

食生活関連意識から 2

山下 満智子 Written by Machiko Yamashita

家庭の団欒と食卓

① 団欒の形成

家庭の団欒は、食卓を囲む風景に強く結びつく。しかし実は、これは日本古来のものとはいえない。大正時代の社会学者である堺利彦はその著「家庭の新風味」(※1)で、家庭の団欒について「一家だんらんの趣は、最も多く食卓の上に現れる」、「一家のものが一つ食卓を囲んで、相並び、相向かい合つて、笑い、語り、食ひ、飲む、これがないなら、家庭の和楽の半分は減じてしまふであらう」、「夕食は最も楽しき最もにぎやかなるだんらんである。…酒もある、菓子もある、一日中で最もこころがある」と述べた。

堺利彦の「家庭の新風味」について、国立民族

学博物館・前館長の石毛直道氏は、「身体維持のためだけの手段として食事を捉える禁欲的な食事観を否定し、食事を積極的に楽しむことを通じて『だんらん』の場を形成することを主張したことに注目している」と語る。

「日本の家庭の一つ食卓を囲む団欒像は、堺利彦の『家庭の新風味』などによって、それまでとは違った食事観のもと大正時代に作られたものなのだ。

現代の食卓は、孤食(一人の食事)や個食(同一の食卓で違うものを食べる)が決して特殊な状況でなく、当たり前の風景となっている。そのような食生活をおくる現代においても、この堺利彦が「家庭の新風味」で描き出した「一つ食卓を囲む団欒像」は、強い影響力を持っているのではないだろうか。

もちろん堺利彦が描いたような団欒は、当時の日本の家庭に存在したものではない。しかし

そのイメージは、大正デモクラシーとともに広がり、婦人雑誌などで取り上げられ、日本における家庭の一つの理想像となった。まさにイデオロギーと衛生という言葉によって、銘々膳である「はこ膳」が、チャブ台によって一掃される。以来、家庭の食卓は、それがチャブ台からダイニングキッチンやリビングキッチンのテーブルへと変わっても、長く「一つ食卓」として団欒の象徴となった。堺利彦の主張は、家庭料理のメニューも変えた。昭和のはじめに、鍋物やすき焼きが家庭料理として普及するのにも一役かっている。明治以前には一人鍋という形は存在したが、家庭で鍋物を囲むことはなかった。同じ一つ鍋のかか

II

住まい・生活意識に見る現実と課題 (2)

〈生活意識調査結果から〉

表1

男女年代別 調理の面倒感、嫌い、好き、食生活全般の満足感

	調理が面倒 (%)	調理が嫌い (%)	調理が好き (%)	食生活全般の 満足 (%)
男性20代	41.4	6.9	48.3	67.3
30代	35.7	14.6	52.1	65.7
40代	17.4	2.2	58.7	78.1
50代	22.9	8.3	54.2	74.1
60代	22.2	8.9	42.2	86.2
女性20代	33.9	1.7	78.0	79.5
30代	50.4	16.8	52.0	71.4
40代	38.0	13.2	57.9	77.0
50代	31.8	11.6	52.7	77.1
60代	26.2	12.6	59.2	75.7

n = 753

た開炉裏を囲むときにも、食べ物の分配権は主婦にあり、各自が箸を出すことはなかった。

② 一つ食卓に変化

戦後の経済復興から経済成長、専業主婦率がピークに向かう一九七〇年代には、その食卓にはバラエティー豊かな料理、そして手作りの菓子を並べなければいけないということで、料理教室が一大ブームとなった。主婦や結婚前の女

性が大挙して料理教室に通い、様々なメニューを自分のものとし、家庭に持ち帰った。おかげで一九七〇年代以来、日本の家庭は世界に類を見ないバラエティー豊かな食卓を持つこととなった。堺利彦の理想の「だんらん」が、一瞬実現したのではないだろうか。

やがて仕事のために父親が「一つ食卓」から姿を消し、以後、女性の社会進出などで家庭料理のレパートリーは徐々に減りはじめた。しかし、冷凍食品やインスタント食品という食の外部化がそれを補った。次いで、子どもが一つ食卓から消えた。食卓を囲むことよりも塾通いが優先されるようになったからだ。家族が食卓に揃わないことが常態化して、週末の食卓が、「集い食」として話題にされるようになった。

そのような状況の中でも、女性には、夕食に「ごちそう」を並べるという意識は残る。後述する今回の生活意識調査の「リラックス」や「癒し」の設問で、三〇代、四〇代の女性は、自ら作らなければいけない家庭の食事よりは、むしろ食卓以外の団欒や家族との会話の方が、癒しやリラックスできる時間と意識していることがわかった。

一方、男性では、家庭の食事を現在も癒しやリラックスができる時間と捉えている。家庭内で調理に対する役割分担は、まだしっかり存在し、それが家庭の中で、団欒観の違いを生み出しているようだ。

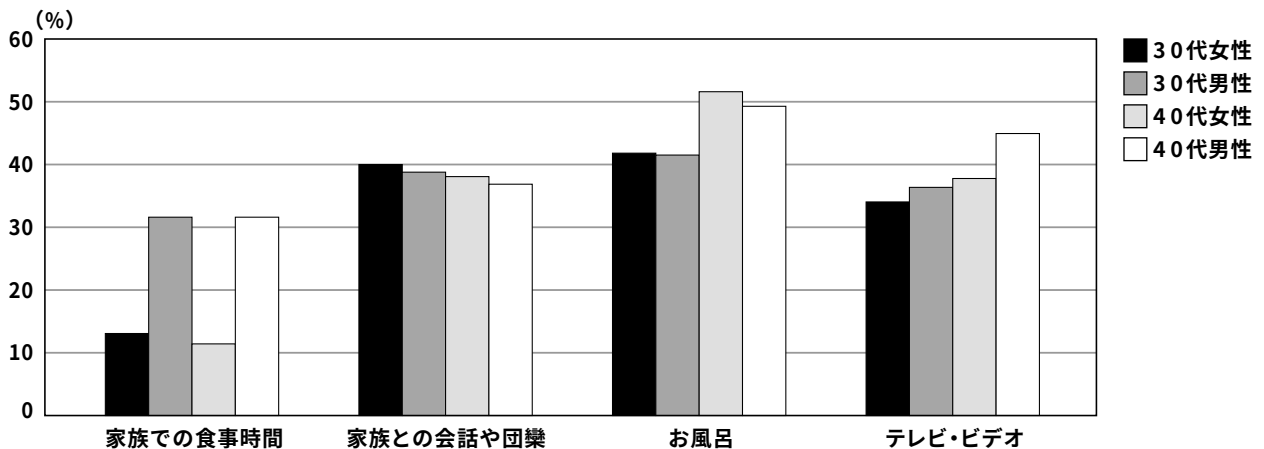


図1

30代・40代男女年代別 くつろぎ感やリラックスを感じる時間

三〇代・四〇代女性の調理意識

①調理は好き、だけど面倒

三〇代の女性は四〇代女性とともに、もちろん主たる調理の担当者(三〇代が約八割、四〇代が九割)であり、調理頻度はほとんど毎日週四〜五回という方が八割以上を占める。その三〇代女性では、調理が好き(五割強)や食生活全般への満足(七割以上)は、男性や他年代に比べ決して低くはない、しかし調理に対する面倒感は五割、調理が嫌いが一六・八パーセントと、男性や他の世代に比べ調理に対するネガティブな評価が高くなっている。

また、三〇代・四〇代の女性では、食生活に対する不満な点で、栄養バランスや安全・安心に加えて、経済節約できない(三〇代は二六・二パーセント、四〇代は二九・五パーセント)、料理が下手(三〇代は一八・三パーセント、四〇代は一三・九パーセント)などのポイントが高くなり、主たる調理担当者らしい不満や悩みが感じられる。

食生活を変える必要については、半数がその必要を感じており、男性や他の世代に比べて、その割合が高くなっている。その理由は家族の健康であり、節約のため、そして自分の健康のためであった。これも主たる調理担当者としての責任感からといえるだろう。

②家の食事は、リラックスできない

三〇代女性の調理に対する思いはなかなか深刻だ。例えば、家族との会話や団欒に癒しや

リラックスを感じるは、三〇代男女ともに四割近く、風呂や睡眠、テレビ・ビデオに対する評価と同じ程度である。一方、調理をともなう家での食事については評価が分かれる。家での食事は、三〇代男性の三二・四パーセントでは、くつろぎ感やリラックスした気分を感じる時間と評価されているが、三〇代女性では一三・五パーセントと評価が低くなる。四〇代女性では一一・五パーセントと、さらにその評価が低くなる。主たる調理担当者である女性は、家での食事を癒しやリラックスを感じる時間と評価していないのだ。

③平日の調理時間による分類
女性の調理時間については、三つの傾向が読み取れた。①調理時間の二極化、②五〇代以降で調理時間が短くなる傾向、③現実と理想調理時間の差である。

調理時間では、三〇代の女性で、平日夕食の調理時間に五〇分以上六〇分未満、あるいは三〇分以上四〇分未満が、それぞれ三割弱と多くなった。調理時間には二極化が見られ、その基準は四〇分であった。

この基準を元に、四〇分以上を「手作り派」、四〇分以下を「簡便派」とした。さらに簡便派

表2

女性年代別 40分未満の平日・休日調理時間ならびに
平日・休日理想調理時間割合

	現状調理時間 平日	理想調理時間 平日	平日理想調理時間 ／平日現状調理時間
20代	44.0%	64.3%	1.46
30代	38.4%	60.2%	1.57
40代	42.1%	58.3%	1.38
50代	47.3%	62.0%	1.31
60代	55.4%	63.0%	1.14

	現状調理時間 休日	理想調理時間 休日	休日理想調理時間 ／休日現状調理時間
20代	30.6%	62.5%	2.04
30代	32.8%	58.5%	1.78
40代	37.1%	51.7%	1.39
50代	41.1%	57.4%	1.40
60代	49.5%	59.0%	1.19

	現状調理時間 平日	現状調理時間 休日	休日現状調理時間 ／平日現状調理時間
20代	44.0%	30.6%	0.70
30代	38.4%	32.8%	0.85
40代	42.1%	37.1%	0.88
50代	47.3%	41.1%	0.87
60代	55.4%	49.5%	0.89

II

住まい・生活意識に見る現実と課題(2)

へ生活意識調査結果から

夕食のための調理時間 平日 女性 年代別

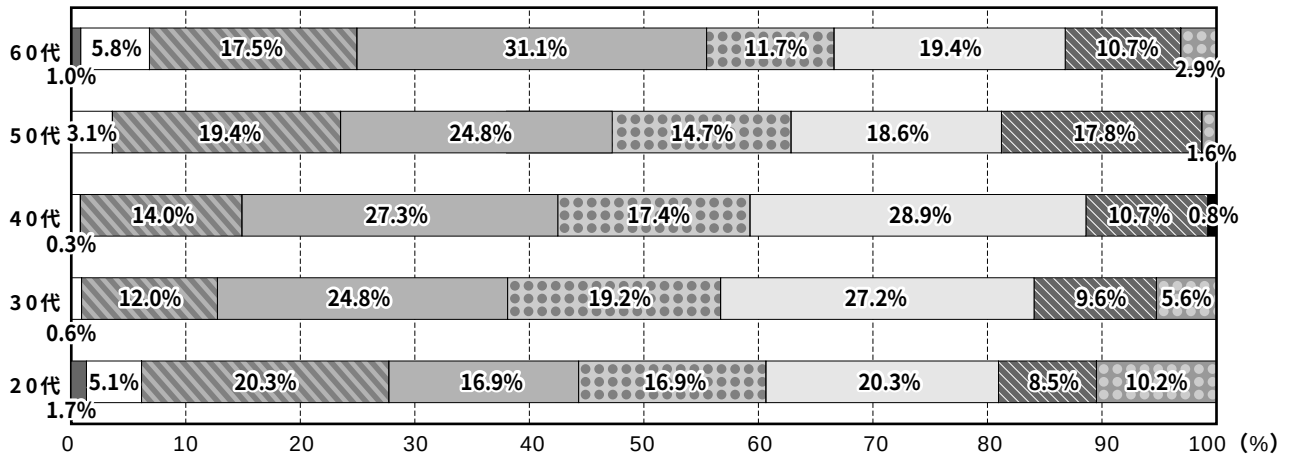


図2 女性の平日の調理時間

夕食のための理想調理時間 平日 女性 年代別

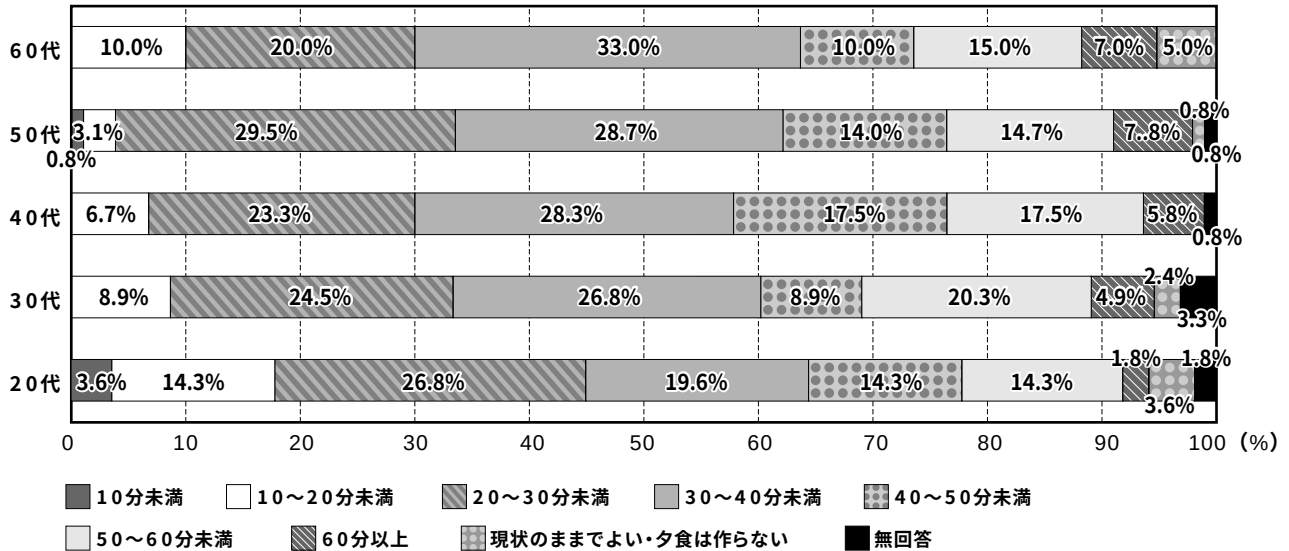


図3 女性の平日の理想調理時間

について、四〇分未満三〇分以上を「お手軽調理・簡便派」、三〇分未満二〇分以上を「スタンダード簡便派」、二〇分未満を「スーパージョーンズ」と細分した。

手作り派についても、五〇分未満四〇分以上が「お手軽調理・手作り派」、六〇分未満五〇分以上「手作り派」、六〇分以上「本格手作り派」と分類した。

「スタンダード簡便派」とした調理時間三〇分未満は、三〇代・四〇代では二割強であるが、二〇代・五〇代・六〇代では二・五割前後と増加する。しかし男性の各世代で二割以上いる二〇分未満の「スーパージョーンズ」は女性では少なく、特に三〇代・四〇代女性ではほとんどいない。一方、六〇分以上の「本格手作り派」が、三〇代・四〇代女性で一割程度いる。

④ 理想の調理時間

簡便派の基準とした四〇分未満を実際の平日調理時間とする方は、女性の三〇代・四〇代で四割前後であるが、一方、理想の調理時間として四〇分未満を希望する方は約六割に増加する。表2のように、平日の調理時間四〇分未満を理想とする割合を実際の割合と比べると、三〇代女性では一・五七倍となり、平日の調理時間を短くしたいという希望が、他の世代の女性よりも強い。

また、平日の理想調理時間を三〇分未満にしたいという希望は、三〇代・四〇代女性で一・五割弱から三割強に倍増する。

休日の調理時間では、簡便派の基準とした四〇分未満が、四〇代で〇・八八倍、三〇代で

現代生活者の住まい・生活観（２）

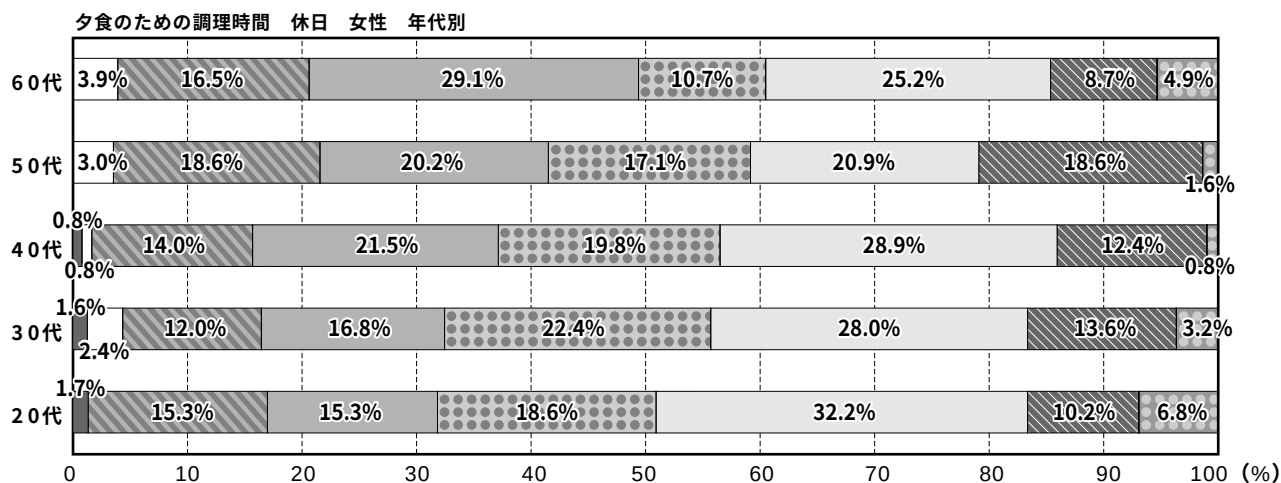


図4 女性の休日の調理時間

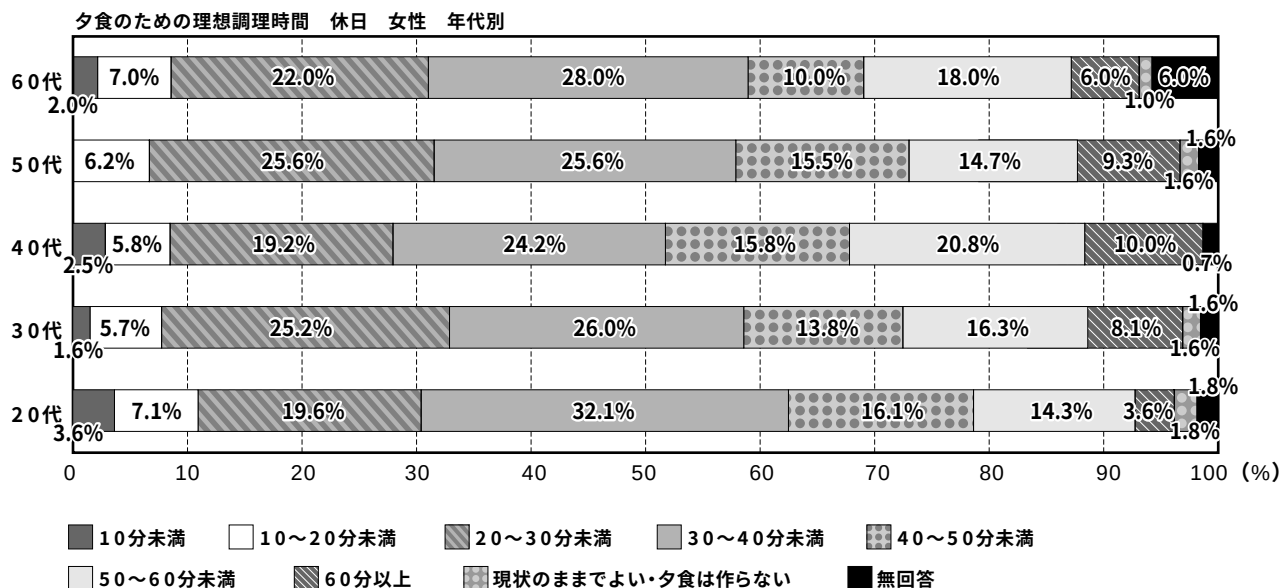


図5 女性の休日の理想調理時間

○八五倍と平日より少し減り、調理時間五〇分以上の「手作り派」が増え、全体として調理時間は増える傾向にある。

しかし、休日の理想の調理時間では、休日の理想調理時間を四〇分未満とする希望が四〇代で五割強、三〇代で六割弱となる。三〇代女性では、休日の理想の調理時間を四〇分未満に短縮したいという希望が、実際の一・七八倍と強い。この傾向は二〇代女性で二・〇四倍とさらに強くなる。また、休日の理想の調理時間を三〇分未満にしたいは約二割から約三割に増加する。

三〇代・四〇代の男性の調理意識

一方、三〇代・四〇代男性では、「調理をしない・したことがない」方は半数強あり、他の世代と違いはなかった。調理の好き嫌いでは、嫌いの割合が三〇代男性で一四・六パーセントと、他の世代や四〇代男性二・二パーセントに比べて高く、三〇代女性（二六・八パーセント）に次いでいる。また調理に対する面倒感でも三五・四パーセントと、四〇代男性の一七・四パーセントに比べて高い。

四〇代の男性では、食生活への満足感が高く、三〇代以下の男性に比べて不満が少ない。四〇代男性では、主たる調理担当者が配偶者・親である割合が九五パーセントを越え、三〇代男性に比べ、本人の割合が低い。食生活の満足感が



大阪ガスッキングスクール「脳を元気にするお料理講習会」

高い傾向は、四〇代以上の男性に共通して見られ、調理に対する面倒感や嫌いな点ネガティブな評価は、主たる調理担当者かどうかにか大きく関わるといえるようだ。

家庭の調理の今後

「私作る人、僕食べる人」というコマーシャルを覚えておられるであろうか。昭和五一（一九七〇）年のライメンのコマーシャルだ。参議院議員の故市川房江さんの「男女の分業、女性の家事

労働を強制するものだ」という抗議から大論争になり、コマーシャル自体は、すぐにテレビ画面から消えた。しかしこのコマーシャルは、一世を風靡したテレビコマーシャルとして何かと話題にされてきた。

本生活意識調査の食生活関連分野調査結果を概観すると、このコマーシャルが大論争を巻き起こしてから、はや三〇年近くがたったが、食生活関連における男女の分業が、いまだ根強く残っていることが確認できた。

今回の調査では、食と子どもという視点で質問を設定しなかったが、現在のところ、子どものいるライフステージである三〇代～四〇代の女性はその希望する調理時間よりは長く現実の調理に時間を費やしており、それは子どもを含む家族や自分の健康のためと考えられた。しかし一方で、主たる調理担当者である女性の意識には変化が見られ、強い面倒感など調理に対するネガティブな評価へと繋がっていると考えられた。

衣食住の中で、衣や住が既に一〇〇パーセントに近い割合で外部化しているのに対して、食ではその割合がまだ五割にいたっていない。今回の調査で明らかになったように三〇代～四〇代の女性の調理に対する面倒感や調理時間短縮への希望の強さから考えて、調理時間を短縮するため、なお一層の食の外部化が進むことになるのだろうか。

食の外部化が進展する中で、大阪ガスでは脳の健康、脳を育てるという視点から、調理の効用について東北大学と共同研究（※２）に取り組んでいる。その共同研究の結果、調理によって脳が活性化することを確認し、さらにガスコンロやグリルを使った簡単な調理の習慣が脳を若くさせることが実証できた。同じく共同研究で、親子クッキングが子どもの脳を活性化し、情緒安定や創造力育成に役立つと推測できる結果も得た。

今後の家庭の調理については、これから大きく変化が予想されるが、その変化の行方は、女性ではなく男性にかかっていると筆者は考えている。家庭の調理は、堺利彦により唱えられた「家庭の和楽」や家族や自分の健康のためであり、そして脳を健康にする効果があり、脳を育てるという役割も担うことができることが科学的に検証されはじめている。三〇代～四〇代の男性が、すぐに変化することは難しいだろう。しかし団塊世代の男性が自然体で家庭に戻り、調理にも果敢に挑戦しはじめることで、食生活の行方が開けるのではないかと考えている。

（大阪ガス エネルギー・文化研究所 副主任研究員）

（※１）『堺利彦全集』第二巻 一九八〇 第三版 婦人・家庭論・家庭の新風味 家庭の和楽 第二章
（※２）共同研究については、大阪ガスホームページ
http://www.osakagas.co.jp/html/ryori_no/index.html?n=12掲載