

日本の食生活全集 調査要領

A 調査対象および時代設定

〔1〕調査対象者

- (ア) 70才代後半以上の女性。大正末～昭和10年ころの食事作りにたずさわりの記憶のよい人。できれば近くから嫁入りした人がよい。婿取りの女性ならなおよいが、これは少ない。
- (イ) 男性には、行事内容や、味の思い出にくわしい人がいるので加える。
- (ウ) 地域の平均的階層が望ましい。自作農か自小作農。
- (エ) 本書では、個人（1軒の家）の食の全体像を浮きぼりにすることを重視する。まとめ方も数人の話を総合して平均的にまとめるのではなく、個人の話を中心にし、人によるちがいがあれば、「他の人は」「隣の○村では」という形で加える。とくに、「四季の食生活」は個人の話でまとめたい。各食品解説も、1品目は1人の人とする。したがって個人へのつつ込んだ調査が大切になる。

〔2〕調査の時代

- (ア) 大正末～昭和10年の実態を聞く。古いほど好ましい。古老は、昭和初期といっても、想定できぬこともあるので、その人の年齢から、「○歳ぐらいのとき」「嫁にきたころ」「長男が生まれたとき」など具体的なことで、当時を思い出してもらう。
- (イ) 記憶は、前後入り混じる場合が多いので、とくに、素材の種類や調味料（砂糖）などのちの時代に入ってきたと思われるものについては、十分に当時における有無を確認したい。
- (ウ) 当時、現地で使用していた暦（ほとんど旧暦かまた、行事の「月おくれ」も多い）で聞き、表現する。

B 調査の方法

〔1〕手 順

- (ア) 原則として、次の2段階ですすめる。(1) 各地域の概況調査によって、食の地域性、食生活（基本食、季節素材、味覚、ハレ食）の概要、主要料理をつかむ。
→概況調査
＜これによって各地域の調査・執筆の重点、とり扱う料理を決めるなど、編集方針を決める＞
つづいて(2) 執筆のための精密調査→執筆調査
- (イ) 概況調査は、1地域2日間もあれば充分。これを早めに実施し、執筆調査に時間をかける。

〔2〕概況調査

調査表によって概況を把握する。

- (ア) 食生活基盤（農業、漁猟、自然）の概要→調査表(1)

- (イ) 食の素材の確保状況（産物と購入物）の概要→調査表（2）
- (ウ) 素材の利用法～おもな素材の食べ方、頻度、季節性および特徴的料理を聞き、「基本食」「季節素材の利用」「味覚」の概要を知る→調査表（3）
- (エ) 特徴的行事食と日常食の概要→調査表（4）の精密化、(5) A→B

〔3〕 執筆調査

「構成案」にもとづいてすすめる。「執筆見本（岩手の例）」および「執筆要領」を参照。

I 四季の食生活→調査表（3）（4）の精密化、(5) A→B

- (ア) 基本食（飯、はっとう、ひつつみなど）および汁物・煮物の内容は、一般に単品でなく複雑であるので、中味をくわしく聞く。同じ食品でも季節により入れるものがかわるので、この点も重視する。例えば小麦ひつつみ（粉食）の汁の中に、冬はかぼちゃを入れ、夏・秋にはなまず・かにがとれば入れるなど。
- (イ) 基本食と副食の組み合わせには、一定の習慣があることが多い。たとえば、麦飯やかて飯にはたくあん漬や塩漬が合い、粉食（そばはっとう、小麦ひつつみ）には味噌漬が合うなど。こうした組み合わせを重視する。
- (ウ) 当時の生活状況を聞いてまとめる。いろりの生活、四季の作業や夜なべ仕事、炊事用具など。
- (エ) 行事食は、行事内容や、楽しみなど古老の言葉を入れる。

<食生活暦>調査表（4）および（3）の精密化

<自然と農業>調査表（1）（2）の精密化

II 基本食の加工と料理→調査表（3）の精密化および（6）の調査

- (ア) 総論 各素材について調査・執筆したうえで、全体像を集約する。

→「執筆見本（岩手）」参照

(イ) 素材別加工と料理

- (1) 「〇〇利用のしくみ」 各素材（米、麦、そば、大豆などそれぞれ）の種類・品種と利用法（料理法）、粒食・粉食・もち食など加工・料理法の組み合わせ方、日常食とハレ食の関係、季節性を聞き、まとめる。→「執筆見本（岩手）」の「米」「大豆」参照。ここにあげたような表を作成する。

(2) 各食品の加工、料理法

(A) 食べものそのものの説明 (B) 種類・品種の適性 (C) 加工・料理の手順、方法、うまくつくるコツ (D) 分量 (E) 食べ方・味 (F) 季節・時期と思い (G) 行事との結びつき、いわれ (H) 用具など →執筆要領を参照。

III 季節素材の利用法 →調査表（3）の精密化および（6）の調査

1. 野菜・山菜（きのこも含む）

- (1) 利用のしくみ 野菜・山菜・きのこの種類、周年利用のしくみ、種類ごとの生鮮利用と加工貯蔵による多面的利用（組み合わせ）を調べる。
- (2) 料理解説

上記II－（イ）－（2）参照

2. 海産物と自給する魚貝類

(1) 利用のしくみ 自給するもの、購入するものの種類、それぞれの利用時期、捕獲方法、保存方法を明らかにする。

(2) 料理解説

上記、Ⅱ－(イ)－(2) 参照。魚などは、内臓などを利用する料理が多いので、一つの素材の多様な利用、全体食の状況を調べる。

3. 肉・乳などの動物性食品

上記「2. 海産物、自給魚介類」に同じ。

4. 果物・おやつ・酒

企画書の構成案参照

Ⅳ 伝承される味覚 →調査表 (3) の精密化および (6) の調査

(ア) 発酵など微生物利用がもたらす味と知恵

味噌、しょう油が代表であるが、さらに地域によって、ひしお、飯ずし、魚しょう(しょつつるなど)などが組み合わされて、地域の味覚の基礎を確立してきている。この内容を調べる。

(イ) 漬けものの多様性

野菜、山菜の年間摂取に向けて、各種漬けものがつくられ、さらに地域独特の味つけの工夫が加えられている。この内容を調べる。

(ウ) 地域の自給産物による味つけのバラエティ

油脂類(ごま・えごま・くるみ・つばき油・あざらし油など)、酢、からし、さんしょう、にんにく、柿、ゆずなどの使い方を明らかにする。

(エ) 上のような地域の基本的味覚素材が、地域特有の料理を支えている。この結びつきを明らかにしたい。また、味つけは、年齢や季節(労働量)によってかえる工夫もある。このあたりも知りたい。

以上のような内容の調査から「総論」として地域の味覚の概要をまとめ、以下、構成案にそって加工法等についてまとめる。

V ○○の食・自然・農業(漁業)

調査表(1)より作図(屋敷回りの図)

調査した家から発想して、地域の食とその背景となる農業、漁業、立地、風土、歴史などを解説する。

総論 「人の一生と食べもの」の調査

(ア) 救荒食、薬用食、病人食、妊婦食

品目(素材)ごとに、採取・加工・利用法、貯蔵法(救荒食)、効用(薬用食)を調べる→調査表(7)

(イ) 人生の節目の食(離乳、初節句、結婚式、……葬式、法事)→調査表(8)

節目の祝や不祝儀の食べものを組み合わせ(膳の内容)として調べる。特別な料理はつくり方を調査。行事内容を簡潔に。

離乳時、妊娠時によいとされた単品の食べものがあれば、取りあげる。