

# 本学学生および卒業生の家庭における赤飯の摂取状況調査

成田 亮子\*, 加藤 和子\*\*, 長尾 慶子\*\*\*

(平成 17 年 10 月 6 日受理)

## An Investigation into the Situation of Taking of Red Rice in the Homes of Women Students and Graduates of Our University

NARITA, Akiko KATO, Kazuko and NAGAO, Keiko

(Received on October 6, 2005)

キーワード：赤飯, 伝統食, アンケート, 食生活調査, 食文化

Key words : red rice, traditional food, investigation, dietary survey, culture of dietary habits

### 1. はじめに

日本の祝事や祭事の儀礼において, また生まれて人として成長していく節目に, 形式的なものとして古来より赤飯・小豆飯が作られ食されている。

赤飯の歴史をたどると, 稲作民族だった日本人にとって1年の始まりは, 満月の1月15日が1年の始まりであり, その日に米を含むあらゆる作物の豊作を祈りながら食べたのが小豆粥である。このことは, 清少納言の「枕草子」に, その記述がある。従って, 平安中期には, 日本の行事・文化が生まれていたようである。

そして, 室町時代に一生における行事が折目正しく行われるようになり, 儀式や餐応の知識として, この頃成立した料理流派の研究成果が求められた。流派の中で有力だった「四条派」の「四条流包丁書録」には, 式正料理について, 学問的に古事を引用して, 由来と料理方が説明されている。

従来, 儀式食を尊重してきた京都の公家の間では, 平安朝さながらの有職料理が残されている。

この時代の強飯とは白強飯で, 赤飯とは赤小豆を混ぜた強飯であった。しかし, この白強飯は, しだいにすたれてしまい, 古代の蒸飯のなごりと, 古代の米が赤米だったことも考えられ, 赤小豆を混ぜた赤飯が, 祝儀用食物の代表として作られるようになった。江戸時代には, 一

般庶民にも伝わったとある<sup>1), 2)</sup>。

米そのものは, このように赤米から白米に交代したとはいえ, 飯の赤い色は維持されてきたようである。

また, 赤飯と行事の関係においては, ハレとケ(慶事と凶事)とは, 物事の表裏の関係である。赤飯と行事の関係においては, 慶事のためだけに, 共通する食べ物だけではなくなかったようである。葬儀や法事の日に赤飯を作る地方もあり, 豆の種類においても地方独特の豆から色をとって, 作っているところもあると報告されている<sup>3), 4)</sup>。

そこで, 家庭は核家族化し, 食事は多様化され, 伝統食と行事食が忘れられつつある中で, 家庭においての伝統食として受け継がれているであろう赤飯についての, 作り方・豆と米の種類・年間に作る目的・回数を年代別にアンケート調査を実施した。その回答から, 年代別に, 赤飯と行事のつながりや調理方法に注目し, 得られた結果を報告する。

### 2. 方法

#### (1) 調査対象

東京家政大学卒業生(90名)および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(75名)を対象とした。

年代別(20・30歳代, 40・50歳代, 60歳代以上), 県別(47都道府県)に調査用紙を無作為に配布し, 回収された165名を調査対象とした。回収率59%, その内訳は20・30歳代(43名), 40・50歳代(75名), 60歳代以上(47名)である。

\* 調理学第3研究室

\*\* 調理学研究室

\*\*\*調理科学研究室

(2) 調査期間 2002年4月～2002年9月, 2005年7月である。

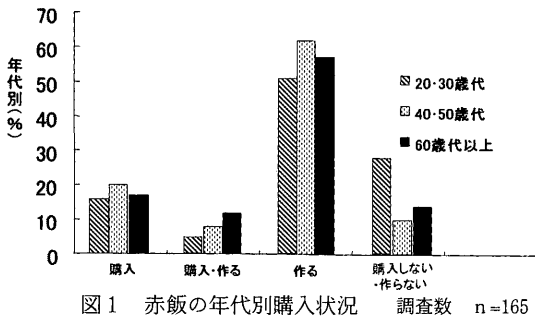
(3) 調査内容

家庭において伝統食として受け継がれている赤飯について、豆と米の種類・年間に作る目的・回数を年代別に調査をした。

3. 結果および考察

(1) 赤飯の年代別購入状況

家庭において赤飯の購入状況の結果をみると図1より、「家庭で作る」と回答があった人が、20・30歳代で50%と半分を占め、60歳代以上57%, 40・50歳代62%が一番多かった。



「購入」のみは、20・30歳代16%で、40・50歳代20%, 60歳代以上が17%であった。

「購入・作る」は、60歳代以上が12%, 40・50歳代8%, 20・30歳代5%である。

「購入しない・作らない」は、20・30歳代が28%と多

く、60歳代以上14%, 40・50歳代が10%であった。

「家庭で作る」のみが各年代ともに半分以上を占めており、伝統食として家庭に残っていることがうかがえる。しかし、最近では、赤飯を和菓子店・コンビニ・スーパー等で簡単に購入することができる。このことから、行事に使用すること以外に、年代が低い層程嗜好的に食されている状況がみられる。

(2) 赤飯を作る担当者

家庭において赤飯を調理する人の年代を調査した。その結果、図2をみると、20・30歳代では、「本人が作る」9%、「年長者と本人」2%、「年長者が作る」が45%、「作らない」44%である。40・50歳代では、「本人が作る」64%、「年長者と本人」4%、「年長者が作る」2%、「作らない」30%である。60歳代以上では、「本人が作る」69%、「年長者が作る」0%、「作らない」31%であった。

20・30歳代で「年長者が作る」が多くみられたのは、本学学生の回答であり、家庭での主な調理担当者が母親等であるためと思われる。

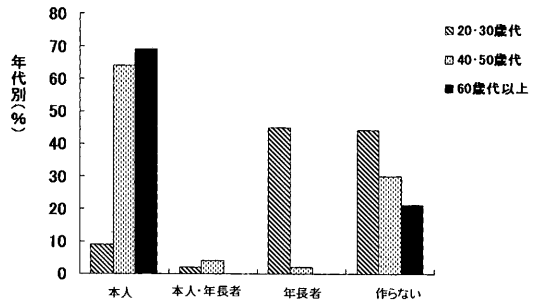


図2 赤飯を作る担当者(年代別) 調査数 n=165

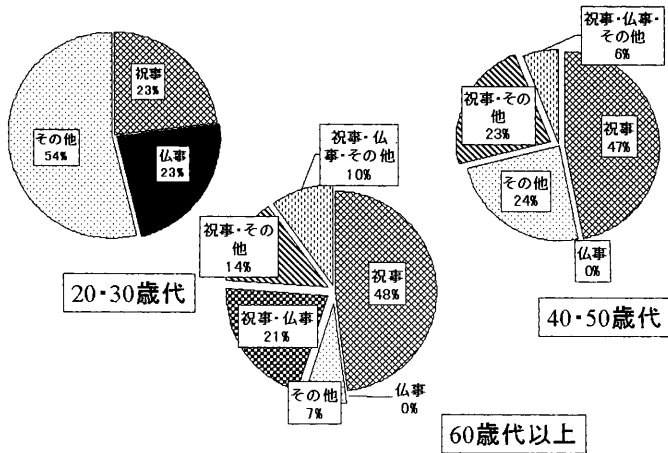


図3 年代別にみる使用される行事

調査総数 n=165

また、40・50歳代では、「年長者が作る」が少ないのは、本人が作っているためと、核家族化して年長者が同居していないためでもあると考えられる。

(3) 年代別にみる赤飯を使用する行事と行事内容

年代別にみる赤飯を使用する行事を図3に示した。その結果、20・30歳代では、祝事約1/4、仏事約1/4で祝事と仏事で約半数を占めている。残る半数は、「その他」である。40・50歳代では、「祝事のみ」で約半数を占め、「祝事・仏事・その他」で約1/4となっている。40歳代以上では、同様に「祝事」が約半数を占め、「その他」は少ない。「祝事・仏事」と行事と結びつけられている事が多い。

赤飯を使用する行事内容については、表1に示す通りである。年代を問わず「誕生日」「七五三」「成人式」「結婚記念日」が多くみられた。これらの行事は、通過儀礼として赤飯を作り、節目の喜びを祝うという古来よ

表1 赤飯を使用する行事内容（豆おこわを含む）

行事	祝事	仏事	その他
内容	誕生日・お食い初め・七五三・成人式・入学式・卒業式・就職祝い・結婚記念日・敬老の日・秋分・春分の日・初潮・正月・祭り・建て前・農業の収穫・快気祝い・開店記念日・地藏尊の日	葬儀・法事・盆彼岸	食べたい時 家族が好き コンビニのおにぎり 会食の時・来客のあつた時 良い豆・もち米が入った時 家族の健康のため(豆を摂る)

り忘れられることなく続いている行事であることがわかった。

60歳代以上では、「初潮」「開店記念日」「快気祝い」「建て前」等という回答もあった。しかし、これらの行事は、20～40歳代からは赤飯を使用する行事としては忘れられてしまうのではないと思われる。

他には、年齢に問わず、地方独特の「祭り」「収穫祭」「地藏尊の日」等に作るという回答もあった。

また、仏事としては、豆の種類を変えるなどして「葬儀」「法事」「盆」「彼岸」に赤飯を使用する例が北日本で多くみられた<sup>5)</sup>。(図4)

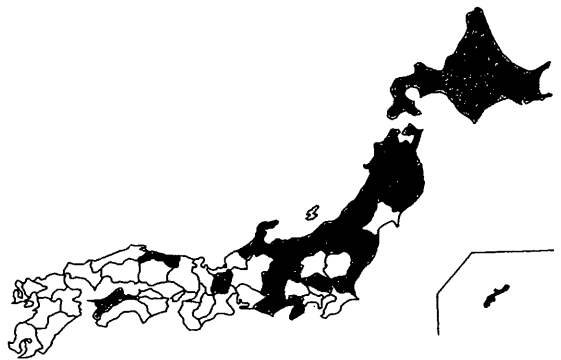
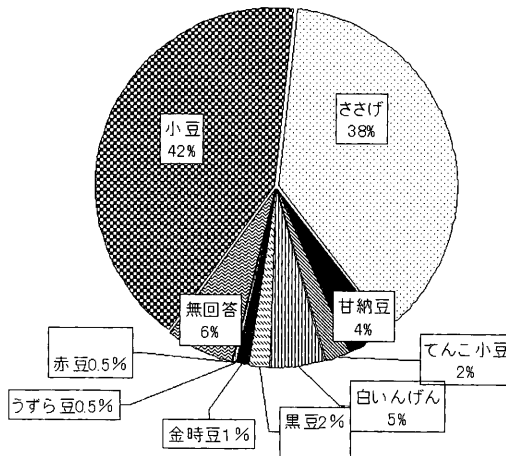


図4 仏事で作られている地域











(4) 赤飯に使用する豆の種類

赤飯に使用する豆の種類を図5・6に示した。豆の種類の出現頻度は、小豆42%とささげ38%で、合わせると80%とほとんどを占めている。その他には、北



出現総数 n=165

図5 赤飯に使用する豆の種類

-  甘納豆
-  てんこ小豆
-  小豆
-  ささげ
-  小豆・ささげ
-  小豆・ささげ  
金時豆・白いんげん豆
-  小豆・ささげ  
白いんげん豆・赤米豆なし
-  小豆・ささげ・黒米豆なし
-  小豆・甘納豆・赤豆
-  甘納豆 (缶詰)  
うずら豆の甘煮

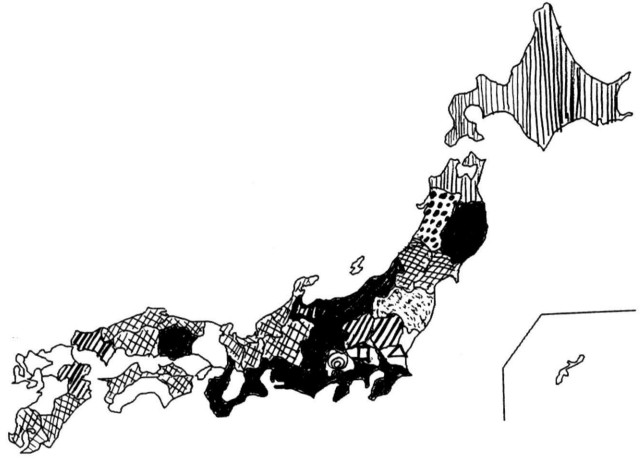
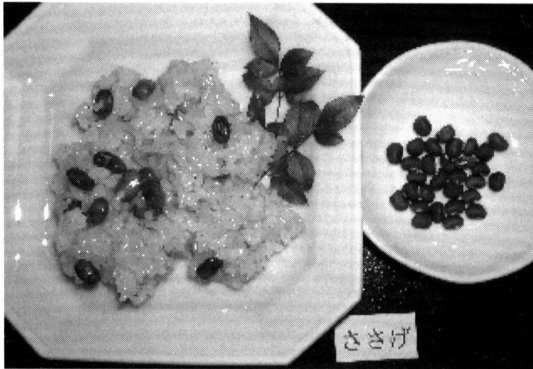


図6 全国で使用されている豆の種類

海道・茨城県の一部では甘納豆を使用し、北海道では食紅で米を染めるところもあった。また、秋田県では、てんこ小豆を使用し（写真1）、他県では、白いんげん豆、金時豆、うずら豆の甘煮などが出現している。仏事には、

黒豆、白いんげん豆を使用するとの回答もあった。

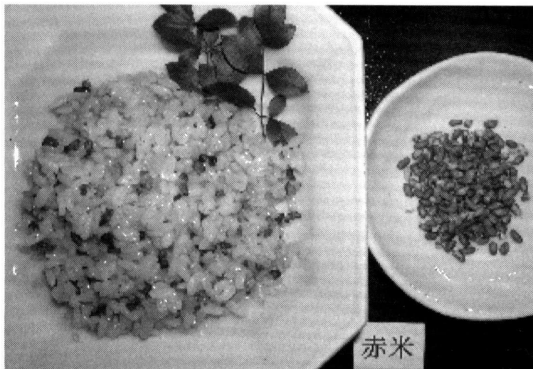
これらのことより、地方によって使用する豆が異なり、祝事、仏事と目的により<sup>3)</sup>、使い分けて使用されていることがわかった<sup>6),7)</sup>。



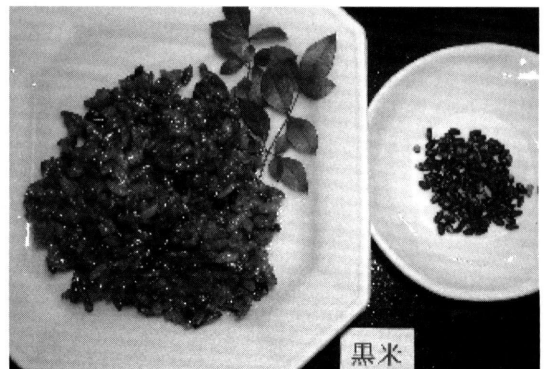
ささげ



てんこ小豆 (秋田県)



赤米 (福島県)



黒米 (埼玉県)

写真1 使用された豆と米の調理例

(5) 年間における年代別赤飯を作る回数

家庭における赤飯の手作り回数は図7に示すとおりである。

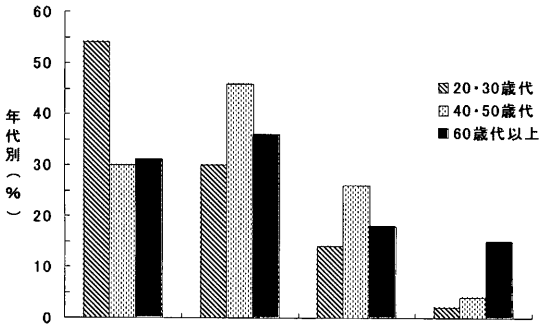


図7 年代別の年間調理回数 調査数 n=165

20・30歳代では「0回」が54%と多い。

「5回以下」が40・50歳代で40%、60歳代以上で36%と、他の回数と比較すると多い。「10回以下」では、40・50歳代が26%と多く、60歳代以上が18%、次いで20・30歳代が14%である。

「10回以上」は、60歳代以上が15%と多く、次いで40・50歳代が4%、20・30歳代が2%であった。

以上のことは、60歳代以上では、行事の回数とともに、「来客の時に作る」「食べたい時に作る」という回答がみられ、ご馳走的な感覚があるために作る回数が多いと思われる。40・50歳代では、「子供の行事」「地方での祭り」

「法事」等の行事のために作るため、年に5回程度なのではないだろうかと思われる<sup>9)</sup>。20・30歳代においては、「子供の行事」で作るという回答もあったが、赤飯は行事には結びつけずに「購入する」「おにぎりでよい」「嫌い」という回答がみられ、「作らない」と回答する割合が増えていると考えられる。

(6) 赤飯に使用する米の種類

赤飯を使用する米は、各世代とも、もち米のみが多かった<sup>9), 10)</sup>。40・50歳代において、赤米、黒米を使用するという回答が4%であった。(図8)

(7) 赤飯の加熱方法

赤飯を家庭で手作りすると回答があった中での加熱方法は、図9に示した通り20・30歳代においては、「炊く」50%、「蒸す」50%で、40・50歳代では、「炊く」が37%、

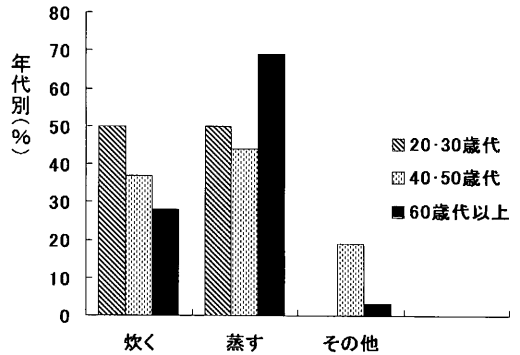


図9 赤飯の加熱方法 調査数 n=106

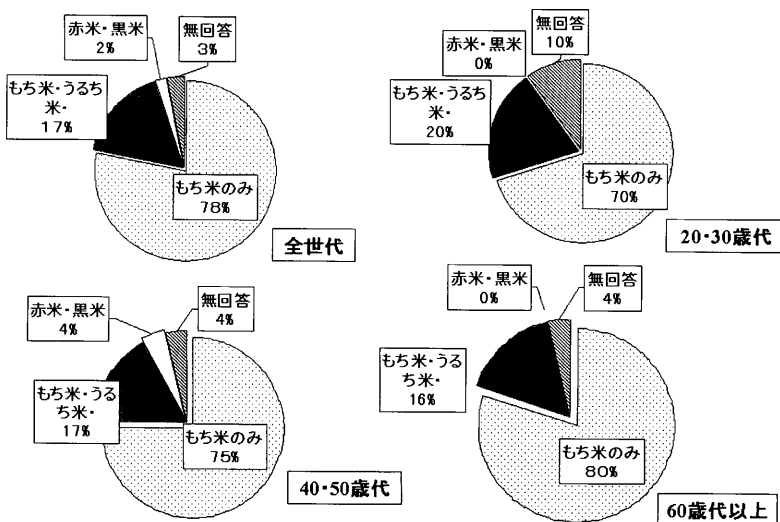


図8 赤飯に使用する米の種類

出現米総数 n=106

「蒸す」が44%とわずかに「蒸す」が多い。60歳代以上では、「蒸す」が69%、「炊く」が28%と昔ながらの「蒸す」方法が多かった。

(8) 赤飯に使用する調理器具

赤飯の加熱調理器具は図10より20・30歳代では、「炊飯器」で炊くが多く、40・50歳代では、「蒸し器」で蒸すが多かった。また、「圧力鍋」「炊飯器」「電子レンジ」等の器具を使って作る方法がみられた<sup>10)</sup>。60歳代以上では、せいろで蒸すという、昔ながらの調理操作を含め、「蒸し器」という回答が多かった。その他には、「餅つき器」「無水鍋」「圧力鍋」「炊飯器」と幅広い加熱器具を使用している。これは、炊飯器やその他の電気製品・鍋が簡単に「蒸す」「炊く」が行える、加熱調理器具の発達した世代であったためだと思われる。また、20・30歳代では、「炊飯器」「蒸し器」以外の加熱調理器具はわずかであり、これは、炊飯器の機能の発達によるものと思われる。従ってしだいに赤飯の加熱方法は、昔ながらの「せいろ・蒸し器」で蒸すという調理操作がしだいに少なくなると考えられる。

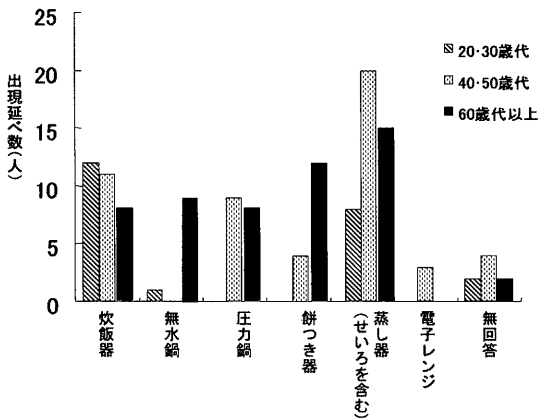


図10 赤飯の加熱調理器具 (年代別) 調査総数 n=128

以上の結果より、古来より祝事・祭事の行事において、赤飯・小豆飯が欠かせないものであったが、核家族化し、食事が多様化され、電気製品の特に炊飯器の機能の発達により、赤飯は、伝統食のみならず、日常食のメニューの一つになりつつあることがうかがえた。

しかし、先人より受け継がれてきたいわれや、調理操作等について筆者らは、食教育を通じて若い世代へと受け継いでいきたいと考える。

4. まとめ

本調査から得られた結果を以下にまとめた。

- (1) 本学卒業生および在学生の家庭に於いては、各世代とも赤飯は、「購入する」より「作る方」が過半数を占めていた。20・30歳代においては、「購入しない・作らない」と回答のあった人が、28%を占めていた。
- (2) 赤飯は20・30歳代では、コンビニ等のおにぎりを購入する等、行事とかかわりなく日常食として扱われており、40歳代以上では、祝事・仏事等の行事と結び付けて食されていた。
- (3) 全国で使用されている豆は小豆・ささがが多かった。県によっては、特徴のある豆を使用していた。甘納豆を使用している県もあった。豆の種類を変えて、仏事に作る地方もあった。
- (4) 年間の手作り回数では、20・30歳代で「0回」、40歳代以上で「5回以下」が多かった。
- (5) 使用する米は各世代とも、もち米のみが多かった。
- (6) 加熱方法は、20・30歳代では、「炊く」50%・「蒸す」50%で、40歳代以上においては、「蒸し器」等で「蒸す」方法が多かった。特に60歳代以上においては、加熱調理器具はせいろを含む「蒸し器」の使用が多かった。

謝 辞

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

引用文献

- 1) 樋口清之, 日本食物史, 柴田書店203-243 (1977)
- 2) 松下幸子, 「祝いの食文化」東京美術選書60-68 (1991)
- 3) 安室知, 「アズキとコメの儀礼食—赤飯と小豆飯の類似と相違」虎屋虎屋文庫20-21 (2004)
- 4) 吉川誠次, 江後迪子, 下村道子, 高正晴子, 橋本慶子, 食文化論, 建帛社189-195 (1998)
- 5) 柏村サタ子, 聞き書き福島の食事, 農山魚村文化協会, 13-344 (1987)
- 6) 日本調理科学会特別研究委員会, 「調理文化の地域性と調理科学」報告書—豆・いも類利用の地域性—, 19-237 (2002)
- 7) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝, 日本調理科学, 38,

99-104 (2005)

303-305 (1977)

- 8) 千澄子, 城戸崎愛, 宮田登, 行事としきたりの料理,  
婦人画報116-117 (1994)
- 9) 柳原敏雄, 伝承日本料理, 日本放送出版協会,

10) 板橋春夫, 日本民族学, 206, 123-128 (1996)

11) 阿部芳子, 相模女子大学紀要, 60, 21-28, (1996)

### Abstract

Results of the survey were obtained as follows.

In each generation, the number of people who make red rice by themselves are more than those who purchase it.

People in their twenties and thirties eat red rice anytime, regardless of ceremonial occasions, and those in their forties and older eat it for ceremonial occasions.

Small adzuki beans and cowpea are often used for red rice in wide areas in Japan. Characteristic beans are used in some prefectures.

The number of times red rice is made 0 time a year for the people in their twenties and thirties and less than 5 times for those in their forties and older.

Glutinous rice is often used for red rice, in each generation.

As for the cooking method, steaming with a steamer is common for the people in their forties and older.