

戦時下における食生活

——昭和19年発行某婦人雑誌にみる——

The Dietary Habits and Science during World War II

as Seen in the Monthly *Fujin No Tomo* Magazines

Published in the 19th Year of Showa

(1990年4月9日受理)

菅 淑江 高 早苗 大塚 慎一郎

Yoshie Suga Sanae Koh Shin-ichiro Otsuka

Key words: 食事指導, 戦時下, 婦人雑誌

I はじめに

民族の食生活を大きく変化させるきっかけとなるものとして、自然災害を含む自然環境の変化、戦争を極端な例とする社会環境の変化、民族の移動・交流による文化環境の変化、そして生産技術の進展等がある。私たち日本人が第2次世界大戦の終焉前後に極端な食糧不足の時期を経験したことも、上記の食生活の変化の極端な一例といえる。このことがその後の食生活にどのように影響を及ぼしてきたかを探ることを目的に研究を開始した。今回は、某婦人雑誌の戦時下中の1年間の記事を対象にこの特殊な時期の食生活に対して指導者、有識者はどのような考えをもって一般読者を啓発し実践・対応させたかを分析、検討した。その一端を報告する。

II 対 象

婦人之友（以下本誌という）の昭和19年1月号～12月号の12冊を対象とした。

本文の頁数は1月～4月号・48頁、5月～11月号・40頁、12月号・32頁であり、定価は全号本来50銭のところ特価32銭（郵税1銭）である。当時の発行部数は発行所においても不明である。

この間の婦人之友は、当時の雑誌としては食に関する記事が多く掲載されており（総頁数の約40%を占める）、言論に対して相当の制約があった中でかなり自由な発言があるので、その頃の事実を知る上で貴重と思い取り上げた。

以下本誌から直接引用したものは「 」で、また他の文献からの引用は『 』で括った。

なお、引用にあたって旧漢字、旧仮名づかいは、現代用語になおした。

我々が対象とした昭和19年の時代背景は次のとおりである。

日華事変から7年、日米開戦から2年が経過し、2月には文部省が食糧増産に学童500万人の動員を決定、3月には国民学校の学童給食、食糧増産の空地利用、疎開促進の3要綱を発表、5月には食料増

産隊幹部学徒動員の要領を発表し、6月には閣議が大都市の学童疎開を決定、11月にはついにB29約80機が東京を初空襲した年¹⁾で、敗色すでに濃い時であった。

食糧は国内生産力の低下に加え、輸入食品激減により底をつき、極めて厳しい食糧難時代に突入した。

都市部では配給だけではとうてい足りず(表1参照)、所かまわず菜園化し、非公認の流通による食糧の入手、いわゆる“闇”が横行した。ちなみに19年当時の配給状況として『主食は1人1日当たり265g、米代替食品47g、魚や野菜は登録配給制で隣組の7~8戸が2つのかぼちゃ、5本の大根を各戸の人数に応じて分配した。』²⁾などの記録が残されている。

このような状況下、国民の健康状態、体位にその影響が現れはじめ、雑炊食堂開設、国民学校での給食開始など改善の試みも行なわれたが成果は挙げられず、終戦から戦後の混乱期へと悪化の一途をたどったのである。

表1 当時の配給による摂取栄養量

	エネルギー	たん白質
1日当たり摂取量	1,241 kcal	37.1g
標準量(所要量)に対する割合	58%	49%

「混迷のなかの飽食」大磯敏雄 医歯薬出版
P. 82 (荻野の記録) を著者作表

Ⅲ 結果と考察

本誌に書かれている食に関する記述を収集し、次の8項目にまとめた。

(1) 粉食

米を民族の主食に選んだ日本人の食生活は、当時も米食中心の粒食³⁾であった。ところが、生産力の低下、輸入の激減、戦地優先などにより米は絶対的に不足状態⁴⁾となった。米だけでなくその他の食糧も不足した中で、指導者、有識者は国民を米食主義“主食=米”の観念から抜けださせ、栄養状態の改善、食糧難の解決を図り、また非常事態に備えようとし、その手段として粉食が奨励された。

4月号に「芋の粉をうどんにする、パンにする。」「玄米なども粉にすると離乳期に用いられる。」「粉にできれば非常時下のパンなどにして配給できる。」(P. 9)という記事がみられるのを初めとして、粉食への取り組みが各号でみられる。なかでも、7月号の衆議院議員蠟山政道に聴く「粉食国策問答」(P. 5~9)は、粉食に対する考え指導性がよく表れている。それをまとめると、

粉食の利点として・米の消費量が減る・吸収率を上げることができる・いろいろなものを混入することができる・いままで食物に用いなかっただのもでも利用できる・非常下に保存しやすく、持ち運びが容易・燃料が経済的である・主食、副食の区別なく簡便に食べれるが挙げられている。

この底に流れる蠟山の考えは、「とにかく、先ず何より国民一般の食生活に変化を与えるということが大切で、一本調子でやっていたのでは一たん事があってつまって来るとどうにも方法がなくなってしまいます。」(P. 7)である。そして、いたずらに祖先と変わらない事を是とせず、「都会は、都会に住む者にとっての郷土でありますから、これを機会に都会の郷土食が生まれてもよいのではないか。」(P. 6)と説いているのは非常に新鮮である。

当時の粉食推進が、戦後の食生活に与えた影響は大変大きいといえる。

まず、粒食離れによる米の消費量の低下、パン食の普及⁵⁾である。これは戦後アメリカより救援物資と

して小麦粉や脱脂粉乳その他の食品が入ってきて配給されたり、学校給食開始の影響もあるが、この当時の粉食推進の影響も大きいと考える。経済成長により小麦以外の粉食は定着しなかったが、主食、副食の区別なく簡便に食べられるという食習慣が現在の若者の生活を中心に根付いている。次に「都会の郷土食が生まれても……」のくだりは、現在の都会に見られる外食産業の発達、おふろの味の喪失、食事の無国籍化という形で都会の郷土食として実現したといえるのではなかろうか。

なお、粉にする道具として次のものが上げられている。

・町の豆腐屋で挽いてもらう（1升10銭） ・石臼 ・摺鉢 ・小型粉碎機 ・肉を切る
チョッパー ・コーヒー挽き機

その当時は、町内にほとんどあった豆腐屋が思わぬ活躍をしている。

また、紹介されている粉食料理はつぎのとおりである。

4月 芋の粉をうどんにする、パンにする（P.9） 多種類のものを粉末にして圧搾食にする（P.15） 戦時型パン（P.10）

6月 穀粉を主食とするには（まねき餅、糸切りだんご、流し焼き、切り麺、切麺のあべ皮（ママ）、黄粉は炒り米の粉を用いてもよい）（P.26～27）

7月 支那まんじゅう、弁当箱パン（P.16）

8月 南瓜利用の堅パン・蒸しパン・切麺・すいとん・団子・つぶし芋入り（P.27～29）

11月 最近特に家族に喜ばれた料理—粉食の工夫—（P.26～27）

・カレー団子汁 煮干し粉の蒲鉾 煮干し粉入り団子の味噌汁 南瓜の種の利用 リンゴの皮の粉末 桑の葉の乾燥粉末 雑穀粉 甘藷粉餅

12月 戦時型パンの紹介（P.20）

(2) 未利用資源の活用

食糧難を解決するためあらゆる手段が考えられたが、そのなかの一方法として一般に従来食糧として利用されることのなかったものを活用することが推進され、雑誌の中では「完全活用」という言葉で未利用資源を無駄なく活用することを勧めている。(1)で述べた粉食は完全活用の主例である。そのほかに芋や南瓜の蔓・葉・花（8月P.27）（図1）をはじめ魚の頭・骨の利用（9月P.25）、脱脂蛹、乾燥いなご、南京豆の油かす、果物の皮、南瓜の種の利用、そして大麦の麩（8月P.21）が示されている。

さらに従来、燃料にしていたトウモロコシの芯の部分も多少澱粉を含むことから、粉末にしての利用が考えられたり（7月P.5～9）、パルプの廃液はすでに食用として実用段階に近いとの記事がある。その他、野菜や魚を塩づけにして保存し、その漬け汁を味噌汁や煮物に利用すること（1月P.40～41）を勧めている。4月号の「勝ち抜くための食生活」（座談会 食糧管理局長官・東京都経済局長・大阪商大教授・労働科学研究所医学博士 以上男・羽仁もと子、羽仁説子・主婦2人P.4～13）のなかで、「なんでも食べる努力」をとき、いままで食べたことのないものを配給されても、賢く食べることを願っている。

これらの影響は、現在の生活の中には残っていないようにも見えるが、視点を変えて見ると戦後あらゆる国の料理を生活の中に取り入れ、かつ日本的に変化して同化させる力やその後の食品加工技術（工業）発展の原点の一つになっているのではないかと考えられる。

本誌に取り上げられている当時の配給制のもつ問題点をまとめると ①繁雑 ②不公平（職場と町内と両方で貰う人、役得、地域差等） ③悪平等（不必要ものまで来る） ④無計画性等である。

「物事はすべて初めに大体のことをきめて、それからあとはだんだんに進歩するようにすればよいですね。最初からあまり細かいことまできめようとするときい所で却って辻褃が合わなくなります。」（羽仁もと子 P. 6）と述べているが、配給制度が上手に運営できるには、分け手、受け手の知識、人間性、判断力が必要と思うと、消費者教育（7月 P. 8）の必要性がうかんでくる。

東京都経済局長の福本は「しかし、また一面からいえば人間は生きものである以上、衣食殊に食が足りるということが根本の問題ではないでしょうか。従ってそれが満足出来ない状態にあっては道義々々

表2 都市における主食の配給量⁷⁾ (単位・g)

本表の〔1人1日当り〕・〔米〕の配給量は平凡社版・社会科学事典5（昭和27）所収一〔食糧問題〕の項による。

米穀年表 (昭和)	16	17	18	19	20	21	22	23
1人1日当り	288	303	310	312	301	278	333	362
(その内) 米	288	289	283	265	237	186	263	287
(残) 代替物	0	14	27	47	64	92	70	75

いうのなど場合によると反感をそそる以外の何ものでもないことになる。その点配給生活の確立というか何とか工夫して、これだけのものを食べていれば栄養の方面からいっても断じて心配はないという限度をはっきり定め、それだけのものは必ず確保するというようにしたいと思う。」(P. 5)と大変立派なことを述べている。「最低の生活は必ず保証して……」(主婦)と云っているが、到底無理な注文であったようである。いずれにしても『食糧配給制度そのものは、この条件の中(極度の食糧難)では必要な制度であったが、しかしこれを実施しなければならなくなったことは最大の不幸であった。』⁸⁾と言えよう。

(4) 消費者教育

食生活の混乱の一つは、「いままで食物についての教育を殆ど受けていない。」ことからきており「消費者教育すれば、少ないものでも豊かな心もちで賢く使うことができる。」(羽仁説子 4月 P. 7)との認識から、消費者教育の必要性が繰り返し説かれている。当時としてはその教育も「配給所が中心となり、配給と教育を連結させ、少ない食糧をより有効に使うことにより、戦時簡素化生活の確立になる。」ことを目指すものであった。

なお、本誌の主催により消費者教育のための講習会(6月~11月)が開かれており、その内容は次の通りである。ここでは、食に関するもののみを掲げた。

6月	4	食の研究講習会 第一回	戦時食の計画と実際	担当	沢崎 梅子
7月	2	同上	調味料の使い方	展示・季節材料の調理法	担当 同上
8月	3	警報下の火なし料理講習会	展示・南瓜の完全活用調理	担当	同上
9月	3	決戦下の栄養講座		担当	同上
		特別講演「栄養生産について」	女子栄養学園長		香川 綾

- | | | | | |
|-----|---|-----------------------|-----------------|---------------|
| | 4 | 離乳期を中心とした乳幼児食事研究会 | 担当 | 医博 緒方 安雄 |
| 10月 | 1 | 決戦下家庭燃料研究会 「この冬の燃料事情」 | 担当 | 農商省燃料課長 矢野 外生 |
| | | 「家庭における火の経営とその技術」 | 担当 | 沢崎 梅子 |
| | 4 | 子供の食生活研究会 講師 慶応病院医博 | 中鉢 不二郎 | |
| 11月 | 1 | 決戦下家庭燃料研究会 (第2回) 実験報告 | 東京友の会実行選手 | |
| | | 研究指導 | 農商省燃料研究所技師 黒川真武 | |
| | | 講師 | 沢崎 梅子 | |

一家一日の食の経営研究会 担当 沢崎 梅子

情報不足の時代、これらの講習会は家庭を護っていた主婦たちにとってはありがたいものであったと思うが、講習料が1円50銭～2円と高い。ちなみに、本誌は1冊32銭、副食費1か月1人5～6円(1月P.25, 10月P.31)のときである。

(5) 非常食

いつ空襲がくるか予測のつかない毎日であった中で、食の確保は量、質、時間ともに大変であった。とくに日本人は生鮮食品の入手しやすい自然環境に恵まれていたこともあって、伝統的にも生鮮食品を好む民族であった。そのため、食糧貯蔵の経験に乏しく、調理面でも鮮度を尊ぶ調理法が重んじられていて、食品加工技術が今に較べると発達していなかった。その上に、燃料の不足、主婦の労力の軍事産業への動員、空襲への対応などが加わり「食事ごしらは出来るだけ短い時間でするのが戦時下の食生活の大きな条件」(1月P.22)、常にいつでも持ち出せる食事準備を(12月P.20)というきびしい食生活の転換に直面させられた。

そこでいざというときの非常食として、保存食と準備食の考えが提唱されている。

「戦時的保存食に切替えよ」(衆議院議員 牧野良三 9月P.26)の中で「生鮮食品本位の生活は(中略)平時の食事形態で、今日のような戦時下の食事ではないのである。こうした平時的観念を切替え、この際よろしく生鮮食本位の配給計画から保存食本位の配給計画に改めるべきであると思う。」「主婦の方々にはお願いしたいのは料理の革新ということである。(中略)家庭生活の簡素化ということも、保存食本位に改めることによって初めて行われる。(中略)かくして初めて主婦の力を積極的な戦力として活用することが出来るのである。」と述べている。

これは、「隣組工場へ全主婦の参加をめざして——座談会13人」(11月P.8～14)につながる考えである。燃料不足を補う方法として、漬物料理(1月P.40)、協同炊事(11月P.13)、1日1回調理(8月P.10, 9月P.38, 11月P.12)、2日1回調理(11月P.34)、3軒の煉炭リレー(11月P.37)、準備鍋(12月P.18)、保存食本位(9月P.26)が提唱されている。中でも日本人の食の知恵「漬物」が火無し調理の代表として推され、漬け汁までが調味料、出し汁として完全活用された(1月P.40～41, 3月P.44～46)。「米の協同炊爨



図2 重箱利用の料理準備器

(八月号P.11「有事即応の壺所」より)

すれば、燃料節減だけではなく家庭生活の簡素化は忽ち行なわれる。」(前述 牧野良三 9月P.27)と隣組の助け合いを呼び掛けている。

戦時的保存食につながるものとして準備食がある。燃料節減といざというときの対応のために提唱された準備鍋とは、空火や残り火を利用して一つのお鍋の中にいろいろの野菜を入れて湯煮しておき、必要に応じて取り出し、即座に調理できるようにしておく鍋で、汁も利用する。そのほか、準備味噌漬(12月P.19)、塩味ご飯、酢味ご飯、布むすび(以上7月P.24)があげられ、また、いつでも持ち出しが出来るように重箱に料理や食器を入れておくことの提案がされている(8月P.11)(図2参照)。

この他、出掛けるとき必ず1食分「携帯食」を持っていく(12月P.20)、コップ1杯の砂糖で50個の非常用のアメを作る(4月P.46)、「私の携帯食」としてさつまいも餅、豆おこし、炒りうどん、卵の花せんべい(12月P.20~21)等の紹介がある。

また、いざというときの炊き出しのために、各家庭で重なり合わない食糧の準備と点検が必要で、それが家庭食生活を計画的にし、無駄をなくする方法(8月P.12)でもあると述べている。

いつくるかわからない空襲へ備えての食糧確保の知恵も紹介されている。3月号(P.26~29)「7人家族の太田さんの防空体制」にみる当時の防空用食糧の準備は次のとおりである。

- ・非常食糧は三段階 1, 毎夕三食分のご飯を炊く。どこへ行くにも一食分のお弁当を持つ。
2, 非常袋一二日分の炒り米, 焼き塩, かつおぶし, するめ, 緑茶, 乾物等
3, 非常炊き出し一食, 味噌, 缶詰等 P.27
- ・飲料水の用意——水筒2つ 薬缶一杯 熱湯を魔法瓶へ(赤ん坊用) P.28
- ・小さい2人の子供の非常袋に用意したもの一食糧として— P.28
干し飯 乾パン 缶詰 果物 鯉節 するめ 乾柿 あめ 塩 砂糖
- ・赤ん坊のために用意したもの一食糧として— P.29
粉ミルク 米の粉 ビオスマール 哺乳瓶 果物 ガーゼ 砂糖
- ・その他非常食糧として用意しておくもの P.29
3日分の米 味噌 塩 乾物 缶詰等防空室の押し入れに。万一のときは土の中へ埋める。
貯蔵量は隣組に知らず。

これらのものを常に食べられる状態で確保しておくことは、大変な努力がいり、苦労があった様子がかがえる。

以上のことから、当時の食に対する姿勢をよく表し、人が生きるかぎり続けなければいけない食生活の維持に、貯蔵のきく米、味噌、塩(漬物)が活躍してくれた様子がかがえるが、「戦争をするのに梅干しと米さえあれば沢山だという議論があり、そういう馬鹿な単純な議論を責任ある人が口にするのは問題だ。」(前述 蠟山 7月P.8)というじつに的確な発言がある。

このような非常食に対して、記事中に2カ所「決戦食」という名が与えられている。この辺に当時の世相をうかがうことができる。

(6) 家庭食糧増産

この年2月、東京都が各戸に必ずカボチャ1株・⁹⁾野菜の栽培を奨励したことにも見られるように食糧不足を補うため庭や空き地はもちろん、防空壕の上や街路樹の下といったわずかの土地も畑として利用

することが勧められた。羽仁もと子は4月号「新使命への発足」の中で、「増産の事」として「戦いはどんなに長くても飢え疲れることのないために、銃後の我々はそ菜や穀類の増産に励みましょう。(中略)多くの家庭や女の手で、いろいろの空き地は勿論、裏の塵溜も、道端の草原もよき作物に満ち満ちるようにしましょう。」と述べている。これが、家庭食糧増産の基本的考えである。

本誌では2月号を除き毎号「家庭食糧増産」の記事をのせ、栽培知識を提供している。

また、「防空の中に生活あり」(東京都都市計画課長 6月 p.21)の中に「三、退避壕と^{りどり}り退避壕を^{りどり}り退避壕として^{りどり}いる町会に^{りどり}いたっては成程、これこそ真に国家心ある人々の集まりだと、推服(ママ)させられるのです。(中略)これは国家をして食糧の重荷から救うばかりでなく、大体蔬菜のもつビタミンは土から抜いた瞬間のみにあるということを理解している賢いやり方です。(中略)垣根という垣根を全部蔬菜畑として美しさを増しているのに感嘆したことがあります。」「庭木も南瓜を背負ってこの決戦に一役かっております。」(8月 p.37)等、蔬菜の栽培を奨励する記述に戦意高揚を絡ませているところに、当時の時代風潮がうかがえる。

1月号の「協力増産1年の計——5家族19人分の葉菜を確保する荻窪井荻西最寄」(p.42~43)に象徴されるように、当時東京においても、周辺住宅地ではこれだけの畑が確保できる条件があった。しかし、全都民がこれだけの畑が確保できたわけではなく、畑確保のため上述のような努力が払われてのことで、庭・公園・運動場施設等が失われ、学徒・女・子供の労働力提供が強いられる等、市民の犠牲も大きかった。

(7) 科学的努力

当時の厳しい食糧不足を克服するために必要とする技術は、科学的、合理的思考を前提とせざるをえない。4月号「戦闘と食糧」(陸軍糧秣本廠陸軍主計中佐 田村幸雄 p.15)に「食糧に対してはより科学的、合理的な考え方扱い方をするようになれば、ないものも足り、又欲しいものは出て来ると思います。(中略)窮乏に耐える簡素な科学的な食生活を確立する苦心をしていただきたい、これが内地に於ける戦力増強にもなり、兵器増産の労働力を動かす大いなる力になると思うのであります。」と述べられている。

このように、「科学的」「生活科学」「科学的努力」の言葉がたびたび登場する。当時すでにこのような言葉が使われていたことは、大変新鮮な印象を受けるが、言葉高くいわれた割にはその具体例、実践例は少ないし、その内実には疑問がある。このことについて、山中は『当初の“栄養学的・科学的食生活”というのは、偏食や食わず嫌いを矯正して、健康を保つための“保健食=国民食”だったのだが、(中略)偏食や食わず嫌いなどできない状態になっていた。それでもなおかつ“栄養学的・科学的食生活”を強調したのは、ろくに食糧のまわって来ない状況をごまかすためのレトリックではなかったか』¹⁰⁾と指摘している。指導者・有識者たちの中には、厳しい条件下で良心的に努力したものも多かったと思われるが、当時の極端な精神主義的な思潮の中ではそれらが生かされる状態ではなかった。「科学的」に努力されたもの¹⁰⁾の実際は、本誌の中では9月号で「新しい凍結乾燥」と題して、軍が満州において野菜・ご飯・魚・肉にマイナス温度をかけて凍結乾燥に成功(p.28)した報告、腐らせない、かびさせない、虫をつかせない等の方法、研究結果(p.29~31)が見られる。

完全咀嚼運動(5月 p.22)も科学的努力の一つと考える。戸塚第一国民学校で朝礼の間に倒れる子供が多いことから食教育の必要性を学校は感じ、完全咀嚼運動を勧めたところ、倒れる子供が減った、

主食量が配給量で足りるようになった、体重が増えた、偏食が矯正された、お行儀が良くなった、湯水を欲しがらず節水と燃料節約に非常に成績を上げた、ということが報告されている。

同じ号の「貯蔵と栄養」（桜井芳人 P.31）で生澱粉の不消化性を強調し、非常食として生米より炒り米、干し飯の用意、それに大豆の消化率を調理法により上げ、大豆が食糧としてもつ難点を説いている。それによると、大豆入りご飯40%、煮豆65~70%、大豆粉80%、おから75%、納豆・味噌85%と指摘し、データに基づいた調理の指導を試みていることが注目される。

この時期、「科学的努力」が必要と着眼されたことが、その後の食生活の考え方に大きく影響し、栄養学の発展が国民の健康に寄与したし、食品の加工・保存技術の発展を生んだ面があることは見のがせない。

(8) 子供の食事

当時、公の会議の席上で『赤ん坊なんて20年先でなければ役に立たぬ、牛乳は工員に配給せよ。』¹¹⁾などの暴論が横行していた時代にあつて、本誌はそれなりに子どもに対してあたたかい配慮がされていた。2月号の時局対談で羽仁説子は「何はにおいても将来の日本を背負う子供たちの身体と心は熱心に守って行きたい。」(P.9)と述べている。この姿勢が全号を貫いている。

そして、吉岡は1月号の中で(P.18~20)「母親よめざめよ」と呼びかけ、その中でお弁当を持たない子供にふれ、「お弁当の有無は体位の問題であるばかりでなく、精神的にも大きな影響を与えるものなのだから、母親達が真剣に解決の道を見いだしてほしい。」と述べている。また、「日頃から科学的に研究的に」ともいっている。

2月号には、弁当や学校・疎開先で飼育している豚の盗難事件の事実に触れ、こういうことが子供たちの精神生活に与える影響を憂いている記事も見られる。(P.9)

食糧不足が起こす問題を肉体と精神面から触れていることは、子供の食事を考える場合特に貴重である。その他、子供の食事に関する記事として次ぎのものが掲載されている。

子供の食事(1月P.23 8月P.24)、食べ方指導(1月P.23, 2月P.49~50, 4月P.15) 学校給食について(2月P.9, 3月P.10, 4月P.10, 12, 15, 5月P.15, 22)

子供の食事とは対極的な位置におかれることがらであるが、老人・病人について次ぎのような注目する記述があるので紹介しておく。「私たち老人と病人は子どもや働きざかりの者のために、まず第一に餓死してもよいと、私はとうに覚悟しています。戦争のため人が死ぬのは覚悟の前にしても、人心が荒むのは恐るべきことだと思う。」(樞密院顧問官平生鈞三郎 2月P.9~10)

IV ま と め

第二次世界大戦末期、食糧事情が極度に悪化した状況下での食生活に対処するため、指導的立場にある有識者はどのように一般家庭の主婦を啓発し指導したかを探ることを目的に、雑誌“婦人の友”の昭和19年に発行された1年間12冊中に掲載された食に関する記事を対象としてその内容を解析した。基本的な問題は、いうまでもなく極端な食糧不足であるが、これへの対応が以下の諸点にわたって論じられ、あるいは勧められている。

1) 食糧材料の有効利用と未利用資源の活用

乏しい食糧材料の有効利用（消化・吸収率を向上させることを含む）のため、さらには未利用資源の食糧材料としての利用（多種類の食糧材料由来の品の混合を容易にする）のためにも、粒食から粉食への転換が奨励された。未利用資源の利用については、平時には考えられなかったようなもの、たとえば昆虫や野菜の漬け汁等を利用することが紹介されている。

2) 流通機構の主流であった配給制度の問題点の指摘

都市生活者を中心に、食糧供給の主流は隣組組織を通じての配給であった。配給による供給では絶対量が不足し、さらにその運営面でも不公平、悪平等、横流し等の問題が多く発生していることが指摘されている。しかし、積極的な改善の提言までにはいたっていない。

3) 非常食（保存食、準備食）の用意

空襲への備えを第一義に、さらに家事労力の戦時産業への動員などのために非常食ないしは保存食、準備食といった形態の食品の調整が指導されている。1～2日1回の調理ですませることが勧められ、燃料不足を補い、火の焚けない状況を予想した火無し料理といった工夫も求められている。

4) 家庭食糧増産の推奨

食糧確保のため、あらゆる空き地を菜園化することが勧められ、栽培技術指導がかなり強力に行なわれている。

5) 科学的思考の奨め

以上のような努力を効果的に進めるためには、食に対する科学的思考が要求されるのは当然の要請である。記事にも繰り返し主張されている。しかし、それは心掛け論に留まり、その実行ないし具体化は疑わしい。

6) 苛酷な条件下ながら、子供たちの心身の発達を守りたいとの希求が一貫して述べられていることが注目される。

以上、限界状況に近い環境の中で食生活を守り生命を繋ぐための努力がうかがわれ、また厳しい言論統制下にもかかわらず、時代の主流にあえて一石を投じる記述が散見されることを指摘しておきたい。

このようないわば原則論が具体化されたものとしての調理、献立の実例については後報に譲る。

今後は対象範囲を資料、時期の両面で拡大して検討を深める予定である。

この一部は第36回日本家政学会中・四国支部研究発表会において発表した。

稿を終えるにあたり、貴重な資料をご提供くださった岡山友の会のご好意に対し、ここに謝意を表する。

V 文 献

- 1) 西東秋男：日本食生活史年表，P.154，楽游書房，(1983)
- 2) 大塚 力：食物食事史，P.223，雄山閣，(1960)
- 3) 樋口清之：日本食物史——食生活の歴史——，P.284，柴田書店，(1987)
- 4) 大儀敏雄：混迷のなかの飽食——食糧・栄養の変遷とこれから——，P.61～82，医歯薬出版，(1980)

戦時下における食生活

- 5) 食糧栄養調査会：1981年版 食料・栄養・健康， P.226～227， 202， 医歯薬出版， (1981)
- 6) 石毛， 小松， 豊川：食の文化シンポジウム '87 昭和の食， P.26， ドメス出版 (1990)
- 7) 2) に同じ， P.229
- 8) 3) に同じ， P.283
- 9) 1) に同じ， P.154
- 10) 山中 恒：暮らしの中の太平洋戦——欲シガリマセン勝ツマデハ——， P.146， 岩波書店， (1989)
- 11) 4) に同じ， P.129