰摂取などにもこの傾向が認められる。

こういう反省の上に立って、システムとしての体系的食事、伝統的食事様式の歴史的モデルの探究をいそがなければならない。

さて、それはどこで発見されるか、または発見すべきか。

第2次世界大戦前の日本はおしなべて言えば malnutritionの国であったと言ってよいだろう。高い乳幼児死亡率や結核罹患率、そして脚気などは当時の国民の栄養状態を反映したひとつの指標とみてよいだろう。また国民皆兵 (旧憲法第20条) の結果、毎年行なわれた徴兵検査 (壮丁検査) の成績は憂慮すべきデータであったことが当局によって確認さ

(注9) 同上書 p.151

(注10) 労働科学研究所・開拓科学研究所報告「ロマノフカ村の食生活」

れている。また財団法人労働科学研究所その他の民間調査機関の栄養調査成績もまたその例証としてあげることができよう。

戦前は、今日のような農地解放が行なわれていなかったので高い小作料が農民自身の再生産にも大きな圧迫を与え、人口の半分以上を占める生産者である農民自身が必ずしも米を常食とすることができず、タマゴや豚はもちろん、魚介類や河川や湖沼からの採取物でさえも自家消費にあてることができず、それらの大部分を売って現金収入を計らざるを得なかった。

「昭和14年頃から全国を歩きまわる旅をはじめた」民俗学者の宮本常一氏は「昭和20年以前には十分に食欲を満足させることができたであろうかというに、むしろ飢えている者が少なくなかった。」また「日常の食事に米を食べていないところが多かった。^(注11)」と述べている。このような経済的制約の下にある食生活は、筆者の当面の探究の参考にはならず、むしろ当時の民衆の生活を知る証言としての役割を果たす研究であった。それは民衆史の研究であった。しかし生存のための苦しい日々の営みの跡は今後の食事様式のための得がたい資料である。

このような消費能力の上で制約のある階層の中でも、所得水準が比較的に高い、いわゆる熟練工では、戦時中にかかわらず別の反応がみられた。わたくしが調査した川崎市の熟練工の食生活は当時としては申分のないもので栄養的にもすぐれたものであった。1週間にわたって世帯全員の秤量調査を行なったのであるが、熟練工である世帯主と子どもの栄養状態は良好であったが、妻のそれは悪く、いわば妻の犠牲によって主人と子どもが支えられているという状態であった。

* 当時の大政翼賛会国民運動局長が食糧査察使として食糧査察を行なった際に、単身者や独身者の集る都市の外食店58ヶ所、および横浜市、川崎市や大森区の熟練工世帯の調査を行なったのであるが、外食店調査のほうは公刊されたが、熟練工世帯のデータは産業衛生学会での発表にとどまった。

当時の戦時インフレ色の濃い時代に、生産者として、特に漁村の兼業農家や狩猟を兼業とする農家（私が調査したのは栃木、茨城県の農家世帯）などは動物性蛋白質やミネラルの摂取にめぐまれた食生活をすることができたが、当時の一般国民の生活は、当時の家計調査におけるエンゲル係数が50～55%（終戦の翌年は66.5%と明治末期の水準）であったことからみて、全くギリギリの食生活であったことがわかる。労研で私たちが行った調査では鉱炭山労働者世帯では60%に近く、因みに戦後1965年（昭和45年）では36%である。

現状のエンゲル係数は25%前後、アメリカは17%程度である。この時代の国民の食生活は苦難を懸命に払いのけようとする食物のやりくりに驚きを禁じえない。

(注11) 宮本常一「食生活の構造」柴田書店 1978年 p.1

食事様式の歴史を遡る前に民俗学者たちが掘り起こした民衆の食生活について一言しておこう。それは体系化された食事様式や現在の日本人の食生活といかにちがっているかを知ることができるからである。

* 歴史の中に埋没してしまうおそれのある民衆の生活を丹念な聴き取り調査によって発掘し再現した功績は柳田国男氏を始祖とする日本の民俗学者たちの努力による。そのおかげで徳川時代から明治大正を怪て現代につながる民食の歴史がかなり明らかにされている。

民俗学者の生活に対するアプローチは現実への肉迫、密着、あるがままの実状の認識、“書かれざる記録”の発掘という点に特色があり、調査地域の特性を背景にした、地を這うような克明な調査が行なわれ、それがしだいに昇華して日本人のルーツである原始共同体の宗教社会学的解明にまで辿りつくのである。^(注12)

民俗学者の調査記録の助けをかりて民衆の食生活の歴史を整理しておく。

東京の近郊農村でも食生活の基本は長い間明治30年(1890年)とあまり変わっていなかったが、農地解放から15年も経った1960年(昭和35年)を境として大きく変わってきた。この契機は米の生産性が上がって余力ができたこと、養豚、養鶏、園芸作物の生産が盛んになったこと、また農業以外の兼業または専業収入の機会が出てきたことである。

大正年代に精米機や精粉機が導入されて、専業の米屋が農村地帯にもできたが、当時の農家は押し麦や挽き割り麦を混食していた。当時、農家よりもさきに非農家の筏乗りや炭焼きなどの現金収入のある世帯が米屋の押し麦を買い、米・麦半分乃至米8割押し麦2割の主食を食べはじめた。

加工の面でも従来部落共有の水車で製粉していた農家も、明治の半ば以降石臼が普及するようになった結果、いろいろの穀類の粉食が多くなっていった。

調理の点でも従来の鍋に代って鑊釜(ツバガマ)が登場し、粒食・炊飯が普及して行ったこと、それまでは、かゆ、雑炊の形が多かった。

終戦後も長い間、米は常食でなかった。婚礼や葬式、盆正月、えびす講などのいわゆる晴の日、田植えや刈り入れでゆい(相互扶助で労力を貸借する)のときなどには米飯が供されたがそれ以外には米は貴重品であった。

まして、時代がさらに遡るにつれて、米はほとんど小作料や年貢にとられ、徳川時代には名主の家でさえ、畑作部落では、小麦、ソバ、モロコシを粉にし、ヒエも粉または挽き割りにし、粟は餅にして食べるのが常であった。おかゆも多く、イモ類や大根を入れるのがふつうだった。

副食としては味噌汁や漬物だけが多かった。トウフやゴマ油、菜種油の使用が献立に散見し、けんちん汁や天ぷらも現われていた。川魚を焼いたり干ものにして、農繁期や晴の

(注12) 柳田国男全集、瀬川清子「食生活の歴史」、特に宮本常一、潮田鉄雄共著の前掲書の第2章、第3章の東京の青梅、府中、広島県の町村の食生活を参照。

日に使い、塩蔵もののニシン、イワシ、サケ、マスも祝儀不祝儀の特別の場合に使い、土用には、折柄の農繁期とも重なって、ドジョウやウナギをとって蒲焼きにして食べていた。その他コイ、フナ、ハヤ、ヤマメ、アカハラ、カジカなどもとり、煮、焼、天ぷらにして食べた。山鳥、ウサギ、イノシシなどをたたいて肉団子にしたり、庭の外釜で煮て食べることもあった。又、いなごの佃煮なども蛋白源であった。

野菜やセリ、ワラビ、ゼンマイ、山ウド、山ゴボウ、オカヒジキ、タラノメ、カンソウ、コゴミ、山フキ等の山菜など種類が多く、マイタケ、ナメコ、初茸、しめじその他のキノコ、梅、柿、栗、ユズも食べた。特に大根は生や干して、またオロシや煮もの、漬ものほか干葉としても利用された。(この民俗調査の資料に、塩干の魚を売りにきた商人が、乾ワカメ、貝などの海産物をもってきた記録がないことには若干疑問が残る。)

食事の回数は朝昼夕のほか、午前午后に各1回づつ相当のカロリーを補給し、1日5回、養蚕や冬の縄づくりのときには夜食をとって6回という例もあった。

以上のような食生活には生理的要請に対応する知恵が認められるが、すべては食品を獲得するための労力の余裕があるかないかにかかり、動物性蛋白質の点で心配が残る。

このような民衆の食生活が大きく変った転機が農地改革後15年を経た1960年(昭和35年)ごろからである、という民俗学者の指摘(前述)を記憶にとどめて、本稿は幕末から明治の指導層の食事様式の探究に移る。

明治は、周知のように、黒船の大砲の圧力による開国というにがい経験、そして周辺のアジア諸国が列強によって植民地化されるという現実を前に、辛くも統一国家を確立し、富国強兵を目ざして西欧文明の急速な吸収に努めた時代であった。文明開化と西欧崇拜は時代の気風であった。この生活様式の近代化は食事にもまで及ぶこととなった。

* 明治9年(1876年)にお雇い外人として来日し26年間日本に滞在したエルウィン・ベルツは、日露戦争さなかの明治38年2月3日の日記に次のように回想している。静岡県静浦の江ノ浦部落まで行った。「ここで現今の日本では珍しいことに出遇った。7才から10才くらいの少女の一群が、学校から出て来たのだが、自分を見ると、うやうやしく道端に整列して、この外国人に向けて丁寧にお辞儀をしたのである。この出来事は自分に、昔のことを思い出させた。」^(注13)ベルツが来日したころには、このような学童のあたまの中にまで西欧崇拜の気風が滲透していたことがわかる。

明治に入ると、それまではお鷹狩りや山村での野鳥や猪の例外はあったが、当時の習俗としては一般化していなかった肉食、特に牛肉を食べることが始まった。

もっともすでに安政年間に牛肉を食べていた下層武士の記録も現われている。

* 鴨、キジ、山鳥肉の調理についてはふるい料理の文献にたくさん出ている。また東京近郊の山村で鳥やウサギ、イノシシの肉を食べていたことは前段引用の民俗学者の聞き取りにも出ている。

(注13) 前掲ベルツの日記下巻p.310

* 彦根藩井伊家が近江牛を飼育し代々將軍家と御三家に養生肉と称する牛肉の味噌漬を献上する慣例があったこと^(注14) や「本朝食鑑」による江戸時代食品一覧中の獣畜部^(注15)の記事、牛乳や乳製品(牛酪)についても幕府中期には房州嶺岡の白牛飼養、幕末には雫子橋内厩舎における將軍家用の搾乳、牛酪調整の記述^(注16)などがみえている。

* 明治維新を10年後に控えた1857年(安政4年)、当時大阪の緒方洪庵塾の塾長をしていた24才の福沢諭吉が、大阪に2軒あった牛肉を食わせる店で牛肉を食べていた、という記録が習俗としての肉食については今のところ一番古い記録のようである。^{(注17)(注18)}

つぎに古いのは1860年(万延元年)タウンセンド・ハリスの江戸の公使館だった麻布の善福寺詰めの通訳見習で、後年の三井物産、三井合名の創立者益田孝がハリスの公邸だった下田の玉泉寺に出張していた当時「大きな肉が台所に吊ってあった。吾々はまだいたづら小僧の時分だから夜其れを切ってくる。夜静かになると、(同僚の)立石が台所へ行って吊ってある牛肉を包丁で切って来て皆で牛鍋などをして食う。」^(注19)

しかも牛肉を食べる理由が変っている。牛肉は「之は旨いから食ふと云ふのではなく、西洋人は実にえらい、あんな物を食べているからえらくなるのだろう。吾々も西洋人と同じものを食べてえらくなりたいと云ふような考えから食ったのである。其後は豚であれ猫、犬、兎まで、矢野二郎の家へ集って食った。向兩國に猪だの豚だのを売る家があったが、牛はなかった。」^(注20)というのである。当時の下層武士、青年の志向の一端である。

また、明治を5年後に控えた1863年(文久3年)、物情騒然とした京都、相国寺の離れで、のちの陸軍大将と明治を代表する実業家、西郷隆盛と渋沢栄一が対談していた。「大西郷は」と渋沢は回想している。「一介の書生にすぎない私を快よく引見され、或は攘夷を語り、或は幕制改革を論じ、更に幕制整理を談じたりして得るところがすこぶる多かった。……大西郷は……時には『今晚豚の肉を煮るから、ひとつ晩飯を食って行かぬか』などとすすめられ、同じ豚豚に箸を入れて食事を共にしたこともあった。」^(注21)

つぎに1867年(慶応3年)、明治維新の前年に、わが国最初の牛肉販売店が登場した。横浜の中川屋嘉兵衛が萬国新聞紙に広告を出している。これはわが国の新聞広告のはじめでもあった。^(注22) 昭和女子大の食物学研究室は「萬国新聞紙」第3集から引用しているが、前掲の益田翁自伝p.42には第3集だけでなく、第5集、第9集にも記事と広告が出ていること、またこの中川屋の広告の写真が掲載されている。

(注14) 樋口清之「日本食物史」昭和35年柴田書店 p.229

(注15) 同上書 p.243

(注16) 同上書 p.249

(注17) 福沢諭吉「福翁自伝」岩波文庫 p.88~89

(注18) 児玉定子「イギリス市民社会の食事様式」昭和女子大学「学苑」昭和34年10月号 p.76に詳しく引用

(注19) 「自叙益田孝翁伝」昭和14年 p.38~39

(注20) 同上書 p.38~39

(注21) 渋沢栄一「青淵回顧録」上巻 p.339~340 昭和2年刊

(注22) 昭和女子大「近代日本食物史」 p.8

やがて、明治5年1月24日(1872年)、明治天皇が自ら命じて牛肉を試食することによって、肉食は「解禁」され「公認」されることになった。上からの開化である。

* 「我が朝にしては中古以来肉食を禁ぜられしに、恐れ多くも、天皇^(注23)謂われなき儀に思召し、自今肉食を遊ばさる旨宮にて御定めありたり」(新聞雑誌明治5年1月)

やがて西洋料理が明治時代を席卷するようになるのであるが、わが国における西洋料理の源流をみておく。

わが国における西洋料理は、幕末における植民地化の危険と対決しながら、列強の外交代表を接伴する必要から始まった、とみるべき根拠がある。

すなわち慶応3年3月25日、この年の10月14日に徳川慶喜が大政を奉還するはほぼ7カ月前、(ペルリ来航から14年、和親条約から13年目)英国公使パークスの1行5人は、本稿の後篇に出てくるアーネスト・サトウを先遣隊として、当時大阪にいた將軍慶喜に謁見する。約1時間半の謁見ののち「御白書院の御次の間で食事が出された。」「それは全く洋風の食事であった。將軍が上座にすわり、会見の席につらなつた老中や若年寄や他の幕府の役人たちも、それぞれテーブルについた。食事なかばにして、將軍が起ち上がり、女王陛下の健康のために乾杯した。この場合には、天皇の健康よりも、將軍の健康のために乾杯するのがふさわしいと考えたので、わたしはそうした。」^(注24)

このような西洋料理での外国代表の接伴はいつから始まったかは不詳であるが、この日の饗応は、ペルリ来航から数えて14年目、日米、日英の和親条約締結からは13年目のこと^(注25)であった。このときの西洋料理は次のようなものであった。

慶応3年3月25日 英国公使 パークス 接待のメニュー

スープ(鶏肉)

ポアソン(魚、不明)

フィレ・ド・ブフ(牛のフィレ肉)

ロスビフ(ロースト・ビーフ)

アリコベール・ア・ラ・メートルドテル(さやいんげん、メートルドテル・バター)

ジャンボン・トリュフェ(トリュフ入りハム)

(注23) 前掲食物史p.8

(注24) 萩原延寿「サトウ日記抄 遠い崖」朝日新聞連載第520～1回、昭和54年3月1日掲載

(注25) 維新史学会編「幕末維新外交史料集成」第1巻に拠り萩原延寿氏が現代風に表記されたものであるが、同文書p.384～5についてみるとその献立表は萩原氏訳に比べると若干皿数が少いが、ここでは萩原氏に拠ることとした。

シュプレーム・ド・フィレ・ド・ヴォライユ（鶏のささみ）
カイユ・ベカシーヌ（うずら，しぎ，野鳥）
プチ・ポワ・ソテ（グリーンピースのバター・ソテ）
パテ・ド・ヴォライユ（鶏のパテ）
ブーシェ・ア・ラ・ベシャメル（ベシャメルソース入りパイ）
サルミ・ド・グリーブ（つぐみのワイン煮）
クルート・ド・シャンピニオン（マッシュルームのパイケース詰め）
アスペルジュ（アスパラガス）
プディング・ア・ラ・ディプロマット（ババロワをスポンジで囲って冷したものの）
ジュレ・オ・キルシュ（キルシュ酒風味ゼリ）
ヌガー（アーモンド菓子）
オランジュ（オレンジ）
レザン・ド・ミユスカ（マスカットぶどう）
ブリュノー（干しすもも）
パピヨット（紙に包んだボンボン）
ジュリエヌ・ド・フリユイ（果物）
ムラング・ア・ラ・シャンティイー（メレンゲ，泡立ちクリームかけ）
ビスキュイ・グラーセ・オ・キルシュ（ビスケット状アイスクリーム，キルシュ酒風味）
ポアール（洋梨）
フィーグ（いちじく）
グラーセ（糖衣菓子）

シュリー（シュリー酒）
ボルドー（ボルドー・ワイン）
コート・ロチ（フランス中部コート・デュ・ローヌの銘赤ワイン）
シャンパン
フロンティニヤン（甘味のデザート・ワイン）

「食事後，将軍はわれわれを別室に招じ，そこでコーヒーが出された。食事をまじえてのなごやかな会話は，約1時間つづいた。食後の時間を利用し，将軍はわたしとわたしに同行した公使館員にそれぞれ贈り物をしてくれた。」

将軍のパークスへの贈り物は，つぎの如くである。

御写真

大坂写真

蒔絵置筆筒（まきえおきだんす） 壹つ

毛裁猿 壹つ

同 兎 壹つ

人形 壹つ

鞍置馬の手翫（しゅがん） 壹つ

三十六歌仙の内伊勢の額 壹面

銀きせる煙草入筒共 壹具

つぎにロコック、ミットフォード、サトウ、アプリン大尉への贈り物は、つぎのごとくである。

緋絞縮緬（ひしぼりちりめん） 式反づつ

扇子 式対づつ

煙草入真鍮（しんちゅう）きせる同筒共 壹具づつ

なお、パークスが持参した慶喜への贈り物は、馬具（1揃）、ハム、羊肉（壹股）である（同上）。

これによってみると、本格的西洋料理である。ワインの使い方もフランス流の正統で、料理もフランス・スタイルである。礼式作法も洗練されたものようである。

ペルリ（ペリー）やハリスの接待には四条流の本格的饗応料理が供されたことは後述するが、そのとき以来13～4年の間に全くみごとな欧風スタイルへの転身がここにみられる。

このような西洋料理はいつごろからのことであろうか。だれがこの本格西洋料理を幕府に伝えたのであろうか。初代駐日アメリカ公使タウンセント・ハリスは、安政4年（1857年⁵）の2月24日（旧暦の2月1日）に下田奉行から粗餐を差し上げたいとの招待をうけ、承諾したところ、西洋料理がよいか日本料理がよいかとの反問をうけたことを日記に書いている。^(注26) 日米和親条約締結から3年目にしてすでに幕府側には西洋料理を供する用意があったものとみるべきである。

また元治元年（1864年）9月27日には、英国から2カ月前の7月に帰国したばかりの伊藤俊輔（のちの博文）がイギリス公使館の書記官アーネスト・サトーを接待すべくヨーロッパ風の食事を用意しようと骨折っていたことが記録されている。^(注27)

(注26) タウンセント・ハリス「日本滞在記」坂田精一訳、岩波文庫中巻 p.166

(注27) アーネスト・サトー「一外交官の見た明治維新」坂田精一訳、岩波文庫上巻 p.161～2

また同上のアーネスト・サトーが慶応2年11月28日(1867年1月3日)薩摩藩を訪ねた際には日本料理にはじまった宴会の途中からシェリー、シャンパン、ブランディが出され「つぎつぎと洋食の皿が運ばれた」との記事がある。^(注28)

パークスに出された料理の呼び名がすべてフランス語読みで、長崎経由のオランダ系統ではない。

この本格的フランス料理の幕末における日本への伝来者は、はっきりしないが、注に述べるような考証を経て、つぎのような複数の推測が成立するだろう。まず万延元年(1860年)以来、「海軍と貿易の名がつくものにはことごとく密接な関係を保っていた」「一番古い在留外人トーマス・グローヴァー」^(注29)のしうせんによる外国人コック、つぎには安政6年(1859年)開設の横浜開港後の外国人向けホテル(横浜ホテル)、そしてその5年後の文久3年には3軒になった横浜のホテルのコックたち、そして当時「西洋料理研究の道場」^(注30)の観があって多数の日本人が修業していた、この横浜には、この慶喜將軍のパークス公使接待の前年慶応2年には、外国人に奉公していたこれら研修生たちの手によって「西洋料理」店と称する店が所々にできたとのことであり、またハリスの通訳ヒュースケンに雇われていた鳥料理人で、のちに「日本人コック第1号」^(注31)とよばれた小林平八氏の名も出てくる。また明治天皇の大膳職にフランス直伝のコックを泉州堺から招いた記述もある。^(注32)

また樋口清之氏によれば^(注33)「幕末到北京でフランス料理を習得してきたものもあった。」という記述があるが、その典拠は詳かではない。

こうして本格的西洋料理の渡来は幕末にさかのぼり^(注34)、それは外国人の接待を目的とする支配層のトップの主導によってであった。

(注28) アーネスト・サトー「一外交官の見た明治維新」坂田精一訳、岩波文庫上巻p.213

(注29) 前掲ベルツの日記p.270

(注30) 「武江年表」に拠って書いた朝倉治彦ら「事物起源事典」東京堂昭和45年p.206

(注31) 「横浜沿革誌」から引用した同上書同頁

(注32) 同上書p.344

(注33) 樋口清之、前掲書p.251

(注34) 幕末における外国との交流については、横浜開港後の13年間に、まず万延元年の総勢77人の遣米使節団があり、ついで文久3年(1863年)12月の横浜開港延期懇請のため池田筑後守の1行33名がパリに派遣されることがあり(翌元治元年7月帰国)、伊藤博文、井上馨らのロンドン行きも同じく文久3年のことであった(帰国も同じく翌元治元年7月)。また慶応3年1月9日には慶喜將軍の弟、徳川民部大輔昭武らの一行がパリの万国博覧会への使節として派遣されている。

(因みに、慶応3年を距ること約80年前の元禄年間既に將軍に謁見するオランダ人その他の外人のために長崎屋が江戸で開業していたことも伝わっている。前掲近代日本食物史p.6)

文化の交流を書籍の上から点検すると、まず慶応3年冬、片山淳之助著「西洋衣食住」が

この幕府の外国人接待は明治政府にも引き継がれ、明治初年に幕府の浜御殿を改修した
浜離宮に延遼館^(注35)という外人接待、駐日公使に対する賜宴などのための接遇所が設けられ
た。

西洋文化の摂取を促進する決定的な要因となったのは、明治政府が成立間もない明治4
年11月10日欧米視察に派遣した岩倉ミッションであった。右大臣岩倉具視を団長とし、参
議木戸孝允、大蔵卿大久保利通、工部卿伊藤博文ら総勢50名、随員には各省の俊秀をすく
り、あわせて米英仏独露に派遣する留学生59名を同行する大使節団がこれで、明治6年9
月13日に帰国するまでの1年10カ月にわたって米英仏白和独露丁瑞伊埃瑞西の12カ国の都
市を視察し、先進諸国の文物制度を調査し、近代国家の基礎を固める模索の旅であった。
この使節団が日本の近代化に及ぼした影響は測り知れないものがあると言われている。

* この視察団の記録には公式のものと同況報告とがあるが、食事関係の記録はほとんどみられない。
この点では万延元年の遣米使節団の報告(本稿後篇で引用)のほうが材料が多いが、当時の指導層
が約2カ年にわたって体験した欧米流の生活がかれらの血肉化して行ったところに重要な意義があ
る。^(注36)

慶応義塾から出版された。その内容は西洋料理の食卓に並ぶ食器の種類と簡単なマナーの注
意を「聊不案内の人に示すのみ」(同書はしがき)で、料理自体にはふれていないが、当時
西洋料理のテーブルにつく機会があったことを窺い知ることができる。ちなみにこの著者は
明治31年の時事新報版「福沢全集」第2巻では塾教員の片山名で収載されているが、昭和34
年の岩波書店版「福沢諭吉全集」第2巻の後記によって諭吉自身が書いたもので、「他名に
よって出版した1例」であることがはじめて明示されている。万延元年の遣米使節団随員と
して洋行した諭吉にしてはじめて書くことができたものであろう。

翌慶応4年の1月(途中で明治元年と改元)、幕府崩壊の前夜に「日本人のための西洋料
理の本が横浜で出版された」(万国新聞第10集慶応4年1月)とのことである。(前掲昭和
女子大食物史p.6)

他方、江戸幕府旧蔵洋書目録(この題名の目録は2種あり、ひとつは静岡県立中央図書館
の葵文庫の目録と蘭学資料研究会が編さんしたものがあるが)そのいずれにも料理関係の
文献はない。ただし海軍や航海術関係資料の中に司厨関係のマニュアルがあるかもしれない
が、詳かではない。

ついでながら川上行蔵編著の「料理書文献解題」(柴田書店、昭和53年)によれば、文久
元年(1861年)、万延元年の翌年、又玄斎画著の「新編異国料理」が出ているとのことであ
る。

明治の初めに西洋料理の普及に力のあったのは、当時の外人居留地、東京築地における外
人経営のホテルで、明治3年には築地精養軒ホテル、明治4年には神戸の兵庫ホテル、横浜の
開陽亭、東京の三河屋久兵衛が開店した。

(注35) 前掲ベルツの日記改訳上巻p.87の明治天皇誕生日(天長節)明治10年11月3日の関連
でその名前が出ている。

(注36) 久米邦武編「特命全権大使米欧回覧実記」岩波文庫

この岩倉ミッションに参加した明治の指導層の経験がやがて有名な鹿鳴館の連夜の官許の欧風宴会となって現われる。

折柄、不平等条約の改正交渉に直面していた「維新の元勳」外務大臣井上馨は、列国が日本の法律や制度が整備されなければ治外法権の廃止に応ぜられないとしていることに対し、日本をヨーロッパのような文明国にしなければならないと主張、条約改正の交渉を進める一方、1883年(明治16年)「わが帝国を化して欧州の帝国とせよ。わが国人を化して歐洲的人民とせよ。歐洲の新帝国を東洋の表に造出せよ。」として東京日比谷に洋風の鹿鳴館を建設、毎夜、外国公使らを招いて、華族や有産階級の子女をホステスとする舞踏会や宴会を開いた。この欧化政策は風俗から国語改良など文化の各方面に及んだ。特に世間の耳目を聳動させたものに1887年(明治20年)4月の伊藤博文の主催した仮装舞踏会、翌年10月の1千名に及ぶ天長節祝賀宴などがある。

* この日の宴会の模様については、当時フランス海軍練習艦の艦長として訪日した海軍大尉ピエル・ロチ(のちの「お菊さん」の作家)が招待され、「江戸の舞踏会」で「パリの舞踏会のような」光景を細叙している。その詳細は本稿後篇「外国人のみた幕末日本の食事様式」を参照。ロチはまたその数日後の11月9日の赤坂御所における西洋式の園遊会「観菊御宴」についても詳述している。これも後篇に引用してある。

この明治の初めから日清日露戦争ごろまでの日本の上流指導層におけるヨーロッパ式の生活や食事様式の普及状態については歴史の証人によって克明に日記がつけられている。

この証人は明治9年(1876年)から26年間東京帝国大学医学部教授(最後は勅任教授)、さらに3年間は宮内省侍医として、皇室、顯官、上流社会とひろく深い接触があったエルウィン・ベルツ博士である。

* ベルツは単なるお雇い外人教授ではなく、臨床医として、伊藤博文、井上馨、青木周蔵らと親交があり、皇太后、皇太子、有栖川宮、北白川宮をはじめ、岩倉、大隈、板垣、副島、黒田、山縣、大山、野津、西郷(従道)、大谷西本願寺法主、毛利、鍋島、前田、伊達らの脈をとった。

ベルツの日記によれば、鍋島侯爵のロンドンスタイルの生活^(注37)、青木周蔵邸における舞踏会^(注38)、鹿鳴館の大舞踏会^(注39)、宮内省式部長三宮男爵邸の盛大な夜会^(注40)、榎本子爵邸の舞踏会^(注41)、山縣邸における午餐会^(注41)、毛利、鍋島、西郷、大山らの名流夫人らからの帝国ホテルでの招待会^(注42)などに出席している。

これらの会では当然に西洋料理が出され、西欧化した社交が行われた。

(注37) 前掲ベルツの日記 p.86

(注38) 同上 p.138

(注39) 同上 p.140

(注40) 同上 p.194

(注41) 同上 p.203

(注42) 同上 p.221

* 明治33年4月20日「今日正午、目白にある首相山縣侯の、立派な庭園内の別邸で午餐。E・サト一卿、青木子爵、林男爵（ロンドン駐在公使）、加藤（同上）前公使、英国公使館のホワイトヘッドとチートナム、カークウッド、レーンホルムの諸氏といろいろ楽しい会話。」^(注43)

ベルツはこれら英国公使館グループのお相伴をしたもの。

この山縣有朋の屋敷は椿山荘と名づけられ、明治25年に築造され、今日にその面影を残している。大小67室があり、長州藩の下層武士の出身でのちの陸軍大将、元帥、内務大臣、内閣総理大臣、枢密院議長を歴任した公爵（1838～1923、天保9年～大正11年）は「夏は6時頃冬は7時頃に寝室を出るのを例とし、朝食は8時、昼食は正午、晚餐は6時と定まって時を違えない。朝食には牛乳1合麵麴2片を摂り珈琲を飲む、食後9時頃から来客に接見せられる、来客の絶え間には先づ外交軍事その他に関する報告書を開覧し次に一般の書類を点検し、尚ほ余暇ある時は書籍又は新聞を読まれる。昼飯は和食で1汁3、4菜位、主として魚肉と野菜である。食後1時半頃から来客の応接又は書類の開覧に過ごす事午前と同じである。晚餐は洋食スープと共に3皿、それに多少の野菜を摂られる。この時が公の一日中最も寛がれるので3、4杯の葡萄酒と「ベルモット」は公にとっては一滴千金の価あるものと思われる。公の口から戯談が出るのは多く此の時に於てである。

公の東京に居られる間は常に来客が多くあるため昼夕の食事には少くとも2、3の者は食卓に就いて居る。之等の客には日本酒をも勧められ始終婢僕に注意して客の杯を満たしめる。……………

食後必ず居室に於て珈琲を喫せられる。……………^(注44)

昼食の和食のご飯は米7麦3を明治22年の米の凶作に端を発した米騒動以来実行していた^(注45)由である。

上段の山縣公爵の場合同様1日1～2回は洋式の食事をとるというスタイルは、資本主義創成期の財界人などの場合にも定着していて、大倉喜八郎氏や大倉組の重役でもあった門野重九郎氏などの回顧録にもみえている。

これらの料理は「家の料理人」^(注46)や「わしのコックを貸してやる」（大隈重信侯爵の明治36年の言葉）^(注47)というそのコックや「アメリカ大使夫人に長く仕えたコックの加藤研太郎さん」^(注48)などのように専門の料理人を雇って調整されていた。

以上のようにして西洋式の食事様式が明治の上流指導層の中に普及し定着して行ったが、横浜や築地の外人用ホテルのレストランにつづいて、「東京では明治4年ごろ三河屋久兵衛が西洋料理店を開業しており、福沢諭吉など指導者クラスの日本人がよく出入りしていたので、ふつうこれをもって西洋料理の元祖としている。」「当時の横浜は人口も少なかったため、日本人のための西洋料理店の開店は少しおくれ、さかんになったのは明治5年新橋横浜間に鉄道が開通してからのことであった。明治6年には前記の〔築地の〕精養軒ホ

(注43) 前掲ベルツの日記p.203

(注44) 入江貫一「山縣公のおもかげ」大正11年p.104～5

(注45) 同上p.118

(注46) 前掲ベルツの日記下巻p.271

(注47) 村井弦齋「食道楽」の村井米子氏による跋文p.299

(注48) 同上

テルが料理店を開き、同9年に上野にその支店を設けたのを始めとして（東京曙新聞明治9年4月16日）本格的には明治8年以後に持ち越され、10店を越えたのは明治11年以後のことである。^(注49)

この明治初期には、明治4年に仮名垣魯文による「牛若雑談安愚楽鍋」が、同5年には同じ著者による「西洋料理通」、敬学堂主人「西洋料理指南」が公刊された。（昭和3年日本評論社刊「明治文化全集第19巻」に収載）これらの出版物と前後した東京新繁昌記（同上収載）によれば、上流以外の庶民のために牛肉屋（肉料理を食わせる店）の名前があげられている。

そして「明治12、3年ごろから一般市民を対象とする西洋料理店が続々と開店した。この傾向は明治15年から16年鹿鳴館の開館ごろまで特に著しく、新聞紙上には、西洋料理店開業の広告が相次いだ。^(注50)」とのことである。上層から一般市民までをまきこんだ西洋料理フィーバーであった。もっとも一般市民のほうは一品料理的なもので、しだいにカツドンなどの日本式独創料理が生み出されるまでにブーム化した。上流の西洋式の食事様式の摂取は現代の中流階層が1年に数回、家庭またはレストランでとり入れるところまで伝わってきている。西洋料理のイミテーションまたは日本化した西洋の食物はその後ますます発展することになった。今日の外食産業、一般には食物産業の発展のルーツは実にこの明治の、上から下までの西洋料理フィーバーにある。

この西洋への傾斜、西洋崇拜、西洋心酔はどうしてそうなったのか、それはどう説明することができるだろうか。

それは統一国家をつくり、わが国の近代化のために西欧に追いつこうとする官民の渴望という視点から、その一部の原因を説明することはできる。しかしそれだけではすべてを説明しつくしたことにはならない。自己のアイデンティティを保ちながらの外来の文化を吸収するということも可能である。そういう後進国も現に例がある。文化の落差があまりに大きく圧倒されたということも事実であろう。異質文化を吸収し同化する日本民族の優秀な素質を強調することも一面の真実であろう。だがひとつの側面だけを過度に強調することはそれ自体が誤りであろう。

* 明治37年1月1日（日露戦争を1カ月後に控えた）の宮中における新年参賀の際の洋式の服装に関連して、さきのベルツ博士はつぎのように日記に書いている。「服装の点でもまた、このような西洋心酔に自分は幾度、口を極めて反対したかもしれなかったが、徒労だった。かつて伊藤侯……は笑っていわく『ベルツさん、あんたは高等政治の要求するところを何もご存じないのだ。もちろんあんたのいったことはすべて正しいかもしれない。……』と。伊藤侯が自分の忠告ないしは願望を斥けたのは、これがたった一度きりだった。しかし今日では、侯もおそらく考え直すことだろう。

西洋諸国と対等になることは外面的形式の方面ではなく、内面的資格の方面においてこそ、その

(注49) 前掲近代食物史 p.6~7

(注50) 同上 p.30

（注51）
目的を達せねばならない……」]

ペルリ（ペリー）提督、ハリス、アーネスト・サトーら幕末に來日した外国人が賛辞を惜しまなかった（後篇）、あの本格的日本料理はどこへ行ったのであろうか。栄養学的にも完成された、あの伝統的食事様式はどこへ置き忘れられたのであろうか。

* 幕末期の本格的饗応料理を敬遠し、反感さえも示したのは、ただひとり、当時、その国もまた西欧崇拝の後進国であった帝政ロシアの使節だけであった。（後篇ゴンチャロフの項参照）

幕末期の指導階層が賞味していた食事様式が明治の指導層に評価されず、或は軽視されて、からくも料亭の中で保存されるようになった、その理由は何であらうか、それが注目すべき問題である。

徳川封建制の胎内で、幕府と大名、その周辺、そして元禄以来の町人文化の中で完成されてきた伝統的食事の明治への伝わり方が問題である。一般的に言って封建制の下での食事様式はどんなふうになるブルジョア市民社会に継承されて行くのであろうか。西欧諸国の歴史をみておく必要がある。

封建制の中で生まれた富裕な市民たちが、宮廷の生活文化の粋を吸収し、消化して市民的生活様式（食事様式）をつくり上げるまでに英仏両国の例では2～300年の時間を要しているというのが筆者の見方である。ひとつの比較食物史的解析として筆者の旧著から引用しておく。
（注52）

* 18世紀後半、英国では、世界史をゆり動かした産業革命の口火がきられ、大陸ではフランス革命（1789年7月14日）が勃発した。

そして、19世紀に入ると、1830年にはフランスの7月革命、英国では1832年の選挙法改正、1848年にはフランスの2月革命が相ついで起った。

こうして、16世紀の半ば以来開幕した近代社会の舞台は、ほぼ3世紀にわたる迂回曲折を経て、19世紀前半には、市民本位の現代社会がはじまる。

社交界の主人役は一変した。昨日までの第三身分は社会の主役となった。数代にわたって、第一身分の生活と文化を羨望し、模倣し、夢みてきたかれらは、文化的遺産を相続すると同時に、その基礎の上に、新しい生活様式と文化を創造する光榮をになうことになった。

しかし、かれら市民は、わが国の明治期の初めに言われたような「成り上がり者」では決してなかった。かれらは300年以上にわたって、伝統的な生活様式と文化を継承しつづけてきた。

例えば、拾頭してきた市民の力をある程度まで政治の中に組み入れ、のちの市民文化の前ぶれの時代であった、歴史上絶対主義とよばれる時代を築いたエリザベス女王時代（1558～1608年）から数えても、300年にわたって、市民は、宮廷の文化を、はじめは模倣し、継承し、消化しつつ、やがて市民独自の文化を創造してきた。

また、かりに、1688年の名誉革命までをひと区切りと考えると、市民文化の醗酵期間は130年を数えることができる。

（注51） 前掲ベルツの日記上巻 p.355

（注52） 児玉定子「イギリス市民社会の食事様式」昭和34年10月号 昭和女子大学「学苑」

またクロムウェルによる第一革命（1649年の清教徒革命）から、名誉革命（1688年）まででも約40年、それを1832年の選挙法改正までのばせば、約180年の、醗酵期間があった。

フランスの場合も同様であった。フランスにおいて絶対主義を完成させた「朕は国家なり」という言葉で有名なルイ14世（1643～1715年）の時代を起点とすれば、フランス市民が、壮麗と豪奢をもって世界史の話題をにぎわしているヴェルサイユ宮廷の生活、文化、風俗を摂取しつつ、それに自分たちの好尚を加えて独自の市民文化を創造するための200年間のよゆうが与えられていた。

現在、パリ祭として知られる7月14日（1789年）の革命の序幕から、そのフィナーレである2月革命（1848年）の幕のおりるまでをとっても、60年間の文化の醗酵期間があった。

このように、英、仏兩國とも、2～3世紀にわたる長い準備期間に、富裕な市民たちは宮廷の生活と文化の粋を吸収し、それを消化し、次代のかれらの文化のための血肉とすることができた。

世界に冠たる美味をほこるフランス料理も、実に、このルイ14世の宮廷料理の伝統を承継ぐことによって、そしてそれを市民的な好尚と志向によって再編成することによって、今日の声名を確立して行ったのである。農業国フランスのぶどう酒とパン、野菜と家畜が、それを助けたことは言うまでもない。この時代のフランス市民の生活は、ユーゴー、バルザック、フローベル、ゾラ、モーパッサンなどの小説の中にも細叙され、浮きぼりにされている。

フランス料理が世界の美味としての地位を固めたのは、この意味では、絶対王政の下における市民生活が長かったためであり、美味は絶対主義の歴史の長さ按比例する、と言えないこともない。

徳川封建制の時代の文化の吸収と消化、つづめて言えば文化の伝承のための期間は極めて短かった。時代の転換が予感された安政の開国（1854年）から算取るとしても、明治維新（1868年）まではわずかに14年、日本における資本主義の確立（金本位制の採用・明治30年1897年）までをとっても30～44年である。

しかも前の時代の胎内で、次の時代を担う嫡出の相続人が育っていなかった。相続人は言わば養子のような立場の階層であった。前のしきたりや故事来歴を知らぬ「養子」であった。西歐におけるような市民階層は不在であった。支配的指導層となったのは下層の武士であった。歴史学者の教示に従えば、この下層武士出身の官僚階層以外に、封建領主の束縛から解放された地主階層も明治の中期までの支配階層であったとのことである。そして下層武士出身者の役柄は、近代化のための官僚であった。このことは前段に引用してきた人物の出身によっても明らかであり、当時の顯官はすべて下層武士の出身であったことは周知の通りである。かれらは一夜にして文化の担い手となったが、前時代の文化の継承者としては、その資格も素養もなく不適任であった。かれらは前代の文化・食事様式を知らず、かれらの志向と好尚は近代化・西歐化であった。かれらにとって前代までの本格的日本料理は親近感のある食事様式ではあったろうが、正当な評価をうけていなかった。

この意味において、明治の初めには、前代の支配的な文化（食事様式）の継承は行われず、伝統の中断があった、と筆者はみるのである。

* 前にも引用したベルツ博士は明治9年6月7日初めて日本の土をふんだ17日後の6月26日、当時の教養ある日本人の近代化に対する志向と過去に対する否定的な態度について次のような経験を故

（注53）
国の友人たちに書き送っている。

「日本国民は10年にもならぬ前までは封建制度や教会、僧院、同業組合などの組織をもつわれわれ中世の騎士時代の文化状態にあったのが、昨日から今日へと一足飛びに、われわれヨーロッパの文化発展に要した500年たっぷりの期間を飛び越えて、19世紀の全成果を即座に、しかも一時にわが物にしようとしている……。従ってこれは真実、途方もなく大きい文化革命です……。日本人に対して単に助力するだけでなく、助言もすることこそ、われわれ西洋人教師の本務であると思います。だがそれには、ヨーロッパ文化のあらゆる成果をそのままこの国へ持って来て植えつけるのではなく、まず日本文化の所産に属するすべての貴重なものを検討し、これを、あまりにも早急に変化した現在と将来の要求に、ことさらゆくりと、しかも慎重に適應させることが必要です。

ところが——なんと不思議なことには——現代の日本人は自分自身の過去については、もう何も知りたくはないのです。それどころか、教養のある人たちはそれを恥じてさいます。「いや、何もかもすっかり野蛮なものでした〔言葉そのまま！〕」とわたしに言明したものがあろうかと思うと、またあるものは、わたしが日本の歴史について質問したとき、きっぱりと『われわれには歴史はありません、われわれの歴史は今からやっと始まるのです』と断言しました。なかには、そんな質問に戸惑いの苦笑をうかべていましたが、わたしが本心から興味をもっていることに気がついて、ようやく態度を改めるものもありました。」

水前にもちがった問題の証人として登場して頂いた、下層武士出身で、のちの三井物産、三井合名の組織者となった益田孝は若冠12才（万延元年）でハリスの分館であった麻布善福寺に通訳見習として出仕を命ぜられ「私は宿寺詰になって……善福寺に泊って居た。朝はあつい飯に味噌汁で、其れに海苔の附くことがあり、玉子の附くこともあった。詰めて居る者は皆な其れを食わなければならぬ。あつい飯に味噌汁をかけて食ふ。実に旨かった。この間合所のテーブルの上にお櫃が置いてあるから、その時のことを思い出して、自分であつい飯をよそって山盛り（注54）にしないと旨くない、それへ汁をかけて食ったが、実に旨かった。」と死ぬ1年前の昭和12年1月に往時を回想している。

この益田氏は晩年においては西洋流に牛肉をたくさん食うことが健康によくないことを指摘し、また「食養生」（今で言う栄養）に関心をもち、日本の伝統の食事（注55）に対し、大変身びいきな礼賛をしている。茶事の嗜みも玄人の域にあったと言う。

もう1例。筆者が昭和34年の前掲論文の中で引用した福沢諭吉の自伝も当時の下層武士の生活ぶりをあますところなく鮮明に伝えている。

九州、大分、中津藩の下層武士の家に生まれ、のち慶応義塾大学の創立者として、幕末・明治の文明開化を指導した福沢諭吉は、明治維新を10年後に控えた安政4年（1857年）、年24才で、大阪の、当時有名な蘭法医緒方洪庵の塾の塾長をしていた。

当時のかれの生活は、かれの「自伝」によれば「私は塾長になってから表向きに先生家の賄を受けて、其の上にな新書生が入門するとき先生家に束脩〔授業料〕を納めて同時に塾長へも金式朱を呈すと規則があるから、1箇月に入門生が3人あれば塾長には1分2朱の収入、5人あれば2分2朱にもなるから小遣銭には沢山で、これがたいい酒の代になる。衣服は国の母が手織木綿の品を送ってくれてそれには心配がないから、少しでも手許に金があれば直ぐ飲むことを考える。……さて

（注53） 前掲ベルツの日記上巻P.47

（注54） 前掲益田翁自伝P.35

（注55） 「益田孝雑話」東京楳友会刊、雑誌「楳友」に連載されたものをあつめたもの。

その飲みようもしごくお粗末殺風景で、銭の乏しいときは酒屋で3合か4合買ってきて塾中で独り飲む。それから少し都合のよい時には1朱か2朱持ってちよいと料理茶屋に行く。これは最上の奢りで容易にできかねるから、まず度々行くのは鶏肉屋、それよりモット便利なのは牛肉屋だ。其時大阪中で牛鍋を食わせるところは唯2軒ある。……最下等の店だから、およそ人間らしい人を出入する者は決してない。文身〔入れ墨のこと〕だらけの町のごろつきと緒方の書生ばかりが得意の常客だ。何処から取寄せた肉だか、殺した牛やら病死した牛やらそんなことにはとんちやくなし、1人前150文ばかりで牛肉と酒と飯と十分の飲食であったが、牛はずい分硬かった。〔塾では〕夏はほんとうの裸体、ふんどしもじゅばんも何もない真裸体。もちろん飯を食うときと会談する時にはおのずから遠慮するから何か1枚ちよいと引掛ける、中にも縞の羽織を真裸体の上に着ている者が多い。これはよほどおかしな風で、今の人がみたらさぞ笑うだろう。食事の事にはとても坐って食うなんていうことはできた話ではない。足もふみ立てられぬ板じきだから、皆上草履をはいて立って食う。一度はめいめいにわけてやったこともあるけれども、そうは続かぬ。お鉢がそこに出してあるから、めいめに茶わんに盛って百鬼立食。そんな訳だから食物の値ももちろん安い。お菜〔副食〕は16〔1の日と6の日〕が葱とさつまいもの難波煮、5、10が豆腐汁、3、8がしじみ汁というようになっていて、今日は何が出来るということはきまっている。〕

「百鬼立食」もさることながら、こういうふんいきは、当時の青雲の志にもえていた下層武士に共通のものであったようである。かれらには四条流の膳ぐみなどは馬の耳に念仏であった。

このような「百鬼立食」の青年たちによって、明治の文化が開発されて行ったのである。

当時、上層ではだれも食べなかった獣肉をも、必要とあればためらわずに食膳にのぼせる、というたくましい合理性を身につけた、そして反面、食事に夢中になるという動物性の少ない、志向のあくまで高い「書生」たちによって明治が始まったのである。「食事に文句をいってはいけない」とか「男の子は台所に出てきてはいけない」という食事訓は、わたくしたちの父祖たちの口からしばしば聞かれる言葉であった。全体として食事を軽視する風潮であった。それは生理学者をまつまでもないが、「食事に極たんに夢中になりすぎることが動物的であるとすれば、食事に対して過度に不注意であることも無分別である。』（前掲バプロフ）のであって、「そして真理はここでも他と同じく中庸にある。夢中にならずに必要な注意を向けよ、すなわち『神のものは神に、カイザルのものはカイザル』にである。」（同上）という箴言の必要な気風を生み出したのであった。

こうして、幕末の日本料理の伝統は、料亭、割烹店、料理店、仕出し屋等の料理人の間に承けつがれることになった。かれらは当然のことながら時代の主役ではないから前代の様式の取捨と新しいものの形成にあずかる立場になく、また客に対して受身の立場にあるので、前代の料理技術の承継にとどまらざるを得なかった。それにしても一時は衰微が懸念される状態で、料理人は技術の保存のために庖丁会を開いたり、客の好みの、あまい味つけや和洋折衷の取り入れに追われるのであった。

客層も当初は上級官吏やその候補者の書生などが中心で、次第に高級化して行ったようである。やがて明治の20年代からのちは新興の資本家階層が客層の中心となって行った。

しかも、この料理屋による伝統の保存は、後述するように、酒饌（酒宴）料理の面のみに色濃く伝えられることになり、本膳料理の伝承はおろそかになって行くのであった。

（注56） 前掲福翁自伝 p.88～89

* 「人々の眼があげて西洋へ向けられていた時代のなかで、もともと一般庶民のものでなく一部の人の専有物であった高級料亭は、衰微の一途をたどるかにみえた。政府高官や実業家は、西洋料理の宴席に連なることが多くなり、鹿鳴館の連夜の舞踏会は新聞によって人々に報じられて西洋熱をさらに煽った。明治17年ごろまでは新聞紙上に日本料理店の広告がほとんどみられない。もっとも会席料理でなく、蒲焼き、すし、鳥料理など手軽なものは、このころからむしろ庶民のものになってきたようである。このような傾向は必然的に客の好みへの迎合を招き、旧来の材料を使用しながら、砂糖を多量に用い甘きをもって旨しとする風潮を生じた。……『流石に八百善平清の巨擘〔きよはく、特にすぐれたものの意〕に至っては其の調理旧習ながらも往々食らふべきもの有り」と雖も是亦僅々屈指す可し其他は尽く例の砂糖の煮転ばしと彼の貴重なる蒲鉾を大きく切り荘大なる玉子焼を堅く製したるを以て得意と為すのみ』と会席料理を酷評し『今日に於て断然会席料理店に大改革を行はざれば竟に衰微して全く潰しあらん』（朝野新聞、明治17年10月11日）と警告している。……明治20年ごろには日本料理の広告もやや多く見られるようになった。このころになると本格的な懐石料理に代わって“手軽な”あるいは“即席”と銘打った日本料理店が目立ってふえ、和洋折衷を売り物にする店も現われてきた。……このような時勢のなかでも、料理人たちは庖丁会などを開いて腕を磨き、日本料理の伝統を守った。明治20年の新聞には、木挽町の厚生館で開かれた庖丁会に会頭である北白川宮が臨席され、船中の鯛、花見の鯛などの技術を実見された模様が伝えられている。（朝野新聞明治20年4月26日^(注57)）」

* 前掲のベルツ博士の日記では、例えば医師国家試験に合格した教え子たちの謝恩会や医師会の連中(明治10年10月26日)、指導している侍医(明治13年3月19日)などからの招待で、芸者の入る料亭、中村屋、亀清、スマヤなどで「ゴチソウ」になったことが書かれている。

ちなみに料亭以外で日本料理で接待されたのは「皇太后の御所で自分のために日本式の晩餐が設けられた。」^(注58)ことが記されているだけである。

しかし明治も深まってくると例えば大倉喜八郎が自邸で日本料理を出した晩餐会を開いて山縣公爵を接待したことなどが前段で現われた益田孝氏の回想に出ている。^(注59)

こうして、システムとしての幕末の食事様式は、嫡出の正当な相続人の不在のままに、資本主義的文化継承のフィルター、前時代文化の取捨選択といっその合理化の推進者としての資格のない技術者(調理人)によって保存され巧緻化されて行くことになった。いわば経済上の制約がない環境にめぐまれ、前代の模倣と新しい好尚を加えた新時代の食事様式を確立するという“生体実験”の長い年月、そういう反覆をくり返す過程で自然に形成されて行く「慎重に適応させる」過程が時間的に省略されたのである。あわただしい歴史であった。

ちなみに、西洋崇拜熱を背景とした西洋料理の普及の影響で明治以後、新たに工夫された料理は次の通りであるが、これらの料理を組み入れる場合には、ふたつの注意が必要である。まず、それらの料理とのとり合わせ(assortment)に多角的な配慮が必要である。また食事の適切なコースにおける位置づけが慎重に工夫されなければならない。ふたつの場合とも最近進歩の著しい最新の栄養学的な吟味が必要である。特に口あたりのよい(pa-

(注57) 前掲近代食物史 p.51~53

(注58) 前掲ベルツの日記 p.190

(注59) 前掲、益田孝雑話

latable)料理の場合には格段の配慮が必要である。

いずれにしてもそれらの料理が日本人の食事様式の中に定着するまでにはなお時間と吟味が必要であって、一面的な思いつきの食事を極力つつしまなければならない。日本人の食事様式の中に同化されるまでにはなお流動的である。

* 明治期に工夫され創作された食物の一覧(前掲近代日本食物史 p.631~3による)

すき焼、天ぷら、カツレツ、オムレツ、カレーライス、フライ、豚肉サラダ、豚肉コロッケ、鮭や塩ダラのコロッケ、鮭のフライの大根おろし添え、馬鈴薯白ソース煮、カブのマッシュ、ウドのサラダ、ニンジンシチュー煮、ハム入れ冬瓜のあんかけ、きんぴらゴボウの上にポイルドエッグとコショウ、牛肉のかたづけ焼きにソースまたは醤油、鳥のやわらか煮にサラダ菜添え、シタケの煮ものにコショウふりかけ、マツタケの天火蒸し焼、バター焼き豆腐のおろし醤油、炒め豆腐の酢味噌和え、また渡来食物であるタマネギ、ジャガイモ、コショウ、挽き肉が日本料理に用いられるようになったこと。

* メイフラワー号でやってきた、決して富裕ではないイギリスからの移民が最初は原住民アメリカインディアンから土着の食品の調理法を学んで(七面鳥の料理だけがかれらの発案で他はほとんどインディアンから学んだものであった)、開拓時代が始まり、最初の100年間はグレイハウンドのようによせて、額にシワが多く、歯のわるい、消化器系の病気の多かったアングルサムの食生活、ついで世界各国からの移民の流入を経て今日では肥満と心臓病、糖尿病が問題になっているアメリカの食生活の歴史はいろいろの歴史的教訓を与える。^(注60)

このほか、もうひとつの伝承があった。茶会、懐石である。茶会が流行するようになったのは、明治20年代(1887年)であった。

この時期は、初期の急激な欧化風潮の反動として国粹保存の気風がおこってきた時代であったが、歴史家によれば、いわゆる資本の本源的蓄積期、わが国資本主義の確立の陣痛期、官営工場鉱山の払下げ、不換紙幣整理のデフレーションが強行された時代、一方不平等条約の改正、自由民権の運動、国会開設が要望された時代であった。当時の上流階層は新興資本家階級を中心に構成されたことは歴史学者の教えるところである。

欧化の主唱者で、その4年前には鹿鳴館時代をリードした、また東京倶楽部や帝国ホテルの発案者であった元勲井上馨は奈良東大寺四聖坊の附属の茶室八窓庵を邸内に移設、明治20年4月26日、その茶室開きに明治天皇の行幸を仰ぎ、市川団十郎の天覧劇を開いた。その後旧邸の焼失により新邸に移った明治28年以降、特に明治40年代の晩年(井上公爵70才台)には財界人を主とした茶会をしばしば開いている。井上公爵にとっても財界人にとってもこの茶会という形が、この時代にふさわしい社交形式であったことは想像に難くない。

* 井上馨公爵は1835年(天保5年)、藩主毛利氏と抗争したこともある井上党の後裔として100石取り(実質は40石)の家に生まれ、1863年(文久3年)には伊藤博文らとともにロンドンに渡り、翌元治元年帰国した洋行経験者で蘭学の修業もした著名な明治維新の元勲であるが、明治天皇

(注60) 児玉定子「初期アメリカの食事と食物について」I, II, 昭和女子大学「学苑」昭和34年5月号(230号)、および6月号(231号)

をお迎えしたこの日には天皇は観劇後「御晩餐を召され公も御前に陪した」旨の記録があり、晩餐の内容は詳かではないが、皇后、つづいて皇太子をもお迎えした際に、後日そのときの料理について皇太子より問合わせがあったとの記録もあり、それによると懐石料理であったものと推測できる。

因みに井上公爵は中級の武士として父の上洛に随行した際に京都の旗亭八新楼で料理人から庖丁の手ほどきをうけた多趣味の人で、日本料理にも通じており、だしについては一家言をもっていたとのことで、井上流の味噌の処方も記録に残っているとのことである。^(注62)

* 鳥居坂邸（一部焼失）から内田山邸に移ったあとの明治43年（公爵75才）の八窓庵における茶会については、9回にわたる招待客の名前と公爵自身が庖丁をとった懐石の記録もある。^(注63)

招待客の顔ぶれはほとんどが財界人で、当時の上流階級の間における茶事の流行を語っている。公爵の死の翌年（大正5年）11月5日から4日間に開かれた追善茶会の顔ぶれは下記の通りである。（井上公爵が三井寄りの人物であったので、当時の財界の顔ぶれとしては少しかたよりがある。）古河虎之助、中島久万吉、馬越恭平、今井繁三、朝吹英二、瓜生震、石黒忠恵、加藤正義、早川千吉郎、吉田丹右衛門、有賀長文、田島信夫、梅沢安蔵、三井八郎次郎、高橋是清、三井高保、三井守之助、毛利五郎、岩原謙三、山澄力蔵、益田孝、藤田平太郎、福井菊三郎、池田成彬、田中親美、古筆了信、中村作次郎の諸氏。

追善茶会には出席しなかったが、八窓庵の茶会に招かれた客でここに出ていない客には次の諸氏がある。大倉喜八郎、安田善次郎、山本条太郎、近藤廉平、根津嘉一郎、三井三郎助、三井八郎右衛門、川部宗無、三井高保、原田二郎、三井武之助、高田慎蔵、芦田順之助、日比翁助、鹿嶋岩蔵、三井善之助、三井元之助、添田寿一など明治大正期の錚々たる財界人の名が見えている。

欧化の流れとしては、日清戦争後の明治28、9年頃からは大邸宅での園遊会の流行したことが、益田孝自伝（p.562）に見えている。これもまたようやく社会の主役の座に登場した新興資本家階級のファッションであった。

つぎに幕末における日本料理のいろいろの形式が混在していて、いわば一望の下に日本料理を観察できる実例として、また紙上のデモンストレーションとして、明治維新のはば15年前、安政元年に幕府によって供膳された大饗応料理の実例を紹介する（別表P81～3参照）。これは安政元年（1854年）に日米和親条約締結を前にペリー提督の1行に供された料理である。あわせて安政4年10月21日将軍家定のタウンSEND・ハリスへの賜餐の献立を紹介する。（P84別表）

* 料理書例えば日本料理大全などの中に献立例がいくつかみられるが、実際に供膳された例は記録に乏しい。実際の記録としては茶事の懐石の例はさすがに茶人らしく記録が比較的が多い。例えば村井康彦編著「京料理の歴史」昭和54年4月柴田書店刊など。献立の場合にも、いつ、どこで、だれに供膳されたかが明らかなが史料として大切であって、それが不明な史料は二次的な価値にとどまらざるを得ないだろう。

幸い、何をいくら食べたかという定量的分析はできないが、定性的分析には堪える記録を、いかにも幕末らしく“黒船”がもたらすことになった。まず日米和親条約の締結調印のために上陸する

(注61) 世外井上公伝 昭和43年原書房第3巻 p.808

(注62) 同上第5巻 p.522

(注63) 同上第5巻 p.485～6

安政元年
二月十日
横浜応接場米人饗応献立書(注64)

アメリカ人へ御料理下され候献立書

三〇〇人前

控二〇〇人前

一、長熨斗敷紙三方〔ながのしきしさんぼう〕〔貴人に供物を奉る檢の白木づくりの台に敷紙を折りたたみ、のしあわびを切ってはったものをのせる〕

一、盃内盛り土器三ツ組

一、銚子

一、吸物 鯛鱸肉〔たいのひれ肉〕

一、干肴 松葉するめ 結び昆布

一、中皿肴 はまち魚肉 青さんしょう

(煮さんしょう一本)

一、猪口〔ちよく。本膳料理につく小井〕

唐草かい〔唐草模様の切り口をつけた貝〕
坊風 わさびせん〔わさびせん切り〕

一、吸物

花子巻鯛〔小鯛の形づくり〕
篠大根〔大根しの切り〕
新粉さんしょう〔山椒の実の粉〕

紅竹輪蒲鉾〔魚すり味の色付ちくわ形かまぼこ〕
伊達巻ずし〔卵のだて巻でつくったずし〕
鶴羽盛

硯蓋〔すずりぶた。祝儀の席で

口取肴などを盛る広蓋。〕

花形長芋〔長芋の切り方の称〕

緑こんぶ〔緑色のこんぶ〕

久年母〔柑橘類の果物〕

かわ茸〔こうたけの別称〕

すまし
吸物

ささい〔さざえ栄螺の転訛〕
鮫掛平目〔たいらがいの鞍かけ切り〕〔鮫は鮫であろう〕
ふきの頭せん〔ふきのとうのせん切り〕

井 (ぶた煮一本)〔ぶたは猪〕
うま煮

車海老
押銀なん
粒松露
目打白魚
しのうど
(串子一本)
肉寄串海魚〔型の意〕

六ツ魚〔鮭〕 小三本 (きく・一本)
生椎茸

鶏卵葛引

大平〔おおひら。平たい大きな碗。〕

火取〔火にあぶる、煮る〕 根芋〔里芋などの芽生え〕
露〔しほり汁の意の当て字〕 山しょう

鯛筏〔いかだやきのたい〕
友身二色むし〔鯛のすり身の一部に色づけしたものをつくり、重ねて蒸す〕

風干魴鱈〔ほうぼうの生干し〕

菜花〔なのはな〕

自然生土佐煮〔じねんじょうをかとおぶしだしで煮たもの〕

鉢

茶碗

土筆麴漬
酢取り生姜
鴨大身
竹の子
茗荷竹

差身

平目生作り
(めじ一本)
かじめ大作「めじまぐろのさしみ」
鯛小川巻「たいの小川巻のつくり」
若じそ
生海苔
花わさび

猪口

土佐生姜
いり酒「古酒に鰹節、炒塩、醤油などを加えて煮つめたもの。刺身。膾などの味つけ用」
(辛子菜味噌一本、からし味噌一本)
辛子

二汁五菜

本膳

餚

鮑笹作り
糸赤貝
しらが大根
塩椎茸
(栗生が一本)
割くり
葉つき金柑

汁

米摘入「つまれ」
布袋「ほてい」しめじ
千鳥ごぼう
ふたば菜
花うど

香物

奈良漬
味噌漬蕪
篠巻菜「白菜漬の中に青葉を芯にして巻く」
はなじお「型に入れて花の形にした焼塩」
房さんしょう

煮物

六ツ花子「鯉の子を切って切口を上にもせた煮物」
煮抜き豆腐
花菜

めし

二の膳

蓋

敷みそ
小金洗鯛
よせえび
白髪長芋
生椎茸
(揃三ツ葉一本)
三ツ葉

汁

甘鯛背切
初霜昆布

猪口 七子いか
鴨麩
しのごぼう

台引〔客に持ち帰らせる肴、菓子の種類〕大蒲鉾

焼物

掛
塩鯛

吸物

吉野魚〔くずどりの魚〕
玉の露〔卵のつゆ〕

中皿肴

平目作身
花しょうが

盃

銚子

飯鉢

通い〔配膳、給仕用の道具〕

湯

水

菓子 三百人程

四拾五匁形

一、海老糖

一、白石橋香

一、柏庭羅〔カステラ〕

寸法 長さ三寸五分
巾一寸七分
厚一寸三分

〔注64〕 東京大学史料編纂所編「大日本古文書」幕末外国関係文書之五、大正三年刊、昭和47年復刻、
東京大学出版会、一八一―一八頁。

安政4年10月21日

初代駐日米国公使(当時は総領事)ハリス
に対する将軍家定の賜餐の献立

三 汁 九 菜

- 膾 — かき鯛, 細作さより, くりせうが, 金柑, 酢みそ。
汁 — 摺うを, 腹子, いてふ大根, しめぢ茸, めうど。
香の物 — 味噌漬の茄子, 花丸ふり, 細大根。
煮物 — くしこ, 鴨作身油いり, くわゐ。
めし
杉箱 — 海老煮染, 角半ぺん, 木くらげ。
猪口 — 煮梅, からかけ。
汁 — 背切鯛
ゆ
中小皿 — てり焼鮭
差味 — 鯉子付, 白メすすき, 金糸玉子, くらげ, 九年母。
小猪口 — わさび味噌
汁 — かき
長皿 — 布巻蒲鉾, 味噌漬さわら, 皮付 山の芋, 千山せう。
南蛮煮 — 鯛薄身, 赤かひ, 松たけ, 雁, ねぶか, 潰し玉子。
大皿 — 色付焼鯛
塗盃 — —
銀燗鍋 — —
肴 — 魚てんぷら, 吸もの花いかひれ。
肴 — ふくら煮鮑
盃土器 — 銀燗鍋, 三年酒。
押 — からすみ
茶菓子 — 黄粉まん頭, 水くり, 川たけ。
後菓子 — 金糸糖, 白石飴, 宇治の里, 白菊形落雁, 黄木賊まき。
横山町二丁目, 木戸際, 魚渡世, 尾張屋喜兵衛方同居, 町料理人, 飯塚太兵衛仕立」
(高麗環雑記)。(タウンセンド・ハリス「日本滞在記」坂田精一訳下巻83頁)

ペルリ（ペリー）提督一行に対し幕府は横浜の応接場において饗応の宴を張ったが、そのひとつである。これにはペルリ（ペリー）側からみた「日本遠征」の公文書記録もある。（本稿後篇）
ついで帝政ロシアのプチャーチン提督一行に対する長崎における幕府の対応の記録があり、これには使節随員に加わっていた後年の作家ゴンチャロフの紀行文が対応している。つぎには初代駐日米公使タウンゼンド・ハリスの滞日日記があり、それに対応する幕府の公式文書がある。

さらには英国側から対日工作に東奔西走し、知日英人として有名なアーネスト・サトウの日記、そして彼の上司だったラザフォード・オールコックの記録などがある。かれらは当時の日本料理について、かなりの、中には絶賛しているものもあるが、評価を与えていることは後篇にみる通りである。

幕末までに完成されていた一汁何菜（いちじゅうなんさい）という形の食事様式の意味については後述するが、ここにはその様式の一端もみておく。当時はいかに多種多様の材料を調整して、現代に言う栄養効果をあげていたか、またいかに多様の調理法を駆使して、食事の人体に対する効果に貢献していたか、を現代の観点から摂取しようとするためであって、これを模範例として今日に普及させようとするためではない。とてもこんなに予算と人手のかかった（後述）料理を現代のわたくしたちが摂るのは不可能であり適切ではない。しかし実際の料理ではそれほど腹にこたえないようにできているしまた巧みな過剰摂取防止の歯どめも、この料理自体の中に仕掛けられているのである（後述）。現にこの料理ではもの足りなかった、とこの接待をうけたペルリ（ペリー）が報告しているほどである。すなわち「ペルリ提督の日本遠征記」^(注65)には「賓客たち〔ペルリ一行のこと〕は……ほんの僅かしか満足させられない食欲を抱いたまま立去ったことを白状しなければならない。」と記録している（詳しくは本稿後篇の外国人のみた幕末日本の食事様式を参照）。またこの幕府の饗応の4日前にペルリ提督が自分の旗艦上で幕府側を招待した「晩餐は、その量において少なくともこの日本人から供せられたものに20倍するものであったと思う。」^(注66)とも書いている。

このような饗応料理は奢侈料理であるときめつけている一部の歴史家もいるが、外国人の基準では以上のように評価されており、そのような歴史家のアプローチは太平洋戦争中のそれと同じように大変主観的で客観性に欠けている。前時代的な料理を新しい時代の精神によって取捨選択し、あるいは合理化し簡略化することは、批評家の主観によるものではなく、新しい時代の指導層の志向と好尚に委ねなければならない。実に、その合理化、現代化の過程こそが、私たちの研究の対象なのである。まず成心なしに深く観察しなければならない。

(注65) 「ペルリ提督の日本遠征記」土屋喬雄，玉城肇訳，岩波文庫 第3巻 p.245～6

(注66) 同上

* 合理化や現代化と逆行する料理の出現した例もあった。それは日露戦争や第1次世界大戦などのブームによって登場した、いわゆる成金たちのそれであった。かれらは所詮は日本資本主義の異分子として文化の担い手となることなく、短い生命に終った。^(注67) 成金たちの生活は時代逆行の生活であった。

* 絶対王制のエリザベス王朝の下での宴会も、平民出身の小説家兼保守党の宰相ベンジャミン・ディズレーリ（1804～81）などの提唱によってしだいに節度のある合理的な様式に変化して行った過程、社交界の主役も貴族や土地所有者からブルジョアへと変わり、大邸宅における宴会からしだいに社交クラブが中心になって行ったのである。^(注68)

まずこの饗応料理をみてみよう。

安政元年（嘉永7年にあたるこの年を改元1854年）旧暦2月10日（太陽暦3月31日）、この日横浜に上陸したペルリ（ペリー）一行は総数446人、そのうち新造した応接場に着座するものはペルリ提督以下約35人で、氏名と役柄が全員について幕府側に判明していた（このほか本船との連絡用の舢に残るもの200人）。

このうち料理の準備は別表にも出ているように300人前、控として200人前計500人分であった。

幕府は江戸日本橋浮世小路百川楼百川茂右衛門〔茂左衛門という記録もある由〕に命じて料理を調整させたとのことであるが、この記録の編纂者注によれば、異説としては、浦賀宮の下岩井屋富五郎が、百川の弟子6人、ほかに堀の口六間町の万久の弟子2人その他1人、計10人で御用を勤めたとのこと紹介されている。

* 別表献立書は東京大学史料編纂所編纂の「大日本古文書」幕末外国関係文書之五、大正3年刊、昭和47年復刻、東京大学出版会、p.181～8に拠る。

因みにこの史料は高麗環雑記を主とし、如是我聞、聞集録、坤儀革正録、嘉永随筆、嘉永明治年間録により編纂されたとのことである。

なお別表献立書は原型のまま多少の補注をして読みやすくするため〔 〕に注記している。

この料理の予算は前掲書によれば1人前3両だったとのことであるが、そのおよその概念は次のように算出される。

物価指数が存在しないので、当時の白米代金および大工手間賃を基準とすれば、三井文庫「近世後期における主要物価の動態」（日本学術振興会発行、丸善発売1952年11月）により――

安政元年の江戸の春の白米1石の値段は	銀114匁
“ 大工手間賃は	銀2匁9分

(注67) 梅津和郎「成金時代」教育社1978年p.68, 76, 78

(注68) 児玉定子「イギリス市民社会の食事様式」昭和女子大学「学苑」昭和34年10月号
p.73～4

つぎに1両は銀60匁で換算すれば、白米1石は1.9両、大工手間賃は約0.05両であるから、ペルリ以下随員に供した料理、1人前3両は白米1石5斗8升（大工手間賃60人分）にあたる。

従って料理500人分の総予算は白米790石（大工3万人分）という積算になる。

同様にして、別表献立表末尾の菓子代1盛5匁7分は白米5升分（大工約2人分）にあたり、菓子は300人分とあるから、その積算は白米15石（大工600人分）となる。

すなわち、料理と菓子の総計は白米805石（大工3万600人）になる。

幕末までに定着した日本人の食事様式は一汁何菜という様式であった。それは日本の食品環境への日本人の適応の結果であったとみることができる。

封建制の時代ともなれば、手から口への時代とは画然と区別されて、下層の階層といえども本能的ともいべき生理的栄養所要量を満たす努力を可能にしたのであって、この環境への順応の過程を攪乱したものは、いろいろな生活上の圧迫、なかんずく食品獲得のためのヒマが得られないような生活環境、例えば年貢優先、賦役などのために、河川での魚とりなどをするヒマがないという生活条件、必要な作物をつくり、または山菜をとる余裕が与えられないという条件であっただろう。このことは前に引用した民俗学者の聞き取りによっても明らかのように、農繁期やユヒや冠婚葬祭などのためには動物性蛋白質をはじめ多様な食品を用意して生理的必要性を満たす、すばらしい工夫をしていたのである。このような生存のために必要な労働にまで食い込むような過重な生活が強いられていたとみることができよう。

上層においては、一汁に四～五菜、すなわち、料理の種類的には、^{なま}生、焼く、煮る、蒸す、揚げるという多様な調理形態での食物が食膳にのぼっていたのである。しかも多様な食品、特に魚、貝、多様な季節の野菜、豆類、海草、茸などが食膳をにぎわしていたのである。

上流の階層にとって特に栄養学的な重要性をもっていたのは、米が主食として必要カロリーの主要な部分を占めていたことである。これが日本食事様式の特色となった、“主食”という概念である。他の資本主義諸国では少い食品構成である。これは日本の風土とそれに伴う生産量をもたらした特色である。

ひところは、欧米崇拜フィーバーの影響の下に穀類%が50%もあることは生活水準の低さの証明として批判攻撃的であった。しかし現在では、米ソ両国をはじめ多くの国の栄養学者によって大きな評価をうけているのである。（昭和53年の穀物比率は49.6%）

蛋白質や脂肪の過剰摂取を自動的に阻む、巧まざる調節食品として米食が評価されるようになったのである。現代に即して言えば、糖尿病や心臓病そして肥胖症の抑止効果をもつ、すぐれた食事のシステムとして再評価されるようになったのである。

米食の主食は一汁三～五菜という背景の下においてはじめて、上述のように効果的に働くのであって、一汁三～五菜以下の低蛋白、低脂肪の下においては、他の要因とも相まっ

て世界第一の肺結核、脚気のシンボルであった。

* 西洋料理の“主食”はパンであると考えerひとは今ではほとんどないが、ひところはこういう単純な類推があったのである。

筆者は多種多様なカロリー性食品をもつ中国の点心についてもそれが決して日本の“主食”ではなく、野菜的役割をかねる主副混合の食物であることを指摘しておいた。^(注69)

以上のような用意の下に、ペリー饗応料理を検討してみよう。

別表献立中「二汁五菜」以下が、いわばディナーにあたり、その前段は酒饗料理で、いわばオードブルである。

酒宴の部はあとにまわして、「二汁五菜」以下の本膳と二の膳の部からさきに見てゆく。これが当時における上層の食事様式の基本であって饗応のために品数が多くなっているが、その分量は一品づつについてみると決して多くはなかったと推測される。使用した食品種の多様なわりには過食にはならないように膳組みが構成されていたように思われる。外人の体格からみれば、上述のようにペリーは、分量が少なかったと書いている。材料ももちろんかなり吟味されている（これについては後篇の「外国人のみた幕末日本の食事様式」の項参照）。

この場合は、日本人ならだれでもわかっていることであるが、西洋式のコース料理とはちがって、“主食”という概念のある国らしく、めしを中心として、それを食欲の調節役に据えて、供膳されたものを、交互にまんべんなく食べる、いわゆる“片づけ食い”をしないようにするのであるから（このことは食事作法にまで定着している）、過剰摂取の心配がないようにできている。（この饗応料理の前段階の酒饗料理をふくめて考慮すれば、すべての宴会料理がそうであるように、蛋白質の過剰摂取は必至であるが、前段はコース的にサブされるので必ずしも全部を摂るとは限らないので、この場面では考察を省くことにする）

懸念されることとして食塩の過剰摂取の可能性がつきまとっているが（この点については本稿の総括の末尾97頁参照）、全体として極めて優れた食品構成になっている。

生ものも多く、なます（^{なま}鱈・^{なま}鰯）料理での生食をはじめ、このほかにも、^{なま}つまや^{なま}天もり等にも生ものが組み合わされている。ことに魚や貝類の生ものには、動物性蛋白質の給源以外の栄養的・生化学的効果があるという結果が観察される。

季節の野菜も、葉菜、根菜、菌茸(茸)類、大豆製品、そして海草も多様に用いられ、現代の栄養学的観察をするならば、蛋白質・脂肪・糖質・せいのほか殆んど人間の生理に必要な微量成分 — ミネラル・ビタミン類その他がまんべんなく含有されている。

これは現代の酸アルカリバランス・ホルモンバランス・アミノ酸組成、繊維菜の問題もこ

(注69) 児玉定子「中国たべもの考」大修館 「中国語」通巻232号、昭和54年5月号

こでは巧みに処理されている。脂肪は自然に食品に含有されているものに期待するようになっていて、過剰摂取は自動的に抑制されている。ここには天プラはないがこれは300人分という多量調理のため、調理法上の制約の結果で普通には当時、エゴマ、カヤ、ゴマ、菜種油等で行われていた。

これが明治の上層が前代から伝承し、それに自分達の独自の好尚を加えて行くべきであった食事様式の原型の、ひとつの見本である。

誤解をさけるいみで一言しなければならないことは、米を主食とした二汁五菜（又は七菜）が典型だというのではない。この場合には、鱈の部、酢の部(膾)、汁の部、坪の部、平の部、二の汁、茶わんの部、台引の部、口取の部、硯蓋の部、井の部と揃えているが、一汁二・三菜でも五菜でも、そのなかに、汁・生・焼・煮る（又は炊く）、蒸す、揚げる等の2～3種が組み合わせられるというパターンの調理法を用いた献立で組まれていることを言っているのであって、当時の料理書の献立例に多くみることができる。

魚・貝・鴨、いのしし肉などの動物性食品については、その処理の仕方は日本料理らしく、洗練されているが、多様な野菜類についてはさらに一言すると — このペリーの接待では時期が3月31日であることを考慮しても、当時の料理書からみれば、現代では高級料亭でしか用いられなくなった野菜類がいろいろ使われている。それらの栄養価は分析されているが、その薬理的効果や役割の位置づけの検討は、今なお極めて不十分であるし、ましてや食品のとり合わせ（assortment）の意味づけは尚更、不十分である。また茸や海草のとり方も現代では減少している。現在の生産機構ではもはや忘れ去られ、市場に出ない食品も多い。

古くから食品のとり合わせ（assortment）が慣例化している料理の中から、今日の生理学、栄養学、調理学からみて意味のあるとり合わせの例を少しくひろい出して一覧表に供しておく。とり合わせは多くの経験の積み重ね、人体実験の結果であるから、伝承されて何百年も経ってきたものは慣習化され、何らかの意味があらうと思われる。ここでは献立全体の組合せではなく、一つづつの単一料理について例示してみたい。（100～110頁）

これらは少しばかりの例にすぎないが、これらのとり合わせは、次にあげる人体に対して有効な条件の何か、またはいくつかに該当し、その合理性が今日の科学をもって、一部は解明され、また説明されようとしているのである。

- 1 酸、塩基のバランス
- 2 食欲の増進 — 唾液・胃液の分泌促進
- 3 消化吸收・腸の蠕動運動促進、便通
- 4 主材料の欠乏栄養の補充、栄養素と繊維食品の相乗効果、コレステロール沈着低下の促進
- 5 薬理効果

6 発癌物質の抑制・吸着，有害金属物質の沈着阻止

7 味覚の調整，調理効果

（味のコロイド化，マイルド化，味の更新，蛋白質やCaの軟化，香りの合成調整，煮くづれ防止，形態の保存等

8 脂肪の乳化，分散

特に重要なことは現代では本来の野菜に比べて，明治期に外国から渡来した野菜の生産出荷が凌駕していることである。これもまた明治以来の食事環境の歪みを反映しているのではないだろうか。

前代までの“人体実験”の結果を，よかれ，あしかれ，まず尊重しなければ，合理的な食事様式を發展させることができない。ちなみに過剰摂取の調整機能としての“主食”概念を放棄して，肉や動物性脂肪の比重が高くなってくれば，それに比例して野菜を摂ることが生理的に必要になるのであり，もし米をはずして外国の食事を是とするならば，全面的な角度で外国の様式を踏襲しなければ，かえって日本人の生理をみだすことになるのである。鶏卵やミルクや獣肉をわずかに（外国に比べ）取り入れている庶民は，この意味ではかえって救われていると言えよう。

つぎに別表の酒席の部について観察する。

日本の食事様式における酒の出し方は，現代のような食事の冒頭では必ずしもなかった。食後または食事中に出されることが原則であった。（後篇にも例証がある）茶懐石で食後に出される例が典型的である。この点では，食前酒は別として西洋の例と同じである。

別表の饗応料理では最初から出され，その酒饗料理がそれぞれ，定型化された容器に入れて，13種類も，コース的に，つぎからつぎと出されたのである。この様式のみが，現代の高級料亭に引きつがれたようで，料亭では食事のほうは最後に補足的に茶漬のようなめしが出されるように省略されて行った。酒饗供膳が主となった本末顛倒のきらいがある。但し酒宴料理は目的が他におかれることが一つの理由でもあろう。

この13種もの料理を全部食べるとは限らないが，器とともにパターン化された料理が出され，数種の料理が，美しく盛り合わされるものもある。これらに全部つきあうとは限らないが，各料理（器一つ）の料理の量はそう多くない。しかし全部につきあったとすれば，蛋白質の摂りすぎとなったであろう。ましてや，さらに本膳（飯と汁のつく）料理に箸をつけることはかなりの生理的負担のはずである。こういう宴会は毎日つづくわけではないからよいものの，酒饗料理ではしだいに本膳を簡略化する傾向となり宴会料理屋として生き残り，發展して行った明治の料亭としては，酒のあとはお茶漬け程度となったことには生理的必然性もある，と言わなければならない。

こうなると，現代の宴会料理における“めし”の意味は，西洋料理のコースにおけるパンと同じになった。むしろ最初から食卓に出ている欧風パターンの“パン”のほうが意味

あるものとなってしまう。

別表の酒饌料理に使われた食品材料についても本膳料理のそれについてコメントとしたことがこのほかあてはまる。調理技術的にはさらに輪をかけて絶妙の物理的・化学的な技術が駆使されている。異邦人と雖も偏見をもたずに箸をとれば、美味と食欲をもりたてる美しい盛りつけは賞讃されたものであった。(後篇参照)

お客に持ち帰ってもらう、または送り届ける(口取り)料理が用意されているのは外国には見当たらない。それは日本独得のものである。(後篇参照)この口取り料理は今日では“喰切り料理”になっている。一部の地域では口取料理は祝儀の宴会などでは引き出料理に代っている。

最後には、この場合も、^{白湯}がでたことが記録にある。このペリーの条約調印の前年長崎で外交談判が行われたロシア艦隊に随行して来日した作家ゴンチャロフも幕府からはほぼ同様の饗応をうけた記録の中で、この^{白湯}が出たことを「とんでもない食道楽を発明したものだ」と皮肉まじりに書いているが、(後篇参照)現今のように茶が出るのではなく白湯が出たということは、生化学的には意味のある食習慣である。鉄欠乏を茶の摂取の仕方ですべて予防していることは今の科学、生化学からみて意味のあることと解釈すべきであろう。この饗応では茶は別に出されたのである。濃茶と菓子、薄茶と菓子も出されたことが「聞集録」に出ていることと考え合せたい。

ついで別表末尾にある菓子(300人前)は本町1丁目鈴木屋清五郎が浦賀奉行より北町奉行を経て調整を申つけられた由であるが、このうちのカステラだけが横浜で調整したものと前掲書同上頁に記録されている。

本稿の目的は幕末における支配層が、次の時代の支配層に伝承されることを予定して、先行的に確立していた食事様式を探究することにあるが、当時における疫病現象や平均寿命と重ねあわせて観察することが必要な吟味であろう。

* 支配層ではなく当時の一般民衆の状況については次のような調査がある。^(注70)「一口に言って、江戸時代の民衆は慢性栄養失調であったと言える。今日の栄養常識からいえば、これでは(『西鶴織留』(元禄7年1694年)や『守貞漫稿』(嘉永6年1853年)その他西山松之助編『江戸町人の研究』第2巻1973年などにより立川昭二氏が書いている。)生命を維持してゆくのがやっとなであり、とても仕事や労働に従事できる栄養量ではない。とくにこうした栄養失調では、ひとたび飢饉や疫病の発生にあえば、ひとたまりもない。飢饉によって腸内菌の変動がおこると、外来の病原菌を受け入れやすくなり、栄養失調のため疫病菌に対する免疫グロブリンの生産が低下し、そのため抵抗力が弱くなる。江戸時代に頻発した飢饉にはかならず急性伝染病が併発し、大量の疫死をまわっているが、それは民衆の栄養状況にも一因があった。

江戸時代には妊婦や乳幼児の死亡率が異常に高かったが、これは母子の栄養失調に最大の原因があったことは、もとよりいうまでもない。江戸時代には眼病が多く、盲人の出現率が高かったのも

(注70) 立川昭二「近世病草紙—江戸時代の病氣と医療—」平凡社1979年

疫病などの原因のほか、栄養障碍に一因があり、疥癬などの皮膚病やクル病なども栄養障碍の現われであった。^(注71)」

また労咳、脚気、浮腫、留飲（慢性胃腸病）、類中（脳卒中）など明らかに栄養と関係する病気も同上書に出ている。

しかし立川昭二氏も、同上書の冒頭において『世事見聞録』（文化13年1816年）中の「医業の事」の一節を引用しつつ「疾病の階級性ということを指摘し」ているように（同上書p.30～31）、支配層においては、一般民衆と異なる「疾病構造」をもっていたことは推察に難くない。

当時の平均寿命についても考察がある。すなわち「明和8年（1771年）から明治3年（1870年）の江戸時代100年間の平均死亡年令は男28.7才、女28.6才となる。そして飢饉と疫病流行期には17.8才であった。これは零才の平均余命で、この数値の異常な低さは、いうまでもなく乳幼児死亡率の異常な高さによるものである。この時期の乳児（零才児）と幼児（1～5才）の死亡率は、全死亡の70～75%を占めている。」（同上書p.340～1）すなわち今の大戦時までの伝統的とも言える高い乳幼児死亡率が存在していたのである。

しかしこの「乳幼児死亡を除外すると、江戸時代の人びとも60才をこえるのちを享受できた。江戸時代の60才の平均余命がほぼ14才という推計値は、今日とあまりひらきはない。しかも江戸時代は、80才、90才の高令者の出現率が、今日よりも高かった。」^(注72)とも書いている。

前段でみたごとく、幕末の疾病は、まず赤痢、腸チフス、疱瘡などの急性伝染病に対処する医学が育っていなかったこと、蛔虫駆除対策の未確立、そして立川氏はふれていないが、食器や調理器具の一部に有害な重金属が使用されていたことの影響、また早めし食いの習慣などが大きな原因であったことも忘れずに検討しなければならない。そして立川氏もふれているような庶民の底辺における慢性的栄養失調が大きく作用していることを銘記しなければならないだろう。しかしこの栄養失調問題については、ふたつのことを言わなければならない。まずそれは民衆全般の生活水準の向上が不可欠の前提であることまた当時の悪条件の下においても、民衆の生理的欲求に発する自発的ないろいろの工夫ややりくりをしていたことをそれなりに評価する必要があることである。

「疫病の階級性」と同様、栄養の階級性も存在したわけであるが、当時の支配層の食事・栄養のとり方が、支配層の疾病に対してマイナスの影響をおよぼしたということは証明できない。

現代の知見から直ちに指摘できることは、当時の上層の食事は、その献立からみて食塩の摂りすぎのおそれがあるようだということである。

しかし他方においては、脂肪や動物性蛋白質の摂りすぎがチェックされるような仕組みができていたこと、従って糖尿病や心臓病に対しては有利な食事であったことも明らかである。問題はがんであるが、これはこんごの知見によらなければ何とも言えない。

けだし「食品の中の発がん物質の研究は、いっそう複雑な、発がん物質の作用を強めた

(注71) 立川昭二「近世病草紙—江戸時代の病気と医療—」平凡社1979年P.214

(注72) 同上書p.344～5

り、また弱めたりするいろいろな物質の研究へ、いま展開しようとしている。」からである。^(注73)食品の中の変異原物質、がん原物質の研究はこんごの、また当面最も重要な研究であり、例えば「糖があるとアミノ酸の加熱分解による発がん物質の生成が抑制される。悪いことばかりが強調されている亜硝酸も、条件によって、ある発がん物質を破壊してしまう。ある野菜の中には、発がん物質を不活性化する酵素があるらしい。」^(注74)と言われており、すでにシステムにまでなっている伝統的食事の組み合わせ (combination) や料理 (dish) の中のとりあわせ (assortment) の研究はこんごの課題である。

(注 73) 杉村隆「食物と発がん物質」(現代化学 1979 年 7 月第 100 号所載)

(注 74) 同上

総 括 と 考 察

本稿は比較食物史の視点から、日本の伝統的食事様式、その幕末における断面をとり出し、公衆栄養学的にみた位置づけと評価を与えようとしたものである。

また、特にこの伝統的様式をわが国の食品環境への数千年にわたる日本民族の順応と適応の“人体実験”の成果としてとらえ、その中にちりばめられている、いわゆる民族の知恵を探り出し、それに近代科学の照明をあてるべき問題点を発見すること、あわせてこの伝統的様式が後代に正当に継承されなかった経過と理由を明らかにすることにより、そこから、どうすればこの優秀な様式を伝承する回帰軌道にのせることができるかを考えようとしたのである。

また疾病との関係においては、この伝統的食事様式の中には糖尿病、心臓疾患、高血圧の予防に対する貢献がすでに内包されていると考えられるので、つぎの課題は食事との関係が重視されているがんの予防という角度からの究明が重要になる。この意味においてはこの伝統的食事様式についてがん予防の観点からの研究を呼びかけなければならない。

また、今回の主題とは直接の関係はないが、伝統的調理技術の学際的研究の必要なことも一言しておく。

筆者の側から言えば、本稿は筆者の英、米、中国、日本の食事様式の比較食物史的、公衆栄養学的、調理学的研究の中間的総括にあたる。

茶会の起源は、たゞみ百姓のお茶の廻し飲みに由来するが、ましてや食事様式の発祥は、各地方地方の民食に発し、歴史の各段階ごとに、当時の上流支配層がそれらの民食の経験を集大成し、かれらの好み（本稿では志向と好尚という用語を使っている）によってそれを取捨選択し、新たな付加を加えて各時代時代の食事様式ができ上がった。そして時代が移り変わると共に、前の時代の内部から生まれる新興の支配層が、前の支配層の食事様式を継承し、改革して再び独自の様式を築き上げてきたことは、歴史の長い国の食物史の教えるところである。（建国 200 年のアメリカだけがこのパターンとちがう特異の経験をたどり、まず先住の原住民の食事に学ぶところから始まり、かなり酷烈な“人体実験”を経過し、やがて基本的には多数の移民がもちこんだ西欧の支配層の様式に追随しつつ、(regional cook として確立されている)、しだいに独自性を主張するようになる。)

わが国の明治期の食事様式も他の社会現象同様先進諸国の歴史的経過とはちがっている。すなわち本稿を総括すれば次のようになる。

1) 徳川封建制の胎内で一応の完成をみた伝統的な食事様式が明治の指導層に受け継がれなかった。

2) このことは他の先進諸国において、封建王侯や貴族の時代にその胎内で成長した近代的ブルジョワ市民が、前者の食事様式を200年の長きにわたってしだいに継承し、それに新しい時代の志向と好尚を加味し、取捨選択し、洗練して行った伝承の経過と比較するとき、(発表ずみの別稿があり、本文中にあげておいた)顕著な特徴となっている。

3) 前時代の支配層の食事様式の継承が十分に行なわれなかったという事実が、(4)でふれる他の原因と相まって、わが国の食事様式の今日の混乱の淵源になっているとみるべきである。

4) 幕末の食事様式がいわば正統の“相続人”をもたなかった原因は、明治の指導層が下層武士階級の出身者であったという階層的特質、そしてかれらの志向と好尚を支配した西洋心酔の精神構造にあった。

その結果、本格的な西欧の食事様式がかれらの間にもてはやされ、短時日の間に指導層の食卓を“占領”した。しかしこれは当時の“外圧”による開国、近代化の過程として止むを得ないものであった。と同時にこの文化の自然史的“醗酵”の過程をなり行きのままに放置せず、これをコントロールする仕事が後代に残されていることも見のがしてはならない事実である。

5) 幕末までに完成され、定着していた日本の食事様式は米飯を主食にした(この意味はあとでふれるが、主食という概念は日本特有の概念である)一汁数菜(いちじゅうすうさい)又はいちじるとも何菜と発音まで独自性を主張している)というモードである。数菜の中には生で食べるなます(生もので鱈、又は膾で、さしみ、生貝、野菜るいの生料理)と、焼いたり、煮たり、蒸したり、揚げたり、または加工した魚肉が供され、季節の多種多様な野菜が使われ、海草類、茸(菌茸るい)をとり入れた膳組みである。

そしておのおのの菜(dish)のとり合せ(assortment)もほぼ定型化されていて(この総括の100~110頁に一覧表をのせておいた)、汁、膾類、やきもの、煮もの(または蒸しもの)、それらの混合による調理法を用いた料理、つけもの、と、そのとり合わせは現代科学からみて、生理的効果はもちろん、薬理効果も指摘できる組み合わせが成立している。栄養的には菜全体としても良好な動物性蛋白質、ビタミン類の充足も期待できるような構成になっている。必要な記録がないので定量的には分析できないが、定性的には推測が可能である。現代の知見からみれば、塩分の摂取過剰が懸念される位のものである。(この点についてはこの総括の最後に述べている(97頁を参照))

この定型化された菜のとり合わせとその調理については、学際的研究を組織して、過去の民族の知恵(順応と適応の結果)を摂取する必要がある。

めし(主食)は、汁と菜といっしょに供膳され、飯と汁や菜は交互に食べることになっている。マナー(礼式)によるとふつうははじめに汁をひと口とるが、最初の箸は飯(主食)につけるのを礼法とする流派もあるほどで、いずれにせよ西歐式のコース料理とちが

うのは、一品ずつ料理を片付けて行くのとちがい、いろいろな料理は飯と交互に、まんべんなく口に入れるのが原則である。日本の礼法では料理を“片付け食い”するのをいまして、マナーにもとるものとしている。これは、^{めし}飯から30～50%の熱量をとること、菜と飯を交互にとることにより動物性蛋白質や脂肪などの摂取過剰をチェックし予防する調節機能を果しており、体内の消化吸收の合理化、栄養摂取の効率化にも意味があると評価すべきであろう。これが主食（めし）という日本独得の概念の意味であり、肥胖や、心臓疾患、糖尿病、脳卒中になやむ西欧先進諸国において、米飯摂取を“日本に学べ”として流行している意味であろう。

風土にあった、口あたりのよい熱量性食品としての^{めし}、ことにその主食という考え方は明治以来、後進性のシンボルとして非難されてきたが、粗食→主食偏重とも結びつく融通性がこの不当な批判の対象となったもので、^{めし}それ自身は優秀な食品で、批判さるべきは粗食をもたらし、主食偏重をもたらしした生活の圧迫や栄養知識の不足であることは言うまでもないであろう。

6) 日本料理の伝統は、技術的には高級料理店に承けつがれたが、その料理屋においては、酒饌料理の面がつよく伝わって行ったことは歴史上やむをえないことであった。この料理店も明治の初めは衰退していたが、明治20年頃には欧風料理の氾濫から再び復古調が流行するにつれて酒饌料理への傾斜を強めていった。

7) 明治25年頃からは上流階層の間で、茶会が流行し、したがって茶懐石も行われるようになった。これは日本の伝統的な料理の再評価につながるものではあるが、茶会が生活全体の中に占める比重はやはり従たるものであろう。

8) 明治の上層階級に普及した本格的西洋料理は、その後和洋混在、和洋折衷の形で定着した。西洋と日本のふたつの食事のシステムが併立するいわゆる二重生活である。

上層階級を見習う庶民の間には洋風に和風を組こんだ単品料理（アラカルト）として、口あたりのよさ（palatability）のゆえにもはやされる創作料理の数々がシステムとは無関係に登場していった。（開化丼・カツ丼・親子丼・卵丼等は代表的なものである）そしてそれらは全体の1日の食事中での位置づけとそれら単品の中での食品のとりあわせの点で、新たな“人体実験”の開始を意味している。

9) この明治の和洋混在の食事様式がはじまってから現在までなお100年あまりである。先進西欧諸国の今日の食事様式が定着するまでに要した200年余りの歳月に比べるとまだその帰趨を展望することはむつかしい。

ただ言えることは、現代になると、独自の好尚と志向によって過去の遺産を整理し、食事様式を主導する社会の主人役が変りつつあることである。すなわち大衆消費（mass consumption）を前提とした大量生産（mass production）によって食品の生産が行われているということである。換言すれば大衆の好尚と志向が社会の主役の座を占めつつある

ことである。

社会の上層と一般大衆との所得格差も長い眼でみればしだいにせばまるであろうし、「飲食費」支出の格差はそれ以上に小さくなるであろうから、優れた食事様式が伝播する下地はできている。またこの傾向は栄養教育によって一層促進される。

すなわち上層から下へという食事様式の伝播する自然の流れを重視し、まず社会の指導層の間に、わが国の風土が生んだ優れた食事様式への回帰と再吟味の風潮を普及させ、一方においてこの方向での栄養教育を強化する必要がある。

10) 明治以来今日までの100年間に日本人の食事に大きな影響を与えたものは、以上のほかには周知のように、中国との不幸な事件の結果として「民族移動」ともいべき中国との食事の交流、戦後のアメリカの過剰農産物の流入にはじまるアメリカの影響がある。

この国際的交流の中で、過去の遺産にもとづく民族のアイデンティティを発展させるには、各関係領域の学際的な協同による研究が必要なことを痛感する。

因みに疾病の原因は食事だけではないが、食事様式もまた一端の功罪を検証されるから幕末の疾病状況についても、わずかの資料ながら一応の吟味をしておいた。

11) わが国の伝統的食事様式の欠陥である塩分の過剰摂取については下記の附言をしておきたい。

わが国では一時期、幕末以前とちがひ、食塩がNaの純度の高いものに変っていたが、最近再び以前のようなMg, K, Ca等の多いいわゆる三等塩を市場に送り出すようになった。明治時代に西欧の精製塩と日本の赤穂塩(あらじお)を比較して、日本のは劣等塩と考えた頃から、精製塩製造の方向へ製塩法が向っていったが、日本でも16世紀頃から既にやき塩^(注75)を販売していたとの記述があるが、一般化していなかった。こうして精製塩が普遍化されると、再びもとの不純物の多い食塩の復活が、著名な多くの調理人や食品加工業者、調味料業者等の強い要望によって起された。食塩は一等塩から三等塩まで、目的に応じて使いわける必要があったからである。製品の歯ごたえ、酸味のおさえ、腐敗のおさえ、味のまるみ、醗酵の促進等微妙かつ顕著に食塩の性質が影響するのであり、のみならずひいて食品の貯蔵保存に大きい役割があるのである。これは科学的に証明されている。

現今の東北地方は日本食特有の主食米摂取過剰と食塩摂取過剰で、よって来る疾病が問題に成っているが、疾病と短命が多いといわれる東北地方の一部にも長寿村はあった。今も存在している。岩手県下閉伊郡である。そこは僻地と貧困から塩も節約せねばならず、梅干は梅漬けと称して少量の食塩に天然の酢を用い酢漬けの梅干を作っていた。この部落は、嘉永生れの祖父母の知人の話によると、ひえを常食とし、(時にあわ・米を用いた)、

(注75) 清水桂一編 現代日本料理法総覧 第一出版 昭和43年 P. 310

山藨，山牛蒡，こごみ，岡ひじき，うこぎ，しどけな，うるい，きのこるい，わらび，ぜんまい，葛の葉，葛粉等の山菜に大根，とうふ，みそ，とうもろこし，^ちゃ^ほの卵，煮干，かぼちゃ，それにあかぎ，かんそう，おんぼこ，はこべ，田ぜり，水ぜり等の地生えのものは何でも食べていた。その他堅果類——ひし，くるみ，種実ではゴマ，山ぐり，ひまわりの実，南京豆もあった。また，いなご，澤かに，川魚やうなぎ等の動物質も採取して保存食品を作っていたという。また，野いちご，山ぶどう，ぐみ等で酒を作って，心臓等の菜として時々飲用していたときいている。これらの食品の摂取，その組合せが直ちに長寿につながるという証明はないが，今日と明らかにちがうのは，粗食アルカリ体系ともいうべき食体系が，できていることである。緑の野菜，多くの繊維素，Ca その他の無機塩類，各種のビタミンの多さ——これらは現今すべて欠け易いわれわれの食物である。昔は各地にこの種の食べものは存在したのであろうが，今はすべて失われた食習慣になってしまった。(山菜の利用は一種のリバイバルブームにのり，自然食品という価値評価で復活し，都市にまで高価格で出廻っているが，長期間にわたる食物体系として捉えることが必要であらう。)

ハーバード大学医学部教授アレキサンダー・リーフ博士も日本の長寿村を視察され，前記岩手県の長寿村については昭和51年に調査報告されている。^(注76)博士は日本食の優秀さを推奨され，ソ連の科学アカデミーの某教授(1965年訪ソの際に直接伺った)も治療食に米食をもとにした日本食を推薦しておられた。日本食は米を中心とし，魚，大豆及び大豆製品，多くの根菜類，また緑の葉菜類，海藻類の組合せなど，いずれも優れたものであると評される。食塩が世界平均の摂取量の2倍以上にも達していることをのぞけば，脂肪や動物性蛋白の過剰からくる疾病に悩む先進各国にとっては，日本食は治療食に属するものであるとされるのである。

12) 西洋料理をとり入れる場合には，わが国の伝統的様式と同様の経過を経て確立されている，フルコースのメニューを，まずわが国の伝統的に確立されている食事様式の栄養科学的，生理的基本をよく知った上で，全体としてとり入れることが望ましい。

そのメニューには料理の組み合わせ(combination)と各皿(dish)ごとのとり合わせ(assortment)が十分に吟味されているからである。ただしその場合でも，すでに西欧の学者が「自己批判」しているように動物蛋白質や脂肪の過剰摂取におちいらぬように十分警戒してとりいれなければならない。

西洋料理の単品(dish)をとり入れる場合にもそこに盛られているとり合わせ(assortment)(調味料をふくむ)の生理的効果をわきまえていなければならない。

食事の洋風化，多様化についても同様のことが言えるが，特に前段で指摘したような生

(注76) Alexander Leaf "Youth in Old Age" 1975年 邦訳 世界の長寿村 香川増雄訳 女子栄養大学出版部 p.249

理効果を考えない思いつき料理が多いことが気にかかる。

もともとこの洋風化、多様化現象は戦後の食糧政策が投影しており、同じくその反映である学校給食の影響が認められるし、それが定着するかどうかはなお流動的である。

本来、この現象は伝統的食事様式が普及していないことのうらとおもてである。

日本料理の中にも鴨、雉、とり、いのしし(豚をふくむ)の料理があり、これらの肉類のとり入れ方、扱い方は大いに参考になる。

13) 従来の栄養教育(この意味に多くの論者は栄養指導という用語を使っているが、筆者は大所高所から栄養政策に従って行政指導を行う場合を栄養指導とよんで区別している)は国民1人1日当りの栄養所要量と七つの食品に準拠して行われている。これはかなりの教育効果をあげてきたが、これらの考え方の基本はすべての食物を栄養成分に分解したのちに、それを組み立てるという方法で、具体性を欠く。長い歴史に裏づけられた具体的な伝統的な食事様式を普及(修正が必要な場合は修正して普及)することから入ったほうがより効果的である。この方法のほうが未知の栄養成分や栄養効果をも包摂できる長所がある。

また抽象的な方法では、伝統に根ざさない思いつきの献立をつくる弊害がおこる。それは既知の栄養成分を充たすとしても未知のものを含まず、また生理的効果に対する十分な読みを欠き、あるいは身体に有害な要因を含むかもしれず、また習慣的美味が得られないという欠陥が生ずる。思いつきの献立を常用することは、「新たな人体実験」を志願するようなものである。確立された食事様式の普及から教育することがよいと思う。所要量をそのチェックに使うことは当然である。

14) 「食品の中の発がん物質の研究は、いっそう複雑な、発がん物質の作用を強めたり、また弱めたりするいろいろな物質の研究へ、いま展開しようとしている。食品の中の変異原物質、がん原物質を研究するために、科学者はいまこそ地味な地を這うような研究にもどろうではないか」(前掲杉村隆氏論文)という観点からの、わが国の伝統的食事様式の再吟味が一日も早く終結することを祈らずにはおれない。

それにつけても、この風土における歴史的人体実験の結果である食品のとりあわせの伝統ががん研究の研究対象となることを願ってやまない。

15) おわりに、以上のような手つづきを経て、日本の風土が生んだ、すぐれた食事様式のモデルが確立されたのであるから、すべての日本人がその恩恵に浴することができるような諸政策の展開を期待したい。

(本学教授 調理学, 公衆栄養学, 栄養指導担当)

慣例化した食品のとり合わせ（料理別）

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
汁	蛤(はまぐり)汁	はまぐり	・柚子, 山椒, もみ大根, くこの葉, みめな, いものくき	酒, 塩(みそ)
	はも汁	はも	・ふだん学, なめたけ, 水せんじのり 柚子, 胡椒, きざみねぎ	赤みそ
	魚のすり身汁	あじ, はも	・松たけ, どんこ(しいたけ), 青菜 季節吸口	煮出汁, みそ
	鯛うしを汁	鯛	・柚子, 山椒菜(吸口)	昆布, だし汁, 塩, 酒
	豆腐汁	とうふ	・わかめ, さらしねぎ, ふきのとう, 大根, 背のり, 油揚げ, とろろ, おぼろ昆布	みそ, 煮出汁, 塩, 醤油
	きのこ汁	松茸, なめこ, その他	・とうふ, 青菜(みつば), 白みつば 吸口	みそ, 煮出汁
	とろろ汁	山芋, 麦飯	・卵白, ねぎ, 背のり, 浅学のり, わさび	煮出汁, 醤油, 塩, 酢
	さば汁(塩鯖) 船場汁	塩さば	・うど, 大根, 人参, 里芋, 茼蒿, 昆布, 大豆, かたくり, むかご, 松露 背味	みそ, 酒粕 煮出汁
	こいこく番	鯉	・午茼(岩茸, ふき, うど, わかめ, 筍) 木ノ芽(又は粉)	みそ, 酒
	すり流し汁	かつを, えび, たい, ひらめ, すゞき, いなだ	・午茼, 背味, 山椒葉, 粉山椒, うどの芽, うど, 松露, とうふ, 生姜	みそ(赤・白)
吸物	白玉汁	白玉粉	・午茼, 背味, 山椒葉, 柚子, (大根)	みそ, 煮出汁
	粕汁	さけ, ます, その他	・大根, さらしねぎ, たで, 青海苔, 浅学のり, 生姜, わさび, 唐辛子, 水からし	みそ, 酒粕 煮出し
	貝汁	あさり, しゞみ	・とり合せのない方よろしい	煮出汁不要, みそ, 水(塩)
	白うを吸物	白うを	・木耳, 麩, 芹, 土筆, 葛とき, なめたけ	ぬかみその汁, 煮出汁, 塩, 醤油, いり酒
	鯖汁	どじょう	・大根, 午茼, 茄子, すり山椒	ふくさみそ
	もずく汁	もずく	・えび, いか, いりこ, やき豆腐, 豆麩, 切焼麩, 椎茸, 吸口胡椒	煮出汁, 塩, 醤油, ふくさみそ
	河豚(ふぐ)汁	ふぐ	・ぬかみそを入れてゆがき用いる 長葱, 陳皮	煮出汁, 塩, 醤油
	ごり汁	石首魚(ごり)	・鯖汁に準ずる	みそ, (白・赤みそ) (煮出汁のうす 八方汁もあり)

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
その他	納豆汁	納豆	・ねぎ、大根、わかめ、まつも、青のり、(酒粕)とうふ、貝むき身	煮出汁、みそ、みりん
	ひやし(寒)汁	木くらげ、もずく等	・くり、ひね生姜、かさいのり、浅草のり、杏仁、柚子葉、蓼、紫蘇葉、白うり、わさび、山椒、ねぎ白根	煮出汁、塩、醤油、酒、やきみそ
	呉汁	大豆、酒粕	・とうふ、大根、しいも、人参、青味、蓮葉	みそ、煮出汁
	けんちん汁	とうふ、季節野菜	・大根、こいも、とり肉、かき、かまぼこ、青菜、蒟蒻、たかのつめ、午券など	煮出汁、塩、醤油、酒
	白す汁	ちりめんじゃこ	・昆布(おぼろ、とろろ)、青味、又はねぎ	煮出汁、塩、醤油
	梅汁	梅干(たねぬき)	・とろろ昆布、わさび(又は水がらし)	煮出汁、醤油
	麺汁	・かつを節 かめ、さば節 混合 ・そうだがつお、 さば節混合 ・かつを節、あじ節混合その他 ・麺いろいろ	そば、うどん、ひやむぎ、そうめん等により出しと濃度をかえる、大根おろし、なめこ、麩、かまぼこ、しいたけ、筍、ねぎ、小口ねぎ、生姜、おろしわさび等、青味(たねものは天ぷら、鴨、鶏、かたくりこ、卵、くず粉、松茸、しめじ)、えのきだけ、松茸、はつたけ、せり、(やくみ、ねぎ、大根おろし、唐辛子七味、浅草のり、青のり、等)	だしは混合出しがよし、昆布醤油、みりん、さとう、(みりんは煮切りよし)
	青豆汁	青豆	すりつぶし(又はうらごし)	
	玉蜀黍汁	とうもろこし	・ナメコ、青菜、うすくず	煮出汁、(みそ)
	なんばん汁	(豚)肉	・午券、きゅうり、茄子、大根、蒟蒻	みそ、煮出汁
卵の花汁	卵の花	・午券、人参、しいたけ、青菜、油揚げ、大根	白みそ	
みそしる一般	かんべう、かぶ、つまみ菜、茄子、きゅうり、大根、かぼちゃ、きのこ、るい、卵豆腐、小豆、ぎんなん、じゃんさい、豚肉	・はんぺん、とうふ、油揚げ、吸口(春夏秋冬)青菜(みつばその他)、切干大根、トマト庄内魷、午券、うど、ぎんなん、ごま、ねぎ、ずいき、こんにゃく、くわい、葱、せり、生しいたけ、わらび、ぜんまい、筍、ふき、ゆば、さやいんげん、さやえんどう、もやし	みそいろいろ 合せみそ 煮出汁、昆布	
ちさ汁	ちさのほか、いろいろな材料	・つみ入、たいらぎ、たい、白魚、白す、やき豆腐、わかめ、つくし、めうど、えのきだけ、松露、つくし、松露	みそ、煮出汁	

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
鱈	さしみ・つくり さしみ あらい たたき すしだね	ふぐ, かつを, まぐろ, はまち, いなだ, ぶり, たい, ひらめ, かれい, すゞき, きす, さより, しらうを, あゆ, さけ, ます, い わし	・みょうがだけ, 生青のり, からし, みそ, ねぎ, わさび, ・海そう(うご, 三島のり, とさかの り, 青わかめ, 生のり等) わさび 大根, みょうが, 生ぐり, 柚子, す だち, わさび, 生姜, からし, 紫蘇 の葉, 実, 防風, 蓼, にんにく, 長 葱, 唐辛子粉	酢, だいたい, (ポン酢) 醤油, 酒(又は 米酢) 醤油, 兩蛮酢, 酢みそ, わさび, 酢醤油, 土佐醤 油, いら酒, 蓼 酢, わさび醤油 醤油, 米酢, わ さび酢, 酢, 二 杯酢, 三杯酢
	甲殻類その他	いか, たこ, うに, えび, か に, なまこ, し ゃこ	うずらの卵, 卵黄, じゅんさい, みょ うが汁, みょうがの子, とうがらし, 防風, わさび, しそ葉, 午芻, 番茶	
鱈	貝類 その他	あわび, 赤貝, みる貝, 平貝, 貝柱, とり貝, かき, さゞえ, にし, ほっき貝, あこや貝, ほや 貝	・わたの利用(わた酢鱈のとり合せに は, きくらげ, 山葵, 口切きんかん) 花ひじき, 岩たけ, おろし大根 わさび, つま一般, 上記に準ずる (水貝にはきうり, 西瓜, まくわうり, 海そうるい, その他)栗せん, あさ つき, うど, きくらげ, わさび 大根おろし, 古生姜, わさび, 上記に準ずる 大根おろし, 白うり, しそ しそ, たで, くり(せん)生姜, わさ び	わた酢, 酢みそ わたみそ酢, 米 酢, いら酒, 醤 油, とうがらし みそ, ポン酢, 二杯酢, けし酢, もろみ 塩, 米酢, 醤油 ノ昆布(白板, 筑紫) 醤油, 二杯酢, 酒 醤油, 酢
	青皮魚 その他	さば(ノさば含 む)あじ, いわ し, はも皮なま す, こはだ, こ のしろ	大根おろし, 古生姜, わさび, 上記に準ずる 大根おろし, 白うり, しそ しそ, たで, くり(せん)生姜, わさ び	
その他なます	獣鳥肉さしみ	馬 肉 鯨 肉 牛 肉 鶏肉(胸, ささ み肉)	・とうがらし粉, 和がらし, 大根, み ょうが ・おろし大根, からし, 生姜, ・林檎, 梨(せん)卵黄, 唐辛子, にんにく ・大根, きうり, わさび, (大根おろ し)	醤油, 酢 醤油(土佐醤油) 醤油(土佐醤油) 酒, 酢醤油
	白魚なます (白魚そうめん)	白 魚	・おろし大根, 浅草もみのり, もみわ かめ, 唐辛子, 陳皮, わさび ・なめたけ, じゅんさい, わかめ, 土筆	なんばん酢, 酒, 酒塩 白みそ, 酢みそ
	飛頭なます	鮭の頭の軟骨	・おろし大根とあえる, うど, その他	三杯酢

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
その他の なます	鳥なます	○雁、鴨等を細く切り、燗酒で洗い骨出しを冷しかける	・おろし、わさび、花かつを天盛り	・塩、酒、酢、煮出し汁
	かきなます	○かき	・柚子釜、柚子汁	・柚子汁、酢、塩
	山かけ (まぐろ)	○まぐろ、大和芋、自然薯	・卵白、おろしわさび、青海苔、浅草のり	・煮出し汁、醤油、酢
	沖 鮓	あじ、あゆ、かれい、さより、かつを、いな、こはだ	・大根おろし、しそ、たこ、花がつを、ちさ、新生姜、古生姜おろし、酢取り生姜、わさび	・米酢、塩、醤油、土佐醤油
	栗 漬	こはだ、このしろ	・栗、とうがらし(たかのつめ)	・米酢、さとう、塩、昆布
	卵の花 漬	こはだ、あじいわし、	・卵の花、とうがらし(たかのつめ)、生姜、卵黄、酢取り生姜、大根おろし	・同上 (酒粕用いることあり)
	源平なます	たこ、大根、人参	・人参、古生姜、蓮根、ゴマ、かんぴょう、みかん、はす、花がつを	・酢、塩、さとう、みりん
	柿なます	たこ、とり肉、大根、人参	・柿(生・ころ柿・あんぼ柿)ごま、うすあげ、しいたけ	・同上
やきの もの	いりこなます	いりこ、ちりめんじゃこ等	・大根おろし、わさび、(きうり)、もみのり、青のり	・酢、さとう、煮出し汁、きうり酢
	えび洗い	車えび	・うに(生うに又は塩うに)、木の芽、卵黄、きうり	・醤油、うに
	やき魚一般			
	塩やき	さんま、あゆ、たい、あじ、たら	・酢取り生姜(すり生姜、せん切、きね、笹、べに)大根おろし、(染おろし、)たで酢	・塩、醤油 ・酢
	照やき	さわら、ぶり、いなだ、わかし	・山椒粉、青山椒、大根おろし、又は汁(おろし大根汁)	・醤油、みりん、さとう
	雉子やき	さば、さわら、まながつを	・おろし大根 ・酢取り茗荷	・醤油、みりん ・酒、煎酒
	付け焼	かつを、石もちかます	・紅生姜	・醤油、みりん
	ろうやき	まぐろ、ひらめ、かれい	・卵黄又は卵白、小麦粉	塩、みりん
うにやき	たい類、さけ、ます、すゞき	・練うに、卵黄	塩、酒、みりん	

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
や き も の ● 煮 も の 及 び 混 合	黄味やき	ほうぼう, あいなめ, むつ	・海藻類, 土筆, わかめ, ちょろき, 松茸, なめたけ	・酒, 塩, 醤油
	みそやき	太刀魚, 鰯, とびうを	・小口くわい, 根芋, 茗荷の子(酢取り)岩茸, なめたけ, 大根, ねぎ, せり	・みそ, みりん酒, さとう
	あげほのやき	かじき, ふぐ, あこうだい	・卵白, くずこ, 色べに, 柚子	・みりん, 塩
	利休やき	いわし, しらうを, ししゃも	・長葱, 柚子(かます), 岩たけ, わかめ	・醤油, みりん酒
	松風やき	こうなご, わかさぎ, 穴子, 海老,	・けしの粒, みそ, 卵黄, 木の芽	・みそ, みりん酒
	味噌やき (甲殻るい)	車子, えび, (車大正, 伊勢)	・卵黄, のり, かたくりこ, 木の芽, くわい	・みそ, みりん酒塩
	浜焼	たい, たいらぎ	・酢取り生姜, 海そう	・塩, 生姜酢
	塩釜焼	春日小鯛, 小鯛,	・塩, 卵白	・塩
	すすめやき,	小おな,	・小かぶのあなやら, とうがらし	・醤油, 酒,
	おにがらやき	えび,	・粉山椒	・山椒醤油
	かばやき (たれやき)	うなぎ, さんま, あゆ, なまず, いわし	・山椒粉, 山椒葉 古漬つけもの(奈良漬, たくあん等)	・醤油, みりん, さとう
	煮魚	うぐい, さめ, 皮はぎ, めばる, えい, ふな, はせ, あんこう, あいなめ, こち, あかえはも, いわし, 鯛, 鱈, 金目だい, あこうだい, たら, かれい, ひらめ, こい, かつを, 車子, 穴子, まながつを, 鰯, さんま, ふな, はたはた, 鮎	・茄子, すり山椒 ・大根・ささがき牛蒡, 唐辛子, 生姜, 山椒, わさび, 長芋, 酢取生姜, 岩たけ, 茎わかめ ・おろし大根, 昆布糸) 茎わかめ, にんにく ・梅干, 麦芽あめ ・粉山椒, 宵山椒, いわたけ, きくらげ	・煮汁水, 醤油 みりん ・みそ, 又は醤油, おろし大根汁 ・醤油, みりん, さとう ・みりん, 酒, 醤油, さとう ・みそ, さとう酒, 酢, 醤油, さとう ・醤油, さとう
	煮付	あじ, ます	・生姜, たで, 梅干, 番茶 ・植物油からあげ後に煮る	・醤油, さとう
	おろし煮	鯛	・うどの芽, 木の芽, 防風, 柚子, 三葉	・醤油, 酒, 塩
	甘辛煮	さば, さんま, いわし, たい	・唐辛子, にんにく, 初茸, ずいき(酢)せり, ねぎ, 大根, のり	みそ
	甘露煮	あじ	・しいたけ, その他茸, 鳥肉, ぎんなん, 青豆	胡椒, みりん, みそ, さとう
	みそ煮	たい, かつを, ひらめ, かれい	・大根, 唐芋, 生姜	醤油, さとう, みりん
	焼揚			
	潮煮			
南蛮煮				
印籠煮				
あら煮				

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
	でんぶ	たい, たら	・色紅	さとう, 酒, 塩
	柳川	どじょう	・午莠, 卵	煮出汁, 酒, 醤油
	たいみそ いわしみそ } きんこゆば巻	鯛, いわし	・みそ, けし粒, 柚子	みそ(赤, 白, あわせ) さとう, みりん
	いりこ (煎海茸) たこやわらか煮	なまこ(きんこ) を一度あげる 海茸 たこ	ゆば(生ゆば)油, 大根汁 ・わら(ゆで汁に入れる) 山菜又はわさびみそ ・大根, 午莠, みそ, 番茶, せん茶, 南ばん	八方だし汁で煮 だし, 酒, 醤油, みそ だし, 酒, 醤油, みそ
塩 辛 類	魚卵塩漬	鯛わた子, 鮭筋子, 背わた	・特にとり合せなし, (吸口, おろし大根, めねぎなど) 菜るい, 生いかなど	塩, 酒
	魚内臓塩辛	鮎うるめ, 子うるか, かつを, このわた(なまこ)	合えることあり ・花かつを, 生姜, たで, わさび 大根おろし(もみじおろし)	こうじ, 塩
	貝内臓塩辛 小魚類塩辛	赤貝, あわび, 腸あみ, いわし, あじ切漬	・みそ, 卵黄 ・塩辛汁では背みだけをよしとする ・柚子, その他	塩, 酒
	その他	いか肉と内臓, かにみそ, うに	・卵黄, うずら卵	塩, こうじ
卵 料 理	卵汁 (ふわふわ, かき玉)	卵	・ねぎ, 午莠, よめな, せり, くず, みつば	煮出汁, 調味料 一般
	たまじる	煮抜卵, かまぼこ, ふき	・荀, うど, 午莠, 山椒葉, 柚子	〃
	たまご豆腐汁	卵, 煮出汁	・煮小豆, 青味, しいたけ, 筍穂先, 吸口	〃
	卵豆腐	卵, 煮出汁, 木耳	・山椒葉, 青味, 胡椒, 浅草のり, ひじき	〃
	いり卵	卵	・青豆, くるみ, 山椒葉, 生姜など	さとう, 酒, 塩
	たまずさ (いりたまご)	卵	・たまり, 杏仁, 黒大豆, 山椒皮など	たまり醤油, 煮出汁
	たまごでんがく	卵(茹鶏卵) うずら全卵)	・わさびみそ, 黒ごまみそ	みそ(白, 赤) さとう, みりん
	田毎たまご 煮抜たまご (茹でたまご)	卵, とうふ 卵(二色たまご, 三色卵, 光琳梅, 梅花卵, 分銅卵)	・山椒, くるみ, くずあん ・とり合せは殆んどない(食紅)	
玉子とじ	卵, 菜るい	・さきとり, きくらげ, やきふ, 三葉 柚子	出汁, 塩, 醤油 酒	

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
	玉子めし	卵, めし	・そぼろ卵(いり卵の細いもの)を作る 三葉, 苧のり, 浅草のり又はもみわかめ	出汁, 塩, 醤油
	玉子茶漬	卵, めし, 吸地汁	・そぼろ卵, みつば, 山午芻, もみ海苔, 生姜又はわさび	煮出汁, 塩, 醤油
	伊達巻玉子	卵	・きくらげ, ぎんなん	さとう, 塩, 醤油, 酒, みりん
	厚やき・だし巻卵	卵	・染めおろし	煮出汁, さとう, みりん
揚 げ も の	天ぷら	・魚, 貝, えび いか等, 根菜, 葉菜類等	・小麦粉, 卵黄, 大根おろし, 生姜おろし, 植物油(かや, えごま, ごま, 菜種, 大豆油, 混合に用う)	酒, つけ汁(出し汁, 醤油, さとう, みりん)
	泡雪あげ	・貝柱, 小えび, ひらめ, かれい, キス, とり肉	・小麦粉, 卵白, おろし大根, 生姜おろし, 山椒粉, 植物油(大豆, 米油 その他無色の植物油)	塩 "
	春雨あげ	・ひらめ, かれい, たら	・同上, 春雨, 卵白	塩
	揚げ出し	・とうふ	・かたくり粉, 小麦粉, 大根おろし, 生姜, 古漬の葉菜, けしの実, 菜種油	つけ汁, 醤油 (上に同じ)
	道明寺あげ (岩粉, みじん粉あげ)	・魚るいその他	・大根おろし, 卵白, みじん粉(道明寺含む)植物油(無色油, ゴマ油)	
	龍田あげ	・とり肉, さば,	・かたくり粉, 小麦粉, その他でんぷん, 唐辛子, 生姜汁, ぬか油, たね油, ごま油, 胡椒, おろし大根	加減酢, 三杯酢, 醤油, みりん
	南蛮あげ	いわし, あじ等		
	唐あげ	木刀魚, かれい等		
	菜あげ	・動物性食品と 野菜類の混合 いか, ねぎ 青味, 芝えび 青えんどう, そら豆	・小麦粉, 卵黄又は全卵, 大根おろし 生姜おろし, 植物油	酒, つけ汁は上記天ぷらと同じ
	かきあげ			
精進あげ	・いも, 午芻, はす, 人参, なす, ねぎ, 玉葱, しそ, 柿若葉, 山菜類, 菊の葉, 青豆, たんぼぼ葉, 椿若葉 いちじく若葉	・小麦粉, 卵黄又は全卵, 大根おろし, 植物油(ゴマ油, 大豆油, ぬか油混合 コーン油等) (材料は左のほかいろいろ用いる)	つけ汁	

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
獣 鳥 肉 料 理	あげもの酢油漬	めじ, いわし, その他小魚	・小麦粉, 卵, 精製油(サラダ油, 大豆油, コーン油, 米油, オリーブ油, 椿油等) 玉葱, 人参, レモン	・塩, 酒, 酢, 胡椒, 植物油
	海老丹波揚	車えび	・片くりこ, 丹波ぐり(せん), 卵黄, レモン	・塩, 油
	かも熟臭煮	かも	・ねぎ, とうふ, 焼麩, 午莠, きのこ,	・酒, 醤油, 水 又は煮出汁
	いのこ煮焼・汁	猪(又はいのぶた)	・みそ, 午莠, こんにゃく, 三葉, 大根	・みそ(赤)
	しか煮・いり焼	しか肉	・みそ, 季節野菜, にんにく, 胡椒	・酒, 醤油, みそ
	山鳥			
	雉子さしみ	きじ	・山椒みそ(白又は赤)	
	きじかすづけ	きじ, 酒粕	・ねぶか, 午莠, たかのつめ, 松茸, 干しいたけ, めうど, ちくわ, 青び る, 土筆, 凍豆腐, 凍こんにゃく, 葉山椒	塩
	きじ 蒸煮	きじ	・果実ソース(りんご, 山ぶどう等)	醤油, 酒, みそ,
	鳴いりどり	しぎ	・長葱, しいたけ	煮出汁, 同上
	焼とり			
	こく番 吸物			
雁(まつかわ) (ひしくい)	雁, もつ, かぶ	・生しいたけ, 筍, よめな	醤油, 煮汁	
鶏肉				
焼どり	とり肉		醤油, みりん, 酒, さとう	
蒸しどり		・卵白, おろし大根, くずあん		
のしどり	もつも用う	・かたくり粉, 卵	塩, 醤油	
唐あげ		・かたくり粉, 又は小麦粉	同上	
筑前煮	とり, こんにゃく, 小芋, 人参, 筍, 大根, はす, 午莠	・材料は, さとも, 茺菫, 人参, 筍 を同割, はす, 午莠はやや少く, と りは分量の $\frac{1}{3}$ ~ $\frac{1}{4}$ 量, 植物油, たか のつめ, くるみ, 松の実少々	酒, 煮出汁, み りん, さとう	
大豆及大豆製品	とうふ 冷奴	とうふ(きぬごし, もめん)	・泔水につけひやす, ねぎ, ごま, か つをおし, ごま油, 大根おろし, ひ ね生姜(すり下し), しそ, おろし にんにく, 青海苔, 浅草のり, 柚子, すだち, かぼす, くるみ粒, もみわ かめ等	醤油

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
大	とうふ 湯豆腐 納豆 糸ひき	とうふ つと納豆	・昆布をひく、上記に準ずる ・大根おろし、青苔、長葱、生卵(うずら卵)、かつをおし、たかのつめ、(七味とうがらし)	醤油、加減醤油 醤油
	浜納豆 揚納豆	浜納豆 糸ひき納豆	・長葱、かつをおし、大根おろし、昆布 ・青じその葉、とうがらし、けしつぶ	塩、揚油
豆	五目煮	黄大豆	・昆布、くきわかめ、午蓂、人參、蒟蒻、荀、水ちくわ、生麩、千代呂木、青苔	さとう、醤油
	ぶどう豆 呉汁	大豆	・大根、わかめ、とうふ、あげ、とり肉等	煮出汁、みそ
及	納豆汁 味噌汁	(汁の項にあり) (汁の項にあり)	・青苔	みそ みそ
	ぎせい豆腐	とうふ、卵	・木耳、ひじき、しいたけ、ぎんなん、青豆	塩、醤油、さとう、ごま油、みりん、酒、煮出汁
大	高野豆腐煮物 もり合せ	高野豆腐、とり、野菜	・とり肉つくね煮、しいたけ(陣笠)、荀、青いんげん	煮汁
	湯葉(生ゆばの煮物) なます	ゆば、生ゆば 生ゆば	・午蓂、かんべう、煮わかめ、うど白煮など ・米のおねば、小口大根、しいたけ、うど、麩、午蓂	” 酢、酒、醤油、さとう、みりん
豆	やき豆腐(煮物) 獣鳥肉の炊合	やき豆腐	・肉(獣鳥肉)、ねぎ、蒟蒻、麩、春雨、ねぎ、蒟蒻	醤油、さとう、みりん、油
	でんがく	押し豆腐	・赤みそ、すりくるみ、すり生姜、ごま(ピロード)白みそ、わかばよせ、山椒葉	さとう
製	あげ出し	とうふ	・かたくりこ、菜種油、おろし大根、おろし生姜	煮出汁、土佐酢
	枝豆料理 じんだもち	もち、枝豆、もち米	} とり合せ特になし、枝豆のすり流しにはつみいれ、岩茸など、かたくりこ、	塩、さとう
枝豆汁 黄な粉もち	枝豆 もち、黄な粉、もち米、白玉粉	さとう、塩		
品	京黒豆 (煮物)	黒大豆	千代呂木(こんにゃく、午蓂、かまぼこ、人參)	さとう、塩、醤油

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
その の	ハツ頭旨煮	ハツ頭	・みようばん, ほんぼり(天盛用・たい, たら, 紅花)	酢, 酒, 塩, さとう, 醤油, みりん
	山芋梅あえ	長芋, 自然薯, その他	梅びしを(梅肉すりつぶし), 杏仁(実の粉)	・酢, みりん, さとう, 塩, 醤油
	百合根含煮	百合根	・みようばん, 紅花, くちなしの花, サフランしべ	・酢, みりん, さとう, 塩
	むかごいり	むかご	・梅肉, 大根おろし, 油	
	葛切り	くず	・黒ざとう, くちなし, 挽き茶, 紅花	みつ
	くるみ豆腐	くず粉, ごま	・かつを(花がき)又は黒ざとう	・煮出汁 八方汁
	ごま豆腐	くるみ		・さとう, 塩, 水
	干ずいきひたし	ずいき(いもがら)	・たで入りの湯で煮る, 又は酢水でゆでる, ごま, くるみ, 松の実, 花かつを, 青豆	酢, 醤油, さとう
	干大根白酢あえ	干大根(もどし)	・とうがらし, 白酢(とうふ, 梅漬酢)	白みそ, さとう
	青菜和え いろいろ	からし菜, ほうれん草, 小松菜, 京菜, つまみ菜	・ごま, くるみ, からし, みそ(白, 赤), 松の実, 落花生, かつを節, おきな昆布, 浅草のり, とうふ, ごま油	・塩, さとう, 醤油, みりん, 白酢, 煮出汁
他	ちさ吸地煮	ちさ, とり肉	・とり, 人参, 卵, うど, そうめん, はるさめ	加減汁(八方)
	ゆかりあえ	山芋(さといも)	・ゆかり, こんにゃく, 大根	・塩, 醤油, 酢
	山椒づけ	身欠きにしん	・山椒葉, 大根	・酢, 醤油
	ぬかづけ	なす, きうり, 大根, 生姜, みょうが, 午芎, 人参, かぶ, かぶ葉, 大根葉, 葉菜類	・ぬか, 昆布, からし, とうがらし	・塩
	塩漬	なす, きうり, 玉菜(キャベツ) 大根, 大根葉, みょうが, かぶ, かぶ葉, しそ, ふだん草, からしな, たかな, 青梅	・しそ葉, 生姜, とうがらし, しその実, 山椒葉, かつをぶし	塩
	奈良漬	うり, きうり, 西瓜の子, 大根	・酒粕(塩抜は卵の花, 泔水) (地方では湧水, 泉水没) 夜露に干す	塩
	白菜漬	白菜	とうがらし, せん大根, 昆布, その他	塩
	味噌漬	山午芎, 大根, みょうがの子, しそ, しその実, かぶ	みそ, こうじ	塩

区分	調理名	主材名	とり合せ食品名	調味料その他
	澤庵 ハリハリ漬 福神漬 福茶	大根, 大根葉 干大根, 刀豆, 同上 その他 煎じ茶	ぬか, うこん, とうがらし, (柿の葉) とうがらし, からし, ごま, 花かつを 生姜, 茄子, 白瓜, しそ 黒豆, 昆布, 山椒実, 梅干	塩, ざらめ 醤油, 酢, さとう 醤油, 塩, みりん ザラメ 水
	※註 上記は四条真流の口伝 日本料理法大全(清水桂一編) } 等により作製			

(注) 尚, 吸物, 汁ものでは300年以上も前から伝わっているといわれる取合せについては日本料理法大全を参照。(現在使われてない材料もあるのでここには省略。)