

〈研究ノート〉

家庭料理を伝え継ぐための課題について
— 醤油の使い分けに着目して —

板 倉 一 枝

Kazue ITAKURA : The Problem to Home Cooking Convey to the Next Generation
— Analysis of How Soy Sauce is Used —

鳥取看護大学・鳥取短期大学研究紀要 第85号 抜刷

2022年7月

〈研究ノート〉

家庭料理を伝え継ぐための課題について — 醤油の使い分けに着目して —

板倉 一枝¹

Kazue ITAKURA : The Problem to Home Cooking Convey to the Next Generation

— Analysis of How Soy Sauce is Used —

鳥取県の家庭料理に関する郷土資料から、料理に使用される醤油の種類について調査を行った。醤油を利用する料理のうち、「濃口」や「淡口」などの具体的な表記は全体の4分の1程度であり、多くは「醤油」とだけ表記されていることが確認できた。醤油の種類が多様化している現状を踏まえると、より言語化された具体性のあるレシピにすることが必要であるとともに、一方で、何を誰に伝え継ごうとしているのかを意識するなど、多文化共生的視点の必要性も示唆された。

キーワード：家庭料理 鳥取県 醤油 レシピ 郷土資料

はじめに

ユネスコ（国際連合教育科学文化機関）に日本の「和食：日本人の伝統的な食生活」が無形文化遺産に登録されたのが2013（平成25）年12月のことである。登録にあたっては「『自然の尊重』という日本人の精神を体現した、食に関する社会的慣習」という提案内容が認められたわけであるが、一方で和食文化は存在が薄れつつあることに鑑み、農林水産省などは登録を契機として国内において「『和食』の保護・継承に向けた取組」を行うとともに、「海外への食文化発信等の絶好の機会」としても捉えていることがうかがえる¹⁾²⁾。

実際に農林水産省の取組みを見てみても、各地域で選定された次世代に残すべき郷土料理やその歴史・レシピ、郷土料理を生んだ地域の背景等を紹介するための「うちの郷土料理～次世代に伝えたい大切な味～」事業、子供たちや子育て世代に対して和

食文化を伝えるための人材を育成する「和食文化継承リーダー」事業、地域の食文化の保護・継承の関係団体・関係者、和食文化継承リーダーなどの関係者を結びつける「地域の和食文化ネットワーク」事業、地域の食の魅力で訪日外国人を誘客する重点地域を認定する「SAVOR JAPAN（農泊 食文化海外発信地域）」の仕組みなど多くの取組みが行われている³⁾。その他にも和食文化を啓発するための冊子作成や研修会の実施、和食文化継承教材の作成⁴⁾、食文化を活用した地域活性化の冊子の作成⁵⁾、地域の伝統的な食文化の保護・継承のための手引きの作成⁶⁾など、食文化を保護・継承する取組みは多岐にわたっている。

また文化庁においては、日本の食文化を次の世代へ継承し海外へ発信していくためWebサイトを立ち上げ、日本の食文化の文化的価値や各地の保護・継承の取組、食文化研究の事例などを紹介している⁷⁾。さらには、2015（平成27）年2月に一般社団法人 和食文化国民会議が設立され、和食文化を次世代へ継承しその価値を国民全体で共有する活動などを官民挙げて行っている⁸⁾。

1 鳥取短期大学国際文化交流学科

このように、「和食」のユネスコ無形文化登録を契機として、国内では地域に根付いた郷土料理や家庭料理が見直され、和食の保護・継承の取組みが盛んに行われていることがわかる。

一方で、地域においては以前より栄養士会のほか、地方自治体や改良普及所などの行政が地域の生活改善グループや食生活改善推進員などのグループなどの協力を得て行事食や郷土料理に関する冊子などが作成されており、郷土の伝統食を後世に伝える取組みが行われてきた。

本研究では、こうした郷土資料にスポットを当て、調査を行うことにした。資料は家庭料理を伝え継いでいくことなどを目的に作成されていることが多いが、郷土料理を料理したことがないばかりか、食したことのない人も増えている現在、実際にその資料を見て料理が再現できるかどうかは不透明な部分が多い。そこで、地域に伝わる伝統的な家庭料理の材料や分量、レシピがどのように記載されているかを調査することにより、家庭料理を伝え継ぐための課題について考察を試みることを目的として研究を行うこととした。料理に使われる材料や料理が数多くあるため、本研究では日本を代表する調味料であり伝統的発酵食品として注目されている醤油に着目し、料理の中での使い分け方についての分析を行った。

1. 研究の背景

前述したとおり、「和食」や「郷土料理」を保護・伝承していく取組みは数多く行われている。

筆者も、2012（平成24）年度から行われている日本調理科学会特別研究「次世代に伝え継ぐ 日本の家庭料理」において鳥取県で食されてきた家庭料理について聞き書き調査を担当した^{注1)}。またこの研究をとおして得られた料理の作り方をまとめ、学会の50周年記念出版事業として『別冊うかたま』の「伝え継ぐ 日本の家庭料理」全16冊として出版^{注2)}したが、その際に鳥取県著作委員としてレシピの改良や編集に加わった。

出版に際しては、聞き書きに協力していただいた方々やその料理に詳しい地元の方などに協力してもらい、写真撮影を行った。出来上がりの料理のみを撮影したものもあれば、特徴的なつくり方であったりコツの必要なものについては調理過程についても撮影を行った。その際、元々のレシピには書かれていない料理のコツやポイントなども追加調査しながら行った。

しかしながら、実際に編集作業に取りかかると、材料の選び方や使用する量など、調理する方の今までの「勘」がレシピには反映されていないことも多く、再度調理担当者に確認を取るという作業が相次いだ。例えば、「だし汁」のだしは何からとったのだしなのか、醤油は濃口か淡口か、野菜1本や魚1尾はどのくらいの大きさや重さのものか、調味料の適量は何ccか、汁気がなくなるまで煮るのにはだいたい何分くらい必要か、冷やし固める際のバットの大きさはどの程度のものが適かなど、数え上げたらキリがないほどであった。

たしかに、予備調査として文献調査を行った際にも、材料・分量には書かれているが作り方に出てこない食材があったり、出来上がりの量がどのくらいになるのか（○人分、○個分など）不明なものがあったり、下味をつけておくだけ書かれているが分量外なのかレシピに出てくる調味料の一部を使うのかなど、資料を見ただけではわからないものも多くあった。

今回の出版作業にあたっては、「本当に作れるレシピ」を作成することが目的のひとつであった。なぜなら、以前に出版された郷土料理の資料などからは料理を再現することが難しいものも少なくないこと、この「別冊うかたま」は全47都道府県の家庭料理を地域ごとではなく「すし」「おかず」「おやつ」など16のテーマごとに紹介するため、特に郷土色の強いものなど実際には見たことも食べたこともない料理を作ろうとした際に作り方や味、出来上がりの感じなどが想像しにくいことも予想されるため、初めて作ろうとする人にでもできるだけわかりやす

く説明しようという編集のコンセプトがあった。料理初心者ではなく、ある程度料理を嗜んでいる人を対象にしているとはいえ、食べたことのないものを作るという作業は簡単ではないことが想像できる。

したがって、「本当に作れるレシピ」を作る作業は材料、分量、作り方を“言語化”する作業であるということに気づかされた。

その中でも今回は日本の伝統的な発酵食品であり、古くから料理に使用されてきたこともあり和食にとってはなじみのある調味料である「醤油」について着目した。レシピにはただ単に「醤油」とだけ表記されていることが多く、「濃口醤油」と「淡口醤油」の使い分けがどのようになされているのか、郷土資料をもとに確認することにした。

2. 醤油について

(1) 醤油の歴史

醤油とは、大豆と小麦を麴にしたものに食塩水を混ぜて発酵させ、それを絞って熟成させたものである⁹⁾。日本における醤油のはじまりは、奈良時代に用いられていた「醬（ひしお）」であると言われていた。醬とは、食材を塩漬けにして発酵させたもので、これらがのちに魚醬や塩辛、漬物、味噌や醤油

などに発展していったとされる。また中国では「明の時代に大豆、小麦を原料とする醤油の製法が確立し、醤油という名称もこのころから一般化したのではないか」とされているが、同じ醤油という名称であっても現在の日本の醤油とは製法が異なる。日本で現在の醤油の原型になったのは十六世紀半ば頃の室町時代だとされている¹⁰⁾¹¹⁾¹²⁾。

(2) 醤油の種類と分類

醤油の種類は日本農林規格（JAS）によって「こいくちしょうゆ」「うすくちしょうゆ」「たまりしょうゆ」「さいしこみしょうゆ」「しろしょうゆ」の5種類に分類されている¹³⁾。その主な特徴を表1に示す¹³⁾。

JAS規格では大豆または小麦を使用することとなっているため、魚醤油（魚醬）は規格に含まれていないことに注意する必要があるだろう。

また醤油は製法により「本醸造」「混合醸造」「混合」に分けられている。現在の日本では、伝統的な醤油の製法である「本醸造方式」の醤油が約8割をしめている。

さらには、品質（等級）による分類として、うまみ成分のもととなるアミノ酸類に含まれる窒素の含有量により、多い方から「特級（特選・超特選を含

表1 日本農林規格（JAS）における醤油の種類

名称	定義
こいくちしょうゆ	大豆にほぼ等量の麦を加えたもの又はこれに米等の穀類を加えたものをしょうゆこうじの原料とするものいう。
うすくちしょうゆ	大豆にほぼ等量の麦を加えたもの又はこれに米等の穀類若しくは小麦グルテンを加えたものをしょうゆこうじの原料とし、かつ、もろみは米を蒸し、若しくは膨化したもの又はこれをこうじ菌により糖化したものを加えたもの又は加えないものを使用するもので、製造工程において色沢の濃化を抑制したものをいう。
たまりしょうゆ	大豆若しくは大豆に少量の麦を加えたもの又はこれに米等の穀類を加えたものをしょうゆこうじの原料とするものをいう。
さいしこみしょうゆ	大豆にほぼ等量の麦を加えたもの又はこれに米等の穀類を加えたものをしょうゆこうじの原料とし、かつ、もろみは食塩水の代わりに生揚げを加えたものを使用するものをいう。
しろしょうゆ	少量の大豆に麦を加えたもの又はこれに小麦グルテンを加えたものをしょうゆこうじの原料とし、かつ、製造工程において色沢の濃化を強く抑制したものをいう。

む)「上撰」「標準」の3つがある。

こうした規格上の分類のほか、現在市販の醤油には様々な種類がある¹⁴⁾。例えば、食塩を添加した「生(き)醤油」、火入れをせずろ過して殺菌する「生(なま)醤油」、もろみをしぼっただけの「生揚(きあげ)醤油」、醤油に砂糖などの甘みを加えた「あまくち醤油」や「うまくち醤油」、醤油にだしを加えた「だし醤油」や「昆布醤油」、材料に丸ごと的大豆を使った「丸大豆醤油」、かきのうまみとだしを加えた「かき醤油(つゆ)」、健康に配慮した「減塩醤油」、特定の用途に限定した「卵かけご飯用醤油」、など商品選びに迷うほどである。また先述した魚醤油には、日本の「しよつづる」などのほか、「ナンプラー」(タイ)や「ニョクナム」(ベトナム)などアジア諸国から輸入されたものもある。これらは醤油と名前がついているものの、規格上は「醤油」には分類されず、「醤油加工調味料」などとして販売されている。また、以前であれば自宅で醤油を使って作っていた「めんつゆ」「すきやきだれ」「ぼん酢」などの醤油を使用した「混合調味料」も多く市販されている。

(3) 醤油の消費量

日本で使用されている醤油の量は、8割以上が濃口醤油であり、約1割が淡口醤油、残りがその他の種類の醤油となっている。

日本で消費されている醤油の量はどれくらいになるのか、その経年変化を図1にまとめた¹⁵⁾。

家計調査による世帯当たりの消費量を世帯構成人員で割った購入数量については、減少傾向が続いている。また出荷量を人口で割った一人当たりの消費量についても、購入数量の減少よりは穏やかであるものの、減少傾向が続いていることには変わらない。

生活習慣病などを予防する観点から、塩分を多く含むイメージのある醤油や、醤油を多く利用する料理などを避けているなどの要因により個人の購入数量の減少が見られるものと推察される。実際に、「国民健康・栄養調査」における栄養素等摂取量のうち食塩相当量は1975(昭和50)年に14.0gだったものが2019(令和元)年には9.7gまで減少していることが確認できる。調味料・香辛料類から6.5g相当の食塩が摂取されているが、内訳はしょうゆ1.6g、塩と味噌がともに1.2gとなっているほか、その他の調味料は2.3gとなっており¹⁶⁾、醤油からの

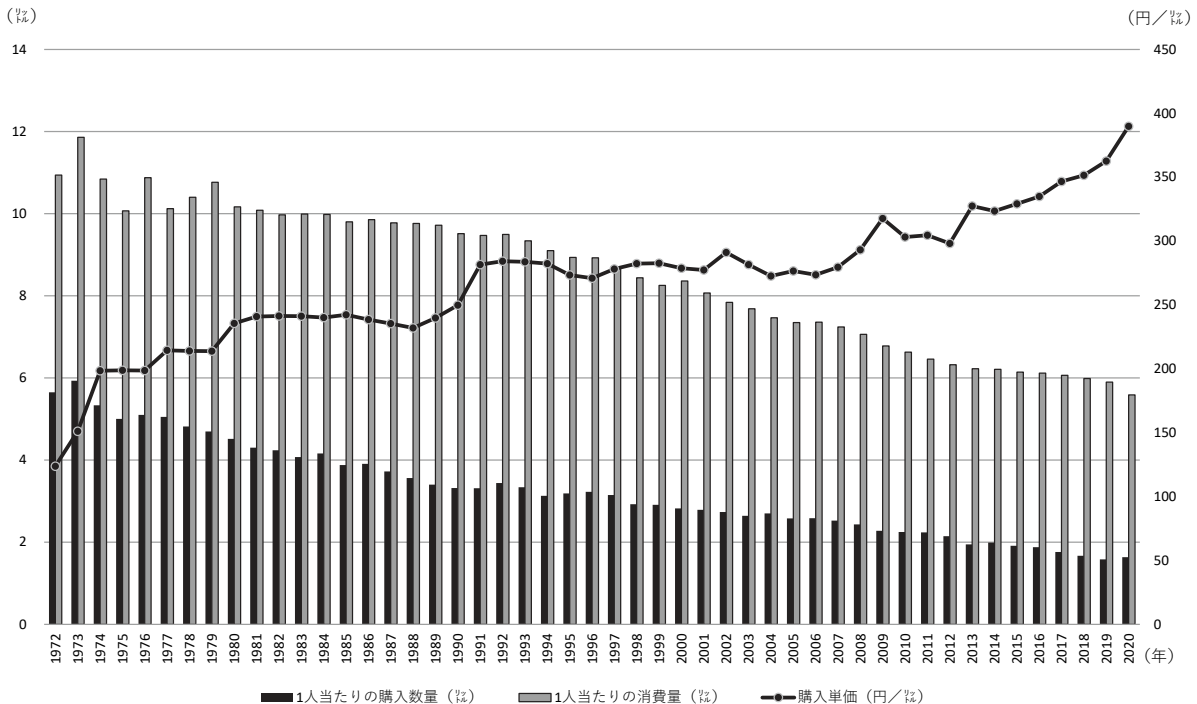


図1 醤油の消費量の推移

塩分摂取量はそこまで多いわけではない。

また、大富らが「1980年代後半になると全国的にしょうゆ需要が停滞するが、一方でたれやめんつゆの種類が増加し、販売量もさらに増大する」と指摘しているほか¹⁷⁾、食の外部化が進み、チェーンレストランなどの外食産業や中食、調理済み食品への利用など、醤油加工調味料などの業務用需要が増大したことも変化の要因として考えられる。

醤油を全体的にとらえた時、めんつゆなどの製造には大手醤油メーカーが参入していることに加え¹⁸⁾、醤油の購入単価は増加傾向にあり、醤油業界として大きな落ち込みがあるというわけではない。

3. 調査の概要

(1) 調査方法

1) 資料ならびに料理の選定

特別研究における予備調査でリストアップしていた文献に加え、公立図書館等で収集した鳥取県の家庭料理や郷土料理に関する文献をピックアップした。そのうち、編集者が表記等を統一した可能性のある商業出版されたもの、行事食のいわれなどが掲載されており料理の材料・分量・作り方が掲載されていないもの、郷土料理を食べることができる店を紹介したもの、地域の特産品を売り出すために新たにメニュー開発したもの、加工品についてのみ書かれているものなどは除き、計12点の郷土資料を調査対象に選定した。

この選定した郷土資料12点のうち、目次等の区分により新たにメニュー開発された料理、農産加工品については今回の調査対象から外した。なお、例えば「漬物」などは「料理」に分類するのか「加工品」に分類するのか判断が難しいところだが、原則その文献の分類に従った。その結果、延べ626点の料理についての情報を分析することとした。

2) 調査内容

郷土資料12点については、書名、発行者、発行年、発行の目的などについての情報を収集した。

料理626点については、書名、料理名、掲載ページ数、レシピ提供者のグループ名や個人名、料理への醤油の使用の有無、使用されていた場合の醤油の表記の仕方、作り方への記載の有無と方法、文献内でのカテゴリについてデータベース化し、一覧にまとめた。また今回の研究対象や分析には含まれていないが、ハレの食事かケの食事か、行事食の場合どのような行事で食されているか、郷土料理であるという説明がなされているかどうかなどについても同様にデータベースにまとめた。そして最後に、筆者のほうで料理区分（ごはん、おかず、おやつなど）を行った。

(2) 調査結果

1) 郷土資料について

調査対象とした12点の郷土資料の概要についてまとめたものが表2である。

先述したように、県や市町村などの自治体が、地域の生活改善グループや食生活改善推進員などのグループなどの協力を得て作成された資料が多くをしめた。目的としては、行事食や郷土料理を伝承していくものが多かった。中には、大きなイベントがあった際に鳥取県の食文化を紹介するコーナーで提供した料理のレシピをまとめたものもあった。発行は昭和後期から平成の前半にかけてまとめられているものが多かったが、中には近年まとめられたものも2点ほど確認できた。

2) 料理について

今回選定した626点の中には、同じような時期に同じグループまたは個人から提供されたレシピなど重複したものも存在したが、分析対象からは外さず、そのまま延べ数としてカウントした。醤油（しょうゆ、しょう油、正油の表記を含む）の利用の有無について、表3にまとめた。

何らかの醤油を利用するものが259点（41.4%）、利用しないものが367点（58.6%）であった。どの醤油を使用していたかについては、種類を限定せず「醤油」とのみ表記されたものが195点（31.2%）、

表2 郷土資料一覧

No.	書名	発行年	編著／発行
1	ふるさとの味まつり	1980年	鳥取県農山漁村生活改善実行グループ連絡協議会
2	ふるさとの味（第二集）	1980年	米子地区生活改善グループ連絡協議会／米子改良普及所
3	なかまに伝える郷の味	1981年	鳥取県農山漁村生活改善実行グループ連絡協議会
4	米を使ったふるさとの味	1983年	鳥取県農山漁村生活改善実行グループ連絡協議会／鳥取県
5	米を使ったふるさとの味第二集	1984年	鳥取県農山漁村生活改善実行グループ連絡協議会／鳥取県
6	ジゲの味 ー伝えて行きたい郷土の料理ー	1992年	健康づくり郷土料理研究会
7	春夏秋冬	1997年	鳥取県農山漁村生活改善実行グループ連絡協議会／鳥取県農林水産部経営指導課
8	すこやか料理と鹿野の味	2001年	鹿野町食生活改善推進友の会
9	鳥取のおいしい食卓料理	2002年	鳥取県商工労働部兼農林水産部市場開拓課
10	八頭のあじ	2004年	八頭生活改善実行グループ連絡協議会
11	はれとけ“地産地消”で伝えたい鳥取の味	2007年	鳥取市経済観光部産業振興課
12	にちなんの邑の味	2019年	日南町食育推進協議会

表3 レシピへの醤油の出現点数

郷土資料名	醤油	濃口醤油	淡口醤油	その他醤油	醤油の利用なし
A	23	0	3	0	47
B	11	0	5	1	22
C	7	0	3	0	20
D	22	0	3	1	40
E	15	0	2	0	33
F	5	3	3	1	12
G	32	3	8	0	39
H	10	0	1	0	3
I	17	0	1	0	28
J	25	3	7	0	34
K	10	2	9	0	65
L	18	1	3	2	24
計	195	12	48	5	367

「濃口醤油」（こいくち、濃い口の表記を含む）が12点（1.9%）、「淡口醤油」（うすくち、薄口の表記を含む）が48点（7.7%）、「その他の醤油」（さしみ醤油、だし醤油、わさび醤油など）が5点（0.8%）確認できた。どの醤油を利用するか具体的な表記があったものは計65点で、「醤油」とのみ表記された195点に比べると、約3分の1程度にとどまっていることがわかる。なお、ひとつの料理に複数の種類の醤油を利用するものも確認できたため、それぞれ

の醤油出現点数の合計は、醤油を利用する料理の点数とは合致しない。

次に作り方への記載があるかどうかである。何らかの方法で作り方への記載があったものが251点確認できた。そのうち材料・分量で醤油を利用すると記載されているものが245点であった。一方で、材料・分量には醤油の利用が認められるにも関わらず作り方に具体的な記載がなかったものも13点あった。

具体的に作り方にとどのように書かれているかを見

ていくと、「醤油を加える」など具体的に「醤油」と記載があったものが131点、「調味料を加える」「調味液を煮立たせる」など、具体的に「醤油」という表記はないもののだしや他の調味料と一括して記載されていたものが110点あった。材料・分量には醤油の記載が見られないものの、作り方のみに醤油が出現するパターンも9点あった。

4. 分析

調査結果から、醤油を利用した料理に記載されている醤油の種類は単に「醤油」と表記されているものが全体の4分の3をしめていることが分かった。この要因として考えられることはいくつかある。まずは図1に示したように、日本における醤油の売り上げの約8割は濃口醤油がしめており、醤油と言えは昔から濃口醤油を指すことが多い^{注4)}。また昔は現在のように店頭で多くの醤油や醤油加工調味料が並ぶことはなく、地元の醤油屋さんが一升瓶入りの醤油を自宅まで配達してくれるなど、現在のように数ある醤油のなかから選んで利用することが少なかったのではと考えられる。そのため、濃口や淡口などの醤油を使い分けることをあまりしてこなかったものと推察される。実際に料理本などの多くでは薄口醤油を「関西地方で好まれて使用されている」などと地域性のあるものとしてとらえる傾向も強かったため、なお一層、醤油と言えは濃口といういわば「暗黙の了解」が成り立っていた。

実際、具体的に「濃口醤油」の記載があったものは、同じ料理に「淡口醤油」など複数の醤油を使う場合などに多く見られたため(12点中9点)、別の種類の醤油と使い分ける時にあえて「濃口」と表記していた可能性が高い。また「淡口醤油」は素材の味をそのまま生かしたり濃い色をつけたくない場合に利用されることが多い醤油であるが、「淡口醤油」を利用した料理の中には「ご飯」に利用する頻度が高いことも確認できた(48点中30点)。また、「薄口醤油」の記載があった料理は、比較的近年出版さ

れた郷土資料に多くあることも確認できた。料理の味やできあがりの色などを考慮して醤油を使い分けられている傾向があるのではないかと考えられる。

5. 課題

(1) 調査結果からわかったこと

ここまで見てきたように、醤油の表記の仕方については醤油とのみ表記されることが多く、その他の醤油との使い分けが必要な場合に具体的な醤油の種類を指定している場合が多いことがわかったわけであるが、今回の調査ではあくまでも表記上の話であり、実際の使い分けの状況を把握できていない。実際に「別冊うかたま」掲載にあたって編集作業を進める中で、醤油表記の実際を調理担当者に確認した際、濃口と淡口を両方使うというような回答が得られた場合などもあった。単に表記上の問題があったというだけでなく、調理していく中で改良が加えられた結果なのかもしれない。

(2) 料理本における醤油の使い分けに関する記載

郷土資料以外の他の料理本では醤油の使い分けについてどのように書かれているのか確認したところ、濃口と淡口はその特性に合わせて、調味する食材やできあがりの色に考慮して使いわけること、その際の塩分含有量などに注意することなどが書かれていることが多いが、具体的にどの料理にどの醤油を利用するといったことまでは明確に示されていないわけではない。

例えば、市販されている基礎編の料理本には、濃口と淡口の違いについて「大きく違うのは塩分量。実は色が薄い淡口の方が塩分量が多いのです」と説明されている。そして濃口については「基本的な調味はもちろんのこと、隠し味に使っても効果的」、淡口については「濃口より1~2%塩分は高め。色が薄いので、素材本来の味が生かせる」と、塩分量や色の違いについての説明がなされている¹⁹⁾。また栄養士養成施設等において使用されることが想定さ

れたテキストには、次のような記述がある²⁰⁾。

醤油には、大きく分けて関東風の濃口醤油と関西風の薄口醤油（原文ママ）とがある。魚や肉などの調味には、香りの強い濃口醤油の方がよく、野菜類の調理には、野菜の色を損なわず香りを残す薄口醤油の方がよいとされている。ほかに無色に近い白醤油や、色の特に濃いたまり醤油などがある。これらはその特性を生かしてじょうずにつかいわけることがたいせつである。

具体的にどのような素材に合わせたらよいかの言及はあるものの、「その特性を生かしてじょうずにつかいわけると書かれているあたり、多少あいまいな記述となっており、醤油の特性をしっかりと理解しておかなければならないことを示唆している。

さらには、高等学校で多く使用されている家庭科の科目「家庭基礎」の教科書に掲載された調理実習の献立の例を見ても、材料には「しょうゆ」という表記しか掲載されておらず、使い分けについての具体的な指示はない。その一方で、使用する食材に対して何%の塩分量を用いるかの記載があり、色や香りといった要素よりも、塩味を与えて調理するという点に力点が置かれていることがわかる²¹⁾。この点については、「調味と味」の項目の中で「食塩、しょうゆ、みそは、原料の種類や地方によって、味や風味、含まれる食塩相当量が違う」と説明されていることから、醤油の地域性や多様性を鑑みて調理する前提になっており、「計量して味付けをしたとしても、さまざまな要素が関わるため、必ず味見をする」とも説明されている²²⁾。

この教科書の記述からもわかるように、忠実に再現できる（はずの）レシピを考案したとしても、実際の調理にあたっては、調理担当者の感じる味覚、すなわち「おいしさ」が重要になってくることを意味している。逆に言えば、調理担当者のいわゆる「さじ加減」ひとつで味も変わってくると言える。郷土料理や行事食などの喫食経験に加え、普段の調理経

験が少なくなっている現在であるからこそできるだけ“言語化”されたレシピが必要になってくるわけであるが、結果的には調理技術といった調理の技量だけではなく、「おいしさ」などの家庭や普段の調理では数値化、言語化しにくいものが調理を左右するといった課題があらたに浮かび上がってきた。

（3）醤油以外の部分から見えてきた課題

本稿では醤油の使い分けについて着目して料理を伝え継ぐための課題を探ってきたわけであるが、実際にレシピ化する過程では、醤油の使い分け以外にも多くの課題が発見された。

使い分けという点では、醤油とだしは似通った部分があるのではないだろうか。だしは何からとるのかという種類の問題だけでなく、だしの濃度は水に対して○%とした方がわかりやすいのか、具体的に○gと書いたほうがわかりやすいのかなどである。また、今回の調査にも実際にあったように、材料・分量には書かれているが作り方に出てこない、あるいは逆で、材料・分量には書かれていないが作り方に出てくるものなどが存在する。また「調味液を煮立てる」と書かれているものの、どこからどこまでが調味液のことを指すのかわかりにくいものなどもあった。これらの点は、レシピ化する際の編集場面において注意を払った方がていねいでわかりやすいレシピになるであろう。

また、分量が「適量」「少々」など、調理に慣れている人であれば感覚的にわかるものであっても、調理をあまりしない人にとっては見当もつかないような場合があることもある。これは分量に限らず、料理のレシピには「ひたひたになるくらい」「水がかぶるくらい」「汁気がなくなるまで」といった、言語化されてはいるがイメージがわきにくいものなどがいくつもある。レシピはただ“言語化”すればよいというものでもなく、もう少しメタな言語化の作業をしていく必要があることを意味しているのではないだろうか。

おわりに

ここまで、家庭料理を伝え継ぐための課題についてみてきた。料理はレシピを見ながら作るものという従来の方法だけでなく、近年では動画による作り方の紹介など、無理に言語化しなくても映像を利用することなどで作り方や調理のコツなどを伝える方法も一般的になっている。その場合であっても、材料・分量に関してはある程度言語化されたものが必要になってくるだろう。メタな言語化の作業も必要ではありながら、動画なども利用したメディアミックスな形の伝承方法の有用性が検討されてもよいだろう。

ただ一方で、完成されたレシピをもとに、高い調理技術で調理されたものが伝え継がれるのかということ実はそうでもない。醤油や味噌に地域性があるように、食文化が地域的な広がりを見せる際にも、そして次世代へ継承される際にも、少しずつ味などは変化していき、それが「家庭の味」や「郷土の味」として受け継がれていることも少なくない。その変遷こそが「文化」であると捉えるのであれば、何も「再現性が高いこと」が「伝え継ぐ」ということとイコールでなくてもよいのではないかという気もする。

さらには、「家庭料理を伝え継ぐ」際に、誰に何を伝えるのかの議論が抜け落ちているのではないかという危惧がある。家庭の味を家族に、その地域の郷土料理を地域の人々にとという視点はもちろんであるが、先に述べたように「和食」や「食文化」は地域活性化やインバウンド（訪日観光客）誘致の起爆剤にもなり得るものである。そうした場合、例えば今回着目した醤油を例に挙げると、ムスリムにおけるハラール食のように宗教的な理由から発酵食品を摂取することが忌避される場合や、アレルギーなど健康上の理由により小麦や大豆から作られた製品を除去しなければならない場合などに醤油の利用や醤油の味付けをどう代替していくのかという新たな問題も出てくる。アレルギー対応の醤油やハラール認定された醤油などもあるが、一般的な認知度はまだ

低い。またそれらを利用する場合においても、単にレシピを「置き換える」という作業だけで成り立つものでもない。醤油が多様化していったように、また醤油を利用しようとする人々のニーズも多様化してきている。食事や食文化における多文化共生の意義をもっと広めていく必要があるだろう。

謝辞

本研究を行うにあたり、雑誌『別冊うかたま』『伝え継ぐ 日本の家庭料理』シリーズの編集をご担当いただき、料理をレシピ化する過程で研究のヒントを与えてくださった中田めぐみ氏、伊藤照手氏をはじめとする一般社団法人 農山漁村文化協会 家庭料理編集室の皆さま、一般社団法人 日本調理科学会による特別研究「次世代に伝え継ぐ 日本の家庭料理」の実施ならびに記念出版にあたりご指導・ご助言いただいた「家庭料理研究委員会」「創立50周年記念出版委員会」の諸先生方、そして長きにわたり鳥取県の食文化についての研究を手厚くご指導いただいた鳥取短期大学名誉教授 松島文子先生に、この場をお借りして深謝申し上げます。

注

- 1) 調査研究の結果については、平成24～25年度ならびに平成26年度『次世代に伝え継ぐ 日本の家庭料理』聞き書き調査報告書などにまとめている。
- 2) 「伝え継ぐ 日本の家庭料理」シリーズ全16冊は、日本調理科学会が企画編集を行い、『別冊うかたま』として2017年より年4冊のペースで一般社団法人 農山漁村文化協会から発行された。その後、「全集 伝え継ぐ日本の家庭料理 愛蔵版」「同 電子書籍版」としても発行されている。
- 3) 規格上はひらがな表記の「しょうゆ」となっているが、本稿においては全般的に漢字表記の「醤油」を用いている。
- 4) 林・天野は著書の中で「一般に醤油といえばこ

の濃口醤油を指しており～（中略）～料理全般に使用されている」と説明している（林玲子・天野雅敏編著『日本の味 醤油の歴史』（歴史文化ライブラリー187），吉川弘文館，2005，p. 11）。また川上は「一般的に醤油といえば，濃口醤油を指す」と著書の中で紹介している（川上文代『英語で作る 料理の教科書』，新星出版社，2012，p. 59）。

引用・参考文献

- 1) 農林水産省：「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されています
<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/ich/> (2022.3.23).
- 2) 農林水産省大臣官房政策課 食ビジョン推進室：「和食」の保護・継承について（無形文化遺産登録からの1年間と今後の取組）
https://www.maff.go.jp/j/kanbo/saisei/zenkoku_kyogikai/pdf/siryu4_washoku.pdf (2022.3.23).
- 3) 農林水産省：食文化のポータルサイト
<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/index.html> (2022.3.23).
- 4) 農林水産省：和食文化の保護・継承に向けた事業の紹介
<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/culture/index.html> (2022.3.23).
- 5) 農林水産省：食文化を活用した地域活性化
<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/vitalization/> (2022.3.23).
- 6) 農林水産省：地域の伝統的な食文化の保護・継承のための手引き
https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/shoku_bunka_27tebiki.html (2022.3.23).
- 7) 文化庁：食文化あふれる国 日本
<https://www.bunka.go.jp/foodculture/> (2022.3.23).
- 8) 一般社団法人 和食文化国民会議：
<https://washokujapan.jp/> (2022.3.23).
- 9) 小泉武夫『醤油・味噌・酢はすごい』（中公新書 2408），中央公論新社，2016，pp. 27-29.
- 10) 林玲子・天野雅敏編著『日本の味 醤油の歴史』（歴史文化ライブラリー187），吉川弘文館，2005，pp. 3-5.
- 11) 吉田元『醤油』（ものと人間の文化史 180），法政大学出版局，2018，pp. 7-9.
- 12) 前掲書 11) p. 59.
- 13) 一般財団法人日本醤油技術センター：しょうゆのJAS規格の解説
<https://www.soysauce.or.jp/gijutsu/jas/top.html> (2022.3.23).
- 14) kikkoman：さまざまなしょうゆ
<https://www.kikkoman.co.jp/soyworld/subete/various.html> (2022.3.23).
- 15) しょうゆ情報センター：統計資料ダウンロード『醤油の統計資料 2020年実績』
<https://www.soysauce.or.jp/statistical-data> (2022.3.23).
- 16) e-Stat 政府統計の総合窓口：統計でみる日本
<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&toukei=00450171&tstat=000001041744> (2022.3.28).
- 17) 大富あき子・久賀みず保・佐野雅昭「カツオ節 2次加工産業の展開過程と原料利用の変容 —めんつゆ産業におけるリーダー企業の販売戦略分析を通じて—」『地域漁業研究』第51巻 第2号，2011，p. 25.
- 18) 前掲書 17) pp. 23-28.
- 19) 山村誠司編『今さら恥ずかしくて人に聞けない料理の基本をちゃんと知りたい!』（別冊すてきな奥さん），主婦と生活社，2001，p. 88.
- 20) 社団法人 全国調理師養成施設協会編『調理の基本技術と実習 〈プロが教えるコツ〉』，調理栄養教育公社，2000，p. 57.
- 21) 牧野カツコ・河野公子ほか『家庭基礎 自立・共生・創造』，東京書籍，2018，pp. 110-117.
- 22) 前掲書 21) p. 104.