

## 本学学生の雑煮の食べ方に関する調査

成田 亮子\*・加藤 和子\*\*

A Survey of Eating Styles Concerned with Traditional New Year's Compound Dish  
with Rice Cake "Zouni" in the Student Homes

Akiko NARITA, Kazuko KATO

### 1. はじめに

日本の家庭においての年中行事には、正月、七草、節分、雛の節句、端午の節句、彼岸、七夕など数多くあり今現在まで受け継がれ、その中で、正月は一年の始まりであり、元旦は年間を通じて最も心改まる大切な節目である。今から670年前の鎌倉時代末期の『徒然草』に、「かくて明けゆく空のけしき、昨日にくありたりとは見えねど、ひきかへめづらしき心地ぞする。」「大路のさま、松立てわたして、はなやかにうれしげなるこそ、またあわれなれ。」と大路、すなわち街の往来のさまこそ、かわっているが、元旦を迎える心は同じであるとあり、正月の行事は、「お月さま」とよばれる年神さま（稲の豊作をもたらす穀霊と、稲作を守護する先祖の霊）を迎え、五穀豊穡を祈る農耕儀礼が本来のものといわれ、年神さまに供えた神饌を下げて祝食するのが正月の食べ物であったようだ。元旦の祝いは奈良時代から宮廷の公式行事となり、現在のような鏡餅を供え雑煮を食して祝うなどの正月の風習は、室町時代からであると言われている。<sup>1)</sup>

雑煮は室町時代には烹雑といわれ、いろいろな材料を一緒に煮込んだ料理で、正月三が日の食物とされている。さといも、だいこん、ごぼう、にんじん、こんぶの他に餅が入り、雑煮のかたちが作りあげられてきた。<sup>2) 3)</sup> また、当時から地方の産物も多く用いられるようになったと報告されている。<sup>3)</sup> 餅中心の雑煮が作られるようになったのは、江戸時代以後であり、武士社会で重用され、その後、町家の風習となった。

今日において受け継がれている年中行事には、伝統的に特定の食べ物が食されていて、正月に欠かすことのできない雑煮においても、歴史は長く引き継がれている。しかし現在では、食事は多様化され、核家族化し、物資が豊富になり、食品を簡単に購入できるようになり、家族全員でハレの日の食事を共食することが減りつつあるなかで、「雑煮」はどのように伝承され、雑煮の地域性と伝統的な地方色に興味を持つと共に、1994年10月～1995年調査（第1回調査）と2004年調査（第2回調査）の家庭での雑煮の仕立て方、具材の内容を比較し、坂本らの報

---

\*栄養学科 調理学第3研究室 \*\*栄養学科 調理学研究室

告<sup>4)</sup>を参考にして、本校学生の家庭における雑煮についてのアンケートを行い、10年の間にみられる食習慣の変化について得られた結果を報告する。

## 2. 方法

### (1)調査対象

東京家政大学家政学部栄養学科並びに短期大学部栄養科に在籍する学生170名を対象とした回収率70%であった。さらに、今回は回収後、両親とも同出身県を対象とした。(119名中54名対象)

### (2)調査期間

第1回調査：1994年10月～1995年1月、第2回調査：2004年5月～2004年9月である。

### (3)調査内容

家庭において、伝統食として受け継がれている雑煮について、(1)本邦各地域の伝統的な雑煮の調理方法に関する10年間にける変化、餅の形状・加熱方法・汁の仕立て方とだしのとり方、(2)邦各地域における伝統的な雑煮に使用される具材について比較を検討した。

## 3. 結果および考察

### (1) 本邦各地域の伝統的な雑煮の調理方法に関する10年間にける変化

#### 1) 餅の形状と加熱方法

予備調査の結果、現在の家庭においても、1月1日～3日までの間に雑煮を食すと100%の回答があった。表1にみられるように、10年前と現在を県別に比較をすると、餅の形状については北陸地方の石川県において、10年前に丸餅を使用していたが、現在の家庭では角餅に変化していた。北海道・東北・関東・北陸・東海地方までは角餅であり、畑江らの報告<sup>5)</sup>と同様であった。近畿地方の兵庫県においても、10年前は丸餅を使用していたが、現在の家庭での調査結果では角餅であった。中国地方の広島県は、10年前と変わらず丸餅を使用していた。香川県については、丸餅の餡入りで変わらなかった。四国においては、10年前と今回も変わらず角餅を使用していた。沖縄県については、10年前に丸餅を使用と回答があったが、正月に雑煮を食す習慣は特にないようで、現在の家庭においては雑煮は食さないという回答であった。

以上の結果より、雑煮に使用される餅の形状については、10年前とあまり変わりなく、その地方の特色として受け継がれていることがわかった。餅については、家庭で餅を搗く風習は薄れ、真空パックの餅へと時代は変わりつつある中、先代から伝わる餅の形状について、今後も受け継がれるように、大切にしていきたいと思う。

また、加熱方法については、焼く・茹でる・加熱なしのまま使用と10年前とあまり変わりがなかった。しかし、現在の家庭では電子レンジ・オーブントースターなど、現代の調理器具を使用との回答がみられた。電気製品の普及とともに、調理時間の短縮を目的としていることがうかがえた。

表1 本邦各地域で摂食されている雑煮の調理方法に関する10年間における変化

		1994年	2004年
北海道	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(焼く) すまし(こんぶだし) いくら、鮭、高野豆腐	角餅(焼く) すまし(こんぶだし) いくら、たけのこ
岩手	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(茹でる) すまし いくら	角餅(茹でる) 白みそ(かつお、こんぶだし) だいこん、にんじん、みつば
秋田	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(焼く) すまし なめこ、こんにゃく	角餅(焼く) みそ(こんぶだし) 山菜(さわもだし、あいこ、えによ、ごぼう、わらび、ふき)
宮城	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(焼く) すまし 糸こんにゃく	角餅(焼く) すまし(かつお、こんぶだし) せり、高野豆腐
東京	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(焼く) すまし 鶏肉	角餅(焼く) すまし(かつおだし) ゆで卵、のり
長野	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(焼く) すまし くるみ、かんぴょう	角餅(焼く) すまし くるみ、かんぴょう、ぶり、いくら、鴨肉
新潟	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(生) すまし いくら	角餅(生、茹でる) すまし いくら、くるみ、ぜんまい、大豆
石川	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	丸餅 みそ かぶら	角餅(生、茹でる) みそ(かつおだし) こまつな
静岡	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(焼く) すまし 揚げ餅	角餅(焼く) すまし はくさい、さといも、なると
兵庫	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	丸餅 白みそ 春雨	角餅(生) 白みそ 雑煮だいこん、金時にんじん
広島	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	丸餅 すまし ぶり、はまぐり	丸餅(焼く) すまし(にぼしだし) ほうれんそう
香川	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	丸餅(餡入り) 白みそ かき、青のり	丸餅(餡入り、生、電子レンジ) 白みそ さといも、だいこん
高知	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	角餅(焼く) すまし	角餅(生) すまし かまぼこ
沖縄	餅の形状(調理法) 汁の仕立て法 特徴のある具材	丸餅 すまし 豚ばら肉	白みそ 豚ばら肉

2) 汁の仕立て方とだしとり方

汁の仕立て方は、兵庫県・香川県の白みそ仕立ては変わらず、すまし仕立ての地方も変わらなかった。沖縄県については、雑煮の習慣はないようであるが、汁仕立てとして豚ばら肉を使用していた。

図1には各地で雑煮を作る時に使用するだしについてまとめた。かつおだしが53%ともっとも多かったが、次いでにぼしだし、かつお・こんぶの混合だし汁が16%であった。表1にみられるように、北海道では産物であるこんぶを使用し、沖縄県では豚肉を使用していた。すまし仕立てが全国的に多いことより、かつおだしが過半数を占めていた。

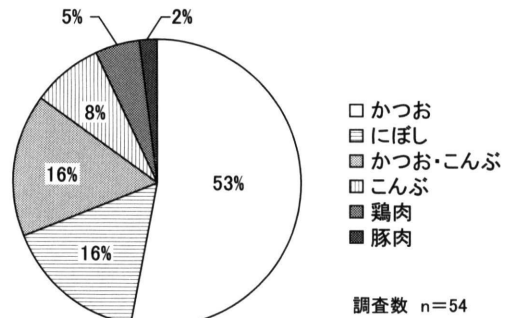


図1 雑煮を作るにあたって使用されるだし汁の種類

以上のことより、その地方の産物や独特の素材と仕立て方、そして歴史的背景があり、これらを変えることなく伝えていきたいと思う。

(2) 本邦各地域における伝統的な雑煮に使用される具材について

1) 植物性具材

図2には、雑煮に使用されるにんじん、だいこん、さといもなどの根菜類について示した。

にんじんは各地方において、平均的に使用されていた。特に北海道・東北地方25%、関東地方25%と多く、次いで北陸地方18%であった。農林水産省の統計情報部より出されている、「都道府県別作付面積・収穫量・出荷量」をみてもわかるように、北海道・千葉県はにんじんの主な産地であることから、多く使用されていると考えられる。

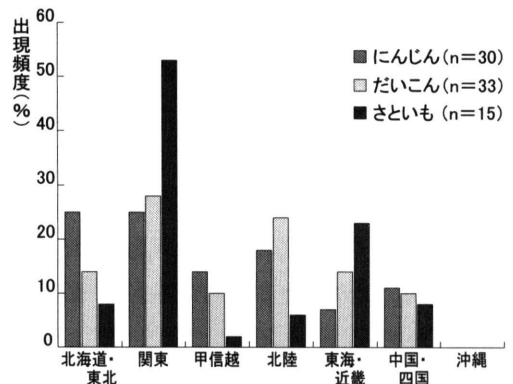


図2 本邦各地域の伝統的な雑煮の具材に使用されている根菜類の出現頻度

だいこんは、関東地方が多く28%、北陸地方24%であった。これにもにんじんと同様に、秋冬だいこんは宮崎県に次いで、千葉・神奈川県が産地である。さといもは関東地方53%と多く、次いで東海地方23%であった。さといもは千葉県が全国1位の収穫量である。

図3より、しいたけは北海道・東北地方25%、次いで甲信越地方20%であった。しいたけを栽培している地方に、多く使用されているようである。

図4には、香味をもたせるためのみつばや青物として加える葉菜類を示した。みつばは全国

的に利用されていた。青菜（ほうれんそう・こまつな）は関東地方が多く50%、東海地方が30%であった。ほうれんそうは千葉・埼玉県が主な産地であり、こまつなは東京が発祥の地である。

その他の具材として、表1に示したように、東北地方・北陸地方で、山菜の使用が多かった。新潟・長野県ではぜんまい・くるみ・かんぴょう、秋田県ではふき・わらび・あいこ・えによ、宮城県ではせりとその地方で収穫できる独特のものを使用していた。山菜は、塩蔵・乾燥といった保存方法が可能なため、寒冷地では厳しい冬に青菜の代わりに貴重な野菜として、雑煮に使用していたのが今に続いていると考えられた。きのこ類は秋田県でさわもだし・なめこ、山形県でしめじ・なめこ、長野県ではえのき茸を使用するとの回答もあった。ごぼうについては、秋田・山形・新潟県で使用するとの回答があった。山形・新潟・沖縄県ではこんにゃくを使用していた。また、新潟県の一部では、糸こんにゃくを使用するとの回答があった。

## 2) 動物性具材

肉類の中で、鶏肉は表1および図5に示したように、全国的に使用されていた。北海道・東北地方35%、関東地方26%、北陸地方17%であった。秋田県では品種として比内地鶏、長野県では鴨肉を使用するとの回答もあり、地方の産物を使用していた。長野・新潟・沖縄県では豚肉を使用するとの回答もあった。沖縄県については、豚肉使用と100%の回答があった。

魚介類としては表1より、北海道では、

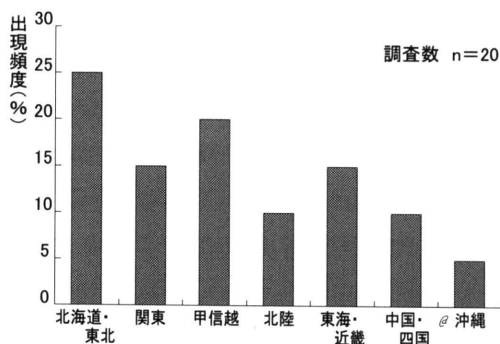


図3 本邦各地域の伝統的な雑煮の具材に使用されているしいたけの出現頻度

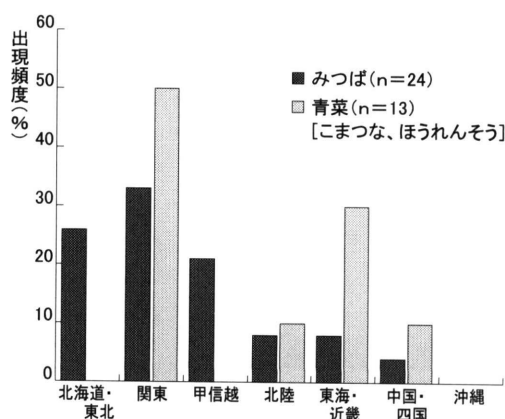


図4 本邦各地域の伝統的な雑煮の具材に使用される葉菜類の出現頻度

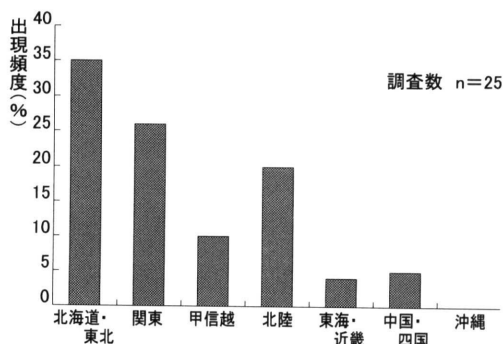


図5 本邦各地域の伝統的な雑煮の具材に使用されている鶏肉の出現頻度

鮭・いくら使用との回答があった。鮭といくらの漁獲地であるための関わりと思われる。新潟県は、いくらを使用していた。越後の“塩引き鮭”は今でも名産品であり、この鮭との結びつきがあるようである。長野県では、ぶりを使用と現在の家庭において回答があったが、かつて富山湾で獲れたぶりを塩ぶりにして、“越中ぶり”として飛騨高山まで運び、さらに松本・上諏訪まで“飛騨ぶり”として運んだ道が“ぶり街道”と呼ばれていた。小浜から京都まで鯖を運んだ“鯖街道”と同様の背景があり、その名残りが海のない長野県で、現在も雑煮の具材として使われていると思われる。また、かまぼこ・なるとを使用するとの回答も多かった。かまぼこは、北海道・岩手・神奈川・石川・岐阜・静岡・高知県と海岸のある地域に多かった。なるとは、福島・栃木・埼玉・東京・神奈川・長野・新潟県と回答があった。海のない関東・甲信越地方に多いように思われた。

### 3) その他の具材

回答より、新潟県で大豆を使用していた。また、大豆加工品も利用されており、神奈川・新潟県で油揚げを使用、長野・沖縄県では厚揚げを使用すると回答があった。豆腐については秋田・山形・新潟県で使用されており、高野豆腐については宮城県、福島県ではしみ豆腐として使用していた。

以上の結果より、時代が変わりつつある中で、年中行事の伝統料理として残る雑煮について、味と地域の特産物等を大切に、家庭の中で受け継いで、作られ続けていることがわかった。<sup>6)</sup>

今回は両親とも同出身県の家庭を対象としたが、今後の課題として、両親の出身県が異なる家庭の雑煮についても、さらに詳細な追跡調査をしていきたいと考えている。

## 4. まとめ

本学学生の実験における調査から得られた結果を以下にまとめた。

(1) 餅の形状は北海道・東北・関東・北陸・東海地方までは角餅であった。香川県については、丸餅の餡入りだった。10年前の回答と違いは見られなかった。

加熱方法は焼く・茹でる・加熱なしと10年前と変らなかった。しかし、焼くにあたりオーブントースター・電子レンジと現代の調理器具を使用している家庭があった。

汁の仕立て方は、兵庫・香川県の白みそ仕立て、その他の都府県では、すまし仕立てが多く、10年前と変わらなかった。

具材も10年前と変わらず、地方独特の産物を使用していた。

(2) 地方別雑煮の使用具材で、植物性具材は、にんじん・だいこん・さといもが関東地方で多く使用されていた。しいたけは、北海道・東北地方が多く、次いで甲信越地方が多かった。みつば・青菜については、関東地方が多く使用していた。東北地方では、山菜等の独特の産物を使用していた。

動物性具材は、鶏肉が北海道・東北地方で多く、次いで関東地方であった。長野県では、

## 本学学生の雑煮の食べ方に関する調査

鴨肉も使用していた。沖縄県では雑煮の風習はないようであるが、豚肉を使用していた。北海道・新潟県では鮭・いくらを使用していた。

- (3) 雑煮のだし汁については、かつおだしが53%と過半数を占めていた。次いでにぼしだし、かつお・こんぶの混合だしであった。沖縄県では、豚肉を使用していた。

### 謝辞

アンケート調査にあたり、ご協力いただきました本学学生およびご家族の皆様に深謝いたします。

### 引用文献

- 1) 松下幸子、祝いの食文化、東京美術選書、61、78-79 (1991)
- 2) 福地義彦、行事とときたりの料理、婦人画報社、12-13 (1994)
- 3) 吉川誠次、食文化論、建帛社、177-179 (1998)
- 4) 坂本薫、家庭科教育、65、80-85 (1991)
- 5) 畑江敬子・飯島久美子・小西史子・綾部園子・村上知子・香西みどり  
日本調理科学会、36、234-242 (2003)
- 6) 松下章子、食の科学、通巻95号、光琳 (1986)