

# 食卓をめぐる問題と そのありか

2007.05.02  
美馬のゆり・木村健一



## 「食卓」の周辺

- 視点1: 認知的活動
  - 熟達化
  - メタ認知
- 視点2: 人類学・文化人類学
  - ヒトは共食する動物である
  - 家族の誕生
- 視点3: 社会調査・マーケティング
  - 朝食・加食・子食
  - 飽食・崩食・放食
  - 現代の家族
- 視点4: メディア論・社会情報学
  - 料理とメディア
  - 家庭と家族
  - 食文化のラオケ化
- 視点5: 行政・政策
  - 昭和60年 厚生省公衆衛生審議会
    - 健康づくりのための食生活指針「1日30品目を目標に」
  - 平成17年 内閣府 食育基本法
    - 食進力、食事のマナー、食料と環境
- 視点6: 空間
  - 建築・配置
  - 変わる家族と変わる住まい

2

## 研究動機「料理とコミュニケーション」

- 学びの場としてのキッチン
  - 有史前から人類にとって料理や食事をする場
  - コミュニケーションの場
  - 学びの場
- 料理の熟達化
  - 日常における学び
  - 家庭における学び
- 料理とコミュニケーションの問題を考える
  - ICTで支援することは可能か



3

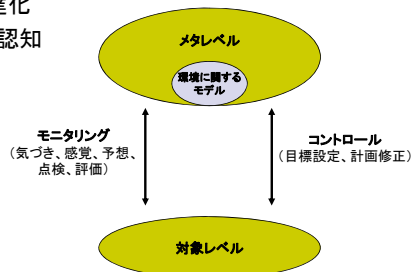
## 「食育」への取り組み

- 内閣府・厚生労働省・農林水産省・文部科学省
- 目的
  - 選食力
    - 健康づくり
    - 栄養バランス
  - 食事の作法
    - マナー（はコミュニケーションの場に大切）
    - 感謝の気持ち
  - 食料と環境
    - 食料自給率
    - リサイクル
- コミュニケーションに関する問題意識が欠如

4

## 視点1: 調理に関する認知的活動

- 熟達化
- メタ認知



5

## 視点2: 人類学・文化人類学

- 石毛直道 (文化人類学)
  - 人間は料理をする動物である
  - 人間は共食する動物である
- ジャン=クロード・コフマン (社会学)
  - 一緒に集まって食べて親近性を得る
  - 食卓を囲んで集団的統一を得る
    - 参考: 最後の晩餐
- 山極寿一 (霊長類学)
  - 食物をその場で食べずに持ち帰る
  - 集めた食物を取り決めたしたがって分配する
  - 食事が社会的交渉としての機能を持つ

6

## 文化としての食

- ヒトは共食する動物である
- 家族の誕生
- 社会的行為としての食事行動
  - 持ち帰って分配される食物を消費する基本的な単位は家族
  - 社会的行為としての食事行動の基本形は、家族の共食の場に反映
  - 子どもは家族の食事を通じて、食を媒体としたコミュニケーションや食行動を学習する

7

## 共食の起源

- 獲物の分配
  - 母子間の分配
  - 物乞い行動
- 人類における共食
  - 食物の分配
  - 火の使用
- 火の使用
  - 自分の食べる分だけではない
  - 群れ生活とキャンプ・ファイアー
  - 群れから家族へ

8

## 家族の起源と食

- 人類の家族成立の経緯をめぐる研究
  - 今西錦司, 1961
  - 家族とは、性と食をめぐる成立した集団である
- コミュニケーションの手段としての飲食
  - 社会的、宗教的観点
  - 人びとの連帯感の活性化
  - 時と場合に応じて共食集団を形成
    - 法事、神社の祭礼、会社の宴会など

9

## ひと昔まえの日本

- 大阪の船場あたりの大きな商家
  - 飯炊きは昼
  - 忙しい朝は粥か茶漬け
  - 主人がつきあいで外食する晩食は、昼のあまりものの冷飯
  - 昼食が家庭内の食事が一番重要、よいおかずを添える
- 使用人のいない小売業
  - 主人と家族がそろって晩飯をとり、温かいご飯と一日のうちで一番のごちそう
- 江戸の肉体労働の職人
  - 朝にご飯を詰め込む
  - 昼は弁当、女房子どもは冷飯
  - 晩にまた飯炊き
  - サラリーマンである武士や、昼間の肉体労働にしたがう農家でも朝晩2回の飯炊き

10

## 食事形式の成立

- 食事形式の粹
  - 朝に必ず飯炊き
  - 明治時代になって勤め人と学童に弁当を持たせる必要性
    - (会社・役所) 官吏や事務所、工場勤めをする人が多くなった
    - (義務教育の制度) 昼過ぎまで授業をする学校が現れた
  - 晩は家族そろって
- 明治時代の国民文化として成立

11

## 食事内容の質的变化

- パンは保存食
  - 買いおき可能
  - バター、ジャム、チーズ、牛乳、ジュース
  - コーヒー、紅茶、卵
- ご飯は「老化」が早い
  - 加熱してアルファ化した澱粉がベーター澱粉に戻る
  - 高温多湿
  - 1日1回はご飯炊き
  - 炊飯器の普及で1日2回に
- パン食の普及
  - 保存食品を軸とする欧米流の食事の簡便性があわただしい現代の朝の食事にフィット

12

## ハレの日常化

- ハレの日の食事
  - 料理の品数の増加
  - 手間暇かかる食品の出現(カワリモノ)
- ケの日の食事
  - いつもと同じようなおかず
  - 少数の料理のレパートリーを繰り返す
  - 安定した味の料理→「おふくろの味」
  - 現代では単調として受け入れられない

13

## 現代の日本の家庭の日常の晩食

- 目標
  - おかずの品数を多くすること
  - おかずの変化を求めること
- 手段
  - 同じ料理の繰り返しして供されるサイクルを長くする
  - カワリモノを常に求める
- 結果
  - 過去のハレのごちそうがケであるふだんの食事に

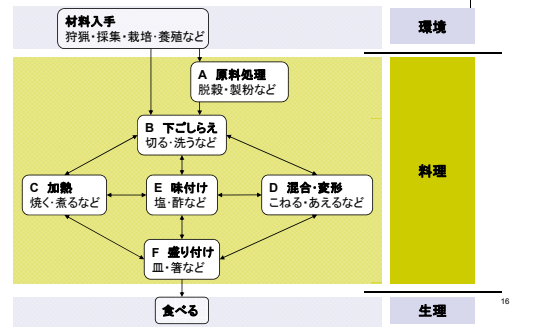
14

## 日常の晩食における注目点

- 注目点(石毛, 1982)
  - ハレの日の行事は個人的な事柄ではなく集団の行事
  - 家族以外の誰か(客や神仏)のためではなく、自分たちのために作られた供物
  - つまり、晩食は神仏不在の個人的な祭り
  - 晩食は食べることで自身を楽しむための、日常における家庭内行事としての性格が強いものとなる
- ところがこれが最近では……

15

## 料理のシステム(石毛, 2005)



16

## 家族の象徴としての食事

- 家庭の機能の外在化
  - 社会側の施設で
    - 原料処理の仕事
    - 下ごしらえ
  - 家庭の台所で
    - 鍋を火にかける
    - 味付けをする
    - 盛り付ける
- ささやかな創作の腕がふるえる「楽しみとしての労働」
- 料理に関する情報の伝達の変化
  - 親から子への伝承形態
  - レシピ本、料理学校、テレビ番組
- 外食産業の発達
- 食事の個人化
  - 食事の時間
  - 食事の内容(世代間の相違、コンビニなど)

17

## 産業社会の成立

- 家庭が生産の単位でなくなる
  - 人々は家庭を出て社会の側で働く
  - 家庭にある労働は家事労働のみ
  - 家事は家庭に残る主婦にゆだねられた
- 家庭の維持
  - 家族のそれぞれの果たすべき仕事や役割によって維持
  - 現代においては家庭内の「民主化」
  - 果たすべき仕事や役割が消失
- 現代の家庭
  - 実利的な理由の消滅
  - 精神的な愛着の体系によって結合された集団単位
  - なんとなく帰ってくる場所
    - 寝て食う場所
    - 帰ることによって自分の存在を確かめられる
    - 深い連帯を持った人びとの場

18

## 食卓の意味と可能性

- 家庭の中でお互いの存在を確かめ合う場
- 家族の起源
  - 家族は食の分配をめぐる成立した共食集団
- 現代の家族
  - 今では逆に共食することが家族という集団を維持する役割を担っている
  - 機能集団としての意味が希薄化
  - 家庭生活の運営は大人の参加するママゴト遊び
- 家族の連帯の象徴としての家事と食事
  - アイデンティティ形成、維持の場
- 原点に回帰することは不可能！

19

## 視点3:社会調査・マーケティング

- 個食・孤食・子食
- 飽食・崩食・放食
- 現代の家族
- 現代家族の誕生
  - -NHKによる調査と番組をもとに-

20

## 現代の家族

- NHKスペシャル(1999)
  - 知っていますか子どもたちの食卓
    - 食生活からだと心がみえる
    - 足立己幸・NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト(2000)
- NHKスペシャル(2006)
  - 好きなものだけ食べたい
  - 小さな食卓の大きな変化
- 岩村暢子(2003)
  - 変わる家族 変わる食卓
  - 真実に破壊されるマーケティング常識
- 岩村暢子(2005)
  - “現代家族”の誕生
  - 幻想系家族論の死
- NHK放送文化研究所世論調査部(2006)
  - 崩食と放食
  - NHK日本人の食生活調査から

21

## 知っていますか子どもたちの食卓

- NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト
  - 食べることは生きること。子どもたちの絵は訴える。
- プロローグ 子どもたちの直接の発信を知りたい
- 第1章 17年前と子どもたちは変わったか
- 第2章 単調な食卓
- 第3章 時間に追われる子どもたち
- 第4章 ひとりで食べたい子どもたち
- 第5章 子どもたちの心とからだに何が起きているのか
- 第6章 これからの食生活に望まれるもの
- エピローグ いま私たちは何をやるべきなのか

22

## 視点4:メディア論・社会情報学

- 料理とメディア
- 家庭と家族
- 食文化のカラオケ化
- 料理とメディアの関係
  - -山尾(2004)『きょうも料理』をもとに-

23

## 日本の食生活

- 明治時代
  - 文明開化は食卓から
- 大正時代から昭和初期
  - 料理は民主化されたか
- 昭和20年代前半
  - 食糧難をふみこえて
- 昭和20年代後半から平成
  - 家庭料理の高度成長
- 昭和50年代から平成
  - パブルとホンネとイメージと

24

## 家庭料理の歴史

- 江戸時代の平均的メニュー
  - 朝は飯とみそ汁
  - 昼は冷飯に野菜または魚
  - 夕は飯の茶漬けに香の物
  - 一汁一菜
  - 主役はご飯(たとえば3杯)
  - 労働者家族と農村で昭和初期まで続く

25

## 明治の文明開化から大正時代

- 1918(大正7)年「月島調査」
  - 日本初の庶民の生活実態調査
  - ある労働者の家庭の食事
  - 朝は飯とみそ汁
  - 昼は飯と煮付け(ガンモドキと油揚げ)
  - 夕は飯と焼き魚(ブリ)とネギ汁
  - おかずにはさまざまな種類の野菜や魚、肉が取り入れられる
  - 家長のみ品数多い

26

## 昭和10年前後

- 朝は飯、みそ汁、漬物、梅干
- 昼は飯、ひじきの煮物かメザシ、もしくは野菜の煮物に漬物
- 夕は飯、煮魚または焼き魚、野菜の煮物、漬物
- 都会と農村部では異なる
  - 農村部では江戸時代とあまり変わらず
  - 主食は都会は米食、農村部は麦や雑穀、芋などを混ぜる

27

## 柳田国男『明治大正史 世相編』

- 明治・大正期の食生活の傾向
- 小さな鍋で1人分、あるいは数名分の調理もOK
- 共同体において家が、家においては個人が食生活上自立
- 以下の4つの志向が生まれる
  - 暖かい食べ物への志向
  - 柔らかいものへの志向
  - 甘いものへの志向
  - いろいろなものを食べたいという志向

28

## 主婦の誕生

- 近世以前の庶民の家庭
  - 家事労働、生産活動、消費活動の境界線があいまい
  - 経済活動のすべてが家の中
  - 家庭を運営すること＝経済
  - 男女ともに畑仕事と家事労働
- 江戸時代
  - 料理は男の教養
  - 『家事指南書』一家の主が対象
  - 武家の家政の責任者
  - 家事を含めた家の中の活動は家の経済活動
- 明治初期
  - 「主婦」はもとは「正妻」の意
  - housewifeの訳語に
  - 職住分離

29

## 料理学校の誕生

- 江戸後期 料理指南所
  - 遊芸としての料理学校(趣味として男が学ぶ)
- 1882 日本で初めての料理学校
  - 赤堀割烹教場(料亭料理を簡略化し広める)
  - 上流階級の子女に必要な女子教育
  - 「教養」のひとつとしての知識
  - 贅沢な習いごと

30

## 「家庭」という語

- 明治20年前後に使用され始め
- 明治20年代後半から30年代に流行
- homeの訳語として定着
- 「家」
  - 祖先崇拜と親子関係重視の概念
- 「家庭」
  - 夫婦関係重視の概念

31

## 「家庭」とは

- 明治期の「近代家族」の誕生から、その舞台装置である「家庭」の発明へ
- 小山(1991) 家庭の特徴
  - 「男は仕事、女は家事・育児」という近代的な性別分業が行われる家族
  - 道徳的な「一家団欒」「家族の和楽」に価値を置く
  - 家庭にあって子どもは愛護され、教育される存在
- 山田(1994) 近代家族の基本的特徴
  - 小集団で公共領域から隔離されている
  - 生活を保障し、労働力再生産を行っている
  - 情緒的満足、情緒的不満の処理
  - 行動の動機づけに「愛情」が用いられる
  - 男性＝仕事、女性＝家庭の性別分業が行われている
  - 国家の制度に順応している

32

## 明治期の雑誌

- 「家庭」ということが頻繁に登場し、家庭での男性の役割を説く
- 「家庭」とは夫婦を核とする家族が作り出す、日常生活の基盤となる親密な安らぎの場
- 啓蒙的雑誌
  - 徳富蘇峰『家庭雑誌』
  - 堺利彦『家庭雑誌』
- 商業的婦人雑誌
  - 羽仁吉一・もと子『家庭之友』
- 総合雑誌
  - 『太陽』

33

## メディアによる棲み分けの始まり

- 婦人雑誌で「家庭」を扱うようになるにつれ、総合雑誌での回数が激減
- 同時に、社会と家庭、外と内、男と女という性別役割の分業が確立
- 山岡(1888) 細君の職務
  - 一家和合に力を注ぐべき
  - 家事と一家団欒は別
- 堺利彦(1902:明治34) 家庭の事務
  - 主婦がかならずしも料理を作る必要はなく、「外注」が望ましい
  - 一家団欒に必要なものは調理された食事と、それを食べる場としての「食卓」という装置

34

## 料理は教養

- 日本で初めての新聞連載の料理記事
  - 1893 時事新報「何にしようネ」
  - 家庭でできる惣菜料理を3,4品ずつ紹介
- 料理本
  - 中世から登場し、明治初期まで男性向きに作成
- 商業的女性雑誌の登場
  - 1917創刊『主婦之友』
  - 「小学校卒業程度の学力で理解できる」実用的女性雑誌
  - 中流家庭婦人が読者層
  - 家事の目的は、「家庭生活を幸福に」
  - 「家庭の幸福」を実現する「愛情の表現」としての家事、主婦の役割の確立

35

## 料理番組の登場

- 1925(大正14) 日本でラジオの仮放送開始
  - 『料理献立』の放送
  - 『栄養料理献立』、『季節料理献立』
- 戦時下のラジオ放送
  - 『家庭の時間』『婦人の時間』から『戦時家庭の時間』へ
    - 時事解説や家事、衛生に関する内容



36

## 『きょうの料理』の誕生

- 1953(昭和28)『ホーム・ライブラリー』
  - 料理、育児、衛生、美容、服飾、政治・経済、趣味・芸術など
- TBS、NET、フジテレビなどでも開始
- 1957『きょうの料理』開始
- 1962(昭和37)『3分クッキング』
  - 共稼ぎ夫婦向け → 実際は主婦
- 戦時中、戦後も食糧難で料理をちゃんと教えられないままきた女性たち
- 戦後十余年、DKの登場や家電の普及といった急速な変化に対応

37

## 料理は学ぶもの

- 昭和30年代からの高度成長によって昭和40年ごろにはすでに栄養状態は十分なものとなっていた
- 『きょうの料理』のテキスト
  - 手を抜くな
  - 手数＝家族への思いやり指数
- 電化による肉体的負担は減
- 家事の強化により、精神的な負担増
  - 料理上手＝良妻 ではなく、料理下手＝愛情不足
- 料理することの意味の変化
  - 昭和30年代前半の料理本 料理全書
  - 昭和40年ごろ 嫁入り前の女性向け、花嫁修業としての料理学校

38

## 料理とライフスタイル

- 1985(昭和60)目標一日30品目 厚生省
  - 減塩、コレステロール
  - 簡単、手軽
- おいしんぼ、hanako
  - グルメ、外食の台頭
- おふくろの味
  - 愛情イデオロギー
  - レストランでの一定の味より、わが家の味こそ家庭料理
- カッコいい料理
  - 1989 男女ともに家庭科必修
  - 『男の食彩』など趣味的要素大
- 手抜きではない
  - フリージング、電子レンジの利用
  - 市販品のおかずの利用

39

## 料理の現在、これから

- 献立作りの強化
  - 成人病特集
  - 1985(昭和60) 厚生省 食生活指針
- お料理を「する」人、「される」人
  - 誰が普段食事を作るのか？
  - なぜその人が担当しているのか？
    - 習慣、風俗、時間
- 女性の意識の変化
  - 料理は面倒くさい
  - 料理は苦手
- 家事とは何か
  - 炊事、洗濯、掃除？
  - 家事労働とは、自分自身の再生産、他人の再生産のいずれかのうち、他人にゆだねることのできない再生産労働(上野, 1985)
  - 外注できないものは何か？
- なぜ料理をする必要があるのか？

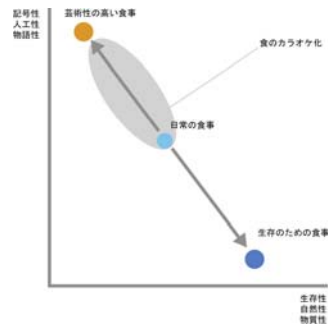
40

## 食文化のカラオケ化 1



41

## 食文化のカラオケ化 2



42

## 視点5: 行政・政策

- 昭和60年 厚生省公衆衛生審議会
  - 健康づくりのための食生活指針「1日30品目を目標に」
- 平成17年 内閣府 食育基本法
  - 内閣府・厚生労働省・農林水産省・文部科学省
  - 目的
    - 選食力
      - 健康づくり
      - 栄養バランス
    - 食事の作法
      - マナー（はコミュニケーションの場に大切）
      - 感謝の気持ち
    - 食料と環境
      - 食料自給率
      - リサイクル

43

## 「食育」への取り組み

- 食育検定
  - Yahoo!インターネット検定
  - ぷち食育エキスパート(15分、10問、500円)
  - 食べる食育エキスパート(50分、50問、3000円)
  - つくる食育エキスパート(50分、50問、3000円)
- 食育検定公式テキスト
  - インプレスジャパン
  - あなたのための食べる食育
  - あなたのためのつくる食育

44

## 視点6: 空間

- 建築・配置
  - キッチンプランナー
  - 台所空間学
- 変わる家族と変わる住まい
  - 家族構成の変化
    - 少子高齢化
  - 家事の外注化

45

## 本研究のこれまでとこれから

- 担当
  - お手本の料理を再生するパッケージソフト
  - 自分で料理したものを再生、公開できるソフト
- 目的
  - 調理の熟達化の支援
    - 熟達化の過程
    - 利用する情報
  - コミュニケーションの支援
    - 誰と誰の間のコミュニケーションか
    - 家庭
      - 家族の連帯、アイデンティティの形成
      - 学校、職場、地域?
    - 連帯感の形成
  - 家族の学びの場のデザイン
    - 家族のコミュニケーションの場の再構築
    - 近代化によって失ってきた家族のコミュニケーションを取り戻す、作り出す場
    - メディアとしての食
    - 家族の物語をつむぐ装置としてのキッチン(食卓)
  - 大学生の食生活改善は重要な最初の一步

46

## これまでの観察実験から

- 11月より毎週水曜日の昼食数名の教員で
- 話題の広がり
  - 料理(方法、素材、栄養など)
  - これまでの経験(個人的話題)
  - 教育、研究に関わる話題(仕事上の話題)
- ものづくりにおける学び
  - ものづくりを通し、他者とのコミュニケーションを広げる
  - 一方で概念的知識を深めていく過程
- ものづくりがおもしろいのはなぜ?
  - 自分で作ったものが動く(電子工作キットの場合)
  - その場で起こる問題を自ら解決していく楽しさ、工夫する「場」の存在
  - 他人と比較でき共通の話題ができる
  - 人に見せ、語るができる → リフレクション(内省)
- 問題や関心を共有し解決していく楽しさ
  - コミュニティ(仲間)の形成
  - ものづくりにあるのは、「工夫する心」「創造する楽しさ」(関・富沢, 2000)

47

## 「食卓」の周辺

- 視点1: 認知的活動
  - 熟達化
  - メタ認知
- 視点2: 人文学・文化人類学
  - ヒトは共食する動物である
  - 家族の誕生
- 視点3: 社会調査・マーケティング
  - 朝食・朝食・子食
  - 朝食・朝食・朝食
  - 現代の家族
- 視点4: メディア論・社会情報学
  - 料理とメディア
  - 家庭と家族
  - 食文化のカラオケ化
- 視点5: 行政・政策
  - 昭和60年 厚生省公衆衛生審議会
    - 健康づくりのための食生活指針「1日30品目を目標に」
  - 平成17年 内閣府 食育基本法
    - 選食力、食事のマナー、食料と環境
- 視点6: 空間
  - 建築・配置
  - 変わる家族と変わる住まい

48



## どうやってデザインするか



- 『「未来の学び」をデザインする-空間・活動・共同体-』(美馬・山内, 2005)
- 活動
  - 活動の目標が明快であること
  - 活動そのものにおもしろさがあること
  - 葛藤の要素が含まれていること
- 空間
  - 参加者全員にとって居心地のよい空間であること
  - 必要な情報や物が適切なきに手にはいること
  - 仲間とのコミュニケーションが容易に行えること
- 共同体
  - 目標を共有すること
  - 全員に参加の方法を保証すること
  - 共同体のライブラリーを作ること
- 必要なメディア(ツール)は？
- つくって、語って、振り返る

49