

## 食の行方

大阪ガスエネルギー・文化研究所  
山下満智子

## はじめに

20世紀に日本の食は大きく変化し多様化してきた。一方食の多様性を生み出した、日本の家庭では、家族構成が大きく変わり、家族人数は減少し続けている。その原因は1960年代は出生率の低下、1970年代は核家族化による小家族化であった。そして'80年代以降は単独世帯化である。平成9年の国民生活基礎調査では、単独世帯がついに25%となった。(平成10年は単独世帯23.9%、2人世帯25.1%)

このような家族人数の減少の中で、一見豊かに見える食生活にも、日常的な「孤食」や「個食」という形で、たんに空腹を満たすためや義務や習慣としての食事という場面(シーン)が散見される。本稿では食の行方について、食のスタイルの変化を中心に考察したい。

要点としては次の3点である。

1. 近代における食の多様性と概念の成り立ち
2. 単独世帯の増加と現代の「箱膳」と言える個食、孤食について
3. 楽しむ食事作法の確立、料理の多様性から共食場面(シーン)の多様性へ

## 食事作法とテーブルスタイルの変化

20世紀に日本の食のスタイルは箱膳、卓袱台、ダイニングテーブルへ、大きく変化してきた。箱膳、卓袱台、ダイニングテーブルという異なる三つの食のスタイルと食事作法は、近代における日本の食文化の最大の特徴の一つであり、このような変化は世界に類をみないという。( \* 1 国立民族学博物館 石毛直道先生を中心にした卓袱台の研究 ) 同研究によれば、伝統的な箱膳の食事作法は1925(昭和元)年前後で卓袱台スタイルに変わった。箱膳のころは、献立は至って簡単、毎日同じようなものを食べ変化に乏しい、そして楽しむというよりは、日常的には、黙ってさっさと済ませる、どちらかといえば義務の食事だった。しかし一方で「楽しむ食事」の場面として、祭りなどハレの食事には共食場面が存在したことだろう。

同研究グループの一人である国立民族学博物館の熊倉教授によれば、卓袱台以前の日本の食のスタイルの特徴は、専業主婦が存在しない時代に過重な労働が1人に集中しないようになっていたことだという。確かに一品か二品のおかずはあらかじめ銘々に分けられていて、いちいちの給仕が不要であり、食器は洗わず銘々が始末する。箱膳は時間帯の定まらない、大勢の食事準備に適したスタイルだ。しかしやがて水道の普及、衛生と栄養という概念が影響して箱膳から卓袱台へと、テーブルスタイルの変化は加速された。

近代になって都市生活者が生まれ、都市に初めて誕生した専業主婦が新たな食事文化を作り出した。それには家庭の団欒や家族員の心的交流など「家庭(ホーム)的な家族」を理想とする明治20年前後をピークとした総合雑誌の公論が大きな影響を与えた。やがて明治20年代後半から30年頃を転換期として、家庭や家族は公論の場から消え、もっぱら女性を対象として女性にのみ関わるものとして語られていくというように変化していく。(牟田一恵著 戦略としての家族から)

理想とされた「家庭(ホーム)」の食事の場であり、明治30年代から急速に普及した卓袱台は、実際には厳しい躰の場であったようだ。唯一話をしていただのは、説教をしている家長である父親だけという、団欒とは程遠い状態だったようだ。しかし「家庭(ホーム)的な家族」の卓袱台には、次第に多様な料理が並ぶようになる。主婦が家族に毎日違うメニューを食べさせることにアイデンティティーを見出した結果やがて食事文化そのものを変えていく。

家庭(ホーム)の中で家事という労働を主婦が集中してこなすシステムも実はこの時代に生まれたわけである。この時代を境に日本の食事文化は大きく変容する。そして卓袱台は昭和10年代にピークを迎え、1970年(昭和45年)前後にはダイニングテーブルに逆転されてしまう。

しかし昭和10年代にピークを迎え、昭和45年前後にダイニングテーブルに逆転されてしまったはずの「卓袱台」当時に形成された食事文化はその後長く大きな影響を残している。その影響は現代にも残されている。それは例えば「家庭(ホーム)」では、食卓で一家団欒しなければいけないという概念であり、毎日家族に違った料理を食べさせなければいけないという思いや、それに見出した主婦としてのアイデンティティーである。食べる側からすれば、毎日違うものを食べたい、色々のものを食べたい、少なくとも毎食同じものは食べたくない、というような欲求である。また(箱膳時代にはなかった)家事という労働が主婦に集中するシステムである。

ところで近代に都市の専業主婦がアイデンティティーを見出した旺盛な料理意欲は、戦後さらに大衆化した形で都市から全国に広まり、日本の食卓はますます多様化した。やがて専業主婦率がピークに達した1975年以降少しずつ家庭の料理離れが起きてきたが、それでもほんの少し前までは日本の主婦の最大の悩みは、今晚の献立とお弁当のおかずであるなどと揶揄されたものだ。平和と豊かさの象徴のようでもあり、本人にとってはきわめてまじめな「脅迫概念」であった。

現在家庭の食は社会化が更に進展してきて、食の多様性も食品産業によって代行される部分が多くなってきている。そして家庭の調理そのものは、多様性から簡便性、健康指向、安全・安心へと変化している。

#### 現代の食事作法と食のスタイル

単独世帯はもとより、家族がいても食事時間が合わないなど食事を1人でとる機会は、年齢を問わず多くなってきている。仕事帰りにコンビニで購入した惣菜をリビングでテレビの前で食べたり、ダイニングテーブルに1人分の食事が残されていたり、単独世帯や小家族化した現代の家族の食事スタイルは案外「箱膳」スタイルが多いのではないだろうか。

近代に箱膳、卓袱台、ダイニングテーブルと変化した日本の食事スタイルは、家族人数の減少によってまた新たな変化が起きはじめている。高度経済成長以来企業戦士の父親は食卓に不在がちであったが、それでも週末には団欒の場になったダイニングテーブルから、だんだん家族が減り始め、ついに1人になってしまった。そこにはくつろぎはあっても、食をコミュニケーションの媒体としてメッセージを伝える相手はなく。安心感や楽しさは望むべくもない。(食の文化 第5巻 食と情報 P15 国立民俗学博物館 館長 石毛直道氏発言「食べ物は生きるためのガソリンではない。一人で食べるのでなく、食をコミュニケーションの媒体としてメッセージを持つことによって人は何か安定感を得ることが出来るのです。」)

単独世帯だけでなく、小家族でも日常の食事の場面では、仕事の合間に手の空いた人から食事を済ます、かって「義務」で済ませた食事のような場面が案外多くなってきている。また別の意味で1人の食事、子供部屋での「箱膳」を望む子供とそれを追認する親の例が近年報告されて、こちらも社会的な問題になってきている。

#### 食事を楽しむこと

さて平成12年度早々に厚生省が食生活指針をまとめた。1985年、1990年について3回目である。食生活指針には「食べることまで、役所に指示されたくない」という根強い疑問の声もあるが、国民に「何をどれだけ、どのように食べたらよいか」の目安を示すものであり、おのずと現代の社会情勢、特に食の歪みを反映していると見ることができよう。

ところで今回の食生活指針は「食事を楽しみましょう」で始まっている。「何をどれだけ」食べたらよいかでなく「食事を楽しむ」という量や質から、心の問題へと、食の歪みや問題

も移ってきたのだ。食事をすることは容易になったが、食事を楽しむことは以前より難しくなっているのだ。

ちなみに1985年、1990年の第1回、第2回では、高度経済成長を経て栄養状態が改善され急激に食が豊かになった時代を反映して、栄養のバランス、食べ過ぎの問題、食生活の洋風化による脂肪、塩分、そしてファーストフードやインスタント食品の急速な増加を背景に、食卓を家族の触れ合いの場に、こころふれあう楽しい食生活、家庭の味や手づくりの心についても言及されていた。しかし今から考えれば、まだ食事のベースはあくまでも家庭にあった。「食事の楽しみ」について調べた、豊かな食文化研究会の調査(1994年10月)では、「生活をより楽しくすることの一番は家族で食事をする事」という答えが世代を問わず返ってきた。そして普段なかなか揃えないからこそ、週末の家族の揃う食卓を大切にする沢山の工夫が寄せられた。

第1回食生活指針から15年、食環境の変化は急激で、この間のコンビニエンスストアの普及に見られるように、今ではだれでも当座の食事に困らないようになった反面、社会化・外部化した食では、量・質に加えて心理面で、食事の自己管理の必要性が大きくなっている。

過去120年「西洋料理へのあこがれ」から始まり、「料理の多様性に見出した主婦のアイデンティティ - 」、 「経済成長による豊富な食材や料理の紹介、導入」と核家族化したホームの中で食事を楽しむことはあまりにも容易であった。居ながらにして食卓はどんどんバラエティー豊かになり、「食事を楽しむことに」積極的な努力はほとんど不要であった。功罪はともかくテレビの果たした役割も大きかっただろう。そのために「家族やテレビを抜きにしては」食事を楽しむ作法や習慣は成熟してこなかった。その上単独化の進む中で「食卓で一家団欒しなければいけない」というイデオロギーはまだ根強く残って、心理面でのストレスを生んでいる。

食を楽しむ場面(シーン)を多様に

高齢社会の進展の中で家族構成は大きく変化している。大家族とそれを支える専業主婦から成り立った卓袱台時代の家族の食スタイルは根本から崩れてきた。食をコミュニケーションの媒体としてメッセージを伝えようにも、家庭にその対象が存在しないことも多い。かつて団欒の食卓で得られた安定感や楽しさは1人の食卓では見出しにくい。逆に食事の機会ごとに孤独感がつのることが多くなっている。

家族構成の変化の中で、食事の面でも家族中心の意識では解決できない問題がおきているのだ。1人暮らしや小家族の孤独感は、食事の場面で強まり、一層孤立してしまう。

共食の場面(シーン)を多様にする必要がある。その一つはコレクティブ・ハウジングやシルバー公営住宅のように緩やかな共食を可能にするハード面での設計の工夫であり、あるいはボランティアによるソフト面での支援であろうか。

しかしさらに必要なことは「家族」以外との食事の場や習慣をすっかりなくしてきたり、形成してこなかった生活そのもの見直しであろう。料理の多様性から食事を楽しむ場面(シーン)の多様性へ、食をコミュニケーションの媒体としてメッセージを伝える対象を広げることで「食の楽しみ」はあらたに創造される。

参考資料

財団法人食の文化センター  
講座 食の文化  
1 から 7 巻

新曜社

戦略としての家族  
著 牟田一恵

K B I 出版

大阪ガス エネルギー・文化研究所編  
炎と食 日本人の食生活