

2015年 紀文・お正月百科

～和食のユネスコ無形文化遺産登録と正月の食文化～

紀文食品では、お正月に対する意識と過ごし方、我が国で最も食べられていると思われる年中行事食であるおせち料理の実態を知るため、多面的に調査を行っており、報道用資料などを通して発表しています。

今回は、第1部として、静岡文化芸術大学の学長であり、「和食」文化の保護・継承 国民会議の会長を務める熊倉功夫さんに、「和食のユネスコ無形文化遺産登録と正月の食文化」についてご寄稿いただきました。

お正月に欠かせない食文化として根づいているおせち料理は、日本の大切な伝統文化といえます。本資料がおせち料理やお正月の企画の一助となれば幸いです。

目次

第1部	正月とおせち料理		
	和食のユネスコ無形文化遺産登録と正月の食文化	熊倉 功夫さん	p. 1～5
第2部	紀文・お正月全国調査 2014		p. 6～8
第3部	お正月ことはじめ		p. 9～10



明治後期の家庭料理レシピ約500種を紹介『家庭應用總菜五百種』新橋堂書店、明治39年発行（赤堀料理学園所蔵）



「紀文・お正月調査（首都圏）」より再現した1988年当時の元旦の食卓イメージ

※画像の無断転載はご遠慮ください。画像の使用ご希望の媒体様は、下記までお問い合わせください。

2014年11月

この資料に関する問い合わせ先
株式会社紀文食品 広報室
〒105-8626 東京都港区海岸 2-1-7
TEL. 03-6891-2751 FAX. 03-6891-0706
紀文ホームページ <http://www.kibun.co.jp/>

第1部 正月とおせち料理

和食のユネスコ無形文化遺産登録と正月の食文化 熊倉功夫さん

1. 和食とは何か

2013年12月4日、アゼルバイジャンで開かれたユネスコ無形文化遺産条約の政府間委員会で、日本が提案しておりました「和食；日本人の伝統的な食文化」が、条約の代表一覧に登録されることが正式決定いたしました。では、登録された和食とは何か、誰もが疑問に思うところです。和食を定義するのはなかなか難しいのですが、まず、ユネスコに提案した内容を簡単に説明しておきましょう。

和食といってもひとつひとつの料理を和食であるかないか決めたわけではありません。登録されたのは「和食の文化」です。日本人の食文化を支える精神は「自然の尊重」ということです。日本人は自然と共に生き、自然の恵みによって生かされていると感じてきました。そして和食には4つの特色があります。第一は多彩な食材です。日本の四周は海に囲まれ、山からは清流が流れ出て里の田畑を潤します。こうした海・山・里から生まれる食材の豊富さは世界でも類例のないところです。第二は自然の美しさを食事に表現するところです。ことに四季の変化が食卓を飾ります。春夏秋冬にふさわしい食器を選んだり、料理を工夫する点に和食の特徴があります。第三は和食は体によい、という点です。動物性油脂が少なく、たんぱく質と脂肪、炭水化物の栄養バランスがよいところに、健康的な和食の特徴があります。第四は、和食は日本人の習慣で、これによって家族が結ばれ、和食が年中行事や祭礼を通じて地域が結集する絆ともなっているという点です。

こうした社会習慣としての和食の一例として、特筆大書したのが正月行事の中の和食でした。

2. 正月行事と雑煮

年末になると、近所の人が集まって餅をつくのがひとつの風物詩でしたが、最近はあまり見られなくなりました。つきたての餅をのし餅にしたり、鏡餅に丸めたり、早速「からめ餅」にして皆で食べたり、餅つきは楽しい行事でした。そして元旦を迎えますと、このお餅で雑煮を仕立て、家族一同、おめでとうございますと新年のご挨拶をして頂戴します。

雑煮は各地ごとに、また家庭ごとに特色があって楽しいものですが、昔からお正月だけの食べものと決まっていたわけではありません。そもそも雑煮は武家の宴会の肴さかなでした。武士の宴会では、まず最初に式三献しきさんこん（現代の結婚式の三三九度の原型）が行われます。式三献というのは、主君から始まって家臣一同の間にひとつの盃を巡らせる儀式で、いわば主従の関係を強固にするための作法です。三献というように三回盃が巡ってくるのですが、「一の盃」を巡らせる時には「一の肴」が用意されます。この一の肴の定番が雑煮でした。

これは私の推定ですが、雑煮は武士特有の文化ではないかと思うのです。武士の多くは地方の出身です。やがて武士が政権をとって中央の権力者となっても、昔、田舎で食べたごちそうの雑煮が忘れられないで、一番大切な儀式の一番目の酒の肴としたのではないのでしょうか。雑煮とは、いわば「ごった煮」です。色々な



イメージ

具材と餅を煮た「ごった煮」を武士が大事にした理由は、その昔、田舎住まいをしていた武士の歴史に秘められていると思います。やがて武士のこうした習慣が正月の一番最初の肴として社会全体に広がりました。ですから、雑煮は食事ではありません。あくまで年酒の屠蘇の肴です。

雑煮という言葉があまりに俗っぽいので、雑煮をひっくり返して「^{ほうぞう}煮雑」（煮は煮と同義）と書いたり、「ほうぞう」の音を借りて「保臈」と書き、臓器を保全するものであるという、わけのわからない理屈をつけたりもしています。かつて武士の主従が盟約を結ぶ儀式に酒と雑煮を用いたように、正月元旦、家族が一家の結束を再確認するための雑煮と考えてはいかががでしょうか。

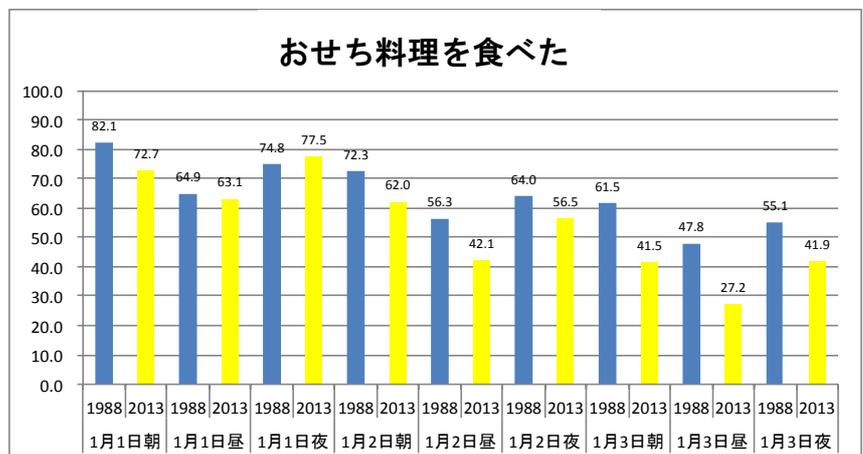
3. おせち料理

正月元旦、お重に詰められたおせち料理をいただきますと、日本の正月のよさがまた一段と感じられます。わが家では大晦日の行事は家族皆でおせち料理を作ることでした。もともと今は夫婦 2 人で作ることも多いのですが・・・。わが家特有のおせち料理の一品があります。特別、名前もない料理で、私の母が昔から正月にだけ作っていました。寒天を煮て、その中に崩した豆腐と卵を入れて薄甘く味つけをして固めただけのものです。固まったのを羊羹くらいの厚さに切って出すと、透明な寒天の中に真っ白い豆腐と卵の黄色が混じって、ちょっときれいな口取りになります。子どもの頃から食べつけているせいか、私はこの料理がないとおせち料理の感じがしません。きっとそれぞれ、家によってわが家だけのおせち料理が色々あるのではないかと思います。

ところで地方によって、古くはおせち料理を女性が作らなかったという伝承があります。普段、家事に追われている女性を正月元旦だけは休ませてやるのだという説もありますが、そうではありません。昔の因習で女性のケガレを忌むことがあって、正月の清められた料理から女性を遠ざけたのだらうと思います。おせち料理とキヨメの関係は色々なところに表れます。初詣でのテレビの映像などご覧になった方もいるかと思いますが、京都の八坂神社では、初詣でをした人が神社で火縄に御神火をいただいて、途中で消えないようにくるくると火縄を回しながら家路につく習慣があります。これは「おけら火」といって、神社のキヨメられた火なのです。この火で正月元旦の雑煮を作るのが京都の町家では今も続けられています。このように、火についてはキヨメという意識は残っていても、女性に関するタブー視は、今はまったくありません。

一方でこうした古風な習慣が生きているかと思えば、もう一方でおせち料理を作らないという家も増えてきています。

紀文食品のお正月調査（首都圏）によりますと、1988年と2013年の25年間を比較してみて、明らかにおせち料理を食べる人が減ってきています。しかしその減り方はそれほど大きなものではなく、正月元旦におせちを食べた人は82.1%から72.7%と、約10%減った程度です。ただ不思議



お正月調査（首都圏）より、1988年と2013年を比較した
日付別おせち料理喫食率〈紀文食品調べ〉

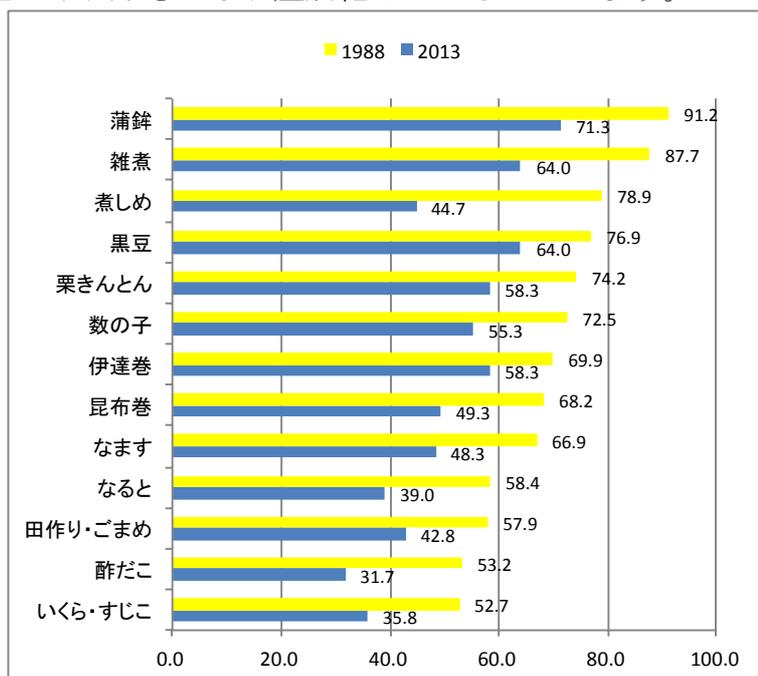
なのは、元旦の夜については、25年前の74.8%に対して2013年には77.5%と逆に増加に転じていることです。あるいは1988年時点で比較的好くおせち料理を食べた30代・40代の年齢層が、25年後の調査では60代として再登場した結果であるかもしれません。それはともかく、私の印象としては、おせち料理の習慣が意外とよく守られているという感じがあります。しかし一方、「紀文・お正月全国調査2014」では、例年おせちを用意しない世帯も約4割いることがわかります（7ページ参照）。最近、私が会った女子学生3人におせち料理について聞いてみると、1人は家で作ったということでしたが、他の1人は買ったといい、もう1人はまったく作りもせず、買っていないということでした。地域や階層により、おせち料理のあり方もかなり差別化しているのでしょう。

紀文食品の「おせち料理の用意率」という調査も興味深いものとなっています。用意される食材は、1988年、2013年共に1位は蒲鉾でした。江戸時代のおせち料理には蒲鉾はあまり登場しませんが、それは蒲鉾が今のようなポピュラーな食品ではなく、非常にぜいたくな食べものであったからです。

蒲鉾について「茶話指月集」という本にこんな話が伝わっています。

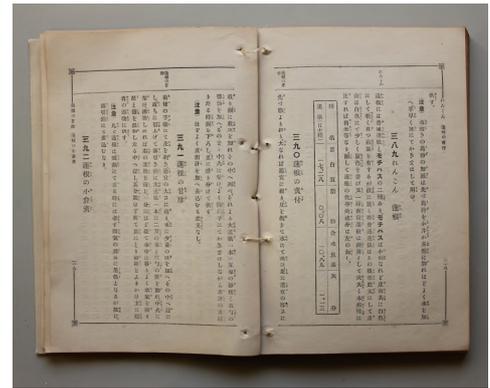
茶の湯の大成者とされる千利休（1522-1591）に、一度自分の茶の湯に来てほしいとしきりに頼む貧乏茶人がいました。貧乏でも人をアッと驚かせるような茶をやってみせる「わび茶人」もいますから、機会があれば訪ねてみたいと利休は考えていました。ちょうど近くを通る機会があったので、夜でしたが利休はその茶人を訪ねてみました。すると思いがけない利休の来訪に驚喜した茶人は、早速利休を茶室に招き入れます。しばらくすると茶室の外で人の気配がします。何かと窓を少し開けて庭を見ると、亭主の茶人が一生懸命、色づいた柚子の実を落としているのです。「ああ、なるほど。何もない茶人だから、とりあえず柚子で何か料理をするのであろう」と思っていますと、柚子味噌にして酒が一献勧められました。「ああ、いい気分だ」と利休が思っていますと、次に立派な蒲鉾が出てきました。「貧乏茶人の家に蒲鉾などあるはずがない。来るのを知っていて、あらかじめ用意してあったに違いない」と怒って利休は即座に帰ってしまった、といます。つまり蒲鉾は貧乏茶人にふさわしくない高級品だったのです。

さて、先の「おせち料理の用意率」の表に戻りますと、25年間で一番減少率が高いのは煮しめです。1988年には8割の家で作っていましたが、2013年には43%とほぼ半減です。野菜の煮物という最も和食の基本となる料理の人気がありません。煮き合せ（炊き合せ）という手法が面倒といえば面倒ですが、それだけではなくて、煮て保存するという発想が薄くなってきているためではないでしょうか。



お正月調査（首都圏）より、1988年と2013年を比較したおせち料理用意率（紀文食品調べ）

おせち料理の特徴は保存という点にありました。正月三が日は商店がすべて休んでいますし、正月から台所の仕事はしない、ということで、この3日間はおせち料理を食べ続けるのが約束です。そのために、おせち料理は味つけを濃くして傷まない工夫をしていました。明治39年（1906年）と平成26年（2014年）の煮しめの味つけの比較をした表によりますと、約100年前の調味料の使用量はしょうゆが3倍、砂糖が1.5倍で、塩分換算が2.6倍となっています。いかに濃い味の煮しめであったかがよくわかります。これでなければ安全に保存することが難しかったのです。ことに今の住宅は、全体が暖かなので、そうでなくても薄味になってしまった煮しめの保存は難しく、人気がありません。



「蓮根の煮付」レシピを紹介
『家庭應用總菜五百種』新橋堂書店、
明治39年発行（赤堀料理学園所蔵）

蓮根の煮付	材料		出汁又は水		砂糖		醤油		みりん		醤油塩分換算
	量目	単位	量	単位	量	単位	量	単位	量	単位	
明治39年レシピ(g換算)	240	g			19	g	90	g			13.6 g
紀文レシピ昭和60年	240	g	360	g	12	g	34	g	10	g	5.13 g

「蓮根の煮付」について、明治39年の「家庭應用總菜五百種」と昭和60年の紀文食品レシピとの比較

4. 和食文化の危機

和食文化が危機的状況にあることはもはや間違いないことです。ある人にいわせると、味噌汁は絶滅危惧種であるそうです。おせち料理は商品化が進んでいますので、家で作らなくとも買って来て済ませるとするのがこれからの主流になるでしょう。でもそればかりになると、それぞれの家の味がなくなってしまいます。買ってきたお惣菜はなるほどおいしくできているのですが、子どもの頃からなじんできた味と違うことがよくあります。こうしたちょっとした味の違いがひとりひとりの個性です。ことに雑煮とおせち料理は、代々受け継がれてきた内容と味が、家の個性として伝わっています。我々の一生はせいぜい数十年ですが、和食の伝統は数百年という歴史があります。その長い伝統を、数日の正月行事を通して我々は受け継ぐことができます。こんな素晴らしいことはありません。和食文化の保護継承のうえでも、雑煮とおせち料理を大切にしていきたいと思えます。



熊倉功夫（くまくら・いさお）さんプロフィール

公立大学法人 静岡文化芸術大学学長

1943年東京生まれ。東京教育大学卒業。文学博士。筑波大学教授、国立民族学博物館教授、林原美術館館長などを歴任。現在、静岡文化芸術大学学長。「和食」文化の保護・継承国民会議会長。

著書に『日本料理の歴史』、『茶の湯といけばなの歴史 日本の生活文化』、『後水尾天皇』、『文化としてのマナー』、『現代語訳 南方録』、『茶の湯日和 うんちくに遊ぶ』等。

<参考資料> 「和食」についての意識調査

紀文食品が実施した「お正月全国調査 2014」によると、2013年にユネスコの無形文化遺産に登録された「和食;日本人の伝統的な食文化」について、「日本の伝統文化として大切にしたい」と考える人は全体の98.4%となりました。「和食」の特徴である「一汁三菜」は85.1%が「知っている」と回答。また、96.4%が「和食を日々の食事に積極的に取り入れたい」と考えており、84.1%は、週に2回以上、夕食にごはんと汁物がそろった食事を取っているという結果が出ています。

●和食を日本の伝統文化として大切にしたい

■ そう思う ■ まあそう思う ■ あまりそう思わない ■ そう思わない



●一汁三菜を知っている

■ 知っている ■ 知らない



●和食を日々の食事に積極的に取り入れたい

■ そう思う ■ まあそう思う ■ あまりそう思わない ■ そう思わない



●自宅で夕食に、ごはん和汁物がそろう割合

■ 週に6~7回 ■ 週に4~5回 ■ 週に2~3回
■ 週に1回くらい ■ 週に1回未満 ■ ない/自宅で食べない



●「和食」と聞いて思い浮かぶもの（複数回答）

1	寿司	81.0
2	刺身	78.2
3	おせち料理	75.2
4	天ぷら	74.7
5	煮物	73.2

「紀文・お正月全国調査 2014」※より

※紀文・お正月全国調査 2014
2014年1月6日から1月14日に実施。
全国の20~60代主婦を対象に、今年の正月のおせち料理の喫食状況と正月に対する意識について調査しました。
(N=7,015、%)

第2部 紀文・お正月全国調査 2014

91.1%が『おせち料理』は日本の食文化として残したい、
自宅で用意したおせち料理は蒲鉾が1位

「紀文・お正月全国調査」は、全国の既婚女性を対象に、今年のお正月のおせち料理の喫食状況とお正月に対する意識について調べることを目的に実施しています。

お正月やおせち料理に対する意識としては、91.1%が『おせち料理』は日本の食文化として残したい」と回答しており、ハレの日を代表する食文化として重視されていることがわかります。おせち料理の「いわれ」についても、「理解している」人が22.3%、「なんとなく知っている」人が48.2%と、7割以上の人がおせち料理のいわれを知っているという結果となりました。

自宅でおせち料理を用意した人が54.8%、おせち料理の喫食率に関しては、自宅以外も含めておせち料理を食べた人は80.7%と、高い結果となっています。自宅で用意したおせち料理は「蒲鉾」(88.7)が1位、「お雑煮」(87.6)、「黒豆」(83.6)と続きます。上位10位は、定番のラインアップとなっており、昔ながらのおせち料理を食している様子が見えます。

お重詰めセットを購入した人は、84.9%が自宅用に購入しており、「和風」「3段」が人気となっています。

詳しい調査の結果は次の通りです。

■おせち料理についての意識

お正月やおせち料理について聞いたところ、9割以上の人々が『おせち料理』は日本の食文化として残したい」と考えており、「いわれ」についても7割以上に認知されていることがわかります。また、「お正月は家族で集まることに意味がある」と答えた人が83.0%となっており、家族でお正月をお祝いする意識は強いようです。

●「おせち料理」は日本の食文化として残したい (N=7,015、%)

■ そう思う ■ まあそう思う ■ あまりそう思わない ■ そう思わない



●「おせち料理」のいわれについて (N=7,015、%)

■ いわれも理解している ■ 名前は聞いたことがあり、いわれもなんとなく知っている
■ 名前は聞いたことがあるが、いわれは知らない ■ 名前を聞いたこともない



●お正月は家族で集まることに意味がある (N=7,015、%)

■ そう思う ■ まあそう思う ■ あまりそう思わない ■ そう思わない



■おせち料理について

おせち料理を食べた人は80.7%と高い割合を示しています。食べた場所について聞いたところ、自宅が54.8%※、実家が22.8%※と、7割以上の方が自宅と実家で食べたと回答しています。また、「おせち料理を食べた」と回答した方の内訳を見ると、実に9割以上(96.2%※)が自宅と実家で食べていることがわかります。このことから、おせち料理は家族など親しい人達と楽しむ傾向がうかがえます。

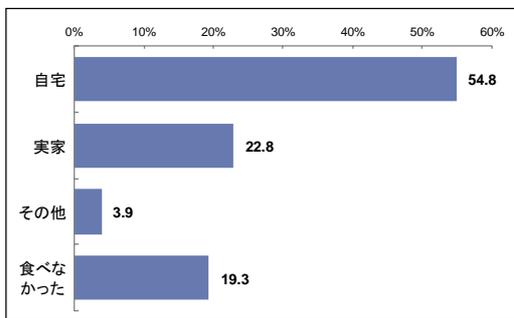
※N=7,015 に対するパーセンテージから人数を算出した後の数値

●おせち料理の喫食率について (N=7,015、%)

■食べた ■食べなかった

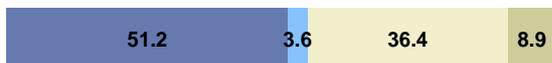


●おせち料理の喫食場所について (N=7,015、複数回答、%)



●自宅でのおせち料理の用意について (N=7,015、%)

■例年通り準備した ■今年初めて用意した
■例年通り用意しなかった ■例年は用意するが今年是用意しなかった

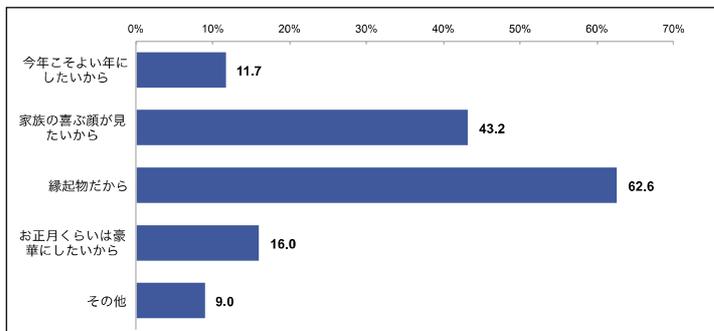


●自宅を用意したおせち料理の費用について (N=3,843、%)

■例年以上に費用をかけた ■例年並に費用をかけた
■例年より少ない費用だった



●おせち料理に例年以上に費用をかけた理由 (N=2,636、複数回答、%)



●自宅で用意したおせち料理 (N=3,843、複数回答、%)

1	蒲鉾	88.7
2	お雑煮	87.6
3	黒豆	83.6
4	数の子	70.9
5	煮しめ	64.5
6	伊達巻	64.4
7	栗きんとん	61.4
8	昆布巻	59.5
9	なます	56.1
10	田作り(ごまめ)	52.0

●好きなおせち料理 (N=7,015、複数回答、%)

1	お雑煮	55.7
2	黒豆	41.1
3	栗きんとん	39.0
4	数の子	33.8
5	だし巻き・厚焼玉子	27.5
6	蒲鉾	26.9
7	伊達巻	25.7
8	煮しめ	22.5
9	なます	18.7
10	いくら・すじこ	17.6

■お重詰めセットについて

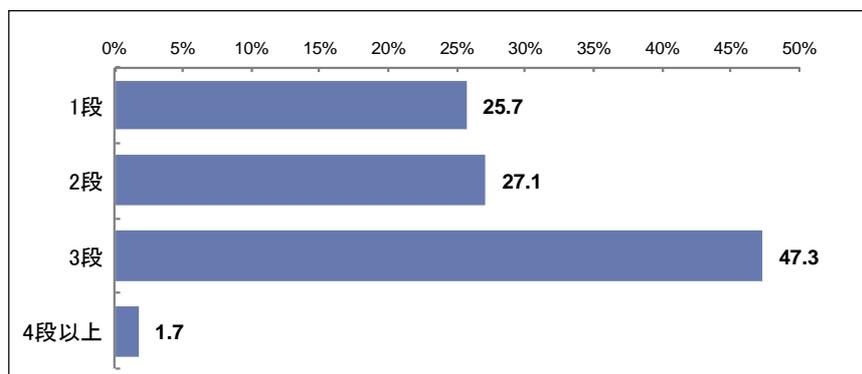
お重詰めセットは 84.9%の人が「自宅用」に購入しており、購入する個数は「1 個」が 8割以上となりました。お重詰めセットの段数は「3 段」が 47.3%、ジャンルは「和風」が 89.9%と、それぞれ第 1 位となりました。

●お重詰めセットの購入状況 (N=1,347、%)

■自宅用に購入した ■いただきもの



●購入したお重詰めセットの段数 (N=1,150、複数回答、%)

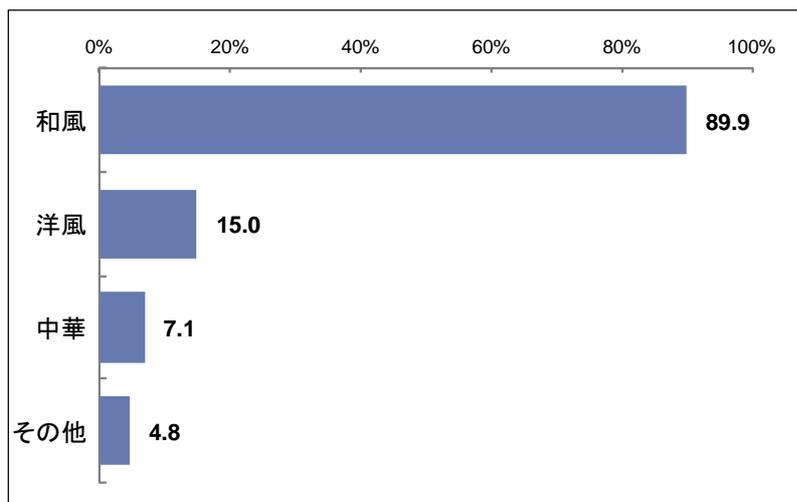


●購入したお重詰めセットの個数 (N=1,150、%)

■1 個 ■2 個 ■3 個以上



●購入したお重詰めセットのジャンル (N=1,150、複数回答、%)



<調査概要>

- 調査名：紀文・お正月全国調査 2014
- 調査機関：株式会社マクロミル
- 調査地域：全国
- 調査対象：20～60 代の主婦 各年代 1,403 人
- 調査時期：2014 年 1 月 6 日～1 月 14 日
- サンプル数：7,015 人
- 調査方法：インターネットによる調査

第3部 お正月ことはじめ

お正月は、新年の神様である年神様をわが家に迎える行事でもあります。

各家庭では、年神様を迎え入れるために門松やしめ飾りを用意し、お供えとして、おせち料理を作ります。

ここでは、代表的なお正月の準備やおせち料理ひとつひとつについて、その意味やいわれなどを紹介します。

※ここでご紹介するいわれは、紀文食品がまとめたものです。



1.お正月の準備など

鏡餅



その昔、餅はハレの日に神様に捧げる神聖な食べ物でした。

丸い形は人の魂を表していると言われていきます。それが鏡の形と同じだったため、鏡餅と呼ばれるようになりました。

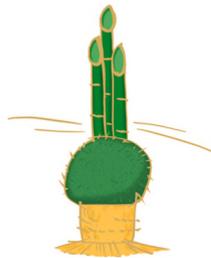
初日の出



初日の出とともに、年神様が現れると信じられていたことに由来します。

初日の出を拝む場所は、眺めのよい山、海岸などさまざまですが、特に高い山頂で迎える太陽を「ご来光」と言います。

門松



もともとは、新年を迎える際に年神様が降りてくるときの目印として木を立てたことが、門松の始まりといわれています。

しめ飾り



わが家が年神様を迎え、神聖な場所であることを示すために、家の中にしめ縄を張ったことが始まりといわれています。

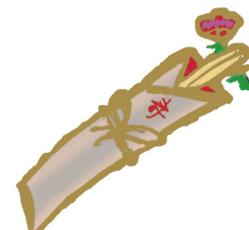
お屠蘇



邪気を払い、長寿を願って飲む薬酒。お正月の祝いの膳には欠かせないものです。

「一人これを吞めば一家病無く、一家これを吞めば一里病無し」などといわれています。

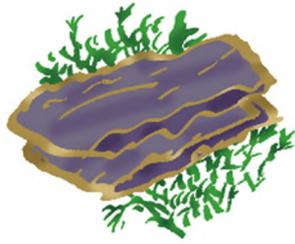
祝い箸



片方は人が、もう片方は年神様が使うために、両端が細くなっています。

箸袋には家族それぞれの名前を書いて、幸せと健康を祈ってお正月の三が日使います。

養老昆布



「よろこぶ」の語呂合わせから、鏡餅の飾りや、結納の品として扱われるなど、縁起物のひとつとして欠かせないものになっています。

寿留女



幸せな家庭を作る女性を表しています。寿は長寿と幸福を、留には一生嫁ぎ先に留まることを、女にはよい妻であるようにとの意味が込められています。

2.おせち料理

おせち料理それぞれには、新年を祝福する願いが込められています。

紅白蒲鉾



蒲鉾は日の出を象徴しており、紅はめでたさと喜び、白は神聖を意味します。

伊達巻



江戸時代、伊達者たちが着ていたドテラに似ていたことから「伊達巻」。伊達者とはシャレ者という意味です。

錦玉子



黄身は黄金、白身は白銀と、錦玉子は財宝に例えられます。また、二色と錦の語呂を合わせています。

栗きんとん



「金団」と書いてきんとん。黄金色に輝く財宝に見立て、「今年も豊かな一年でありますように」との願いが込められています。

黒豆



「まめ」とは元来、丈夫、健康を意味する言葉で、「まめまめしく」暮らせるようにとの、健康長寿の願いが込められています。

昆布巻



「よろこぶ」にかけて、お祝いの食卓に欠かせない昆布。健康長寿の願いが込められています。

田作り



豊作を願い、小魚を田に肥料として捲いたことから名付けられました。五穀豊穰の願いが込められています。