

伝統的食文化の継承とその環境

—NHK「きょうの料理」テキストから正月料理を考える—

白石 知子

Succession of Traditional Food Culture and its Environment: Cohort Study with “Kyoumoryori” by NHK

Tomoko SHIRAIISHI

I はじめに

グローバル化が急速に進展している中、国際社会の一員として生き貢献する日本人としての自覚をもつことはますます重要になっている。日本人としての自覚を育てるためには、「伝統と文化」を大切にさせ、引き継ぐ心と態度をはぐくむことと切り離せない。改正された教育基本法では、その前文に「伝統の継承」、第二条教育の目標第4項では「伝統と文化を尊重し、それらをはぐくんできたわが国と郷土を愛するとともに、他国を尊重し、国際平和と発展に寄与する態度を養う」ことが新たに加わった。「伝統と文化」はわが国の長い歴史の中で、人々に受け継がれ、日々の生活の中でさまざまな形で根付いている。そして、それは未来へ新たなかたちとして受け継がれる価値をもつものであり生きる力の一つになり得るものであると考える。

また、食育基本法においては、「伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進する」ことが求められ、第2次食育推進基本計画ではその具体的な方向が示されている。さらに、平成27年度「食育白書」(内閣府)では、第6章「食文化の継承のための活動」において、食生活が多様化する中で、地域の郷土料理や伝統食等の食文化を大切に、次の世代へ継承を図るため、地域の食生活改善推進委員等のボランティアによる食文化の継承に関する活動例や学校給食や行事、シンポジウム等における取組や情報の発信等が示され¹⁾、農林水産省は「地域の伝統的な食文化の保護・継承のための手引き」を紹介している。

学生の正月料理(おせち料理)をはじめとする行事食への関心はあまり高くない。身近に様々な食の形を目にしそれを食する機会が多い現代では、改めて「日本の伝統と文化」の価値を考え学ぶ計画的・系統的な機会が必要である。また、家庭や地域社会の「伝承的食文化の継承」環境整備も切り離せない。学生が生活の中で、暮らしや地域とつながる伝統や文化を積極的に取り入れることがその興味・関心を高めることにつながる。本学の学生は将来、保育園・幼稚園で、保育士や幼稚園教諭として食育の中心と成りうる可能性が高い。指導者として、その資質の向上を図り実践力を身につけてこそ園児やその保護者に信頼され、確実にその職責を全う

できると考える。

本研究では、「伝統的食文化の継承とその環境」の研究主題のもと、NHK「きょうの料理」テキスト(日本放送出版協会、NHK出版)を資料の中心とし、正月料理(おせち料理)に焦点を絞り、その内容の変遷を調べ、保育者を養成する観点から伝統的食文化継承の実践力を培うための指導法の研究とその課題と対策を考えたい。

II 正月料理(おせち料理)の解釈と料理の種類

おせち料理の語源や伝統的料理等を辞書・事典や料理研究家の記したのから考察したい。

1 『広辞苑』第五版 p375 (新村 出 編) 岩波出版 2)

おせち「御節」とは、正月や節句のごちそうに用いる煮しめ料理。ゆでかちぐり・昆布まき・てりごまめ・ごぼう・蓮根・芋・人参・くわいなどを甘く煮たものとある。

2 『世界大百科事典』(初版第8刷発行1967年 下中邦彦編集者) p494 平凡社 3)

<おせち>はもと節会(せちえ)の料理で、普通に<5節句>と呼ばれるもの、実は五節の供物の意だから、昔はすべて<節供>と書かれた。伝統の年中行事には必ず食事が付随したから、しぜん食事が主となって、節会が節供といわれるようになったのだろう。したがって<おせち>は五節に通ずるわけだが、いつのころからか正月にかぎって<おせち>と呼び、やがて正月料理の名称となったのは、五節のうちでも年の始めを、とくに重んじた風習からと思われる。昔の料理書によると<おせち>はごぼう、いも、ニンジン、こんにゃく、ダイコン、焼き豆腐などの精進物を主とした煮しめが中心となっており、簡素を旨とした時代にこれなら五節を通じてどんな家庭にも実行することができ、その他は経済事情に応じて適宜に加増すれば、おのずから栄養の本旨にもかなうとの意であったとかがえる。と本山荻舟が記している。

3 『調理用語辞典』(社団法人 全国調理師養成施設協会編平成元年発行) p158 4)

「正月料理」をおせち料理、雑煮、七草がゆ、アズキがゆなど正月に食べる料理というとし、「おせち料理」は節会の供御、供饌(くせん)で節供料理のこと。古くは五節句(人日、上巳、端午、七夕、重陽)の折に供饌を用意したが、のちに、正月の祝饌をおせちというようになった。おせち本来の姿は蓬萊飾りにあり、三方に白米、のしアワビ、イセエビ、かちぐり、コンブ、ホンダワラ、串がき、ウラジロ、ユズリハ、ダイダイなどの縁起物を供えた。これらを食べよく調理して年神に供え、これを下げて、一同が神とともに食して祝うことを直会(なおらい)の儀といい、これがおせち料理である。おせち料理を四段に詰める場合は、一の重にカズノコ、黒豆、ごまめなどの祝い肴、二の重はきんとん、だて巻きなどの口取り、三の重には海の幸、山の幸などの鉢肴(焼き物)、与の重には畑物などの煮物を収めたが、色彩の美しい口取りを一の重に収め、祝い肴が与の重に入れ替わる場合もある。おせち料理には、年始に当たり文化、経済、勤労、武勇、平安など国家安泰、子孫繁栄、五穀豊穰を祈願する縁起がこめられている。と解釈している。

4 『新現代ホーム百科事典』 第3巻 料理I (1976年発行) 株式会社学習研究社 (伝統の日本料理・おせち料理 p222 執筆 田村平治 当時日本料理研究会名誉師範) 5)

<おせちの起こり>

正月料理は、おせちまたはおせち料理ともいわれます。昔は元日などの五節句などの節日に、神に供えた料理を御節料理といいました。それが時代の移り変わりとともに、いつしか正月料理だけをさすようになったのです。(後略)と記している。

<伝統の重詰め>

正月料理は、もちを始め、長持ちする料理が中心となりこれらを保存するため、重詰めという形が生まれて来ました。(中略) 重箱は、本来、五段重ねで上から一の重、二の重、三の重、与の重、五の重といます。それぞれに詰める料理は、地方によって異なりますが、次のようなものが一般的です。

一の重には祝いざかな。ごまめ、かずのこ、黒豆、結びごぼう、たたきごぼう、こぶ巻き、小梅。それに松竹梅にかたどったまつかさあわび、五さん竹、うめ卵など。

二の重には口取り。きんとん、流しもの、金柑の甘煮、紅白かまぼこ、だて巻き、おたふく豆など。

三の重には焼き物。まつかさいか、鉄扇えび、魚みそづけ、焼きはまぐりなど。

与の重には煮もの。つるの子いも、高野豆腐、こんにゃく、亀甲しいたけ、梅花にんじん、花れんこん、つとぶ、肉類の煮しめなど。

五の重には酢のもの。紅白なます、なまこ、こはだ、こぶずしなど。

なお、与の重でとめ、一重を控え重とすることもあります。その場合は、一の重に祝いざかなと口取り、二の重に焼きもの、三の重に煮もの、与の重に酢の物を詰めます。と具体的な料理名が示してある。

5 『定本 正月料理』「伝承のおせち料理」(平成4年 日本放送協会発行) p86)

著者 柳原一成(懐石近茶流宗・家料理研究家)

巻頭に、「『おせち』は節供(句)料理の意で行事食の一つですが、いまはご馳走の多い正月料理だけがおせちと呼ばれています。歳神への供饌を下げて一同が神とともに食して祝った直会の儀が雑煮や節供料理の始まりといわれ、また、正月が農耕のまつり日でもあることから、江戸時代以降、農業に関する祝い肴がおせち料理の筆頭とされてきました。五穀豊穰、子孫繁栄のほか、文化、経済、平安などを祈念する意味の縁起がこめられているのもおせちの特徴です。新年を祝うかたちも変わりつつある今、日本の食文化の一つであるおせちを、次の世代へ伝えたいと願っています。」とあり、伝承への意義を唱えている。

<おせち四段重>

一の重(祝い肴)	数の子、黒豆、照りごまめ、ぼたんゆり、紅白柿なます
二の重(口取り)	錦たまご、紅白日の出かまぼこ、矢羽根羹、だて巻き、くりきんとん
三の重(鉢肴:海の幸)	車えびの酒塩いり、さわらの西京焼き、もろこの南蛮漬け、ひらめの求肥昆布じめ、こはだの栗漬け、なまこの柚香酢、きすの風干し
与の重(うま煮:山の幸)	八つ頭のうま煮、盾豆腐の含め煮、昆布巻き、芽出しくわい、手綱こんにゃくとしいたけの煮しめ、鶏肉と野菜のうま煮、きんかんの甘露煮、花れんこん

【考 察】

このように、数種の煮しめ料理から始まったおせち料理も重詰めの段階では、数多くの食材を使用し、調理方法を駆使して詰められるようになってきている。現在においては、その全てを準備する家庭は少なく、市販の料理品の利用や重箱詰めやオーダブル形式の調理品を購入するところも見られる。年末商戦の中には多種多様の料理が店頭に並び、消費者の購買意欲をそそっている。一方、容器等や重箱も形や大きさが多様になってきている。前述にある重箱四段・五段は店頭でほとんど見られない。現在では三段が主流であるが、その三段の重箱を埋めるためにも数拾種の料理が必要である。これらのことから、次世代に受け継ぎ、食育に生かすことが出来る正月料理（おせち料理）について考えていきたい。

III 調査研究

1 調査目的及び内容

- (1) テレビ番組テキスト「きょうの料理」（日本放送出版協会・NHK出版）における正月料理（おせち料理）内容の種類と調理方法の変遷を調べ、伝統的文化としての調理内容及び技術を考察する。
- (2) 学生における伝統的文化、特に正月料理（おせち料理）における調理技術の習得状況を調べ、生活に活かすことができる調理技術を考察する。

2 調査資料

- (1) テレビ番組テキスト「きょうの料理」（日本放送出版協会・NHK出版） 7）
 - ・昭和49年～平成26年発刊の各年12月号 計34冊
 - （欠版 昭和54年、58年、59年、61年、平成4年、6年、11年）
- (2) 本学学生の正月料理（おせち料理）の家庭実践状況と学生の調理技能習得状況

IV 研究内容

1 調査結果と考察

テレビ番組テキスト「きょうの料理」における紙上掲載分を含めた正月料理は、上記の34冊のテキスト本に述べ約600種類の調理が掲載され紹介されている。その中で掲載回数の多い上位のものは下記の表に示すとおりである。この料理を中心に調理方法や家庭実践状況を調べ、技術習得について考察する。

(1) テレビ番組テキスト「きょうの料理」における調査

① 年代別掲載内容及び掲載回数

下記の〔表1〕は約40年間のテキスト及び料理番組で紹介された正月料理上位のものである。その内容はおせち料理の語源や伝統的料理等を辞書・事典や料理研究家の記したものと重なるところが多い。特に、食材として、昆布・ごまめ・ごぼう・蓮根・芋・人参・くわい・大根・栗に加えて椎茸・豆・卵等が使われている。分別は素材を中心として、調理方法別に行った。

表1 年代別掲載内容及び掲載回数表 (途中省略)

	掲載年	掲載年					年代別掲載内容及び掲載回数表 (途中省略)																
		昭49	昭50	昭51	昭52	昭53	平12	平13	平14	平15	平16	平17	平18	平19	平20	平21	平22	平23	平24	平25	平26	計	
1	1-1つ、2-2つ以上						2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	45	
2	なます・紅白おろし・なます炒め	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	41	
3	ごまめ(田作り)料理を含む	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	40	
4	数の子・料理を含む	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	39	
5	黒豆	1	2	1	1		2	2	1		1	2	2	1	2	1		2	1	1		36	
6	きんとん・果物きんとん含む	1	1	1			1	1	1	1	1	2	1			1	2	1	1	1		32	
7	昆布巻き	1	1	1		1				2	2		2	2			1	1		2	2	27	
8	煮しめ	2			1					2	2		2	2			1	1		2	2	27	
9	たたきごぼう・酢ごぼう	1		1	1	1	1	1			1	1		1	1	1	1	1	1			20	
10	いりどり・炒り煮・筑前煮・七福煮			1	1			1	1		1	1			1	1		2		2		19	
11	菊花かぶ			1	1			1	1		1	1			1			1	1	1	1	16	
12	含め煮・うま煮		2		1					1							2				1	16	
13	蒲鉾・料理含む	1		1	1	1							1	1	2	2	1		1			15	
14	伊達巻き(風を含む)		1			1	1	1			1	1			1	1	1	1	1		1	14	
15	錦卵・二色卵・二見卵		1	1				1	1		1	1		1								13	
16	海老のうま煮含ませ煮休煮						1	1			1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	
17	のし鶏・松風焼き・ヘルシー松風			1	1						1	1		1		1						12	
18	酢ばす・酢れんこん		1	1				1									2					9	
19	ぶりの塩・照り焼き・麴焼き・幽庵焼き				1								1	1	1				1	1		9	
20	ローストビーフ								1	1								1				7	
20	くわいの含め煮うま煮						1	1									1					6	
20	岩石卵													1					2	2		6	

② 調理別各年代の材料及びその分量と手順表 (黒豆一部) 7)

調理別に年代別の材料及びその分量と手順表を作成した。表2は黒豆関係表の一部である。添加される材料等や下準備など各年代(指導者)により様々な工夫が見られる。また、各年代指導者の調理方法等は年を経ても同じ方法で紹介するものもあり、長い経験や実践を経た調理方法に料理への思いを垣間見る。

表2 年次別正月料理個別材料・作り方

年次別正月料理個別材料・作り方について							
調理名・年代	昭49	昭50		昭51	昭52	昭56	昭57
黒豆指導者	○辻 嘉一	○筒井載子	○筒井載子	○河野貞子	○土井勝	○土井勝	○本谷滋子
黒豆	黒豆	黒豆カップ1	黒豆カップ1	黒豆カップ1強	黒豆カップ5	黒豆カップ2	黒豆カップ2
添加物等	米のとぎ汁	重曹小 1/6			重曹小1	重曹小 1/2	
		糸で束ねた釘	糸で束ねた釘	さびた釘	布袋に入れ たさびた釘	さび釘	
材料の選定と下準備等	黒豆は色艶のよい、粒のそろった大きめの割れのない物を選ぶ。黒豆は4倍量の米のとぎ汁に一晩つけておく。灰のアク汁を作る。	黒豆は水洗いしてざるに上げる	黒豆は洗って、水に塩を入れた中に糸で束ねた釘と共に入れ、一晩つけておく。シロップ煮	黒豆はきずのあるものや水に付けて浮き上がるものは取り除く。洗って水に塩をくわえた塩水に一晩つけておく。(最低5時間以上)	粒のそろった大きいものでよく乾燥したものを選定。ごみや虫食いやくずの豆を除く。きれいに洗い、ざるにあげて水をきっておく。	黒豆は粒のそろった大きいものでよく乾燥したものを選ぶ。ごみや虫食いを除く	黒豆は洗ってごみを除き、よく洗い豆をすてて鍋に入れ、水に塩を入れ、約10時間そのままつけておく。
調味料	砂糖・塩	砂糖塩醤油	シロップ(砂糖・水)・塩	砂糖・塩・醤油	砂糖・醤油・塩	砂糖・塩・醤油	砂糖・塩・醤油

<p>手 順</p>	<p>煮ると黒豆が吸い込んだ灰アク汁がでて湯が濁ってくるので、沸騰後に火を止め、水を静かに注ぎ入れ、すんだら火にかけ、同じように繰り返す。火にかけて湯が濁らないようになら、蒸し器の中に布巾を敷き、黒豆を蒸す。強火で蒸すと皮がはじけるので、中火で豆の中心部まで熱が通るように蒸す。</p>	<p>鍋に水・砂糖・醤油・塩を入れ煮たてで冷まし、黒豆を入れ、重曹、糸で束ねた釘を加えて一晩つけておく。 鍋から釘を出し、セロハン紙の紙布たをし、ごく弱い火で5時間ぐらい煮ると柔らかく仕上がる。</p>	<p>黒豆の水をかえ、落とし布たをして、ことごと煮立つ程度の中火より弱い火加減で3時間ぐらい、豆が柔らかくなるまで煮る。水はいつもひたひたぐらい必要。適宜たして煮る。</p>	<p>黒豆を水のまま鍋に移し、さびた釘(ガーゼに包む)を入れて火にかけ、煮立ったら水カップ1を加え、浮き上がるあくを取り、落とし布たと鍋の蓋をして煮る。</p>	<p>大鍋に水を入れ強火にかけ、沸騰したら火を止め、分量の調味料と重層を加え、黒豆と釘を入れてそのまま4~5時間以上おく。豆の入った鍋を中火にかけ、沸騰して全体に泡・アクが浮き上がってきたら火を弱め、最後まで丁寧にアクをすくい取る。</p>	<p>水を入れ沸騰させ、分量の調味料と重曹を入れ、黒豆・釘(よく洗い布袋に入れる)を加え、4~5時間以上浸けておく。鍋を中火にかけ沸騰させ、全体に泡・アクが浮き上がってきたら火を弱め丁寧にアクと泡・あく取りを2回繰り返す。</p>	<p>ふっくらした黒豆を圧力なべに入れて、ふたをし、強火にかけるといい。シュツと出したら火を弱め約20分間煮、火を止めて約5分間そのまま蒸らす。圧力が完全に抜けたところで圧力なべのふたを開ける。</p>
------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------

【まとめと考察】

表1 正月料理上位20位に入る料理の中から、家庭での実践を踏まえて考察する。

○黒豆

- ・料理は材料や道具の選定から始まる。材料の選定の良し悪しは出来あがりにも影響する。年代の指導者の豆の選定は共通して、大粒でつやのよいものをあげその吸水を大切に工夫している。(高密度のポリ袋に入れ蒸す場合は乾燥のまま蒸し、味を含ませると紹介・平成25年荻野恭子氏紹介) 吸水の工夫例として、33年分(黒豆掲載分39種紹介)には、水に一晩浸し戻す、米のとぎ汁に一晩浸し戻す、塩や重層を入れ戻す、重層や調味料を入れいったん沸騰させてから一晩置く、また、釘等の鉄分を入れて戻す方法も紹介している。下準備の黒豆の吸水は必須で、その時間は水からの場合最低一晩浸すと失敗が少ないと考えられる。その際、豆が十分に吸水できるように水の量を工夫することが大切でありそのことがしわ防止にもなると考えられる。
- ・調理の際は、アクを丁寧に取ること、水の量は豆が被る状態を保つこと、落とし蓋等で豆を丁寧に煮る、沸騰後は弱火で時間をかけて煮ることが大切である。火を消した後煮汁に十分つけておくなどが美味しくつやのある煮豆になると説明がある。7)ポイントを押さえた調理を行うと失敗を防ぐことが出来ると考えられる。また、調味料は砂糖・塩を始め、醤油や出し汁を加える場合もある。砂糖の種類も上白糖の他、ざらめ(中双糖)や三温糖、グラニュー糖など種々である。味については、それぞれの好みで砂糖やその他の調味料の量や種類を工夫することで自分の家庭の味を創り出すことが出来ると考えられる。

○なます

- ・なますの調理名は、中の食材や調理方法から、「柿と大根のなます・源平なます・柿なます・炒めなます・紅白なます・水引なます・田作りなます・紅白柿なます」など数多くの調理方法が紹介してある。表3は「年代別なますの種類と指導者」の一覧表一部である。

7)

表3 年次別「なます」の種類と指導者

年次別なますの種類と指導者						
調理名・年代	昭和49年	昭和50年	昭和51年	昭和52年	昭和53年	昭和55年
指導者	○辻 嘉一	○筒井載子	○河野貞子	○土井 勝	○赤堀千恵美	○堀江泰子
調理名	柿と大根のなます	源平なます	柿なます	いためなます	紅白なます	いためなます
調理名・年代	平成元年	平成2年	平成5年	平成7年	平成8年	平成9年
指導者	○柳原一成	○清水信子	○松本忠子	○松本忠子	○鈴木登紀子	○清水信子
調理名	紅白柿なます	七福なます	紅白なます 七福なます	七福なます	紅白なます	こはだなます かぶと杏の甘 酢あえ
調理名・年代	平成15年	平成16年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年
指導者	○城戸崎愛	○野崎洋光 ○野口日出子	○村田吉弘	○渡辺あき子	○清水信子 ○高城順子	○土井義晴
調理名	五目なます	五目なます じゃこ入り紅 白なます	柚子なます	紅白なます	紅白なます 紅白なます 炒めなます ゆでだこ入りなます	五色なます

- ・なますの内容は同じ料理名でも指導者（料理研究家）によって、その材料や調理方法が違う。例えば、「五目なます」の材料と作り方を野崎洋光氏（平成16年）と城戸崎愛氏（平成15年）の材料と調理方法で比べると、大根と人参は共通であるが、椎茸の「生」と「乾燥」の違いや調味酢としての合わせ酢と和え衣等の違いが見られる。特に、調理の工夫として、野崎洋光氏は合わせ酢の半量で下漬けをした後、残りでも本漬けをし甘酸っぱさを引き立てている。また、城戸崎愛氏は大根・人参の酢漬け、椎茸の含め煮、蓮根の煮つけなど材料一つ一つを丁寧に下準備し、手作りの炒りごまを使用し丁寧にすったごまで衣を作り和えている。7)
- ・基本として大根と人参を甘酢等で味付けした「紅白なます」があるが、前表に示すように多くの種類の調理方法が紹介されている。地域の特産や調味酢の工夫を通して、家庭の味として定着させたい。材料を工夫し一手間をかけたものは、その家独特の味として今後食べ継がれる可能性が高いと考える。
- ・土井勝氏（昭和52年、昭和62年）や堀江泰子氏（昭和55年）は「炒めなます」を紹介している。大根・人参・蓮根に水で戻した椎茸、油抜きをした油揚げを炒め、三杯酢を加えて一煮立ちするものである。熱を加えることで野菜等は食べやすく、味もまるやかになり、高齢者等には食べやすい一品になると考えられる。その他、鈴木登紀子氏（平成17年）の煮なますや土井義晴氏（平成21年）の五食なます等も火を通した炒めなますとして紹介されている。7)

- ・学生は「切る・乾物を戻す・調味料の計量等」の調理方法を義務教育段階で技術習得している。その発展として実習し、材料や味付けに工夫を行わせるとともに家庭実践につながるように意欲を高めさせたい。8)9)

○錦卵と岩石卵

- ・錦卵はゆで卵を黄身と白身に分けそれぞれに裏ごし、調味料を加えて蒸したものである。おせち料理の言い伝えでは、黄身は金糸、白身は銀糸に見立て錦の織物に見立てたものであると説明がある。正月料理（おせち料理）に彩りを加える意味もあり、子どもも好み、よく紹介される一品である。しかし、ゆでる・裏ごす・蒸すと手間がかかることで最近では家庭で作ることには敬遠されがちである。全体掲載回数は高いが、ここ6年間は掲載がなく岩石卵の紹介の方が多い。岩石卵はゆでる・蒸すの過程で調理をし、最近では木べらでくずしたあと、蒸すかわりに電子レンジ使用の例もある。
- ・学生は岩石卵のゆで卵料理を小学校5年生の家庭科で実習を行い、その技術を身に付けている。8)9) 黄身と白身に分けて裏ごしをする必要もないので、比較的簡単に作ることができ、豪華に仕上がるので達成感を味わうこともできると考えられる。また、茶きん絞りや巻きすで形を作るなど製作者の意思も反映できる調理過程もあるので家庭での実践に活かしやすいと考える。さらに、冷凍保存をすると必要な時に解凍し切り分け盛り付けることもできるので自分の作品が食卓にあがる回数を増やすこともでき、家事参加の充実感を味わうこともできると考える。

○炒り鶏・筑前煮

- ・煮しめと違い一つの鍋で多くの食材をいっしょに調理できる献立である。おせち料理に欠かせない煮ものであり、煮しめとともに掲載上位にある。また、中学校技術・家庭科教科書8)9)に根菜類の調理・郷土料理として掲載されている。料理は手間をかけると見た目や味が一層よくなる。この料理は鶏肉と野菜を炒めてから煮てあるのでコクがあり、失敗の少ない調理法であると考えられる。
- ・土井勝氏の「いり鶏」の紹介（昭和52年、56年、62年）では、れんこんの皮の剥き方や蒟蒻の処理、鶏肉の取り出し等が具体的に示され、中学校術・家庭科教科書と比べてもテレビ番組テキスト「きょうの料理」（日本放送出版協会・NHK出版）の方が分かりやすい。また、清水信子氏の紹介（平成2年、14年、20年）では、素材ごとの丁寧な下処理や正月料理（おせち料理）に向けた野菜の飾り切りが紹介されている。特に根菜類等かための素材や蒟蒻については下茹でを行うことや鶏肉の下味つけと事前炒めの際の調味、その調味汁を使って煮汁に出た鶏のうまみを野菜に移していく調理などそれぞれ工夫が見られる。さらに、村田吉弘氏は「煮しめ」の名で炒り鶏の内容を紹介（平成13年）している。村田氏は和食の味付けは基本の調味料をシンプルな割合で合わせると美味しくできるという理念の下、醤油・みりん・酒・酢とだしを組み合わせている。この料理では、醤油：みりん：だしの割合を1：1：8で調味している。鈴木登紀子氏は伝統の味の紹介（平成17年）として里芋入り煮ものの炒り鶏を紹介している。その手順は、戻した干し椎茸の隠し包丁入れや鶏もも肉の脂の取り除き、鍋に油を敷き熱した後鍋底をぬれふきんで冷まして鶏肉を入れる、炒めた具材をざるにあげ熱湯をかけるなど美味しくきれいに出来上がるコツを紹介している。7)
- ・伝統の味や料理を守るには基本をしっかり伝授することが大切であるとともに、それぞれの作る人の思いやアイディアを加えることも欠かせない。長く受け継がれた料理で

は、下準備など作業の多いものは段取りをよくし、手間が料理に反映できるように工夫されている。これらの料理が受け継がれ料理されていくには、料理の際に細かく手順を理解し工夫して取り組む姿勢が必要であると考え。さらに、道具・材料の扱い方を事前におさえることも欠かせない。そのために、調理実習等では家庭の実態を考慮しながら、基本をおさえた技術定着指導を心がけたい。

③ NHKテレビ番組テキスト「きょうの料理」(日本放送出版協会・NHK出版)による正月料理(おせち料理)調理掲載ページ数及び調理数と主な指導者 7)

1 2月号テキストには正月料理(おせち料理)の味を大切にしている指導者が毎回登場する。その内容は多彩でその時代の料理の味を紹介している。特集テーマも昭和50年前半は、「具体的な伝統正月料理調理方法」を丁寧に取り扱うと共に、社会の変化を考慮し、缶詰や冷凍品の使用や「忙しい人のための正月準備」や「新しい感覚」なども取り上げられている。後半からは、「伝えたい味・新しい味」「手づくりで・和・中・洋」「若い人向けの新おせち、若い人にも喜ばれるアレンジした正月料理」「手づくり正月料理」「これだけは作りたい正月料理」「初心者必見! やさしいおせち」「正月料理～伝統の味・新しい味～」 「保存版! 正月料理 伝統の味」「正月料理 意外と簡単 基本おせち」「頑張らないでOK! きちんと定番おせち料理」「美しくシンプルな有元葉子のおせち」「おせち・初めてきちんとおせち、ポリ袋でらくらくおせち、おせちにもなる弁当」(抜粋)などがある。社会の変化と食生活の移り変わりを考慮した新しい感覚で簡素化した正月料理(おせち料理)を取り入れながら、伝統を守り日本料理の代表である正月料理(おせち料理)の伝承と発展への思いが感じられる内容である。表4は正月料理特集のまとめである。

表4 NHKテレビ番組テキスト「きょうの料理」(日本放送出版協会・NHK出版)による正月料理(おせち)調理掲載ページ数及び調理数と主な指導者表 7)

NHK正月料理特集まとめ											
年代	主な指導者	料理掲載ページ数	紹介料理数	放送日数	関連記事ページ数	年代	主な指導者	料理掲載ページ数	紹介料理数	放送日数	関連記事ページ数
昭和49年	辻 嘉一	23	22	5	9	平成9年	村田吉弘 清水信子	26	26	4	10
昭和50年	筒井載子	17	30	5	6	平成10年	伊藤睦美 栗原はるみ 高城順子	28	36	5	10
昭和51年	河野貞子	15	22	4	8	平成12年	後藤加寿子 有元葉子 野崎洋光 道場六三郎	33	36	8	10
昭和52年	土井勝 滝口 操	26	33	8	9	平成13年	村田吉弘 小林カツ代 鈴木登紀子	28	33	6	12
昭和53年	辻 嘉一 赤堀千恵美	20	26	5	11	平成14年	清水信子 山本麗子 河村みち子	31	33	6	14
昭和55年	堀江泰子	27	36	4	9	平成15年	奥村彪生 城戸崎愛	22	23	4	12
昭和56年	城戸崎 愛 土井 勝	30	41	4	14	平成16年	野崎洋光 グッチ裕三 野口日出子	34	29	4	14
昭和57年	本谷滋子	31	55	4	12	平成17年	柳原一成 鈴木登紀子 脇 雅世 平野レミ 堀江ひろ子	43	36	4	13
昭和60年	西健一郎 白田素娥 牧野哲大 清水信子	41	53	4	17	平成18年	村田吉弘 高城順子	36	21	5	11
昭和62年	土井勝 波多野須美 門間和子 久松育子 長尾和子 深見弘子	48	54	5	8	平成19年	辰巳芳子 塩田ノア 枝元なほみ	24	29	4	12
昭和63年	鈴木登紀子 王馬照純 木谷滋子 葛西麗子 高城順子	58	61	5	2	平成20年	清水信子 高城順子	40	32	4	17
平成元年	柳原一成 久松育子 萩原悦子 滝沢真理	50	55	4	3	平成21年	土井善晴 有元葉子 ケンタロウ	39	30	4	11
平成2年	清水信子 城戸崎愛 清水信子 城戸崎愛 高城順子	37	35	5	5	平成22年	渡辺あきこ 落合 務 西 健一郎	38	31	4	10
平成3年	土井 勝 ホルトハウス 房子 白田素娥 清水信子	32	29	5	2	平成23年	斉藤辰夫 高城順子 高橋英一	34	30	4	9
平成5年	松本忠子 堀江泰子 栗原はるみ	32	37	4	2	平成24年	有元葉子 浅利妙峰 館野真知子 本多京子	33	33	4	11
平成7年	土井信子 松本忠子	26	31	4	10	平成25年	鈴木登紀子 萩原恭子 栗原はるみ	40	28	4	9
平成8年	堀江泰子 鈴木登紀子 渡辺あき子 野崎洋光	32	36	4	10	平成26年	土井善晴 清水信子 野口日出子 渡辺あき子 脇 雅世 吉田勝彦 栗原はるみ 真崎敏子 西部るみ 谷原章介 鈴木登紀子	40	33	4	2

(2) 本学学生の正月料理（おせち料理）実施実態調査と考察

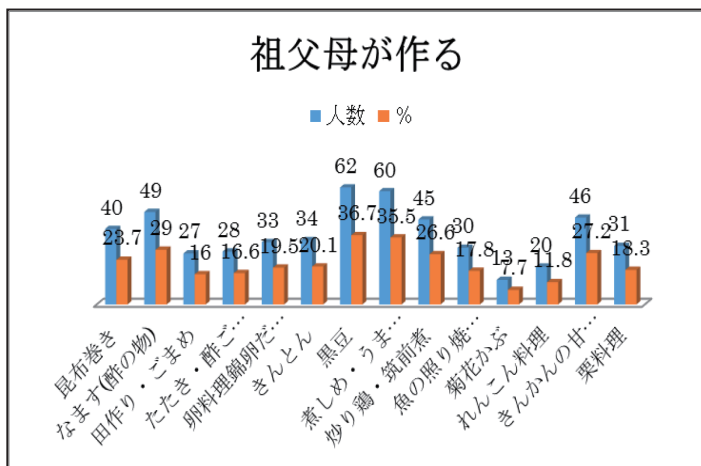
① 製作者別正月料理（おせち料理）の実践状況（掲載内容上位のもの…表1）

ア 祖父母が作る(表5)

169名中		人数	%
昆布巻き		40	23.7
なます(酢の物)		49	29
田作り・ごまめ		27	16
たたき・酢ごぼう		28	16.6
卵料理錦卵だし巻き		33	19.5
きんとん		34	20.1
黒豆		62	36.7
煮しめ・うま煮・含め煮		60	35.5
炒り鶏・筑前煮		45	26.6
魚の照り焼き・塩焼き		30	17.8
菊花かぶ		13	7.7
れんこん料理		20	11.8
きんかんの甘露煮		46	27.2
栗料理		31	18.3

【結果と考察】

・表5は正月料理（おせち料理）を祖父母が作ると答えた料理の表である。正月の過ごし方の中に、祖父母宅を訪問し過ごす学生は多い。その関係で、黒豆や煮しめ、酢の物、きんかんの甘露煮等は祖父母宅で食する機会が多い。しかし、その際、祖父母（実際には祖母）と一緒に手づくりすると答えた学生は少ない。正月のみの挨拶訪問が多いと考えられる。



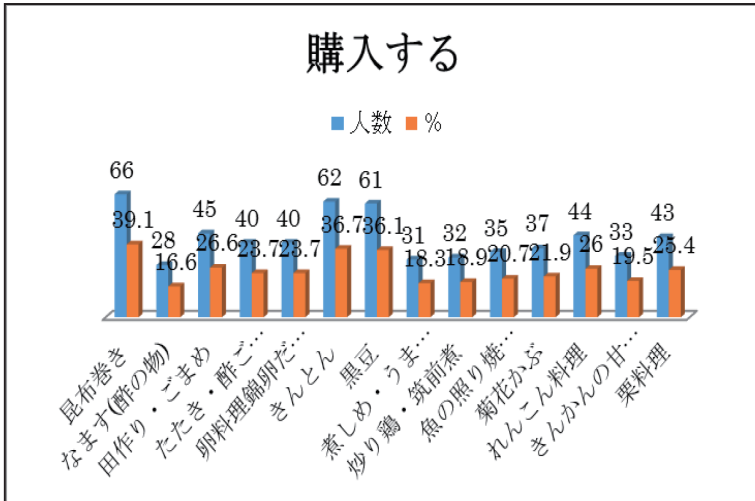
・学生は祖父母宅で出される料理の味に慣れている。今後は、材料の選定や手順を祖父母から伝授する環境を整えたい。正月料理への興味・関心を高め、訪問時の団欒の際の会話や盛りつけ・片づけ等での関わりを工夫させたい。

イ 購入する(表6)

169名中		人数	%
昆布巻き		66	39.1
なます(酢の物)		28	16.6
田作り・ごまめ		45	26.6
たたき・酢ごぼう		40	23.7
卵料理錦卵だし巻き		40	23.7
きんとん		62	36.7
黒豆		61	36.1
煮しめ・うま煮・含め煮		31	18.3
炒り鶏・筑前煮		32	18.9
魚の照り焼き・塩焼き		35	20.7
菊花かぶ		37	21.9
れんこん料理		44	26
きんかんの甘露煮		33	19.5
栗料理		43	25.4

【結果と考察】

・正月料理（おせち料理）を購入する割合は表6の通りである。料理として昆布巻き、きんとん、黒豆、田作り（ごまめ）などが多い。黒豆、田作り（ごまめ）、数の子、たたきごぼうなどの料理は「祝い肴」といい、正月料理に欠かせないものである。その他、昆布巻き、きんとんなど正月料理の代表的なものを購入する傾向にある。



- ・購入する要因として、料理の手間や時間がかかる、忙しい、準備しても調理品やその材料が残る。また、購入の場合は、その際に商品や量の選択ができるなどがある。今後は、準備する料理の量を考慮させるとともに、残った食材のアレンジ方法を考えさせたり、味を家族好みに工夫させたりしたい。
- ・祖父母等の購入も増加傾向にあると考えられる。祖父母や親の

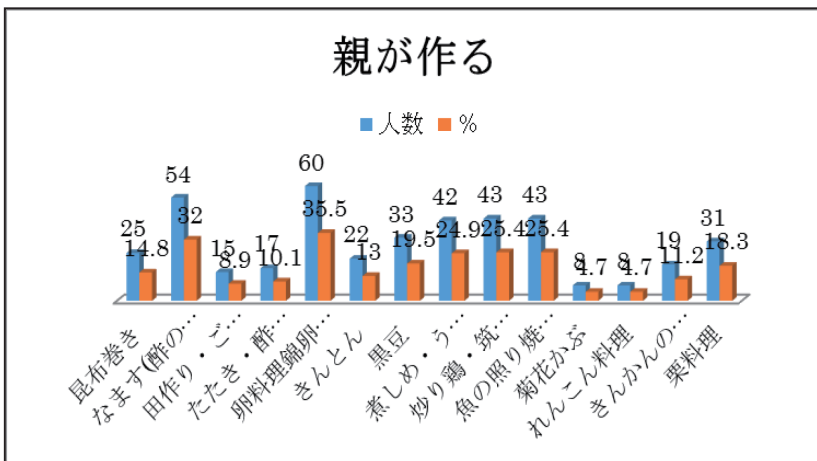
得意料理を中心として手づくりを継続させ、伝承する機会を維持させたい。そのためにも学生の学ぶ心を高めたい。

ウ 親が作る (表7)

親が作る	169名中	人数	%
	昆布巻き	25	14.8
	なます(酢の物)	54	32
	田作り・ごまめ	15	8.9
	たたき・酢ごぼう	17	10.1
	卵料理錦卵だし巻き	60	35.5
	きんとん	22	13
	黒豆	33	19.5
	煮しめ・うま煮・含め煮	42	24.9
	炒り鶏・筑前煮	43	25.4
	魚の照り焼き・塩焼き	43	25.4
	菊花かぶ	8	4.7
	れんこん料理	8	4.7
	きんかんの甘露煮	19	11.2
栗料理	31	18.3	

【結果と考察】

- ・祖父母の作る料理と比べると内容に差がある。祝い肴など正月料理の代表とされるものは少なく、出し巻き卵やなます、魚の照り焼き・塩焼き、炒り鶏・筑前煮など日常家庭でも作られる料理を中心としている。味や料理に慣れていることも要因と考えられる。
- ・調査した親はほとんどが職に就いている。また、店頭には正月料理が所狭しと並べられ、その量や種類は年々多くなる。特に、祝い肴等調理に時間や手間のかかるものは購入の傾向にある。



そのため、家庭で準備する内容が親の負担の少ないものになる傾向になっていると思われる。また、親の調理技術の低下も考えられ、手間のかかるものが敬遠されがちになってきていると思われる。親の調理技術の向上も課題である。(表7)

- ・正月料理(おせち料理)はごぼうや蓮根等の根菜料理

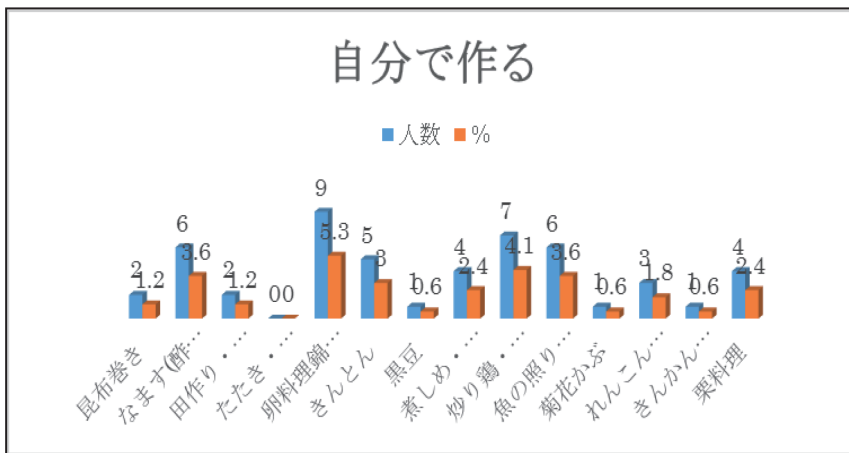
も多く出されるが、家庭で調理される割合は低い。日頃から食する機会が少ないと思われる。

エ 自分で作る (表8)

169名中	人数	%
昆布巻き	2	1.2
なます(酢の物)	6	3.6
田作り・ごまめ	2	1.2
たたき・酢ごぼう	0	0
卵料理錦卵だし巻き	9	5.3
きんとん	5	3
黒豆	1	0.6
煮しめ・うま煮・含め煮	4	2.4
炒り鶏・筑前煮	7	4.1
魚の照り焼き・塩焼き	6	3.6
菊花かぶ	1	0.6
れんこん料理	3	1.8
きんかんの甘露煮	1	0.6
栗料理	4	2.4

【結果と考察】

- ・正月料理(おせち料理)を自分でどの程度作るかを示したものが表8である。学生の家庭実践状況はどの料理も低く1割にも満たない。炒り鶏・筑前煮、魚の照り焼き・塩焼き、酢の物は中学校・高等学校で学習している内容であり、日常の食卓にもあがると思われる料理もある。8)9)10)
- ・学生は正月料理(おせち料理)の家庭調理経験が大変少ない。原因として、調理手順・調理道具の使用技術習得の



有無の影響や家庭環境等があげられる。本学生は手づくり弁当を持参することも多いがその内容は茹でる・炒める料理や電子レンジ使用のものが多く、その調理技能等を活かした正月料理を考えさせたい。

- ・今後は、学生の正月料理(おせち料理)意欲を喚起し、経験を増やす手立て

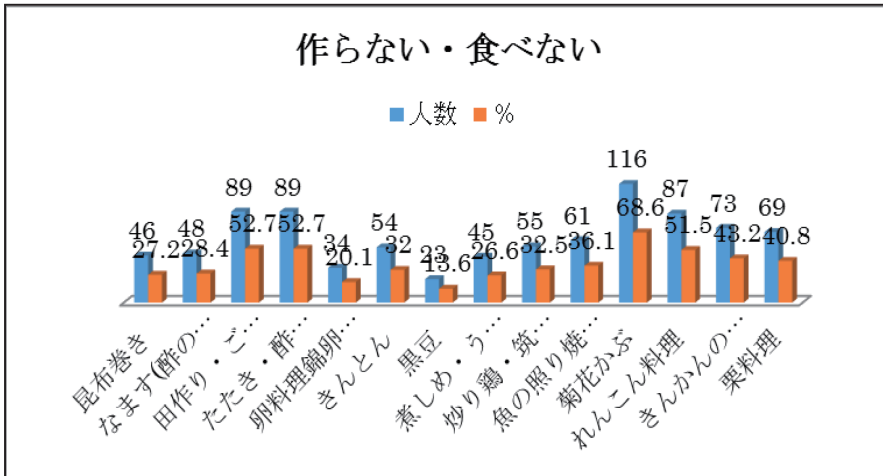
をとり、料理に対する不安感を取り除きたい。また、失敗の少ない手順や道具の使い方を紹介し、達成感を持たせたい。

オ 作らない・食べない (表9)

169名中	人数	%
昆布巻き	46	27.2
なます(酢の物)	48	28.4
田作り・ごまめ	89	52.7
たたき・酢ごぼう	89	52.7
卵料理錦卵だし巻き	34	20.1
きんとん	54	32
黒豆	23	13.6
煮しめ・うま煮・含め煮	45	26.6
炒り鶏・筑前煮	55	32.5
魚の照り焼き・塩焼き	61	36.1
菊花かぶ	116	68.6
れんこん料理	87	51.5
きんかんの甘露煮	73	43.2
栗料理	69	40.8

【結果と考察】

- ・学生の正月の生活環境は多々ある。アルバイト等で正月料理(おせち料理)を食べる機会のない学生や家庭環境から食しない学生もいる。正月料理を特別なものとして作らない・購入しない家庭もあり、その影響もあると思われる。
- ・表9の「作らない・食べない」料理には、菊花かぶ、たたき・酢ごぼう、田



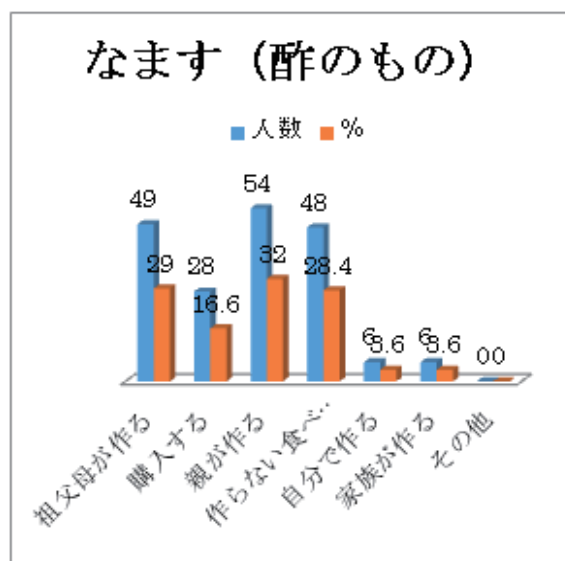
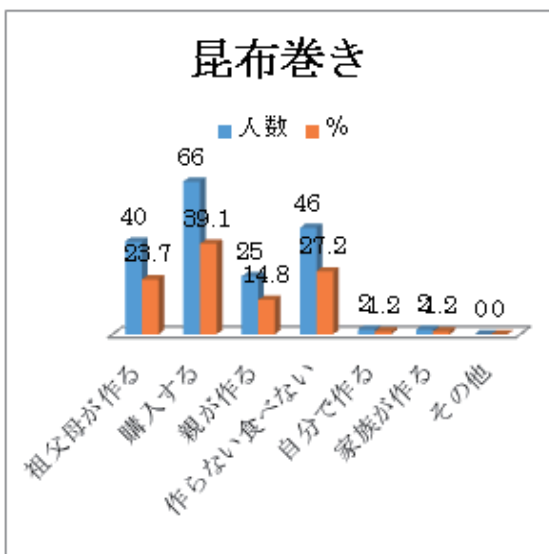
作り・ごまめ・れんこん料理等があり根菜料理等が多い。食環境を整えるためには、家庭生活のあり方が影響する。学生たちは今後保育士や幼稚園教諭を目指し、幼児の食事に大きな影響をもつ職業に就く可能性が高い。その中で食育の責任は大きく、学生の経験もその

指導に影響すると考える。手立てを熟慮し、正月料理（おせち料理）への関心を高め、伝統料理のもつ意義や料理技能等を伝承する力を身に付けさせたい。

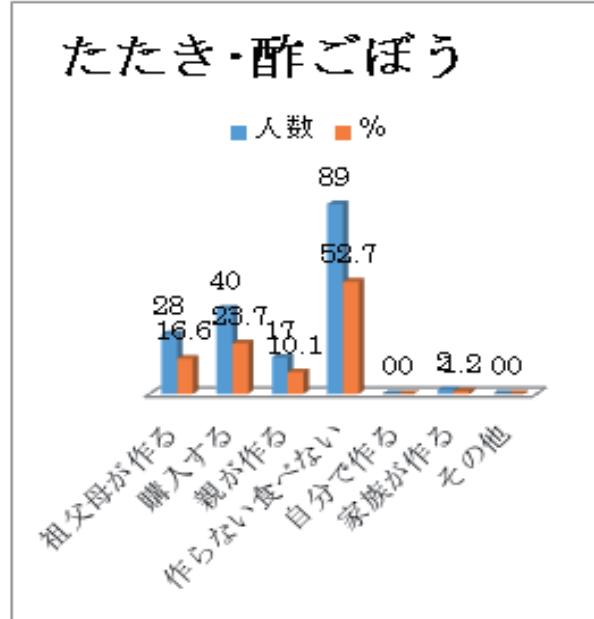
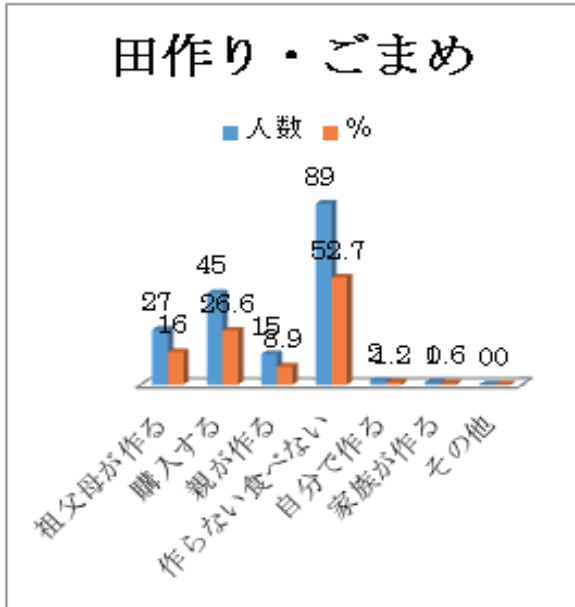
② 正月料理（おせち料理）調理別実践製作者の割合（複数選択可）（表10）

◎特に割合が高い ○割合が高い △特に割合が低い

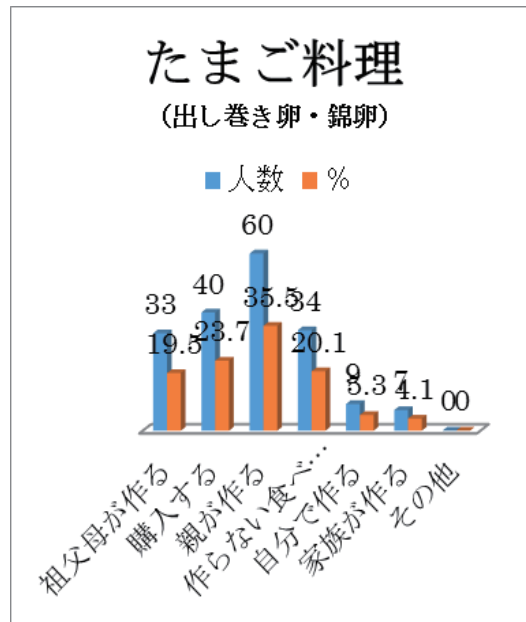
	169名中		人数	%		169名中		人数	%
	人数	%				人数	%		
昆布巻き	◎祖父母が作る	40	23.7	なます	○祖父母が作る	49	29		
	◎購入する	66	39.1		購入する	28	16.6		
	△親が作る	25	14.8		◎親が作る	54	32		
	○作らない食べない	46	27.2		○作らない食べない	48	28.4		
	△自分で作る	2	1.2		△自分で作る	6	3.6		
	△家族が作る	2	1.2		△家族が作る	6	3.6		
	その他	0	0		その他	0	0		



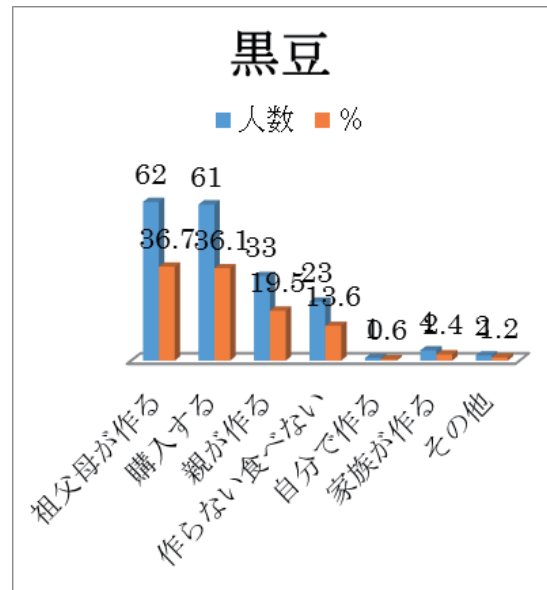
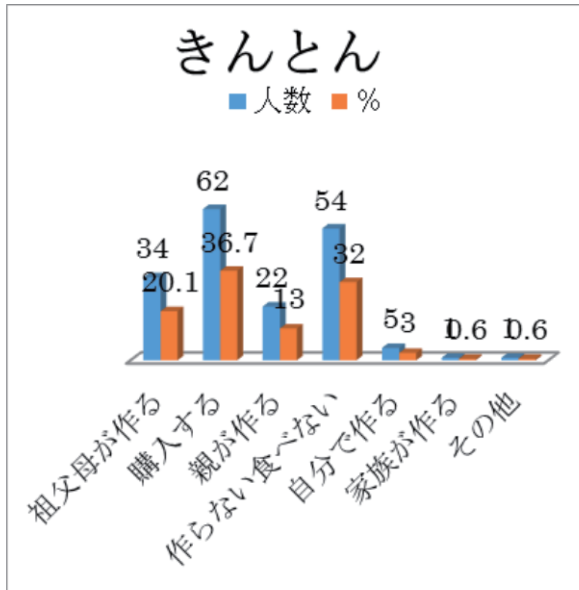
田作り ごまめ	169名中		人数	%	たたきごぼう 酢ごぼう	169名中		人数	%
	祖父母が作る	27	16			祖父母が作る	28	16.6	
	○購入する	45	26.6			○購入する	40	23.7	
	親が作る	15	8.9			親が作る	17	10.1	
	◎作らない食べない	89	52.7			◎作らない食べない	89	52.7	
	自分で作る	2	1.2			△自分で作る	0	0	
	△家族が作る	1	0.6			家族が作る	2	1.2	
	その他	0	0			その他	0	0	



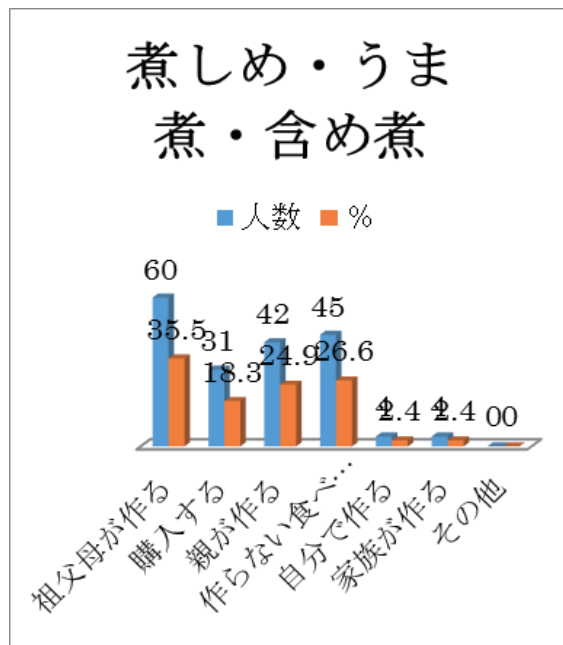
たまご料理	169名中		人数	%
	祖父母が作る	33	19.5	
	○購入する	40	23.7	
	◎親が作る	60	35.5	
	作らない食べない	34	20.1	
	自分で作る	9	5.3	
	△家族が作る	7	4.1	
	その他	0	0	



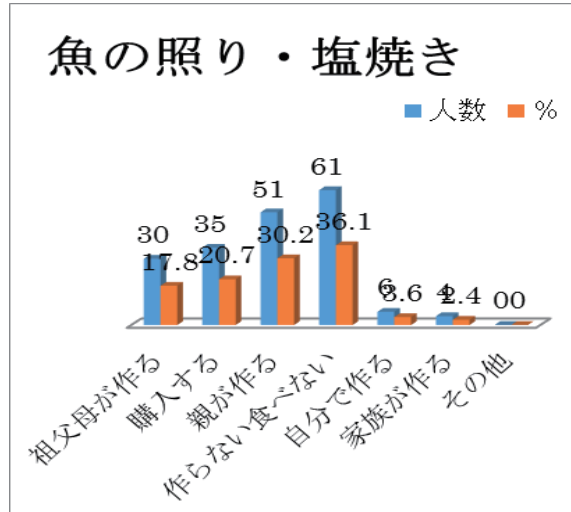
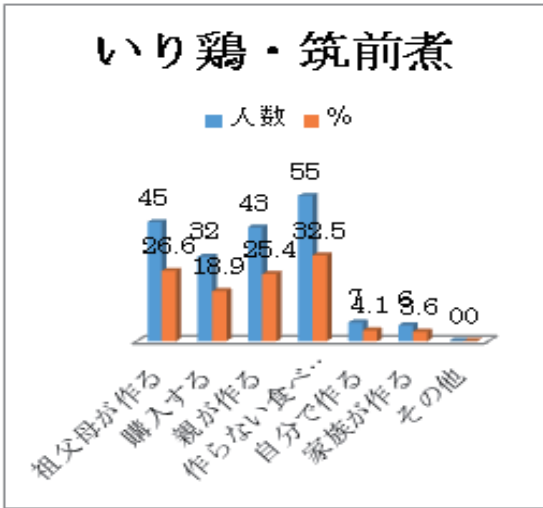
きんとん	169名中	人数	%	黒豆	169名中	人数	%
	祖父母が作る	34	20.1		◎祖父母が作る	62	36.7
	◎購入する	62	36.7		○購入する	61	36.1
	親が作る	22	13		親が作る	33	19.5
	○作らない食べない	54	32		作らない食べない	23	13.6
	自分で作る	5	3		△自分で作る	1	0.6
	△家族が作る	1	0.6		家族が作る	4	2.4
	△その他	1	0.6		その他	2	1.2



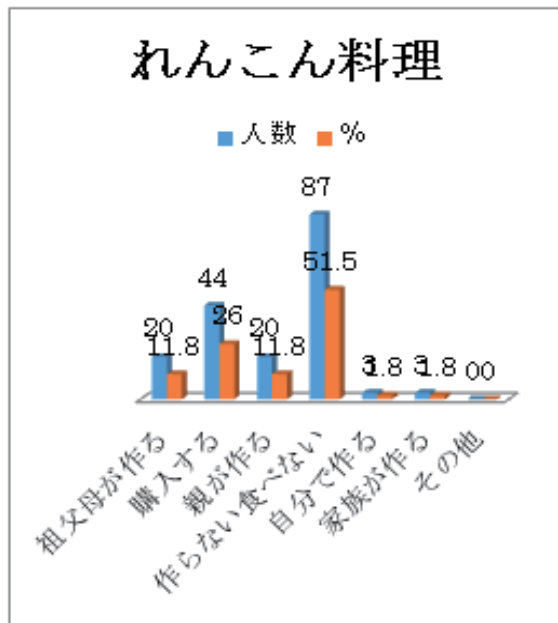
煮しめ うま煮 含め煮	169名中	人数	%
	◎祖父母が作る	60	35.5
	購入する	31	18.3
	○親が作る	42	24.9
	○作らない食べない	45	26.6
	△自分で作る	4	2.4
	△家族が作る	4	2.4
	△その他	0	0



いり鶏 筑前煮	169名中	人数	%	魚の 照り焼き 塩焼き	169名中	人数	%
	○祖父母が作る	45	26.6		祖父母が作る	30	17.8
	購入する	32	18.9		購入する	35	20.7
	○親が作る	43	25.4		○親が作る	51	30.2
	◎作らない食べない	55	32.5		◎作らない食べない	61	36.1
	自分で作る	7	4.1		自分で作る	6	3.6
	△家族が作る	6	3.6		△家族が作る	4	2.4
	△その他	0	0		△その他	0	0



れんこん料理	169名中	人数	%
	祖父母が作る	20	11.8
	○購入する	44	26
	親が作る	20	11.8
	◎作らない食べない	87	51.5
	△自分で作る	3	1.8
	△家族が作る	3	1.8
	△その他	0	0



【結果と考察】

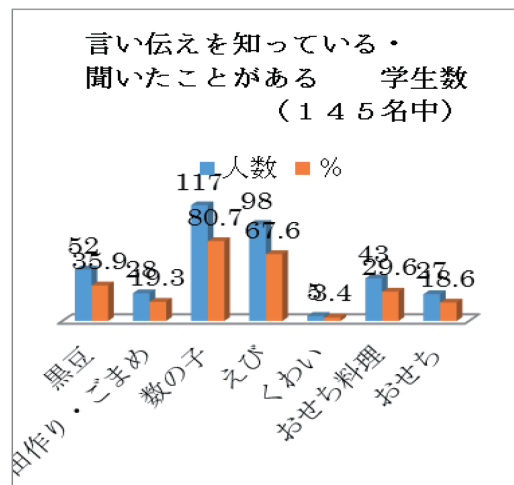
・NHKテレビ番組テキスト「きょうの料理」（日本放送出版協会・NHK出版）テキスト掲載上位の正月料理（おせち料理）を本校学生の家庭でどのような実践状況になっているか調べまとめたものが表10である。黒豆、煮しめ・うま煮・含め煮などは「祖父母宅で作る」ことが多い。その他、昆布巻き、なます（酢のもの）、炒り鶏・筑前煮なども多く作られて

いる。「親が作る」献立としてはなます（酢のもの）やたまご料理（出し巻き卵・錦卵）があげられ、魚の照り・塩焼きや炒り鶏・筑前煮や煮しめ・うま煮等も食卓にあがっている。家庭や祖父母宅・親戚宅などで食する正月料理（おせち料理）は「手づくり・購入する」等を合わせると、黒豆・たまご料理・昆布まき・なますなどは約7割以上が食している実態がある。黒豆は特に80%以上が食し、伝統的食材として正月料理（おせち料理）の献立に取り入れられている実態が見られる。

- ・「購入する」献立としては、きんとん、黒豆、昆布巻き等の割合が高い。料理に手間や時間がかかり、適量の市販品が手に入りやすいためと考えられる。また、ごぼうや蓮根を中心とした日常あまり食しない料理も購入されることが多い。卵料理はだて巻きの購入が多いと思われる。
- ・「作らない・食べない」献立としては、田作り・ごまめ、たたき・酢ごぼうのごぼう料理やれんこん料理が特に多い。また、きんとんや炒り鶏・筑前煮、魚の照り・塩焼きも約3割があがっている。多くの食材を使い、手間や時間をかけ、多種類の献立を食卓に並べる正月料理の形に変化が見られる。今後は、調理実習等で実践する機会を設け、また、課題学習等での調査・家庭実践を通して正月料理（おせち料理）の特色とよさを伝承したい。

③ 本学学生の正月料理（おせち料理）の実践状況
ア 「言い伝え」の理解状況（表11）

	145名中	人数	%
おせち料理の言い伝えについて、知っている・聞いたことがある学生数	黒豆	52	35.9
	田作り・ごまめ	28	19.3
	数の子	117	80.7
	えび	98	67.6
	くわい	5	3.4
	おせち料理	43	29.6
	おせち	27	18.6

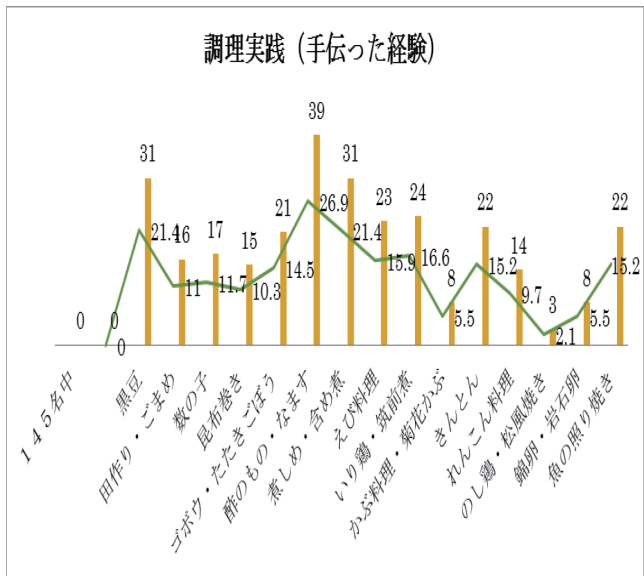
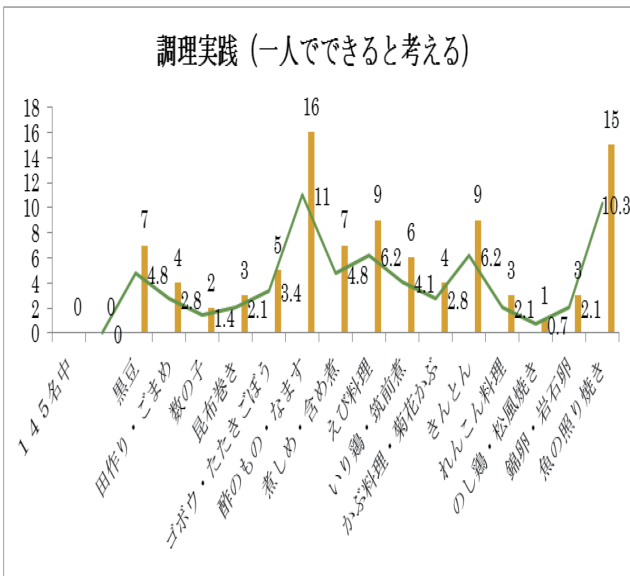


【結果と考察】

- ・伝統の正月料理（おせち料理）やそれに使われる食材にはそれぞれ願いを込めた言い伝え（いわれ）がある。学生のその理解状況は「数の子」が約8割、えびが約7割と高く、他の食材等は3割程度かそれ以下で差がある。（表11）
- ・「言い伝え」について、中学校技術・家庭科の教科書（開隆堂）8では参考として説明があるが学生の記憶は定かではなく、祖父母以外の家族からの習得率は低い。
- ・伝統料理の技能を伝授する際、「言い伝え」等とともに習得させると学びやすいと考える。それぞれの食材には日頃口にする機会の少ないものもある。正月料理（おせち料理）の中に多く使われている根菜類は栄養的にも食物繊維を多く含む等すぐれた食材である。また、豆類・小魚など日常の食事の中で摂る機会の少ない献立もある。学生にその意味や調理方法を理解させ、興味・関心を高めるとともに保育園や幼稚園で保護者や園児等に食育として指導する力を養いたい。

イ おせち料理の技能習得状況 (表 1 2)

	145名中	一人で		手伝い有		145名中	一人で		手伝い有		
		人数	%	人数	%		人数	%	人数	%	
①	黒豆	7	4.8	31	21.4	㊦	いり鶏・筑前煮	6	4.1	24	16.6
②	田作り・ごまめ	4	2.8	16	11	㊧	蕨料理・菊花蕨	4	2.8	8	5.5
③	数の子	2	1.4	17	11.7	㊨	きんとん	9	6.2	22	15.2
④	昆布巻き	3	2.1	15	10.3	㊩	れんこん料理	3	2.1	14	9.7
⑤	酢・たたきごぼう	5	3.4	21	14.5	㊪	のし鶏松風焼き	1	0.7	3	2.1
⑥	酢のものなます	16	11	39	26.9	㊫	錦卵・岩石卵	3	2.1	8	5.5
⑦	煮しめ・含め煮	7	4.8	31	21.4	㊬	魚の照り焼き	15	10.3	22	15.2
⑧	えび料理	9	6.2	23	15.9						

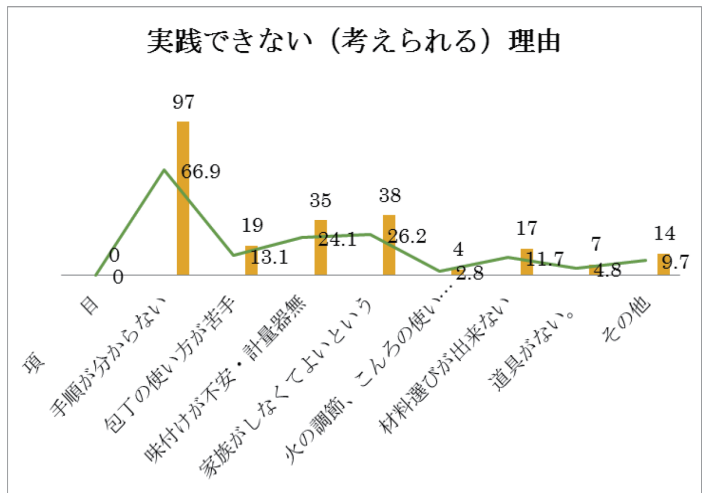


【結果と考察】

- ・「一人でできる」と答えた調理 (表 1 2) は酢のもの・なますと魚の照り焼きが多かった。この2品は高等学校の「家庭基礎」等の教科書に記載してある出版社もある。(なべ照り焼き・実教出版、大根とハムの酢のもの・東京書籍 10)、包丁やフライパンの使い方、調味料の計量などの実践をあわせて積むと学生は家庭でも取り組みやすいと考える。
- ・「一人でできる」「手伝いの経験」は親や祖父母が作るなどその調理過程を見たり、手伝ったりした経験が必要となる。購入や食しない状況が多くなるとますます学生の調理技能の低下が危惧される。
- ・正しい食生活習慣の定着は食を整える過程も含む。今後、保育園・幼稚園で幼児の食事やおやつ指導の際、調理方法の説明や指導をすることも考えられる。調理道具の使い方や身近な食材を使った調理の方法を習得することも大切である。

ウ 家庭での「実践が出来ない」理由 (表13)

項目	人数	%
手順が分からない	97	66.9
包丁の使い方が苦手	19	13.1
味付けが不安・計量器無	35	24.1
家族がしなくてよいという	38	26.2
火の調節、こんろの使い方が苦手	4	2.8
材料選びが出来ない	17	11.7
道具がない	7	4.8
その他	14	9.7



【結果と考察】

- ・「実践できない」一番の理由 (表13) は「手順が分からない」であった。特に、祖父母や親が家庭で作らない献立については細かい段取りや作業の見当が付かず失敗に陥ることが考えられる。中・高等学校での学習経験や家庭での手伝いなど少しでも実践経験のある学生については自信がなくても取り組みの第一歩が踏み出しやすいと考える。
- ・家庭に計量器がなく、味付けに不安をもつ学生が約25%存在する。また、包丁の使い方が苦手、火の調節・こんろの使い方が苦手であるという解答もあり、義務教育・高等学校での学習を積んだものの家庭での実践力に十分つながっていないと考える。正月料理 (おせち料理) のみならず、日常から台所に立つことが少ないという実態がある。今後は、日常の調理を活かした正月料理を創作し伝統文化を身近に感じる手立てが必要であると考え。
- ・実態調査の記述を読むと道具や材料などの環境整備が十分でないところもある。また、保護者等の家族から実践意欲を損なう言動も見られる。特に正月料理 (おせち料理) の材料道具については、日常食で見られない、あまり使われないものもあり、調理技術に不安を抱える学生にとってはさらに負担を感じると考える。実習等で便利な使いやすい器具等の紹介をしたり、食材の取り扱い方の基本を確認したりして負担感をなくしたい。

ウ-2 家庭での実践が出来ない理由 (記述部分)

- ・したことがないので手順が分からない。(31名) (21.4%)
- ・本を見ないと手順がわからない。
- ・習ったことがない。
- ・料理が出来ない。
- ・購入するのでしたことがない。
- ・親戚が持ってくる。
- ・こんろがIHなので使いづらい。
- ・したいが作る暇がない。
- ・あまり興味がない。
- ・面倒である。
- ・本を見ても分からない。
- ・最近料理を始めたので、技能的に難しい。
- ・作らないので食べたことがない。
- ・祖父母宅で食べるのでしたことがない。
- ・家のキッチンが使いづらい。
- ・2人暮らしなので作るのが面倒、購入する。
- ・母がすべてしてくれるのでしたことない。
- ・やる気がない。
- ・食べない。 などがある。

【結果と考察】

- ・記述内容を見ると、「習ったことや実習経験がない」ため、手順が分からずできない、本を見ても分からないという学生がいる。また、正月料理(おせち料理)の準備の中で、購入・祖父母や親戚が準備など日常の食事準備とは違いかたちの取り組みがなされているため実践する機会がない。さらに家庭での実践にあたり台所の施設・設備の環境に課題がある。学生本人が調理への興味・関心が低い、暇が無いなどの理由もあげられた。
- ・正月料理(おせち料理)の実践は日常の調理実践の有無に大きく左右されると考える。基本的な基礎・基本の技術(義務教育・高等学校の家庭科教育)が習得されていれば、取り入れられる正月料理(おせち料理)も多い。また、創作力を生かして料理をわが家の味に作り変えることもできる。ポイントを押さえて料理をさせ、完成させる喜びを持たせることが学生の達成感につながると考える。そのためにも指導者は失敗しないプラス1の助言や指導を行うことが必要であると考えられる。
- ・NHKテレビ番組テキスト「きょうの料理」(日本放送出版協会・NHK出版)から、料理別に年次ごとの材料や方法、道具等をまとめた。(表2)それぞれの指導者(料理研究家)は、味や見た目のよい料理になるように細かな工夫をし、丁寧に調理を行っている。また、テキスト7)の中にそれをもりこみ、読者が実践できるような配慮もなされている。例えば、炒り鶏・筑前煮では、れんこんの皮の剥き方や蒟蒻の処理、鶏肉の取り出し等が具体的に示されている。このような指導を参考に食材の特質をおさえながら、家庭実践につながるような技術習得の指導を行うことが必要である。

2 調理実習における「正月料理(おせち料理)」実践と今後の課題

(1) 福祉専攻科

- ① 目的：身近な食材を使った正月料理(おせち料理)の実践…在宅介護における調理技術の基礎を培う。
- ② 調理内容：栗きんとん、伊達巻き風出し巻き卵、岩石卵、炒めなます、すまし汁(雑煮の基本)
- ③ 留意事項：調理実習に当たり、調理技能定着に不安を持っている学生が多数存在することから、義務教育の家庭科や技術家庭科及び高等学校での家庭科(家庭基礎)等での学習内容に配慮して行う。また、在宅介護で実践が予想される調理技能を加味して調理内容を決定する。
- ④ 調理手順と配慮事項
 - ・栗きんとんのさつまいもは1cmの厚さの輪切りを行って厚く皮むきをした。皮むき器使用では厚くむくために何度もむいたり、かたさがあるため皮むき器の使い方を上手く使えない学生もいたため、包丁でむかせた。(写真1)
 - ・初めて裏ごし器使用をする学生が多く、不安を持つ学生も多かったが、木じゃくしの向きや裏ごし器の網目の方向に配慮させた。受け皿に配慮すると更に裏ごししやすくなると考える。学生は茹で上がったさつまいもを熱いうちに裏ごしするとやりやすいということを実感していた。また、蒸した芋とゆでた芋では蒸すほうは水分が少なく裏ごししにくいと感じていた。(写真2)弱火で根気よく練ることができた。(写真3)
 - ・出し巻き卵の調理に当たっては、小学校で学習した卵料理を応用し、卵巻きを熱い

うちにまきすで巻きかたちを固定した。箸やまきすの筋がしっかり卵巻きに映し出され、手間や工夫がより美味しく豪華に見せることに気づいた。(写真4)

- ・茹で卵をつぶし、調味後形を整え蒸す岩石卵は比較的手順よく調理をすることができた。茶巾絞りや棒状の形にそれぞれ作り上げ蒸した。出来上がりの彩が鮮やかで盛りつけ時には歓声があがった。(写真5)
- ・炒めなますは材料を千切りし調味する料理であるが、生なますより酸味にまろやかさがあり食べやすかった。炒めることにより食材も食べやすい固さになっていた。高齢者等の献立には適したものだと考えられる。(写真6)
- ・すまし汁は、昆布とかつお節の混合出しを使用した。学生は中学校の技術・家庭科での経験を積んでいるが、その後の家庭実践はほとんどなされていないため不安をもっていた。しかし、実習を進めるうちに、手さばきがよくなり、使用後の出し昆布を使用して即席佃煮を作っていた。

(写真1)



(写真4)

(写真2)

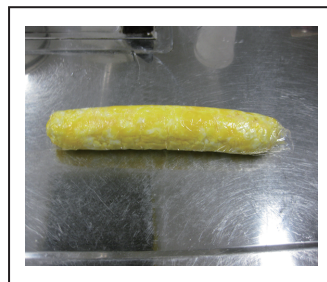


(写真5)

(写真3)



(写真6)



⑤ 実習後評価

ア 4段階評価の割合(32名)(表14-1) A:目標達成がよくできた B:できた %

A	積極性	96.9	協力	96.9	責任感	96.9	充実感	100
B	積極性	3.1	協力	3.1	責任感	3.1	充実感	0

*C:もう少し、D:目標達成ができなかったの学生は0

イ 実技事前・事後自己評価(32名%) (表14-2)

項目		◎	○	△	×
皮むき	事前	25	56.3	9.4	9.4
	事後	43.8↑	50.0↓	6.3↓	0↓
千切り	事前	21.9	56.3	18.8	3.1
	事後	40.6↑	56.3→	3.1↓	0↓
裏ごし	事前	15.6	34.4	43.8	6.3
	事後	46.9↑	43.8↑	9.4↓	0↓
調味料計量	事前	15.6	21.9	53.1	9.4
	事後	40.6↑	43.8↑	12.5↓	3.1↓
出しのとり方 (昆布・鰹節)	事前	12.5	50	37.5	0
	事後	37.5↑	56.3↑	6.3↓	0→

◎きちんとできる

○できる

△助言があればできる

×自信がない・できない

⑥ 学生感想

- ・おせち料理はすごく難しいイメージがあったが、皆で協力してあっという間に5種類でき、とても美味しく食べることが出来た。
- ・はじめて栗きんとんを作ったがうまく作ることができた。家でも作ってみたい。
- ・初めてのおせち料理作りで不安であったが、楽しく美味しく作ることが出来た。
- ・おせち料理を作ってみて、普段の生活でも活用できそうなものが多い。これから活かしていきたいです。
- ・調味料の分量をきちんと計ることが大切だが、味の好みで臨機応変に調節することも大切だと感じた。
- ・楽しかった。味を自分好みに変えていたので家でも作り、家族の好きな味を見つけていきたい。好き嫌いを減らしていかなければと改めて考えた。
- ・おせち料理を一から作るのは初めてだったが、同じ手順の料理でもきれいにさせる工夫をしたりアイデアを出しあい自分たちなりの料理をすることが出来た。
- ・初めて自分でおせち料理を作った。意外と簡単なものもあったので家でも作ってみたい。
- ・伝統料理を学んだ。素材そのものの味をいかしたものが多いと感じた。出しの味としょうゆ・塩だけですまし汁がこんなに美味しいものかと思った。出し汁だけでも美味しいと思った。
- ・おせち料理を作る大変さを知ることが出来た。今後の正月はありがたいと思いながら食べたい。
- ・初めて作った。これからも家庭で作っていきたい。
- ・出しが思った以上に簡単にできたので家でもやってみようと思った。

【結果と考察】

- ・学生は正月料理（おせち料理）の実習を特別なものとして受け取り、実習を楽しみにしその料理を完成させたという成成感は大きかった。
- ・技術定着に当たっては、NHKテレビ番組テキスト「きょうの料理」（日本放送出版協会NHK出版）の指導紹介の中から、1cm幅の輪切りをさせてから包丁で皮むきをさせる方法を採用し取り組んだ。昭和50年（筒井載子氏）平成元年（17年）（柳原一成氏）平成2年（清水信子氏）平成18年（村田吉弘氏）平成24年（有元葉子氏）の紹介は1cmの輪切りであるが、他1.5や2cmのものもある。技術的に未熟な部分のある学生のことを考慮し、よりスムーズに包丁が進むために1cmの輪切りのやり方で進めた。芋の大きさが手に入りやすく包丁をさし入れやすかったと感想があった。また、茹で時間の短縮につながり、裏ごす量を適量に取り入れやすかったこともあった。
- ・裏ごし器の使用はほとんどの学生が初めてで、受け皿になる容器の選択や木じゃくしの手の位置に苦慮していた。力の入れ加減や裏ごし器の目の方向、裏ごし器の裏面の様子の確認などポイントを押さえて指導を行った結果、「きちんとできる・できる」学生が約50%から約91%に上がっていた。学生の中からは、茹でたての方がし易い、蒸すより茹でた方が水分が適当にあり作業時間が短縮しやりやすかったと感想を述べていた。
- ・炒めなますは乾物の戻し方・野菜の千切り・フライパンでの炒め方・調味料計量など義務教育の家庭科、技術・家庭科での学習の応用であった。学生はフレンチソース等のサラダは

よく食するが酢の物になると食べる回数が減る。そのため味付けの心配が大きかった。炒めたものに調味酢を混ぜ合わせると、熱や野菜の水分で酸味が押えられ食べやすくなったと感想があった。また、柚子の千切り等を加えることで風味がよくなり残菜がほとんどなかった。調味酢は、先に一つに混ぜ合わせておくと調味がし易い。今後、調味料の合わせ方や種類は各家庭で工夫をさせたい。

- ・卵料理は基本的には小学校家庭科学習の応用である。正月料理（おせち料理）用に出し巻き卵を調理し、形を工夫させた。火の調節（特に弱火）が苦手の学生もおり、火の確認と半熟段階での巻き方をおさえて行かせたので失敗が少なかった。巻きすと菜箸を使って形を工夫させると学生の達成感が高まった。家庭実践への意欲向上にもつながると考える。

(2) 保育科

- ① 目的：身近な食材を使ったおやつ作り（さつまいも料理等）を通して、幼児の発達と成長を考慮したおやつ作りの技能を養うとともに伝統的食文化を考える。
- ② 調理内容：芋きんとん 他
- ③ 留意事項：調理実習に当たり、皮むきや裏ごしに不安を持っている学生が多く存在することから、「出来る」と自信を持つことが出来るよう環境に配慮する。また、義務教育及び高等学校での家庭科教育の実態が様々であることも考慮する。

④ 実習後評価

ア 4段階評価の割合（63名）（表15-1） A：目標達成がよくできた B：できた %

A	積極性	92.1	協力	98.4	責任感	88.9	充実感	98.4
B	積極性	7.9	協力	1.6	責任感	11.1	充実感	1.6

* C：もう少し、D：目標達成ができなかったの学生は0

イ 実技事前・事後自己評価（57名 %）（表15-2）

項目		◎	○	△	×
皮むき	事前	33.3	43.9	5.3	17.5
	事後	68.4↑	24.6↓	5.3→	1.8↓
裏ごし	事前	31.6	40.4	22.8	5.3
	事後	70.2↑	26.3↓	3.5↓	0 ↓

◎きちんとできる
○できる
△助言があればできる
×自信がない・できない

⑤ 学生感想

- ・芋などを使ってとても美味しい伝統料理を作ることができ楽しかった。
- ・時間がかからず短時間でできるので子どものおやつに適していると思う
- ・芋きんとんは美味しかった。今日したことなら私にもできると思った。
- ・裏ごしという作業を初めてした。冷めると裏ごししにくくなると聞いてなるほどと思いました。
- ・意外と簡単に作ることができると思った。また作りたい。
- ・芋きんとんの甘さをおさえておやつとしたい。
- ・初めて芋きんとんを作って、おせち料理の他の料理も知りたくなった。
- ・伝統料理は美味しいと思った。簡単に作れるところがよかったです。
- ・初めて芋きんとんを作った。裏ごしは面倒だと思ったが美味しくできよかった。手がかかるほど美味しいと思った。

- ・伝統料理を使ったおやつは沢山あると知った。また、子ども達と一緒に作ったりすることもできるので良いと思った。
- ・子ども達の好みそうな味だったので、家でも簡単に作れそうです。親子で作るとよいと思った。
- ・芋きんとんはこすことでなめらかになるので子ども達にはたべやすいと思った。
- ・芋を蒸して裏ごしにした方が裏ごしは難しかった。
- ・味は芋の風味が残り良かった。思ったより簡単だったので家でも作りたい。
- ・伝統料理をおやつとして使う事で園児たちは色々な味を体験できると思った。
- ・芋きんとんは舌ざわりがとてもよく、甘さもあり、芋の風味も少しあってとても美味しかった。くちなしの実を入れることで芋の色も鮮やかになり、季節感が感じられた。
- ・おやつとして昔から親しまれている物を食べることができ、よい機会になると思った。とても美味しかった。
- ・作る前は難しそうに感じたが、作ってみると意外に簡単だった。保育園でも使うことができると思った。
- ・伝統料理はずっと伝えていきたいものなのできんとん作りができてよかった。
- ・芋きんとんは意外と大変だった。裏ごしが大変だった。

【結果と考察】

- ・正月料理（おせち料理）と関連付けて、幼児のおやつに「芋きんとん」の調理実習を行った。裏こす・練る以外の調理過程は、義務教育や高等学校家庭科の授業で経験したものが多く、学生の不安感も調理が進むにつれ薄れていった。
- ・伝統料理に対して、「古い・味になじみが無い・調理過程が面倒」などの固定観念を持つ学生もいたが、調理後の自己評価では、授業の充実感Aが98.4%でC・Dはいなかった。また、技能面では、「皮むき」は事後の調査でA・B（よくできた・できた）が98.4%、「裏ごし」は事後の調査でA・Bが96.5%でほとんどの学生に定着が図られた。その理由として、NHKテレビ番組テキスト「きょうの料理」（日本放送出版協会・NHK出版）の指導紹介の中から、1cm幅の輪切りをさせてから包丁で皮むきをさせる方法を採用し取り組んだことが一つあげられる。《昭和50年（筒井載子氏）平成元年（17年）（柳原一成氏）平成2年（清水信子氏）平成18年（村田吉弘氏）平成24年（有元葉子氏）》の紹介は1cmの輪切り》また、こすタイミングや芋に含まれる水分量などの指導の紹介も学生にとっては分かりやすく技術と結び付けやすかったと思われる。
- ・事後の感想では、幼児のおやつとして、味（砂糖量調節）・食材・伝統料理・芋ほりとの関係・幼児と保護者の手づくりなどの食育の観点から適しているという回答が多かった。料理技能の習得だけでなく、幅広く食を考える時間となり、幼稚園や保育園での活動につながる時間となった。

V まとめと今後の課題

本研究では、テレビ番組テキスト「きょうの料理」（日本放送出版協会・NHK出版）昭和49年～平成26年発刊の各年12月号 計34冊（欠版 昭和54年、58年、59年、61年、平成4年、6年、11年）の正月料理（おせち料理）の内容を調べ、その上位に位置す

る料理を中心に実態調査を行い、その内容を中心に調理実践させるとともに、「保育者として食育を通して伝統文化をどう指導するか。」について考えてきた。テレビ番組テキスト「きょうの料理」(日本放送出版協会・NHK出版)昭和49年～平成26年発刊の各年12月号 計34冊に紹介される正月料理(おせち料理)は、各事典等に示された伝承事項がしっかり盛り込まれたものが多く、それぞれの指導者(料理研究家)の正月料理(おせち料理)に対する思いや責任が感じられた。その調理方法をまとめ、学生の状況を考慮してきめ細かく指導を行うと、学生の調理後の達成感が高くなり、伝統文化に触れた喜びを感じていた。

学生たちの環境は様々である。今後、保育士や幼稚園教諭として幼児に伝統文化を伝承する使命感を受け止めさせ、「調理ができた」という達成感とともに、伝承する喜びを感じさせたい。学生のレポート「伝統的文化等の幼稚園・保育園における取組案」を見ると、おせち料理の食材や種類を絵本を通して学ぶことが出来るように作成する。おせち関係の本の読み聞かせをする。正月料理:おせち料理のパネルシアターで物語を演じ紹介する、絵カード(正月料理:おせち料理)などで興味・関心を持たせる。また、食材カルタや正月やもちつきなどの関連の歌により手遊びや歌を通して、興味・関心を持たせる案もあった。さらに、保護者とともに収穫したさつま芋を使って料理をする。また、ゆで卵をつぶし丸めた岩石卵を作るなどの実習を活かそうとする意欲や保護者への配慮もあった。この意欲を継続させ、実践に向けて手立てを講じたい。

今後は、家庭での調理実践を積極的に行わせることで基本的な調理技能の定着を目指したい。そのために、小学校・中学校の義務教育及び高等学校の家庭科関係の授業における調理技能の定着を確実なものにさせるように連携して研究を取り組んでいきたい。また、家庭でできる簡単な調理レシピや調理留意事項なども紹介し、それぞれの家庭環境に配慮し、個人の創意・工夫を大切にしながら実践意欲を高める工夫を行いたい。さらに、効果的な実習指導資料として、料理本のよさを義務教育・高等学校教育に活かす調理方法マニュアルを作りたい。

《引用文献》

- 1) 平成27年度 食育白書 (内閣府)
- 2) 『広辞苑』第五版(新村 出編) 岩波出版
- 3) 『世界大百科事典』(初版第8刷発行1967年 下中邦彦編集者) 平凡社
- 4) 『調理用語辞典』(社団法人 全国調理師養成施設協会編平成元年発行)
- 5) 『新現代ホーム百科事典』 第3巻 料理I (1976年発行) 株式会社学習研究社(伝統の日本料理・おせち料理 執筆 田村平治 当時日本料理研究会名誉師範)
- 6) 『定本 正月料理』『伝承のおせち料理』(平成4年 日本放送協会発行)
著者 柳原一成(懐石近茶流宗・家料理研究家)
- 7) テレビ番組テキスト(月刊)「きょうの料理」(日本放送出版協会・NHK出版)・昭和49年～平成26年発刊の各年12月号 計34冊
(欠版 昭和54年、58年、59年、61年、平成4年、6年、11年)
- 8) わたしたちの家庭科 家庭502、532 (開隆堂出版) 技術・家庭(家庭分野) 家庭723、726 (開隆堂出版)
- 9) あたらしい家庭 家庭501、531 (東京書籍株式会社)
新しい技術・家庭科(家庭分野) (東京書籍株式会社)
- 10) 家庭総合 自立・共生・創造 2-東書・家庭301(東京書籍株式会社)

家庭基礎 パートナーシップでつくる未来 家基304(実教出版株式会社)

家庭基礎 自立・共生・創造 2-東書・家基301(東京書籍株式会社)

《参考文献》

- 1) 鷺尾裕子 (2013) 高田短期大学紀要第31号「正月の食生活の研究」
- 2) 進藤智子 (2014) 鹿児島純心女子短期大学研究紀要 第44号「実態調査による鹿児島県の正月料理の特徴」
- 3) 西澤千恵子 (2012) 別府大学紀要 53
- 4) 沼田貴美子 (2012) 日本調理科学会誌 Vol.45、特別研究「調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」九州支部
- 5) 石田育子 (1991) 文教大学女子短期大学部非常勤講師 「正月料理に関する調査研究」
- 6) 河野篤子 (2000) 京都女子大学家政学部食物栄養学科 「家庭におけるおせち料理の伝承について」
- 7) 新澤祥恵、中村喜代美 (2001) 北陸学院短期大学 日本調理科学会誌 Vol.34 No.1
「正月の食生活におけるおせち料理の喫食状況の変化」
- 8) 平成26年度 食育白書 (内閣府)
- 9) 小学校学習指導要領解説「家庭編」、中学校学習指導要領「技術・家庭編」、高等学校学習指導要領解説「家庭編」(文部科学省)
- 10) 農林水産省：「地域の伝統的な食文化の保護継承のための手引き」